

**TESTS techniques préalables (TEP) à l'entrée  
en formation spécifique au  
CQP ALS option AGEE**

|                       |  |
|-----------------------|--|
| SITUATION A REALISER  | SUIVRE EN PRATIQUE UNE SEANCE (1h° COMPRENANT :<br><br><input type="checkbox"/> Echauffement<br><input type="checkbox"/> Cardio chorégraphié (step ou LIA)<br><input type="checkbox"/> Renforcement musculaire<br><input type="checkbox"/> Etirement |
| CRITERES D'EVALUATION | Placement/Posture<br>Coordination motrice<br>Capacité à l'effort   |