

Définition et spécificités du métier :

Le préparateur physique a pour objectifs d'optimiser le potentiel physique des sportifs dont il a la charge et de prévenir les blessures. On peut découper son action en 3 temps : l'évaluation, la planification, l'entraînement, avant de revenir à la phase d'évaluation. . Il doit pouvoir analyser de manière fine la pratique du sport pour lequel il prépare les sportifs pour pouvoir proposer un programme adapté. Il doit aussi sensibiliser aux règles d'hygiènes de vie (nutrition, sommeil...). Il travaille au sein d'une équipe avec l'entraîneur, voire le médecin, le masseur-kinésithérapeute, le préparateur mental.



Qualités requises :

Capacité d'analyse, psychologie, curiosité

Principaux débouchés :

Sportifs professionnels

Formations menant à l'emploi :

Master STAPS Entraînement sportif

D.U. Préparateur Physique

BPJEPS Activités Gymniques de la Forme et de la Force

Le regard de PSL :

Si les candidats sont nombreux, les débouchés sont réduits puisque le secteur du sport amateur ne propose encore que de rares postes, à temps partiel qui plus est. Pour pénétrer ce marché, les professionnels doivent se former continuellement pour maîtriser les nouveaux concepts de préparation physique sans cesse émergeant.

Par ailleurs, il faut noter que, de manière générale, l'emploi des préparateurs physiques travaillant au sein du secteur professionnel est géré par le chapitre 12 de la CCN Sport (accord spécifique pour le football, le basketball, le rugby et le handball, et CCN différente pour l'équitation et le golf)

Pour plus de renseignements, contactez [l'association Profession Sport & Loisirs](#) la plus proche de chez vous.