



Manufacture H
45 Rue de la République
31300 TOULOUSE
N° SIRET : 824 712 764 00011
N° DA : 76 31 08883 31

CAP COUTURE FLOU

Préparation au CAP Métiers de la mode – Vêtement Flou Unités professionnelles EP1 & EP2

RNCP37245

Certificateur : MINISTERE DE L'EDUCATION NATIONALE ET DE
LA JEUNESSE – Date de publication : 17-01-2023

Public :
Tout public, demandeur d'emploi, individuel

Sessions :
- 03/09/2024 au 11/12/2024
(limite d'inscription 28/06/2024)
- 07/01/2025 au 30/04/2025
(limite d'inscription 21/12/2024)

Modalités de formation :
Cours collectifs (5 personnes maximum)
Formation en présentiel

Durée :
300 heures

Tarif :
Tarif tout public 4800€
Éligible au CPF

Accès handicapés :
Pour un accompagnement personnalisé lié à un
handicap, contactez- nous

Intervenante :
Stephanie Heinzl

Lieu de formation :
Manufacture H
45 Rue de la République
31300 Toulouse
09.53.22.30.36
contact@manufacture-h.com

Pré requis :
Niveau d'étude 3
Posséder un niveau de couture
débutant Avoir une réelle dextérité
manuelle et une bonne perception
dans l'espace
Maîtriser la langue française

Modalités d'admission :
Dossier de candidature
Entretien centré sur le projet
professionnel Et si besoin Test de
positionnement

Niveau à la Sortie de la formation :
Niveau 3 (CAP, BEP, CFP du premier degré)

Débouchés :
Les titulaires d'un CAP Couture peuvent travailler
au sein de PME (Petites et Moyennes Entreprises), de
grandes entreprises ou d'entreprises artisanales
spécialisées dans le prêt-à-porter, mais aussi le
moyen et haut de gamme.

Passerelles :
MC essayage retouche vente
Bac Pro métiers de la mode - vêtement
BP vêtement sur-mesure, option couture flou.
DT métiers du spectacle option techniques
d'habillement

Objectifs :
Maîtriser les opérations d'assemblage, de montage
et de finitions nécessaires à la réalisation de
vêtements. Se perfectionner à la coupe et à
l'essayage de vêtement sur-mesure.
Se former à l'organisation aux postes de travail

Méthodes pédagogiques :
Alternance d'apports théoriques, de mise
en pratique et d'exercice
d'applications

Moyens pédagogiques :
Documents pédagogiques, travaux pratiques,
pièces d'étude

Moyens matériels :
Poste de coupe avec matériel de tracé, machines à
coudre industrielles, surjeteuse industrielle, presse
industrielle avec accessoires de repassage, et
mannequins stockman.

Mode d'évaluation :
En cours de formation : par le formateur à l'issue de
chaque module de formation.

En fin de formation :
CAP blanc/épreuve EP2
(selon critères du référentiel de l'éducation nationale)



Manufacture H
45 Rue de la République
31300 TOULOUSE
N° SIRET : 824 712 764 00011
N° DA : 76 31 08883 31

Programme :

Module 1- La Jupe

Étude de base :

Mise au point d'une base sur-mesure
Tracé, montage et essayage de toile

Transformations :

Exercices en coupe à plat de transformation
et déplacements de pinces, découpes,
plis.

Pièces d'études :

Poches, fermetures, fentes,

Projet personnel :

Tracé de modèle sur-mesure
Patronage et rédaction du dossier technique
Réalisation du prototype

Module 2 – Le Buste

Étude de base :

Mise au point d'un buste sur-mesure et d'une
manche Tracée, montage et essayage de toile

Transformations :

Exercices en coupe à plat de transformation
et déplacements de pinces, découpes,
plis.

Pièces d'études :

Col chemisier, col à pied, col à même, col
officier pattes de boutonnage à même,
rapportée, cachée pattes capucin, fente
indéchirable, fente tunisienne montage
empiècement dos

Projet personnel :

Tracé de modèle sur-mesure
Patronage et rédaction du dossier technique
Réalisation du prototype

Module 3 – Le Pantalon

Étude de base :

Mise au point d'un pantalon sur-
mesure tracé, montage et essayage
de toile

Pièces d'études :

Braguette, poches et poches passepoilées

Projet personnel :

Tracé de modèle sur-mesure
Patronage et rédaction du dossier technique
Réalisation du prototype

Module 4 - La Veste

Étude de base :

Mise au point d'une bas de tailleur sur-mesure et
de sa manche

Tracé, montage et essayage de toile