

1 REJOIGNEZ UN CLUB FFRANDONNÉE

Près de 3 500 clubs FFRandonnée vous ouvrent leur porte à travers toute la France.

Randonner dans un club, c'est la garantie pour vous de pratiquer régulièrement votre activité favorite grâce à des programmes variés !

- Toute l'année, près de chez vous, un **programme de sorties variées** dans une ambiance conviviale :
 - En semaine et/ou le week-end
 - Sur une 1/2 journée, à la journée ou plus
 - Sorties loisirs ou sportives
- **De nouvelles pratiques** : Marche nordique, Rando Santé®, Longe Côte - Marche Aquatique, Raquette à neige, Rando Challenge®, Marche d'endurance.
- **Un encadrement adapté** grâce aux **animateurs bénévoles qualifiés**.
- Tarif réduit sur votre abonnement au magazine Passion Rando.
- Randonnez sous couvert de la FFRandonnée grâce à des **formules d'assurance adaptées**.

Pour trouver le club qui correspond à vos envies près de chez vous, rendez-vous sur : www.ffrandonnee.fr, rubrique «Nous rejoindre»



UNE ADHÉSION 100% UTILE

Votre licence vous permettra de :

- contribuer à la protection de l'environnement et des chemins ;
- d'afficher votre soutien à nos 8 500 baliseurs-aménageurs qui vous proposent gratuitement des itinéraires de qualité, notamment les 93 000 km de GR® ;
- bénéficier d'une assurance 100% adaptée à la pratique de la randonnée
- bénéficier d'avantages sur les abonnements et services de la FFRandonnée ainsi qu'auprès de nos partenaires.

2 LA RANDONNÉE SOUS TOUTES SES FORMES

Dans les clubs FFRandonnée, pratiquez les activités de marche et de randonnée sous toutes leurs formes !



RANDO PÉDESTRE

RANDO : Activité sportive préférée des français, la randonnée pédestre consiste à parcourir un itinéraire en marchant dans des zones naturelles ou urbaines sur un parcours balisé.



RANDO SANTÉ

RANDO SANTÉ® : Un club labellisé Rando Santé® offre des pratiques adaptées à la condition physique de chacun, des sorties régulières pour associer efforts physiques et plaisir.



RANDO ITINÉRANTE

RANDO ITINÉRANTE : Randonnée sur plusieurs jours consécutifs en itinérance avec nuits en bivouac ou hébergement local, elle se pratique sur les GR® balisés avec deux trait blanc et rouge. Idéal pour découvrir une région et se déconnecter.



MARCHE NORDIQUE

MARCHE NORDIQUE : Elle a pour principe d'accentuer le mouvement de balancier naturel des bras à l'aide de deux bâtons. Une activité accessible à tous, ludique et excellente pour la santé !



LONGE CÔTE - MARCHE AQUATIQUE

LONGE CÔTE - MARCHE AQUATIQUE : Activité de loisir, de bien-être, de santé ou compétitive, elle connaît un très fort engouement actuellement. Elle consiste à marcher en milieu aquatique au bon niveau d'immersion, avec ou sans pagaie sur un itinéraire adapté.



RAQUETTE À NEIGE

RAQUETTE À NEIGE : Née pour se déplacer en milieu enneigé, elle est de plus en plus pratiquée dans les associations affiliées de la FFRandonnée sous différentes formes : randonnée de quelques heures, à la journée, trek hivernal ou simple marche d'approche.



RANDO CHALLENGE

RANDO CHALLENGE® : Épreuve ludique et sportive par équipes cette activité est idéale pour approfondir, entretenir ou même vérifier vos compétences en orientation et votre préparation physique.



MARCHE ENDURANCE

MARCHES D'ENDURANCE ET AUDAX® : La marche Audax est une épreuve de régularité et d'endurance dans un esprit de solidarité où tous les membres du groupe parcourent des distances allant de 25 à 150 km sur route, chemin carrossable ou sentier, à une vitesse moyenne de 6 km/h.



Retrouvez prochainement nos clubs labellisés longe côte santé et marche nordique santé.

3 VOS AVANTAGES

Avantages partenaires

Bénéficiez d'une multitude d'avantages : jusqu'à 25% de réduction chez nos partenaires. En rejoignant un club FFRandonnée vous profitez de tarifs préférentiels pour vos séjours en villages vacances et auberges de jeunesse, voyages, croisières... en France et à l'étranger.



Découvrez l'ensemble de vos avantages sur : www.ffrandonnee.fr > rubrique Partenaires

PASSION RANDO LE MAGAZINE DE TOUS LES PASSIONNÉS DE RANDONNÉE !

Retrouvez chaque trimestre les nouvelles tendances, des idées rando en France et à l'étranger, des conseils et astuces d'experts, des reportages photos,...



Abonnez-vous auprès de votre club ou directement sur www.ffrandonnee.fr > rubrique Passion Rando

Offre adhérent : 4 numéros par an pour 8€ au lieu de 14€ (prix de l'abonnement public)



FACILITEZ-VOUS LA RANDO AVEC LE GR @CCCESS SUR MONGR.FR !

Créez, planifiez et personnalisez votre itinérance : cartographie IGN au 1:25000° et d'outils cartographiques complets, parcours, étapes, hébergements...

Offre exclusive pour les adhérents FFRandonnée : 18€/an au lieu de 25€ ou 10€/mois au lieu de 12€

4

LA FFRANDONNÉE, UNE FÉDÉRATION AU SERVICE DES RANDONNEURS

3^{ème} **fédération des sports de nature**, la Fédération Française de la Randonnée Pédestre (FFRandonnée) rassemble plus de **245 000 adhérents** répartis dans près de **3 500 associations**.

Reconnue d'utilité publique, agréée par le Ministère des Sports et reposant sur l'implication de 20 000 bénévoles (dirigeants associatifs, animateurs et baliseurs-collecteurs), la FFRandonnée valorise trois activités majeures :

LA RANDONNÉE PÉDESTRE ET AUTRES ACTIVITÉS DE MARCHÉ

Chaque année, ce sont plus de **240 000 randonnées encadrées par des animateurs formés, qui sont organisées dans le cadre des sorties clubs.**

Été comme hiver, la randonnée se décline au gré des envies de chacun :



L'AMÉNAGEMENT DES ITINÉRAIRES

La Fédération s'engage au quotidien, grâce au travail des **8 500 baliseurs collecteurs officiels** bénévoles, pour favoriser le développement du stade de pleine nature à travers un réseau de plus de **140 000 km d'itinéraires labellisés** répartis entre :

- les **GR**[®] (sentiers de Grande Randonnée[®]),
- les **GR**[®] de Pays
- les **PR** (Itinéraires de Promenade et Randonnée).



LES IDÉES DE RANDONNÉES

La FFRandonnée accompagne les randonneurs dans la préparation de leurs randonnées sur toute la France grâce :

- aux 230 topoguides (descriptifs à la journée ou en itinérance),
- à l'abonnement **GR @ccess** sur MonGR.fr pour choisir, préparer et construire sa prochaine aventure sur les GR[®] (à travers un choix de plus de 500 suggestions et de parcours géodirigés).



Plus informations sur www.ffrandonnee.fr



**PARTAGEZ VOTRE
PASSION DES ACTIVITÉS DE
MARCHÉ ET DE RANDONNÉE
DANS UN CLUB**

**PARTAGEZ VOTRE PASSION DES ACTIVITÉS
DE MARCHÉ ET DE RANDONNÉE DANS UN CLUB.
PLUS DE 3 500 CLUBS AFFILIÉS VOUS OUVERT LEUR PORTE.**
Pour choisir l'activité et le club adaptés à vos envies rendez-vous sur :
www.ffrandonnee.fr, Rubrique « CLUBS »

REJOINDRE UN CLUB DE LA FFRANDONNÉE, C'EST LA POSSIBILITÉ DE :

- Pratiquer les activités de marche et de randonnée au quotidien dans une ambiance conviviale
- Participer à plus de 240 000 randonnées encadrées par des animateurs formés
- Tester de nouvelles pratiques : Marche nordique, Rando Santé[®], Longe Côte - Marche Aquatique, Raquette à neige, Rando Challenge[®], Marche d'endurance
- Bénéficier d'infos, conseils, services et formations
- Profiter de tarifs exclusifs auprès de nos partenaires



**REJOIGNEZ
UN CLUB**

FFRandonnée
www.ffrandonnee.fr

**110 COMITÉS
3 500 CLUBS
PARTOUT EN FRANCE**

VOTRE CONTACT LOCAL

Plus informations
auprès de votre comité départemental
ou sur www.ffrandonnee.fr



FFRandonnée
www.ffrandonnee.fr

More GR
.fr

Fédération Française de la Randonnée Pédestre
64 rue du Dessous des Berges - 75013 PARIS - Tél. : 01 44 89 93 90

f ffrandonnee

t @ffrandonnee

y ffrandonnee