



## DANSES DE SOURCES AFRICAINES

**TOUS LES JEUDIS DE 11H15 A 12H45**  
**Du 15 janvier 2026 au 25 juin 2026**  
**Durée : 30 heures**

**Présentation :** Cette session permet d'aborder l'exécution de danses traditionnelles de différentes sociétés issues des cultures africaines en ayant connaissance de leurs contextes initiaux et de leurs déroulements pour en intégrer le sens symbolique selon leurs origines.

**Approche musicale – Du 15 janvier au 19 février inclus :** Par l'étude de différents rythmes de danses de sources africaines, plusieurs structures musicales seront abordées et analysées. La compréhension, l'écoute et la mise en corps des rythmes étudiés passant par le mouvement, la pratique des percussions et la voix.

**Danses de cour de l'ancien Rwanda – Du 12 mars au 16 avril inclus :** Parmi la grande diversité des danses rwandaises (selon les régions et les groupes sociaux), trois types de danse seront introduites, conçues ou pratiquées à la cour royale de l'ancien Rwanda. Danses d'apparat, spectacle ou divertissement, ces chorégraphies ainsi que leurs musiques nous permettront de pénétrer dans cet univers riche en symboles, où le travail des bras et du port de tête entre autres, a une grande importance.

**Danses guinéennes – Du 21 mai au 25 juin inclus :** Chanter les rythmes en dansant est le chemin indispensable à leur compréhension et mémorisation. Il permet la prise d'autonomie et la communication avec le musicien soliste qui soutient la danse, ce que nous pouvons comprendre corporellement peut-être de son essence, et ce qu'il change dans nos chemins de coordinations habituels et notre relation à la gravité.

+ **Restitution publique le 27 juin 2026** (avec 3h de préparation).

**Objectifs de formation :** Découvrir ou approfondir son expérience des danses de sources africaines. Développer sa perception et pratique du rythme en lien avec le mouvement.

**Compétence visée :** Maîtriser différentes techniques et approches de la danse pour concevoir et ajuster ses propositions.

**Prérequis :** Niveau bac et expérience en danse ou techniques de conscience corporelle.

**Modalités et délais d'accès :** Nous contacter en vue d'un entretien, envoyer un CV et un courrier de motivation. Détails des modalités sur notre site : [S'inscrire en formation courte](#).

**Accessibilité aux personnes handicapées :** Test d'admission pédagogique (préadmission), pour les besoins individuels de chacun.es et élaboration possible d'un programme personnalisé. Adaptation des évaluations et suivi régulier du stagiaire.

**Tarifs :** 690 € inscription comprise - *Prise en charge OPCO ou Employeur : 22€/h*

**Méthodes mobilisées :** Méthode active par la transmission et la contextualisation.

**Modalité d'évaluation :** Continue.

**Lieu des cours :** Espace Danse Gambetta - 64 rue Orfila - 75020 - PARIS.

**Formateurs :**

<b>Pascal PARENT - Approche musicale</b>	<b>Nido UWERA - Danses du RWANDA</b>	<b>Emilie GROZDANOVITCH – Danses guinéennes</b>
Accompagnateur de danse et professeur de percussions, formé en théorie musicale et percussions traditionnelles au Centre Américain, Pascal enrichit ses connaissances lors de multiples voyages en Afrique et aux caraïbes notamment à Cuba. Il accompagne des formations de Jazz et de musiques traditionnelles afro-américaines et collabore avec de nombreux artistes dans divers projets musicaux et chorégraphiques.	D'origine rwandaise, Nido UWERA est formée dès son enfance aux danses traditionnelles par les maîtres du dernier Ballet Royal du Rwanda. Arrivée en France, elle crée la troupe MPORE, et poursuit ses recherches avec divers artistes, en particulier Elsa WOLLIASTON et Pierre DOUSSAINT. Elle participe également à de nombreux ateliers et rencontres, avec Robyn ORLIN, Norma CLAIRE, Koffi KOKO, Yoshi OIDA...	Emilie découvre à 15 ans les Grands ballets d'Afrique Noire de Cissé Ahmed TIJANI. Elle s'engage alors dans une recherche sur le corps approfondi par de multiples rencontres, formations, et projets de transversalités culturelles. Fondatrice du collectif « Arts en Transe » elle développe des actions de transmission et partage entre artistes et publics, et réalise de nombreux métrages, et expositions.

**Contacts :** Tél 01.43.73.35.44 - [freedancesong@free.fr](mailto:freedancesong@free.fr) / [Free Dance Song.com](http://Free Dance Song.com)

**Coordination pédagogique :** Nicole ESTRABEAU Tél 06 26 87 23 34 [nicole.estrabeau@laposte.net](mailto:nicole.estrabeau@laposte.net)