

Infos Randonnées pays-de-la-Loire 2019

N°25 Décembre 2018

FFRandonnée Pays de la Loire
Maison des Sports -44 rue Romain Rolland
BP 90312 - 44103 Nantes Cedex 04
Tél./Fax 02 40 58 61 21
courriel : pays-de-la-loire@ffrandonnee.fr
site internet : <https://pays-de-la-loire.ffrandonnee.fr/>

*Des innovations
au Comité Régional
de la Randonnée Pédestre
des Pays de la Loire*



FFRandonnée 
les chemins, une richesse partagée
Pays-de-la-Loire





En 2018 le Comité Régional : tous azimuts....

Comme chaque année, le Comité Régional de la Randonnée Pédestre des Pays de la Loire a fait preuve d'innovation et de dynamisme.

Commençons par **un séjour en Sicile** dans le cadre des randonnées sur le GR Européen E1.

Ce sont 150 Ligériens qui, à nouveau, ont participé à un rassemblement européen de randonneurs.

Suivons par le « gros morceau de l'année » : l'organisation du **Championnat de France de Longe Côte**, 4^{ème} du nom, le 6 octobre aux Sables d'Olonne.

Une mission confiée par la Fédération au Comité Régional, au Comité Départemental de Vendée et au Club de Longe Côte des Olonnes qui ont préparé cette manifestation durant plus d'une année.

Elle a rassemblé 538 compétiteurs de 38 clubs FFRandonnée venus de toute la France, affiché 680 dossards, construit un village des Partenaires et une soirée festive mémorable avec 850 participants.

Des compétitions rendues difficiles l'après midi, dans une mer forte, mais qui ont donné lieu à de belles empoignades et de magnifiques vainqueurs dont 9 médailles pour les Vendéens.

Par ailleurs deux applications majeures ont été mises en place :

- ◆ une **carte des sentiers de Petites Randonnées**, labellisés ou ayant fait l'objet de rando-fiches, visibles et disponibles sur le site Internet du Comité Régional. Ce sont ainsi 186 itinéraires qui sont répertoriés.
- ◆ une **application Rando Mobile « Rando Pays de la Loire »** mise en place pour la 1^{ère} fois à la FFRandonnée et dans laquelle, à ce jour, 91 sentiers sont représentés (le double est prévu en 2019).

Chacun peut ainsi rechercher, sur l'une ou l'autre application, les sentiers de randonnée et de promenade les plus proches de chez lui et les parcourir en famille.

Avec, en plus, l'application fédérale GR@Access® qui affiche les sentiers GR® et GR® de Pays tout randonneur, itinérant ou non, peut ainsi trouver « chaussure à son pied » auprès de la Fédération.

Et, ce qui ne gêne rien, car c'est un gage de sécurité et de qualité, ces itinéraires sont suivis, balisés ou labellisés par les Comités Départementaux.

Ainsi va la Fédération et ses Comités, toujours plus en avant, pour la satisfaction de tous les marcheurs, promeneurs et usagers de la nature.

Bernard Chéneau
Président

Édito	p. 2
Championnat de France de Longe Côte	p. 3
Sentiers et Itinéraires R. LALLEMANT.....	p. 4
Formation J.J. MÉTIVIER	p. 5-6-7
Pratiques Adhésions J. BONHOMMET	p. 8-9
Loire Atlantique.....	p. 10
Maine-et-Loire	p. 11
Mayenne.....	p. 12
Sarthe	p. 13
Vendée	p. 14
Vendée à Pied	p. 15
La Sicile	p. 16

Directeur de la Publication : Bernard CHÉNEAU

Comité de rédaction : les 5 comités départementaux des Pays de la Loire

Mise en page : Annie-Claire BUREAU

Tirage : 1 000 exemplaires

Crédit photos de la couverture : Marcelle Orrière - Patrick Trottier - Christelle Choisset -

Le long-côte, une activité en plein développement



Le Longe Côte créé en 2005 par Thomas Wallyn est en plein développement sous la houlette de la Fédération Française de la Randonnée Pédestre, délégataire du Ministère des

Sports pour la discipline.

Le très récent Championnat de France qui s'est déroulé aux Sables d'Olonne le 6 octobre dernier l'a démontré avec plus de 538 compétiteurs venus de toutes les Régions « maritimes » de France et 38 clubs de Longe Côte présents. Au total il a été remis 680 dossards, certains compétiteurs pouvant participer à 2 épreuves.

Disputées en solo sur 100 m. ou en équipes (tierce ou quinte) sur 1000 m., les compétitions ont été durcies par une mer formée surtout lors des finales l'après midi. Les concurrents ne s'en sont que mieux battus et les champions (et championnes) ont été particulièrement performant(e)s.

Bien sûr le mauvais temps a contrarié la « fête » autour des compétitions et en particulier le déploiement de l'installation du village sur la Place du Tribunal. De plus il a rendu impossible les « baptêmes » prévus le dimanche matin pour lesquels plus d'une centaine de participants s'était inscrits.

Mais, un court instant de soleil, entre 18 h et 19 h a permis la remise des médailles dans la joie et la bonne humeur.

Et le tout s'est achevé avec plus de 850 participants à la soirée festive aux Atlantes.

Bref une réussite sur tous les plans pour ce 4^{ème} championnat de France de Longe Côte.

Place maintenant au 5^{ème} qui se déroulera à Barcarès le 29 Juin 2019.



CHAMPIONNAT L.C.





Depuis quelques années, notre fédération a initié une opération de redynamisation des GR® et notamment des grands GR®, ceux qui parcourent plusieurs régions. Nous allons voir quelles en sont les implications en Pays-de-la-Loire.

Le premier à être entré dans ce processus a été le GR®34, qui à cette occasion a été officiellement balisé « **Sentier des douaniers** ». Du Mont-St-Michel à St Nazaire, il suit le littoral sur 2 000 km dont environ 140 km en Pays-de-la-Loire. Il a fêté cette année les 50 ans de sa création, avec au cours du mois de septembre de très nombreuses manifestations, y compris chez nous à St Nazaire et au Pouliguen. tandis que les randonneurs de Loire-Atlantique sont allés à la rencontre de leurs voisins du Morbihan au barrage d'Arzal (*lire par ailleurs*).

Il faut noter la parution en mai dernier, d'un nouveau topo-guide dans la collection fédérale "de la Vilaine à la Loire" ; il comprend le GR® 34 du barrage d'Arzal (Morbihan) à Saint-Nazaire, le GR® 39 de la Vilaine à la Brière, le GR® 3 de Crossac à la Baule, et le GR® de pays Tour de Brière.

Le GR® 3 a lui été nommé « **la Loire sauvage à pied** ». Il a été souhaité que son itinéraire soit simplifié, en supprimant les variantes et notamment deux importantes dans notre région appelées GR® 3D et GR® 3E. Pour le GR® 3D, son tracé sera repris par un nouveau GR® de pays qui formera une boucle avec le GR® 3, dont le nom définitif reste à trouver, parcourant les coteaux du Layon et la vallée de la Loire. Le GR® 3E sera lui en partie supprimé, là où il a mal vieilli à cause de goudronnages, et la partie la plus intéressante sera également reprise pour un nouveau GR® de pays, en Maine-et-Loire et Loire-Atlantique.

Le GR® 3, la Loire sauvage à pied, voit également apparaître des éléments de signalétique (panneau, flèches directionnelles, jalons) ; ceux-ci ont pu être financés grâce à notre partenaire GRT Gaz, et une inauguration officielle a marqué l'apposition d'un panneau sur le pont Willy Brandt, à Nantes.

En outre une opération d'amélioration de l'itinéraire est en cours dans le Maine-et-Loire, sur la commune de Mauges-sur-Loire, grâce là aussi au partenariat avec GRT Gaz, mais aussi grâce à tout ceux qui ont répondu à la campagne d'appel aux dons en faveur des GR®.

Le GR® 22 pénètre très peu dans notre région, en Sarthe et en Mayenne. Mais nous n'en étions pas moins au printemps dernier, comités départementaux et comité régional, à la réunion de lancement de sa redynamisation qui s'est tenue en banlieue sud de Paris. Il s'appellera « **de Paris au Mont Saint-Michel** ». Là aussi il est souhaitable de supprimer les variantes ; cela avait déjà été fait pour le GR® 22C en Mayenne, et il faudra trouver un nouveau moyen de valoriser le parcours du GR® 22C dans la Sarthe.

En juin, c'est à Poitiers qu'a eu lieu la réunion de lancement de la redynamisation du GR® 364 ; ce sera « **du Poitou à l'Océan** ». Mais, en étudiant les forces et faiblesses de l'itinéraire, nous avons constaté qu'il traversait, en Vendée, un secteur où les ressources dont a besoin le randonneur (hébergement, ravitaillement, moyens d'accès) sont restreintes. Le comité de Vendée aura donc à effectuer un gros travail pour remodeler l'itinéraire, préalable à toute action de promotion.

Mais nous savons bien qu'il n'y a pas que des randonneurs itinérants, parcourant les GR® sur plusieurs jours. Traditionnellement, ce sont les comités départementaux seuls qui s'occupent des PR. Mais le comité régional a pris deux initiatives pour valoriser ceux-ci :

- sur le site du comité régional figure maintenant une carte des PR labellisés et/ou édités dans une rando-fiche® fédérale, avec le lien vers le document ;
- et le comité régional a maintenant sa propre appli pour les smartphones : Rando Pays de la Loire, que vous trouverez dans votre store habituel ; les comités départementaux l'alimentent actuellement avec leurs PR.



2019, A l'aube d'une phase de renouvellement complet des formations des animateurs et des pratiquants.

Une adaptation qui se concrétise

Depuis plus d'un an, est annoncé, à la FFRandonnée, un profond changement des cursus de formation « Pratiquer » et « Encadrer ».

Des informations d'ensemble ont été diffusées et, sans doute, avez-vous déjà une bonne perception de ces évolutions. L'année 2018 a été une année de travail intense pour de nombreux groupes de travail, chargés de fournir du contenu aux idées annoncées à propos de ces nouveaux cursus.

Désormais, les prérequis, les référentiels de formation de chaque diplôme, les référentiels d'évaluation des diplômes, les contenus des stages, les fiches pratiques à destination des formateurs, les « conducteurs de stages » (documents de référence pour structurer les journées de formation, passer en revue tous les thèmes prévus et atteindre les buts des stagiaires en termes de capacité à faire ou à se comporter), les contenus des modules de formation à distance, etc... toute cette matière prend forme et devient disponible pour les formateurs et le public.

Un challenge pour les formateurs

Les modifications voulues des formations proposées jusqu'ici, imposent évidemment aux formateurs une remise en cause de leurs préparations et en partie de leurs méthodes de travail. Il leur faut, eux aussi, absorber ces nouveautés pour les transmettre correctement aux stagiaires.

Pour cette raison, tout ne sera pas mis en œuvre dès 2019. Les départements, attributaires, par délégation, des formations Pratiquer la randonnée pédestre développeront à leurs rythmes les deux modules nouveaux (Pratiquer – Découverte et Pratiquer-Perfectionnement).

Les formateurs du comité régional proposeront en 2019 : les formations Pratiquer la Marche Nordique et Pratiquer le Longe-Côte, ainsi que le Certificat d'Animateur de Randonnée de Proximité (CARP), le Brevet Fédéral de Marche Nordique (BFMN) et le Brevet Fédéral de Longe-Côte (BFCLC). Dès que cela leur sera possible, et au plus tard en 2020, le Brevet Fédéral de Randonnée Pédestre (BFRP) fera partie de l'offre de formation annuelle.

Il convient de développer parallèlement un soutien des stagiaires pour la réalisation des formations à distance, dans l'hypothèse où, parfois, certains d'entre eux, pourraient se retrouver bloqués dans leurs travaux à effectuer dans ce contexte. Une tâche qui revient d'évidence aux formateurs en charge du diplôme préparé.

L'équipe régionale de formation est prête à relever ces défis et à accueillir les candidats dans les meilleures conditions pour leur permettre d'atteindre leurs objectifs.

Une formule nouvelle pour les candidats

Les candidats qui ont déjà vécu partiellement le cursus en vigueur jusqu'en 2018 (en ayant suivi un module de base ou un SA1, par exemple) devront intégrer, s'ils veulent poursuivre (par un BF, par exemple) les différences notables de méthode avec ce cursus qu'ils auront pratiqué.

Les candidats qui n'ont pas connu le cursus mis en place depuis 2008 ne sauront pas quelles modifications ont été réalisées par rapport à lui. Ils découvriront, sans a priori, les programmes et la façon de les acquérir. Leur adaptation devrait être plus aisée.

Dans tous les cas, les nouvelles méthodes ne recourent à rien d'extraordinaire, bien sûr, mais de façon nécessaire à des moyens informatiques (micro-ordinateur, smartphone...), souhaité par beaucoup et redouté par quelques-uns. Le travail à plusieurs, impliquant des candidats que ces moyens techniques n'effraient pas, pourra faciliter la contribution des participants les moins familiers avec ces outils.

Pas de réticence donc à avoir, en lien avec les moyens de communication et de traitement modernes ! Lancez-vous !

Quelle procédure pour s'inscrire dans une formation ?

Pour les formations « **Pratiquer la Randonnée Pédestre** » : se préinscrire sur le site de formation de la FFRandonnée et compléter son dossier en fonction des demandes des correspondants départementaux des comités.

Pour les formations « **Pratiquer la Marche Nordique** » et « **Pratiquer le Longe-Côte** » : se préinscrire sur le site de formation de la FFRandonnée et compléter son dossier en fonction des demandes de la coordinatrice formation des Pays de la Loire (Danielle Bourgeois). L'inscription est alors confirmée.



S'agissant des formations « **Encadrer** », il convient :

- ♦ d'évaluer son niveau technique (des tests accessibles par le site de formation de la FFRandonnée peuvent y aider) et si nécessaire, améliorer ce niveau par tous moyens, en particulier par le suivi des stages « Pratiquer » pour satisfaire les prérequis.
- ♦ de Choisir le diplôme à préparer. En rando : CARP ou BFRP, en Marche Nordique : BFMN, en Longe-Côte : BFLC.

Sur le site de la formation FFRandonnée, sélectionner les dates de la formation choisie : une date de tronc commun et, en rando une date du CARP ou les dates (stage initial 2 jours et stage final 2 jours) du BFRP. Pour les autres BF : les dates du BFMN (stage initial 2 jours et stage final 2 jours) ou celles du BFLC (stage initial 2 jours et stage final 2 jours).

Le candidat est alors préinscrit.

NB : il y a dispense du tronc commun pour les détenteurs d'un diplôme SA1 datant de moins de 3 ans voulant effectuer un BF.

Constituer son dossier et transmettre les documents attendus à la coordinatrice formation des Pays de la Loire (Danielle Bourgeois), l'inscription est alors confirmée.

Après participation au tronc commun, la liste des modules de formation à distance et les codes d'accès sont transmis. Les modules sont à suivre avant la/les phase(s) suivante(s) en présentiel.

Et en 2019, que propose le comité régional en matière de formation ?

En Pays de la Loire, l'offre de formation couvre une large part des besoins des associations, animateurs ou responsables associatifs. Il suffit de se renseigner sur les propositions de la région des Pays de la Loire pour l'année en cours sur le site internet de la FFRandonnée (www.ffrandonnee.fr), onglet formation, pour découvrir les types de stages et leurs dates programmées. Ces informations seront disponibles à partir de la fin de l'année 2018.

Un autre moyen est de consulter le programme sur le site du comité régional ou du comité départemental ou encore de récupérer le document qui décrit l'offre par téléchargement sur les sites indiqués ou auprès de son comité départemental.

L'inscription au stage se fait en ligne sur le site de la FFRandonnée, s'agissant des formations sous responsabilité directe du comité régional et pour les stages organisés par les comités départementaux, hors stages thématiques, soit de la même façon, soit avec l'assistance des responsables départementaux de la formation.

En synthèse en 2019, le contenu actuel de l'offre de formation « pratiquer » et « animer » est disponible sur la plaquette de formations

Combien ça coûte en 2019 ?

Le tarif des formations est désormais constitué de deux parties : le prix de vente pédagogique et le prix de vente des frais annexes. Le cumul des deux constitue le prix de vente du stage.

Le prix de vente pédagogique doit respecter les principes suivants :

- ♦ La fédération assure l'équité de traitement entre les adhérents,
- ♦ Le siège fédéral fixe un tarif horaire unique pour la pédagogie, qui s'applique dans l'ensemble du réseau.

Par ailleurs, les frais annexes sont fixés par chaque comité régional (ou chaque comité départemental, pour les formations déléguées aux départements)

Après examen des moyennes nationales de prix du BF 2017, la Commission Nationale de la Formation (CNF) a fixé un prix pédagogique national de 7 € de l'heure pour 2019.

Soit un prix pédagogique du BF (rando, MN ou LC) de 525 €,



- Soit un prix pédagogique du CARP de 175€,
- Soit un prix pédagogique d'une journée pratique de 49€.

Un principe de cofinancement des comités départementaux et du comité régional permettra, en Pays de la Loire, de réduire **notamment** ces coûts à charge des clubs/stagiaires (en cas de réussite au diplôme et d'engagement du diplômé, de servir à l'une des structures de gestion de la FFRandonnée pendant 3 ans), à environ 35% du prix de vente.

Les nouvelles façons de transmettre les connaissances, les nouveaux constituants des diplômes mis en œuvre par la FFRandonnée et le modèle économique que les Pays de la Loire proposent, sont, je le crois, une offre solide et cohérente, rendue accessible à tous les candidats. Qu'ils n'hésitent donc pas à se manifester.

Marche nordique : continuer à se former, c'est mieux !

MARCHE NORDIQUE

Une cinquantaine d'animateurs « marche nordique » se sont retrouvés à Angers le 7 avril 2018 pour profiter d'une journée de perfectionnement organisée par l'équipe de formateurs de la Région « Pays de la Loire ».

Anne Morvan, responsable régionale de la formation, est à l'initiative de cette journée de regroupement. Tous les animateurs de la région étaient conviés à participer à cette action ; 47 d'entre eux ont répondu à l'invitation, preuve de la pertinence de la proposition.

Une animation dynamique

Anne a accueilli les participants et présenté ses collègues formateurs régionaux Patrick Jobert (Groupe pédestre angevin) et Albert Perrault (Saumur rando), non sans saluer le travail accompli par l'équipe précédente emmenée par Loïg Gérard. Elle a ensuite brièvement exposé le programme de la journée avant de confier les rênes à une intervenante de référence : Arja Jalkanen-Meyer. Arja a su rapidement captiver son public, faisant montre de compétences autant que de simplicité. Elle a su répondre aux attentes et aux questions, en paroles mais aussi en actes. La majeure partie de la journée s'est en effet déroulée sur le terrain. Exercices d'échauffement ou d'étirement, techniques de gestion d'un groupe hétérogène : chacun a pu revoir ou découvrir de précieuses idées qui l'aideront à améliorer sa pratique au sein de son club.

Un partage bénéfique

Même s'il revient de la formation initiale avec une documentation riche, l'animateur est rapidement confronté à la difficulté de se maintenir à niveau ou d'innover, a fortiori s'il est le seul intervenant dans son club ou si sa formation date de quelques années. C'est l'autre intérêt d'une telle journée : permettre les échanges entre « collègues » sur leurs pratiques respectives, voire envisager des rencontres interclubs. La convivialité était en effet bien réelle et les partages riches.

Vécue comme une véritable journée de formation continue, l'expérience a été unanimement saluée par les participants et le souhait de voir renouveler ce type d'action est clairement exprimé. Il reste à déterminer quand et sous quelle forme mettre en place ces journées de perfectionnement.

Albert Perrault



7 avril 2018

Adhésion



Le nombre de licenciés affiliés à la FFRandonnée est en augmentation depuis quelques saisons, mais a marqué un ralentissement en 2018. Cette année notre région des Pays de la Loire a cependant enregistré une progression de 1,2 % (+1% au national), pour un total de 15 626 licenciés (+ 192 adhérents par rapport à la saison 2017). Une tendance est à noter, un nombre de clubs qui stagne, voire diminue et par conséquent des clubs qui grossissent, 73 adhérents en moyenne dans notre région.

Pour accompagner les clubs dans leur développement ou en aider à nous rejoindre, la commission régionale Pratiques Adhésions a développé un dispositif d'aides financières. Ainsi, un club voulant se diversifier en Marche Nordique, Rando-Santé® ou Longe-Côte, peut recevoir 300€. De même pour l'affiliation d'un nouveau club à la FFRandonnée. Prenez contact avec votre comité départemental qui vous guidera dans les démarches.



Rando-Challenge®

L'activité Rando-Challenge® est en pleine décroissance dans notre région, une seule épreuve a été organisée en 2018 et malheureusement aucune autre n'est prévue en 2019.

A Martigné-Briand (49), en ce 6 mai 2018, ce fut pourtant une belle épreuve qui regroupa plus de 80 concurrents en 24 équipes, dans un cadre exceptionnel qu'était la cave du domaine « MATIGNON » en plein vignoble des coteaux du Layon.

Pour 2019, l'aide régionale est toujours en place. L'épreuve régionale reste à attribuer à toute association qui voudra organiser un rando-challenge®

Renseignements auprès de Charles DELHOMME : charles.delhomme@wanadoo.fr



Longe Côte/Marche Aquatique et Marche Nordique



Une journée découverte a été organisée le 16 juin 2018 à Saint-Jean-de-Monts en Vendée. Plus de 100 participants sont venus découvrir le Longe Côte et la Marche Nordique. Une journée organisée avec le soutien du comité de Vendée et des clubs locaux « Marche Nordique NOTRE DAME DES MONTS » et « ADAPT'FORM ».

Une autre journée est prévue

à Pornichet (44)

le samedi 21 septembre 2019



Plan Solidaire de Développement

Le **Plan Solidaire de Développement** a pour objectif de financer des projets de comités* visant à créer ou à affilier de nouvelles structures associatives et des projets de clubs* souhaitant diversifier leur offre de pratique en Marche Nordique, Rando-santé ou Longe Côte. (*selon des critères d'éligibilité établis par la fédération).

Pour les Pays-de-la-Loire en 2018, seulement 2 dossiers ont été proposés par les clubs sur des projets de diversification pour un montant de 1300€. Comme déjà l'année passée, l'enveloppe attribuée à la région n'est pas totalement utilisée et est redistribuée aux autres régions.

Le dispositif est reconduit pour 2019, avec un financement établi cette fois sur une participation de l'ensemble des structures (comités). Prenez contact avec votre comité départemental pour tout renseignement **ou à : pays-de-la-loire.pratiques-adhesions@ffrandonnee.fr**

Rando Mobile : Rando PAYS DE LA LOIRE

Destinée à tous les amateurs de balades ou de randonnées, **cette application permet de découvrir les Pays de la Loire, à pied.**



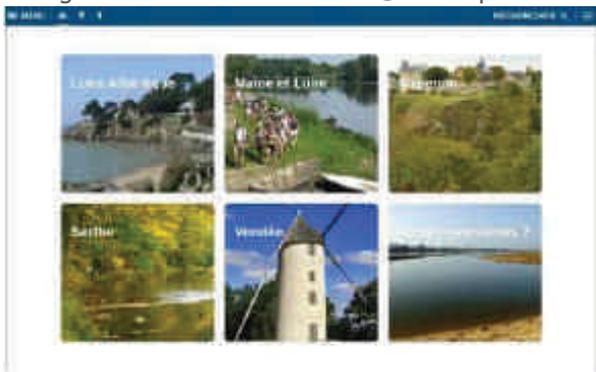
Rando Pays de la Loire propose un panel d'itinéraires, balisés aux normes de la charte du balisage de la Fédération Française de Randonnée, représentatifs des plus beaux paysages composant la Région Pays de la Loire.

On peut choisir son itinéraire en fonction de sa localisation géographique, la durée du parcours, la thématique, une sélection de « circuits coup de cœur ».

Une fois l'itinéraire choisi, vous accédez à toutes les informations pratiques pour partir randonner : distance, saison de pratique conseillée, durée, altitude mini/maxi, dénivelé positif cumulé, accès au lieu de départ. Vous pouvez également consulter des photos de randonnée et connaître les points d'intérêt à ne pas rater sur le parcours.

Rando Pays de la Loire vous guidera jusqu'au point de départ de l'itinéraire, puis le pas à pas et la carte vous permettront de suivre facilement le parcours.

Embarquez votre itinéraire pour pouvoir le suivre hors connexion. Via cette application, téléchargez gratuitement la rando-fiche® correspondante. Ce format PDF, sera un support de plus pour votre itinéraire.



Une application simple pour une utilisation facile :

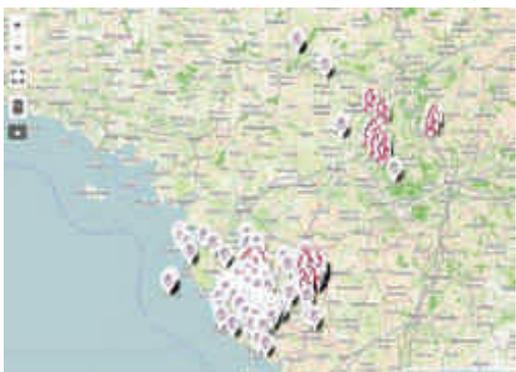
- Possibilité d'afficher votre sélection d'itinéraires : en mode liste ou en mode carte.
- Géolocalisation en temps réel sur la carte via une boussole directionnelle
- En mode liste, affichage des points d'intérêts touristiques par ordre de proximité - Fonds de carte : OpenStreetMap (embarqués dans l'appli), OpenCycleMap et Google Map.

Pour télécharger l'application, rendez-vous dans votre

« store » préféré (AppStore pour IOS et PlayStore pour Android) et faire une recherche en tapant « Rando Pays de la Loire ».

Autre innovation importante de l'année : une carte régionale des circuits PR labellisés

En partant du constat que nos circuits labellisés et boucles PR n'étaient pas visibles sur les sites fédéraux, ni identifiés correctement sur l'espace loisirs IGN, une idée de créer une carte régionale reprenant tous ces circuits est apparue évidente, carte qui serait mise en ligne sur nos sites départementaux et régional et qui comprendrait les liens vers les rando-fiches®.



LE LABEL FFRANDONNÉE EST UN GAGE DE QUALITÉ POUR LES RANDONNEURS.

Sur la carte vous trouverez une sélection d'itinéraires proposés par les comités départementaux des Pays de la Loire. La carte est mise à jour régulièrement au rythme du travail des 5 comités départementaux.

Retrouvez la carte sur le site régional, <https://pays-de-la-loire.ffrandonnee.fr/> rubrique « **Itinéraires, Les idées rando en Pays-de-la-Loire** »

105 circuits labellisés FFRandonnée ; ces circuits sont les plus intéressants de la région, à ne pas manquer ! Les comités départementaux expertisent, d'après une vingtaine de critères, les itinéraires les plus passionnants de la région. Un suivi annuel est assuré sur chaque circuit, ainsi vous êtes certains d'avoir un balisage de qualité tout au long de votre randonnée. *Bon à savoir : ces circuits ont un pourcentage de revêtu inférieur aux autres itinéraires !*

Nous ne pouvons que vous conseiller de découvrir ou redécouvrir ces itinéraires.

81 circuits édités par la Fédération dans des rando-fiches® fédérales ;

Les comités départementaux ont travaillé avec certaines collectivités afin de promouvoir des itinéraires de randonnée en créant des fiches adaptées. Ces rando-fiches® ont le format fédéral. Ces circuits ne répondent pas forcément aux critères pour être labellisés FFRandonnée. Néanmoins, ils sont intéressants pour la découverte d'un territoire et la pratique de la randonnée pédestre.

Les 50 ans du GR® 34 « sentier des douaniers »

2018

Loire-Atlantique

fut la consécration du GR®34 élu par les internautes : GR® préféré des Français sur le site « monGR ». Nous ne pouvions manquer un tel évènement et, ne pas le fêter dignement.

C'était d'autant plus important que l'homologation, obtenue en 2016 par le Comité 44, concernait la dernière partie soit 140 km entre le barrage d'Arzal, frontière avec le Morbihan et le pont de St Nazaire, liaison avec le GR® 8. Ainsi, aujourd'hui, le GR® 34 permet de suivre le littoral du Mont St Michel à St Nazaire soit 2000 km d'itinérance.

Associé aux autres comités de la FFRandonnée ainsi qu'à nos partenaires institutionnels, Conseil Départemental de la Loire-Atlantique, la Carène, Cap-Atlantique et touristique, Bretagne Plein Sud, le Comité 44 fut partenaire de deux temps forts.

Le 13 septembre, deux randonnées se sont rejointes au barrage d'Arzal l'une venant du Morbihan, l'autre venant de la Loire-Atlantique, encadrée par les équipes du « Chaland qui marche, Au gré des sentiers et Marz'en rando ». La rencontre et le passage de témoin entre les deux comités a donné lieu à des échanges sympathiques avec discours de Mr le Maire de Camoël, de Pierre Billaudel président du Comité 44 et de Annick Le Barillec présidente de la CDSI 56. Après transmission du témoin, le Comité 44 invitait l'ensemble des participants à partager le verre de l'amitié sur les hauteurs du barrage.

Le 15 septembre, les festivités ont eu lieu à St Nazaire, au port de Méan, début ou fin du GR® 34... Ce fut l'inauguration officielle du dernier tronçon sous un soleil radieux.

Pierre Billaudel ouvrait officiellement les festivités lors de son discours suivi de celui de Mme Malika Tararbit Vice-présidente du CD 44 en charge des sports de nature et de Mr Patrice Bulting adjoint au maire, conseiller communautaire, président de St Nazaire agglomération tourisme. Les discours clos, la Carène offrait à l'ensemble des participants un cocktail déjeunatoire.

Parallèlement deux randonnées sur St Nazaire furent organisées l'une sous le signe d'une randonnée patrimoine emmenée par les bénévoles de Rando côte d'Amour, la seconde plus nature, le long du GR®, emmenée par les équipes du CNRP et de l'Estuaire au sillon.

Le dimanche 16 septembre clôturait nos manifestations par une randonnée sur le Pouliguen, emmenée par l'équipe de RCA.



Nantes Métropole à pied

Les MARDICHEURS de l'association Mangin île Beaulieu de Nantes font le tour de Nantes métropole

Il faut croire que notre après-midi de marche hebdomadaire ne nous suffisait pas. La parution du topo-guide « Nantes métropole à pied », a piqué notre curiosité et nous a donné des idées. Le parcours nous a plu et le fait de n'utiliser que les transports en commun nous a vraiment séduits. Mais comment organiser cette aventure ? Sur le guide, les étapes proposées d'une vingtaine de kilomètres nous semblaient trop longues, nous les avons un peu modifiées.

La fréquence retenue a été : 10 étapes de 15-17 km, à raison d'une journée par mois de septembre à octobre, puis d'avril à juin. La fin d'une étape est le départ de la suivante.

1^{ère} étape, le 6/04/17 : Mangin Ile Beaulieu aux Sorinières Dernière étape, le 9/10/18 : Basse-Goulaine à Mangin Ile Beaulieu.



Nous n'avons fait aucun repérage avant de nous lancer sur les circuits. Le balisage est parfait. Une belle expérience collective, humaine, riche en découvertes, en anecdotes, en rencontres insolites, comme ce marcheur de l'est de la France, accompagné de son âne, effectuant un long périple.

Et dernier jour, cerise sur le gâteau, tout notre groupe de marcheurs a eu la possibilité de parcourir l'étape et de partager un bon moment de convivialité autour d'un apéritif festif suivi d'un pique-nique. Nous avons procédé à une

remise de médailles à ceux qui ont fait toutes les étapes.

À votre tour, prenez bâtons et chaussures et tournez autour de Nantes...

un grand plaisir !

Claude Briand,
présidente des Mardicheurs

SUR LES TRACES DE L'ARDOISE...



Découverte d'un territoire de notre département, l'Anjou Bleu, situé dans le Nord-Ouest.



De Pouancé à Angers en passant par Le Lion-d'Angers, La Mine Bleue, Segré, Angrie, La Pouëze, Trélazé.

Final aux Greniers St Jean à Angers.

Porte d'entrée de l'Anjou depuis la Bretagne, le château fort de Pouancé témoigne du patrimoine médiéval et sera le point de départ de cette rencontre en Maine et Loire du 29 Juin au 6 Juillet 2019. Des sentiers de halage jusqu'à la confluence de l'Oudon et de la Mayenne, circuit autour de l'ancien domaine aristocratique de l'Isle Briand, la cité ardoisière de Brèges et vivre à 126 m sous terre, une aventure insolite.

Les rivières ondulantes de l'Oudon et de la Verzée nous font remonter le fil du temps, l'ardoise, le fer, le cuir, les moulins à vent, le bocage et la forêt...

Une randonnée bucolique sur un territoire attachant !

Puis à Trélazé, ce parcours oscille entre patrimoine bâti et industriel. De puits en puits.....

Le Château de Pignerolle, le Musée de l'Ardoise. Pour le final, plongée en pleine nature au cœur de la capitale Angevine en randonnée le long du Lac de Maine, étang St Nicolas

Le Château, La Doutré et passage du relais aux Greniers St Jean.

Téléchargez le bulletin d'inscription disponible : maine-et-loire.apied2019@ffrandonnee.fr

SERVICE CIVIQUE DU 24/10/2017 AU 24/08/2018

Thématique proposée à Mathieu :

« Promouvoir la FFRandonnée auprès des associations de randonnées de Maine-et-Loire non fédérées auprès du Comité Départemental ».

Résultats :

Création d'un fichier complet d'associations non fédérées réparties sur l'ensemble du département et particulièrement en « zone blanche » ce qui est pour nous une base pour travailler afin d'augmenter les licenciés FFRandonnée.

Commentaires de Mathieu :

« Pour répondre à la thématique, j'ai d'abord consulté tous les sites internet des communes du Maine-et-Loire. J'ai également demandé aux mairies par l'envoi d'un mail de me confirmer si les associations n'étaient pas dissoutes. Cette première étape m'a permis de recueillir les coordonnées et des informations sur les associations de randonnées non-affiliées ».



Programmez vos projets de randos associatives 2019 dans le Pays de Laval



« Pas de rando sans topo » dit l'adage fédéral. Ça tombe bien, le Comité vient d'éditer un topo avec 46 propositions sur des circuits balisés par nos baliseurs officiels.

Pour vous séduire, sachez que la campagne de cette région est ondoyante avec des reliefs vigoureux entaillés par des rivières et des vallons d'une myriade de ruisseaux. Les chemins creux y sont pour la plupart bordés de haies, ce que le Comité défend avec les collectivités territoriales dans le cadre des plans locaux d'urbanisme. Le patrimoine de nombreux châteaux, manoirs, moulins, maisons, de sites industriels anciens ou récents nichés dans des forêts ou des bois est préservé

En commandant le topo « Autour de Laval », vous avez une offre de 46 propositions pour des randos à la journée ou à la demi-journée. En tant qu'association fédérée, une réduction de 10 % vous est faite. Vous pouvez le commander en ligne sur notre site Internet (mayenne@ffrandonnee.fr) dans la rubrique topo-guide.

23^{ème} édition du brevet des randonneurs Mercredi 1er mai 2019 Sainte-Suzanne-et-Chammes (Mayenne)

Le 23^{ème} brevet des randonneurs du 1^{er} mai, rendez-vous incontournable des amateurs de randonnée, se déroulera le mercredi 1^{er} mai 2019 au départ de la cité médiévale de Sainte-Suzanne-et-Chammes, site classé parmi les plus beaux villages de France. 2500 personnes sont attendues au départ des 6 circuits en boucle de 5 à 50 km.

Nous vous donnons rendez-vous pour participer à une nouvelle édition organisée pour la 1^{ère} fois sur le territoire des Coëvrons.

Choisissez le parcours qui vous convient et participez à votre rythme à une journée conviviale, récréative et sportive dans le respect de la nature.

Au départ de Sainte-Suzanne-et-Chammes, les circuits sillonneront également, selon leur kilométrage, les communes de Saint-Léger-en-Charnie, Livet, Montsûrs, Saint-Christophe-du-Luat, Châtres-la-Forêt, et Torcé-Viviers-en-Charnie.

Les inscriptions seront possibles à partir ...

	Tarifs jusqu'au 15 avril		Tarifs sur place	
	Tarif normal	Licenciés FFRandonnée	Tarif normal	Licenciés FFRandonnée
5 km	2 €	1 €	3 €	2 €
10 km	4,5 €	2,5 €	5,5 €	3,5 €
20 km	8,5 €	4 €	7,5 €	5 €
30 km	7,5 €	5,5 €	9 €	7 €
40 km	9 €	7 €	10,5 €	8,5 €
50 km	9 €	7 €	10,5 €	8,5 €

Le brevet des randonneurs est organisé par le Comité FFRandonnée Mayenne en partenariat avec l'association des Francs Tireurs Suzannais et les communes de Sainte-Suzanne-et-Chammes, Châtres-la-Forêt, Livet, Saint-Christophe-du-Luat, Saint-Léger-en-Charnie, Torcé-Viviers-en-Charnie et Montsûrs.

Pour en savoir plus sur la manifestation :
rdv sur mayenne.ffrandonnee.fr

Contacts presse

Marie Touzé, 02 43 53 12 91 - mayenne@ffrandonnee.fr



Les actions du Comité 72 en forêt domaniale de Bercé :

La forêt de Bercé, gérée par l'ONF, s'étend sur 5 400 ha au sud du département de la Sarthe, proche de la Vallée du Loir.

Ce massif dispose d'atouts exceptionnels : de remarquables futaies de chêne sessile produisant un bois d'une qualité mondialement reconnue, des vallons pittoresques et un patrimoine naturel et culturel de grande valeur. Ces éléments, qui contribuent à l'intérêt scientifique, économique et social du territoire ont conduit à la labellisation de Bercé au réseau **Forêt d'Exception** en mars 2017.



Pour son développement touristique, l'ONF et les acteurs du territoire engagés dans la démarche Bercé Forêt d'Exception ont souhaité la restructuration de l'accueil du public en forêt, et la refonte complète des itinéraires de Promenades et Randonnées en forêt de Bercé.

La mission du Comité de la Sarthe a été de référencer tous les itinéraires, pédestres, vététistes et équestres, balisés en forêt et hors forêt de Bercé afin de valoriser les sentiers essentiels à l'attractivité touristique du territoire (développement de boucles villages/forêt), puis d'en uniformiser le balisage.

Grâce à ce travail mené depuis plusieurs mois par les Comités Départementaux, une carte définitive des itinéraires à valoriser a vu le jour et tient lieu de base solide pour la réalisation d'une nouvelle carte touristique de la forêt domaniale de Bercé. Cet outil fait aujourd'hui défaut au territoire.

L'action portée par les acteurs de Bercé Forêt d'Exception, « Créer de nouveaux supports touristiques grand public pour valoriser le massif et le territoire » implique bien sûr la refonte du balisage. Pour cela, il sera nécessaire d'effacer certains anciens marquages et trouver les fonds nécessaires pour clarifier l'existant. Une convention ONF/CDRP a été rédigée en 2018 afin d'accomplir cette tâche.

RANDONNEE DU SALON « DESTINATIONS NATURE »

Du Parc des Expositions-Porte de Versailles au Château de Versailles

14^e édition de la randonnée pédestre « Destination nature » dans la région parisienne le 18 Mars 2018.

Belle participation avec 11 cars au départ. Le parcours s'est déroulé du Parc des Expositions-Porte de Versailles au château de Versailles en passant par le parc Suzanne Lenglen, l'Île St-germain, Meudon et sa forêt domaniale, Chaville et la forêt domaniale de Fausses Reposes.

La météo neigeuse et pluvieuse des jours précédents a configuré le chemin tel qu'aperçu sur ces photos. Après ce passage de test d'équilibre, l'arrivée au château de Versailles s'est faite sous la neige. Alors troquer la flânerie dans le parc pour l'abri d'un café était de rigueur en attendant les cars.

L'heure du départ sonnant, les participants rejoignent leur car et... surprise : l'un des cars n'assure pas le retour vers Le Mans ! Pourquoi ? Un loupé de la part de Veolia ? Émotion passagère suivie d'une réaction positive du responsable du car concerné. Grâce aux places disponibles sur l'ensemble des autres cars, tout le monde a pu regagner son domicile. Ouf... par rapport à cet aléa pour lequel Veolia a dû s'en expliquer. Après toutes ces années d'expérience, une problématique peut toujours survenir. Ça fait partie du kit « Organiser ».



Merci au Conseil Départemental de la Sarthe pour son soutien et à l'organisation événementielle « Destinations nature » pour son entrée gratuite au salon.

Odile et Claude

BILAN DE LA VENDÉE À PIED



⇒ **2 années de préparation avec un comité de direction et d'organisation :**

Comité de direction : 10 responsables de poste - Comité d'organisation : 32 bénévoles
272 encadrants, 14 associations affiliées - 2 salariés du Comité.

DU 12/04/2016 jusqu'au 16/07/2018 : 16 Réunions avec les mairies et 10 avec le comité d'organisation + de 4600 photocopies.

⇒ **8 étapes de Vouvent à Olonne-sur-Mer—20 communes traversées**

175 km parcourus soit une moyenne de 22 km/jour **1 800 randonneurs** sur la semaine, soit une moyenne de **225/jour ; Soit un total de 38 625 km parcourus (autour de la terre 40 075)**

27 départements représentés - 20 camping-cars

Des nouveautés : étapes avec marche nordique et

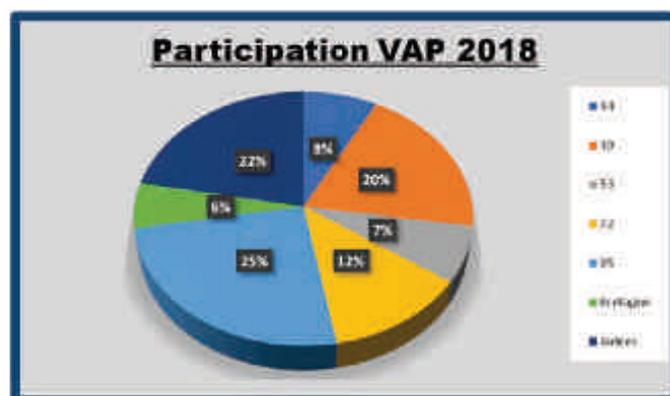
initiatives à la marche aquatique ou marche nordique

Des fiches patrimoine et une chanson pour chaque journée.



⇒ **La gestion**

- 2 sites d'hébergements : lycée Sainte-Marie à Chantonay et le Porteau à Talmont-Saint-Hilaire : 86 personnes hébergées
- 385 nuitées - 400 diners - 195 pique-niques.



Jean-Paul Boissonnot

DE LA NUMÉRISATION AUX SUPPORTS NUMÉRIQUES

Il y a 4 ans notre comité entamait les premiers travaux de numérisation. De collectes sur le terrain en traitements informatiques, l'enrichissement via le WebSig est désormais conséquent sur notre département. Un grand nombre de PR sont numérisés et l'ensemble des GR® et GR® de Pays le sera en début 2019.

Mais dans quel but ?

L'alimentation de cette importante base de données fédérale (BD-Rando), nous permet de proposer localement des outils de valorisation de nos sentiers.

Rando-Fiches®

Nos efforts se sont d'abord concentrés sur la rédaction de Rando-Fiches® grâce à 3 conventions signées avec des collectivités (Comcom de Pays de Pouzauges, Commune de Mouilleron-le-Captif, Comcom de Vie et Boulogne). Au final, se sont 75 Rando-Fiches® (pour 713 km) qui ont été créées et mis en ligne entre Avril 2016 et Avril 2017. Un franc succès vu les **55 400 téléchargements** recensés à fin septembre 2018.

Rando Mobile

Lorsqu'on parle de numérique, le prolongement logique à la Rando-Fiche® est de proposer une application pour smartphone. Nous avons donc participé, au printemps 2018, avec les autres départements des Pays de la Loire, à la mise en œuvre de l'application « RANDO PAYS de la LOIRE ». La version définitive, téléchargeable gratuitement, est opérationnelle depuis septembre 2018. Vous y trouverez l'ensemble des 75

circuits Vendéens ayant fait l'objet d'une Rando-Fiche® et ceux des autres départements.

Elle sera enrichie à chaque parution de nouvelle Rando-Fiche®.

GR® de Pays Sèvre et Maine

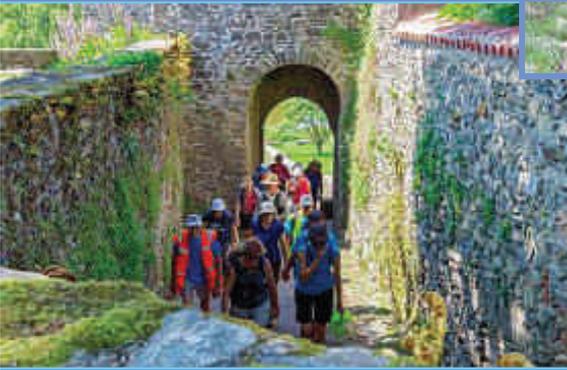
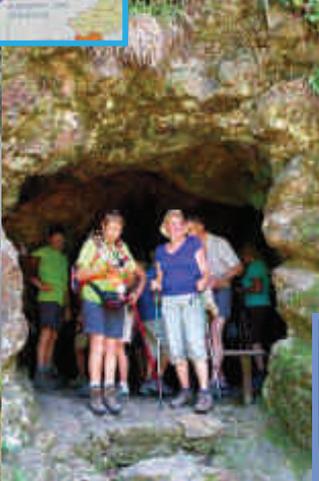
L'activité numérique du dernier trimestre 2018 a été entièrement consacrée à la rédaction de 4 Rando-Fiches® « multi feuillets » (Boucle du Bocage, Boucle des Collines, Boucle des Fiefs et Boucle des Puys) en partenariat avec l'EPTB de la Sèvre Nantaise. Une nouveauté pour nous puisqu'il s'agissait de décrire des circuits à étapes totalisant 348 km sur les GR® de Pays de Sèvre et Maine.

Site fédéral GR @ccess.

A terme, ces circuits seront accessibles sur GR @ccess dont les principales fonctionnalités sont consultables sur le site de la FFRandonnée (onglet « Randonner »).

Tous ces outils sont le fruit du travail de ceux qui œuvrent bénévolement sur le terrain et devant leur ordinateur. Nous les remercions et leur adressons toute notre reconnaissance. Leur engagement et leurs compétences nous seront toujours nécessaires en 2019 pour augmenter l'offre de ces services à disposition des randonneurs, mais surtout pour fiabiliser ces supports en assurant une veille et une mise à jour des données existantes.

Sylvain Borquet



La Sicile du 27 mai au 3 juin 2018 à Catane

Crédit photos A.C. et M.C. Bureau - Nadine Guyot - Marcelle Orrière - Jean-Pierre Palierne - Patrick Troittier

