

Témoignage



Florence

cours de DA et MF à Plan-les-Ouates/GE

Après avoir suivi plusieurs cours de Dance Aerobics en tant que participante, l'idée de devenir moi-même monitrice commençait à faire son chemin dans ma tête. Mes 3 enfants étant scolarisés, il m'était maintenant possible de commencer une formation de monitrice et de me consacrer beaucoup plus activement à ma passion pour le sport. Après avoir rencontré Marie-Christine, puis les autres monitrices de Genève, j'étais persuadée d'avoir fait le bon choix en devenant monitrice comme elles. Je donne actuellement 4 cours par semaine (3 DA et 1 MF) sur ma commune, ce qui me permet de rencontrer de nouvelles personnes et d'établir un premier contact autour du sport. Puis petit à petit, des affinités se créent et je découvre des dames que je n'aurais pas forcément rencontré ailleurs. Ces nouveaux échanges m'apportent énormément dans mon quotidien et de ce fait, c'est toujours une joie d'aller donner mes cours.



Dahlia

Cours de Kid's Dance à Onex/GE

Je suis devenue monitrice car en donnant des cours j'offre aux gens la possibilité de faire du sport et en même temps je fais du sport pour moi-même.

J'ai suivis cette formation car elle est complète, il n'y a pas trop souvent de réunions.

Maintenant que je donne des cours je me sens beaucoup mieux



Marie-Christine

Cours de Kid's Dance et DA à Onex/GE

J'ai voulu devenir monitrice car j'adore bouger, danser et pratiquer du sport en musique. Le fait que la formation soit donnée dans le canton où j'habite, qu'elle dure 6 mois minimum et qu'on respecte mon rythme de progression pour la formation ma convaincue de me lancer. Maintenant que je donne des cours depuis plusieurs années, je suis plus sûr de moi, j'ai vaincu ma timidité et je me sens bien mieux dans mon corps et dans ma tête. Le contact avec les participantes est également important pour moi, des liens solides se sont construits entre nous et c'est un pur bonheur de pouvoir donner ces cours.



Fanny

Cours de DA à Onex, Grand-Lancy, Plainpalais/GE

J'ai toujours voulu être prof et là j'ai eu l'occasion grâce à Danceaerobics de devenir monitrice. J'adore enseigner et en donnant mes cours, je m'éclate avec les participantes.



Cassandre

Cours de Dancemania à Thônex/GE

J'ai saisi l'opportunité qui s'est présentée à moi de reprendre les cours d'une ancienne monitrice.

Je n'ai pas eu à suivre la formation car j'avais suivi une formation de prof de fitness. Je suis heureuse de donner des cours: cela me permet de faire du sport, donc de m'entretenir, de me dépasser, dans le sens de vaincre sa trouille car on est face aux participantes, et également d'extérioriser



Carmen

Cours de DA à Carouge et Sézegnin

Je suis devenue monitrice car on me l'a proposé. C'était le bon moment car mes enfants étaient à l'école, j'avais plus de temps, l'envie de reprendre une activité physique régulière touchant à la danse, et, retrouver une activité lucrative quelques heures par semaine.

Suivre la formation de DA. m'a permis de faire les 2 et de réaliser "un de mes rêves d'enfants".

J'aime danser et créer des mouvements depuis toujours et j'ai un bon sens du rythme.

Donner des cours m'apporte beaucoup.

Une meilleure condition physique, plus de conscience dans mon corps et mes mouvements pour pouvoir mieux enseigner.

La satisfaction de pouvoir communiquer mon savoir et ma joie de danser et bouger. La satisfaction de voir évoluer et progresser mes participantes. Le plaisir de les retrouver à chaque cours et chaque année. Le plaisir de faire de nouvelles rencontres. etc....

La satisfaction de faire une activité que j'aime, qui me correspond et me définit et, de pouvoir le faire professionnellement.



PATRICIA

Cours de DA à Meyrin, Châtelaine et Onex

Une amie m'a fait découvrir DANCE AEROBICS il y a bientôt 10 ans. Le mélange d'aerobics, de danse ainsi que des exercices pour les bras et au sol sur des musiques entraînantes m'a tout de suite beaucoup plu. J'ai également trouvé l'ambiance détendue et chaleureuse.

Lorsque la monitrice de l'époque m'a proposé de suivre la formation afin d'en devenir une à mon tour, je n'ai pas hésité une seconde et je ne le regrette pas, car après toutes ces années j'ai toujours autant de plaisir à retrouver mes participantes afin de leur faire découvrir les programmes originaux de DANCE AEROBICS.



ELIANNA

Cours de DA aux Charmilles et Eaux-Vives

Le jour de mes 29 ans, j'ai décidé de perdre mes kilos superflus. J'ai donc commencé une activité sportive régulière. Je n'avais jamais pratiqué de sport, les débuts ont donc été très difficiles mais j'étais très motivée et je me suis accrochée à un but. Aujourd'hui je suis ravie du résultat, je me suis débarrassée de mes 30 kilos de trop et j'ai retrouvé une bonne forme physique et mentale.

J'ai eu envie de devenir monitrice chez Dance Aerobics afin de rencontrer des gens, de leur faire découvrir cette méthode complète qui amène des résultats rapides et qui est accessible à tous. Partager avec mes participant(e)s mon expérience et leur présenter les bienfaits d'une activité sportive.

Chaque cours m'apporte satisfaction car la bonne ambiance est toujours au rendez-vous et mes participant(e)s sont toujours très motivés et enthousiastes.



MIREILLE

Cours de DA et MF à Thônex

Maman au foyer, simple et timide, j'ai décidé de me « secouer » en donnant des cours de Dance Aéroobics.

Grâce à ces cours, j'ai, moi-même, une activité physique et sympathique qui me permet de partager ma passion pour la danse et la musique avec mes participantes. L'ambiance du cours est toujours au beau fixe et nous aimons nous retrouver au café pour la prolonger.