



**HAL**  
open science

## Les Palestres hébertistes

Pierre Philippe-Meden

► **To cite this version:**

| Pierre Philippe-Meden. Les Palestres hébertistes. Gazette Coubertin, 2014. hal-02059843

**HAL Id: hal-02059843**

**<https://hal.science/hal-02059843>**

Submitted on 6 Mar 2019

**HAL** is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.



\* 9h15-10h. Leçon d'entraînement complet : marche, course, saut, grimper, lever, lancer, défense (boxe, lutte), équilibre et quadrupédie. \* 10h-10h15 Repos.

\* 10h15-11h30 Reprise ou continuation des travaux manuels, couture, cuisine, etc. \* 11h30-11h40 Repos, sauf pour les jeunes filles assurant certains services. \* 11h40-midi 35 Sur la plage, natation et canotage. \* Midi 45-14h45 Déjeuner et repos. \* 14h45-16h Cours ou études de sujets se rapportant à l'éducation physique, l'hygiène, la philosophie, l'art, l'histoire antique, etc. \* 16h-16h30 Jeux ou exercices spéciaux de lancer. \* 16h30 - 16h45 Goûter. \* 16h45-18h Danses et chants rythmés. \* 18h-18h15 Rangement du matériel. \* 18h15-19h30 Repos. \* 19h30 Dîner. \* 20h30 Réunion dans le hall. Lectures. Chants. Petits jeux. \* 22h *Rentrée sous les tentes ou dans les baraques.* \* 22h30 *Extinction des lumières.* \* *Une ou deux fois par semaine : exploration des environs. Le dimanche grandes excursions.*

L'idée générale qui préside à ce programme et à cet emploi du temps est de préparer la jeune fille à la vie pratique, en lui apprenant qu'un jour peut-être elle ne pourra compter que sur elle-même. La danse y tient un intérêt secondaire, mais suffisant qui permet à Hébert d'espérer qu'en émerge un jour une méthode d'enseignement originale. Deux démonstrations publiques par semaine de danses dites naturelles sont offertes aux publics de Deauville intéressés par les questions d'éducation physique, mais les seuls hommes autorisés à visiter *La Palestra* sont les parents d'élèves. Quelques prestigieux visiteurs se distinguent cependant, entre autres, le roi d'Espagne Alphonse XIII.

Le modèle holiste d'éducation expérimenté dans les palestres reçoit des soutiens féministes, notamment de la doctoresse Jeanne Guyot qui témoigne des résultats obtenus sur elle-même et les jeunes filles qu'elle y fréquente après avoir participé, au cours d'une convalescence, à la vie du camp durant trois mois. Les dos voûtés se redressent. Les maigres grossissent, les obèses maigrissent, le relief musculaire se dessine et le thorax s'élargit. Les troubles digestifs disparaissent. Les règles trop abondantes diminuent, la dysménorrhée s'atténue au point de disparaître. Les convalescentes, les anémiques, les surmenées et les déprimées voient en peu de temps revenir leur force, leur résistance, leur activité, leur entraînement et leur gaieté. L'avocate féministe Suzanne Grinberg défend l'institution des athlètes hébertistes dans les rapports qu'elle pose entre féminité et éducation physique, entraînement en commun, costume et art de se tenir et de se mouvoir. Quelques années après la création des palestres, Grinberg est témoin au mariage d'Yvonne et Georges Hébert.

En 1925, deux jeunes palestriennes et élèves de l'École du Louvre, Marthe Oulié et Hermine de Saussure prennent le parti d'une mise en application originale de l'enseignement hébertiste. Agées d'une vingtaine d'années, elles embarquent sur un petit cotre à voiles, sans moteur, dont elles forment seules l'équipage pour mener une longue croisière dans la Mer Egée avec le but de recherches anthropologiques et de fouilles archéologiques. Les deux palestriennes accordent une part de leurs qualités d'initiatives, de robustesse, d'énergie, de sang-froid à leurs séjours à *La Palestra*. Elles contribuent à cet enseignement en livrant le compte-rendu de leur expédition lors d'une conférence au siège des palestres, au 6 rue Bénouville, à Paris. L'expérience menée par Oulié et de Saussure anticipe l'entreprise d'Hébert en 1929 qui consiste en une expansion des palestres à travers la création de son École Nautique Féminine, ou Palestre marine, à bord de l'Alcyon, un trois-mâts goélette de Paimpol, de 160 tonnes à moteur auxiliaire. De vieux marins expérimentés assurent l'initiation maritime des « louves de mer » qui apprennent ainsi toutes les manœuvres de bord. Le séjour à bord de l'Alcyon comporte

des croisières dans la Manche, l'Océan et la Méditerranée, suivant les époques de l'année, avec des escales à buts pédagogiques et culturels. Cette nouvelle entreprise hébertiste qui rompt avec les habitudes éducatives reçoit le patronage de la Ligue Maritime et Coloniale.

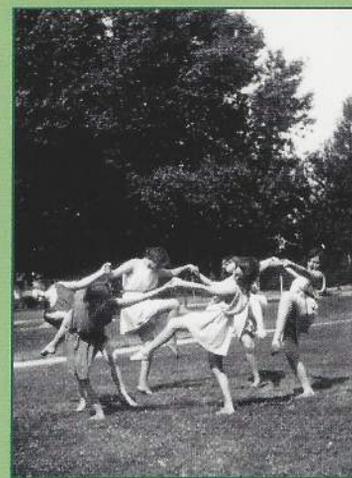
Les athlètes hébertistes incarnent l'imaginaire des amazones, capables de constituer des peuplades, de se gouverner sans l'aide des hommes, de combattre ces derniers et même de les vaincre. Les hébertistes qui découvrent les possibilités du développement des forces physiques, viriles et morales, chez leurs sœurs hébertistes, sont très enclins à croire que les exploits des amazones ne sont pas que du domaine de la légende. Les Amazones des Frises du Parthénon, l'Amazone d'Épidaure, celles du Capitole, celles de Rubens et celles du Dahomey qui servent d'illustrations pour l'ouvrage d'Hébert *Muscle et beauté plastique féminine* (1919), mais encore sa revue *L'Éducation Physique*, offrent aux lecteurs hébertistes et au point de vue esthétique un intérêt particulier, car elles incarnent la recherche d'un terme humain idéal qui participe à la fois du masculin et du féminin. Si les hébertistes ne taisent pas la férocité de certaines amazones, meurtrières de l'Antiquité ou du Dahomey, ils ne nient pas cette réalité que, pendant la guerre 1914-1918, de nombreuses femmes partagent les souffrances et les dangers des combattants. L'hébertisme recherche donc un compromis ou une entente harmonieuse entre les principes féminin et masculin, sans faire le jeu d'un féminisme qui romprait cet équilibre.

Dans les années 1920-1930 la révolution sportive a pénétré depuis longtemps le monde de la femme, celle-ci n'étant plus cantonnée au jeu du tennis le corps emprisonné de corsages de dentelles et protégé du soleil par de beaux chapeaux fleuris, mais l'entraînement physique proposé dans les palestres reste très original pour l'époque. Celui-ci est à contextualiser dans un cadre pédagogique holiste (physique, mental, moral, intellectuel, esthétique et naturaliste) et sans équivalent dans ses prolongements maritimes avec l'Alcyon. La guerre 1939-1945 y met un terme, abandonnant les installations de *La Palestra* aux pillards. Le commandant Hébert y décède le 02 août 1957.

Pierre PHILIPPE-MEDEN  
Maison des Sciences de l'Homme Paris Nord

#### Références :

- Pierre Philippe-Meden, 2012. *Georges Hébert et le théâtre. Une esthétique de la nature au fil de L'Éducation Physique*. Thèse en esthétique, sciences et technologies des arts, Saint Denis, Université Paris 8 Vincennes-Saint-Denis.
- Pierre Philippe-Meden, 2014. « Corporéité hébertiste et philosophie mystique », *Horizons/Théâtres*, n°4, Bordeaux, Presses Universitaires de Bordeaux, pp.77-88.
- Pierre Philippe-Meden, 2014. « L'Éducation Physique, une revue : sportive, scientifique, pédagogique, d'enseignement et de critique (1902-1940) », *Gazette Coubertin : spécial sport et littérature*, n°36-37, Paris, 1er semestre 2014, pp.20-25.
- Pierre Philippe-Meden, 2014. « Georges Hébert et l'esthétique de la nature », dans Tony Froissart et Jean-Saint-Martin (dir.), *Le Collège d'athlètes de Reims. Institution pionnière et foyer de diffusion de la Méthode naturelle en France et à l'étranger*, Reims, Presses et Éditions Universitaires de Reims, pp. 261-279.



*La Palestra - Un exercice de danse naturelle*