



Football en marchant

- AU SEIN DU CLUB
- EN ENTREPRISE
- AVEC LA RECHERCHE
- POUR LA SANTÉ
- POUR L'INCLUSION
- POUR CRÉER DU LIEN

le Football en marchant

AU SEIN DU CLUB

Nous sommes convaincus des bénéfices de la pratique, tant sur le plan de la santé physique et mentale, que sur l'intérêt pour la structuration du club et l'image projetée.

Engagée dès 2019, la section foot en marchant accueille aujourd'hui une trentaine de pratiquants de 16 à 66 ans, dont 4 membres du bureau.

Cette discipline nous permet de faire le lien avec les adultes de notre section+ (Handicap), s'avère être un outil pertinent pour les éducateurs en direction des écoles et valorise notre positionnement sport santé auprès de nos partenaires.

Dans cette dynamique, nous organisons en juin 2027 une grande journée découverte, inclusive dont le foot en marchant sera l'une des pratiques santé/loisirs mise en avant : slowfoot.fr

→ créneau loisir/compét tous les lundis soir

→ créneau santé/inclusion le dimanche matin

→ Grand événement découverte en fin de saison :



le Football en marchant EN ENTREPRISE

En juillet 2025, lors de la journée sport santé de l'EHESP (École des hautes études en santé publique à Rennes), nous avons animé des séances de Foot en Marchant. L'occasion de faire découvrir cette version slow du football, auprès d'une cinquantaine de salariés de l'école parfois néophytes mais toujours enthousiastes !

- 50 pratiquant.es
- nombreux posts réseaux sociaux
- une expérience renouvelée en 2026



le Football en marchant

AVEC LA RECHERCHE

Depuis 2024, nous sommes lauréats du projet de recherche participative **MARCHER POUR VOTRE SANTÉ** de l'Université de Rennes (TISSAGE) auquel nous avons associé l'ENS Rennes et le département 35.

Il s'agit d'un suivi scientifique (tests efforts, relevés psycho...) sur les pratiquants de notre section à laquelle nous avons aussi associé ceux de Retiers. Ceci afin de **mieux comprendre les facteurs de la sédentarité**, et comment le walking football permet d'**encourager l'activité physique**, ainsi que les impacts de cette dernière sur la santé physique, mentale et sociale des pratiquants.

Cette recherche a abouti à une valorisation : la réalisation de planche BD, d'une expo itinérante et d'une table ronde aux archives de Rennes.

Elle a ensuite nourri une autre étude menée dans le district de la Loire.

→ 50 pratiquant.es associé.es

→ Améliorer la connaissance scientifique

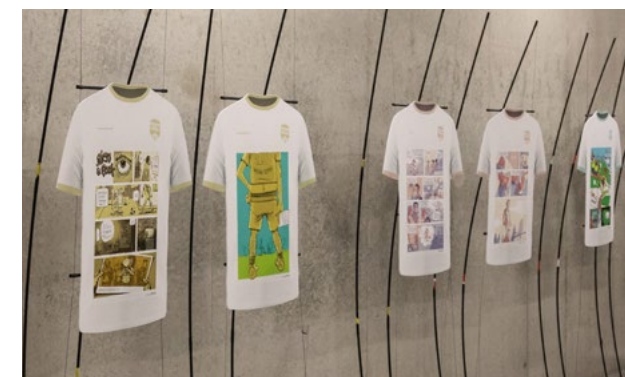
→ Diffuser, vulgariser et encourager la pratique

→ Un bel éclairage médiatique sur la discipline (TVR) :



VIDÉO

lien cliquable :
<https://vimeo.com/1053897704>



le Football en marchant POUR LA SANTÉ

À ce jour, nous sommes l'unique club de football breton référencé sur site [Bretagne Sport santé](#).

Nous sommes en relation avec les maisons de santé de Vern sur Seiche et du CHU rennes pour accueillir les éventuels patients intéressés

En 2025 et 2026 à l'invitation du CPTS la seiche à l'occasion du forum «Bouge pour ta Santé» nous tenons un stand et animons des séances découverte avec un enseignant APA membre du club, pour faire découvrir la pratique à tous.tes. Convivialité garantie !

→ 30 pratiquant.es

→ nombreux contacts et échange

→ ouverture d'un créneau foot santé
le dimanche matin



le Football en marchant POUR L'INCLUSION

Depuis Plusieurs années, nous intervenons dans différents événements inclusifs comme :

Lors de la Semaine européenne pour l'emploi des personnes handicapées à l'invitation du Handisport Rennes Club pour une petite démo.

Lors de l'événement Surf pour Tous, à Fréhel, en direction des personnes en situation de handicap et âgées, où le District 22 et l'AFFM était associés.

→ **Des moments conviviaux où toutes les singularités s'expriment avec bienveillance !**



VIDÉO



lien cliquable :
<https://player.vimeo.com/video/1179868730>



le Football en marchant

POUR CRÉER DU LIEN

Cette pratique est vecteur de lien social et nous avons eu l'occasion de le confirmer à travers différentes interventions auprès de structures locales pour animer des séances découvertes :

Juillet 2025 avec L'Escale le **Centre Social** de Bruz, EHESP, CPTS la Seiche...), les **adhérents et les policiers municipaux**, en mixité et intergénéralité.

Mars 2026 avec BIS et Le centre Thébaudais de Rennes auprès d'un **public en réadaptation** (addictologie, réhabilitation psychosociale)

D'autre part, depuis début 2026 nous sommes associés au projet de **recherche participatif de la région Bretagne** « DESportS » (Déterminants des Effets du Sport sur la Santé globale des **publics en situation de vulnérabilités.**) avec BIS (Breizh Insertion Sport) et le labo VIPS de Rennes 2.

→ 30 pratiquant.es

→ interventions reconduites en 2026

