



[Journées d'étude]

# DE GEORGES HÉBERT À L'ENTRAÎNEMENT NATUREL

**Jeudi 12 et Vendredi 13 mars**

Amphi T / Pôle Numérique Rennes Villejean  
Campus Villejean - Rennes



## Et si Rennes et la Bretagne devenaient un territoire pionnier en matière de pratiques sportives durables et accessibles ?

L'Entraînement Naturel, inspiré de la méthode Hébert, est une réponse concrète aux enjeux de santé publique, d'écologie et de cohésion sociale. Cette pratique, basée sur les mouvements naturels (marcher, courir, sauter, grimper...), ne nécessite aucun matériel -0 carbone-, s'exerce en plein-air et est accessible à toutes et tous : elle s'intègre ainsi pleinement dans une logique santé – environnement.

Collectivités, clubs et ensemble du mouvement sportif... Venez découvrir cette pratique et ses bienfaits lors de nos journées d'étude les 12 et 13 mars 2026. Avec l'ensemble de nos intervenantes et intervenants, nous réfléchirons à son intégration dans les dynamiques locales.

---

### JEUDI 12 MARS

---

*Lieu - Amphi T – Campus Villejean*

**8h45 > Accueil café**

**9h > Ouverture et table ronde**

#### **9h > Discours d'ouverture**

- Benoît Feidel, Vice-président Sciences et Société, Partenariats, Université Rennes 2
- Jean-Nicolas Renaud, Directeur du département des Sciences du sport et de l'Education physique de l'ENS - Rennes
- Jacques Hébert, Président de la Georges Hébert Foundation, membre de la Fédération d'Entraînement Naturel.
- Alexis Tissot, Président de l'A3
- Jean-Jacques Grimm, Président du Comité d'organisation des journées d'étude
- Armel Crétual, Directeur de l'UFR STAPS, Université Rennes 2

## **10h15 > Table Ronde : Co-construire des espaces de pratiques résilient par l'Entrainement Naturel**

- Frédéric Bourcier, Conseiller Municipal délégué aux Sports, Ville de Rennes
- Jacques Hébert, Président de la Georges Hébert Foundation, membre de la Fédération d'Entrainement Naturel.
- Yann Chaineau ou François Almange, Cercle Paul Bert de Rennes.

## **12h15 > Pause déjeuner**

## **14h > Conférences**

### **> La vie et l'œuvre de Georges Hébert**

Avec Jacques Hébert, Président de la Georges Hébert Foundation, membre de la Fédération d'Entrainement Naturel

### **> Hébertisme et transition récréative**

Avec Jean Corneloup, MCF, UFR STAPS Université Clermont Auvergne

### **> Traduire Hébert, sans le trahir**

Avec Jacques Hébert, Président de la Georges Hébert Foundation, membre de la Fédération d'Entrainement Naturel

### **> Georges Hébert : Sculpteur de corps**

Avec Jean-Michel Delaplace, MCF/HDR émérite – Université de la Réunion

## **18h30 > Fin de la première journée**

## **19h30 > Cocktail –sur invitation–**

---

## **VENDREDI 13 MARS**

---

*Lieu - Amphi B8 – Campus Villejean*

### **8h45 > Accueil café**

### **9h > Conférence et table ronde**

#### **9h > Les projets managériaux de la Fédération d'Entraînement Naturel : l'Appli, la Végétale, Les Georgettes, le recrutement d'Ambassadeurs**

Avec Jacques Hébert, Président de la Georges Hébert Foundation, membre de la Fédération d'Entraînement Naturel

#### **10h > Table Ronde : L'Entraînement Naturel comme levier d'innovation, de santé et de transition écologique sur les territoires**

- Damien Vitiello, MCF, Directeur de l'UFR STAPS, Université Paris Cité
- Alexandre Morel, Conseiller Santé, DRAJES Bretagne
- Anne Roué-Le Gall, Professeur de l'EHESP, Responsable du diplôme « Santé Publique et Aménagement des Territoires »
- Jean-Luc Grillon, Président d'honneur et co-fondateur de la société française de sport-santé

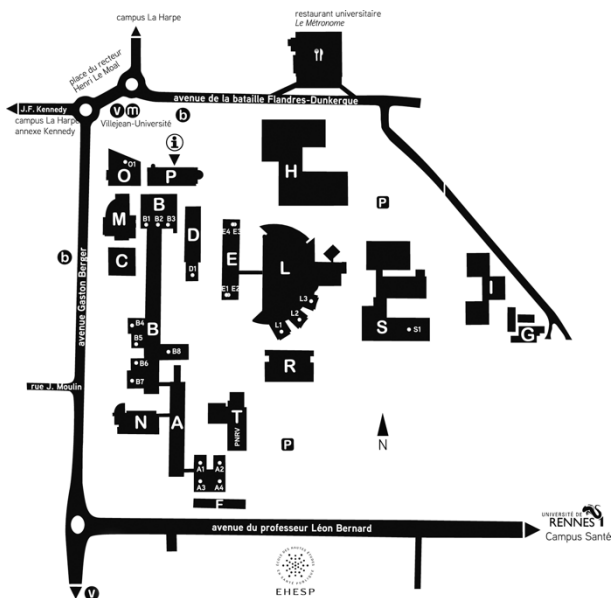
### **12h > Pause déjeuner**

### **14h > Atelier pratique**

*Lieu - Parking École Primaire Sonia Delaunay (intersection rue Olympe de Gouge et Marie Dorval) – NB prévoir une gourde d'eau et des affaires de rechange*

**> Parcours nature d'Entraînement Naturel au Parc de Beauregard**

### **17h > Clôture des journées d'étude**



*Ce projet est porté par Jean-Jacques Grimm, UFR STAPS de l'Université Rennes 2 ; Jacques Hébert, Fédération d'Entrainement Naturel ; Alexis Tissot, A3 (Association des Actuels et Anciens élèves du département Sciences du Sport et Éducation Physique de l'École Normale Supérieure de Rennes) et l'ENS. Ce projet a bénéficié d'une aide de l'Etat gérée par IRIS-E et l'Agence Nationale de la Recherche au titre de France 2030 portant la référence « ANR-22EXES-0008.*

## CONTACT

Jean-Jacques Grimm  
jean-jacques.grimm@univ-rennes2.fr



## ADRESSE

Université Rennes 2  
Campus Villejean  
Place du recteur Henri Le Moal  
+33 (0)2 99 14 10 00  
Métro Villejean-Université