



## DEVENIR INSTRUCTEURS.ICES **AFROVIBE**



**Afrovibe** est un concept de danse fitness inspiré des danses afro descendantes mélangeant cardio training, renforcement musculaire et lâcher prise. Créé par Maryam Kaba danseuse et coach sportive et Doris Martel masseuse neuromusculaire pour la NBA, **Afrovibe** prône le métissage et le multiculturalisme, notre devise **EveryBODY can vibe** est un message inclusif et porte nos valeurs: acceptation de soi, respect , partage.



# LES ÉTAPES POUR DEVENIR INSTRUCTEUR AFROVIBE

## 1/ POSTULER / S'INSCRIRE

---

### Pour postuler, faites-nous parvenir :

- 1/ vos diplômes
- 2/ CV
- 3/ Une vidéo démo de danse (une minute max)

### Pour s'inscrire :

- 1/ Compléter le formulaire d'inscription en ligne sur notre site internet [www.afrovibe.fr/formation/](http://www.afrovibe.fr/formation/)
- 2/ Télécharger le contrat de licence - Lire attentivement, parapher et signer
- 3/ Procéder au paiement - directement sur le site si autofinancement ou par chèques si financement pris en charge à envoyer à Maryam Kaba - 5 montée du canal, 13007 Marseille. *Les chèques sont encaissés à réception du financement.*

### Les prérequis :

- 1/ Être titulaire d'un BPJEPS / CQP / Licence Staps / DEUST des métiers de la forme **ou** un DE danse  
ET/OU
- 2/ Être professeur de danse **et/ou** danseur.euse dans le domaine des danses afrodescendantes: les danses africaines, hip-hop, dance hall, soca, danses afro - caribéenne, danses latines...
- 3/ Être ultra Motivé.e

### Accessibilité pour les personnes en situation de handicap

La formation Afrovibe est destinée à des professeurs de danse, de fitness et éducateurs sportifs. Nous réfléchissons au sein de notre équipe pour créer un pôle formation pour les personnes en situation de handicap. Pour toutes vos questions, contactez notre référente handicap, Alessandra Machado association Passer'elles pour l'inclusion par le sport et la danse [passerelles.lille@gmail.com](mailto:passerelles.lille@gmail.com).



## 2/ TARIFS

---

**Nous sommes un organisme de formation Qualiopi, la formation peut être prise en charge par votre organisme de formation si vous êtes AE (AGEFICE, FIFPL, AFDAS), affilié association ou si vous êtes éligible France Travail.**

### **Formation initiale :**

**650 € TTC (autofinancement)**

**780 € TTC (formation financée)**

Inclus :

- 2,5 jours de formation live (18h)
- E-book Afrovibe™
- Processus d'évaluation
- Accès au e-learning AfrovibePro
- Intégration au squad Afrovibe

### **Licence annuelle : 300€ TTC**

Inclus :

- Intégration au squad Afrovibe
- Accès e-learning AfrovibePro (Packs chorégraphiques et playlists)
- Kit communication
- 1 Refresh Formation (18h)
- 3 Teacher training (en présentiel et visio) au tarif préférentiel
- Accompagnement pédagogique (tous les 2 mois en présentiel et visio) -
- Référencement sur site internet et réseaux sociaux
- 50% de réduction sur les séjours Afrovibe

## 3/ SE FORMER

---

### **Les objectifs pédagogiques**

A l'issue de la formation, l'apprenant sera capable de

- Accueillir et prendre en charge les participants et les mettre en situation
- Présenter l'objectif et le thème d'une séance Afrovibe
- Aménager et gérer ses espaces de pratique
- Donner des consignes d'exécution des différents exercices
- Réaliser et transmettre les chorégraphie Afrovibe et les exercices de renforcement musculaire



## 4/ PROGRAMME DE FORMATION

---

### JOUR 1 - VENDREDI - THÉORIE ET PRATIQUE

#### **APRÈS-MIDI : 14H00 - 18H00**

ACCUEIL / PRÉSENTATION & ORGANISATION DE LA FORMATION

MASTERCLASS AFROVIBE

PRÉSENTATION AFROVIBE :

Présentation des candidats

Présentation de l'équipe Afrovibe

Le concept : Qu'est-ce que Afrovibe™

LA CLASSE AFROVIBE :

Un cours complet

Structure d'un cours Afrovibe

MISE EN SITUATION :

Création chorégraphique

DEBRIEF

### JOUR 2 - SAMEDI - TECHNIQUE ET MISE EN SITUATION

#### **MATINEE : 10H00 - 13H00**

ACCUEIL / PRESENTATION & ORGANISATION DE LA JOURNÉE

MASTERCLASS AFROVIBE

WARM UP :

Prise en main du public

Les étapes d'un bon échauffement

Pratique

MUSICALITÉ :

Maîtriser la musique

le "M" musical & le rapport musique/mouvement



**PAUSE DÉJEUNER : 13H00 - 14H00**

**APRÈS MIDI : 14H00 - 18H00**

PÉDAGOGIE & ANIMATION PART 1 :  
Les différentes méthodes et technique  
d'apprentissage Pratique | Mise en situation |  
Débriefing

DÉBRIEF

## **JOUR 3 PÉDAGOGIE & ANIMATION**

**MATINEE 10H00 - 13H00**

PRESENTATION & ORGANISATION DE LA JOURNÉE

MASTERCLASS AFROVIBE

LE RENFORCEMENT MUSCULAIRE :  
Les bases du renforcement musculaire  
Maîtriser son anatomie & notions musculaires  
Pratique | Création | Mise en situation pédagogique

CONSEILS :  
Compétences pour une bonne séance  
Promouvoir Afrovibe & les réseaux sociaux  
La squad Afrovibe

**PAUSE DÉJEUNER : 13H00 - 14H00**

**APRÈS MIDI : 14H00 - 18H00**

PÉDAGOGIE & ANIMATION PART 2 :  
Un apprentissage évolutif sur 2 mois  
Pratique | Mise en situation | Débriefing

DÉBRIEF



## 5/ ÊTRE ÉVALUÉ.E:

---

A l'issue de la formation, vous disposez d'**un délai de 2 mois** pour vous filmer en situation de cours avec au minimum 3 élèves afin que nous puissions évaluer votre technique, votre pédagogie et votre animation.

Ces trois aspects sont nécessaires pour donner un cours Afrovibe de qualité.

Vous recevez un retour sous 3 semaines et nous nous réservons le droit de ne pas valider un instructeur.ice si la prestation filmée ne correspond pas aux exigences requises. Le cas échéant, nous vous fournissons un retour précis et constructif sur les axes d'amélioration afin de nous faire parvenir une seconde vidéo dans un délai d'un mois. Vous pouvez compter sur nous pour vous accompagner dans ce processus!

Les éléments d'évaluation :

- Présentation du concept Afrovibe devant son public
- Vidéo de votre cours avec le warm up, les 3 renfos et l'apprentissage de la chorégraphie adaptée à votre public.

**NOUS AVONS HÂTE DE COMMENCER CETTE AVENTURE AVEC VOUS!**