



Provence-Alpes-Côte d'Azur

Rando Provence-Alpes-Côte d'Azur
Février 2025 - n°104



La [FFRandonnée Sud Provence-Alpes-Côte d'Azur](#) est solidaire de la [FFRandonnée](#) qui s'engage aux côtés de nombreuses fédérations sportives pour alerter le gouvernement sur les risques que les baisses du budget alloué au sport peuvent faire peser sur nos disciplines sportives.

Réduire le budget, c'est fragiliser l'accès au sport, affaiblir la lutte contre les

inégalités et négliger son rôle clé pour la santé et la cohésion sociale. Le sport est bien plus qu'une activité physique : c'est un moteur de vie et de solidarité !

Toutes les informations sont à retrouver sur [notre site internet](#)

La Lettre ouverte au gouvernement

À LA UNE

**Une étude sur
"L'impact sociétal, social et économique
du sport"**

L'étude a été réalisée par Pluricité et le CDES (Centre de Droit et d'Économie du Sport) de Limoges pour le compte de l'Observatoire des Métiers du Sport (OMS) et la Commission Paritaire Nationale Emploi – Formation (CPNEF Sport) Sport, avec l'appui technique de l'Afdas.

Retrouvez les résultats complets de cette enquête sur [notre site internet](#)

Le coût évité de la pratique sportive en France

Etude sur l'impact sociétal, social et économique du sport

Le montant global en pourcentage du PIB est probablement surévalué car certains coûts évités, tels que ceux liés à l'échec scolaire ou à un moins bon état de santé, se chevauchent en raison d'effets interdépendants, entraînant une double comptabilisation qui surestime l'impact total.

Entre 194 et 254 milliards d'euros

Entre 7,3% et 9,6% du PIB



Santé

5,30%

140 milliards d'euros



Délinquance

0,39% - 1,17%

Entre 10,4 et 31,1 milliards d'euros



Echec scolaire

0,06% - 0,12%

Entre 1,5 et 3,1 milliards d'euros



Discriminations

0,34% - 0,67%

Entre 8,9 et 17,9 milliards d'euros



Chômage

0,23% - 0,35%

Entre 5,8 et 8,7 milliards d'euros



Mal-être au travail

0,68% - 1,36%

Entre 18 et 36 milliards d'euros



Absentéisme

- Les montants en euros sont les montants estimés à partir des études réalisées sur l'année de référence (valeur nominale)
- Les montants en % sont estimés en calculant les montants en euros à partir de leur valeur réelle en 2022 et en tenant compte de l'évolution du PIB depuis l'année de référence

0,14% - 0,36%

Entre 3,8 milliards et 9,5 milliards d'euros



Sous-productivité

0,20% - 0,31%

Entre 5,4 et 8,1 milliards d'euros



pluricitē
GROUPE

CD
ES
ÉTUDES
ÉCONOMIQUES

Plus d'infos

Votre photo préférée en janvier



En ce début d'année, votre choix s'est porté sur ce superbe cliché que nous devons au compte Instagram [@coeurdepaca](https://www.instagram.com/coeurdepaca)

Vous l'aurez peut-être reconnu, il s'agit du **Lac d'Allos** situé dans le [Parc National du Mercantour](#).

Vous souhaitez partager avec nous vos plus belles photos ?

Envoyez-les nous à l'adresse cavila@ffrandonnee.fr et nous les publierons sur nos réseaux sociaux en vous identifiant, ainsi que sur notre site internet.

Vous pouvez également nous les faire parvenir directement via :

- <https://www.facebook.com/FFRANDONNEE.PACA>
- <https://www.instagram.com/ffrandoregionsud/>

AGENDA DES ÉVÈNEMENTS

Les Comités Départementaux de la FFRandonnée Sud Provence-Alpes-Côte d'Azur vous donnent rendez-vous



Alpes-de-Haute-Provence

Randurance propose

le Printemps de la Randonnée Pédestre
2^e édition
dimanche 6 avril 2025

Randos et balades pour tous
Rendez-vous à l'Espace José Escanez
(boulodrome de Château-Arnoux-Saint-Auban)

21 Randos !
carrefour Bléone Durance

TARIF UNIQUE : 6€/personne
Infos Office de Tourisme Provence Alpes Digne-les-Bains 04 92 36 62 62
www.dignelesbains-tourisme.com • INSCRIPTIONS SUR : <https://in.njuko.com/printemps-rando2025>

Le Printemps de la Randonnée Pédestre

Dimanche 6 avril, c'est la 2^{ème} édition du Printemps de la Randonnée Pédestre dans les Alpes-de-Haute-Provence (04).

Découvrez un programme **exceptionnel** de randos et de balades pour tous au **tarif unique de 6 € !**

[Je m'inscris](#)



Hautes-Alpes

Fête de la Raquette

Dimanche 2 mars, la [FFRandonnée Hautes-Alpes](#) (05) organise la 13^{ème} Fête de la Raquette dans le Dévoluy.

13^e FÊTE DE LA RAQUETTE



**DIMANCHE 2 MARS 2025
SUPER-DÉVOLUY
(MAISON D'ACCUEIL)**

LE DÉVOLUY Hautes-Alpes le département

- 1 je prends connaissance des infos pratiques,
- 2 je choisis ma rando,
- 3 je remplis le formulaire d'inscription sur le site :



HAUTES-ALPES.FFRANDONNEE.FR
avant le 1^{er} mars 2025



MÉTÉO : en fonction des conditions, le programme pourra être modifié.



ÉQUIPEMENT : raquettes à neige et bâtons (nombreuses possibilités de les louer directement sur-place), chaussures, vêtements chauds et imperméables, gants, bonnets, gûtres, lunettes de soleil, boisson chaude et pique-nique.

ekosport -30% MILLET 174,90... -40% MILLET 119,90...

4 randonnées de niveaux différents vous sont proposées !

**DIMANCHE 2 MARS 2025
SUPER-DÉVOLUY
(MAISON D'ACCUEIL)**

LE DÉVOLUY Hautes-Alpes le département

- 1 je prends connaissance des infos pratiques,
- 2 je choisis ma rando,
- 3 je remplis le formulaire d'inscription sur le site :



HAUTES-ALPES.FFRANDONNEE.FR
avant le 1^{er} mars 2025



MÉTÉO : en fonction des conditions, le programme pourra être modifié.



ÉQUIPEMENT : raquettes à neige et bâtons (nombreuses possibilités de les louer directement sur-place), chaussures, vêtements chauds et imperméables, gants, bonnets, gûtres, lunettes de soleil, boisson chaude et pique-nique.



8h30*
Accueil en continu à partir de 8h30 avec collation et boissons chaudes.



9h30*
Premier départ de rando.



12h*
Pique-nique tiré du sac.



15h*
Goûter à partir de 15h.

* Les horaires ne sont donnés qu'à titre indicatif et peuvent être prolongés selon les circonstances. La collation de midi est offerte par l'office de tourisme du Dévoluy et le goûter et boissons chaudes par l'organisateur. Participation libre sur place.

N°	Nom	Niveau	Km	Déniv. +	Durée	Départ
1	Jas de Barges	Bon marcheur	11 km	226 m	6 h	9 h
2	Festoure	Bon marcheur	9 km	544 m	6 h	9 h
3	Rif Ladoux	Moyen	8 km	246 m	5 h	9 h 15
4	Collet du Tat	Moyen	6 km	212 m	4 h	10 h

Randonnées accompagnées, encadrées par les animateurs brevetés des clubs affiliés au CDRP

Comité Départemental de la Randonnée Pédestre - 13, av. Marchal Fach - BP 46 - 05002 GAP Cedex - siret 424 380 798

ekosport -30% MILLET 249,90€ -40% MILLET 199,90€

[Je m'inscris](#)

FFRandonnée 
les chemins, une richesse partagée

Alpes-Maritimes

Un stage de formation Sécurité raquettes

Proposé par la Commission Formation de la [FFRandonnée des Alpes-Maritimes](#) (06), ce stage de formation Sécurité raquettes aura lieu les 1er et 2 mars à Saint-Dalmas-le-Selvage.

Il s'adresse à tous les adhérents qui désirent connaître les règles simples de



sécurité raquettes.

Vous êtes intéressé ? Accédez à toutes les informations en suivant ce lien : [Formation sécurité raquette 1er et 2 mars 2025](#)

Date limite d'inscription : 26 février 2025.

Je m'inscris



Bouches-du-Rhône

**Du dimanche 23
au dimanche 30 mars**

**SEMAINE
DE LA RANDONNÉE
EN PROVENCE**

Les clubs des Bouches-du-Rhône vous ouvrent leurs portes.
Une semaine de marche pour découvrir notre territoire et ses splendeurs.
Ouvert à tous

Participation de 4€ pour les non licenciés (pass découverte)
Infos et inscriptions sur : bouches-du-rhone.ffrandonnee.fr



Semaine de la randonnée en Provence

Du dimanche 23 au dimanche 30 mars 2025, la [FFRandonnée13](#), ses associations et ses partenaires historiques (Conseil Départemental et Provence Tourisme) vous proposent une fois de plus la **Semaine de la Randonnée en Provence**.

Durant une semaine, partez à la découverte de nos territoires en marchant. De la **Marche Nordique**, du **Longe côte®** mais aussi de la **randonnée classique** vous seront proposés pour arpenter nos **collines**, nos **forêts** ou notre **littoral**.

Inscriptions à partir du 7 février sur : <https://ffrandonnee13.fr/semaineRand>
[o/](#)

Je m'inscris

Séjour en Andorre du 6 au 12 octobre 2025

Un séjour de **7 jours - 6 nuits** vous est proposé au prix de **730 €** par personne.

Toutes les **informations** sont à retrouver [ici](#).



[Je m'inscris](#)

Un stage de formation Correspondant Tourisme

Rendez-vous le 24 mars 2025 à Toulon dans le Var (83)



Toutes les informations ainsi que le lien d'inscription sont à retrouver sur [notre site internet](#) !

[Plus d'infos](#)

Le programme des Clubs de la

FFRandonnée Sud Provence-Alpes-Côte d'Azur



MARCHE NORDIQUE
4ÈME ÉTAPE
CHALLENGE
UFOLEP

DOMAINE DES TERRES DE SAINT-HILAIRE

ORGANISÉ PAR APEDIBUS

01 MARS 2025

PARCOURS

Sportif : 14,8 km, dénivelé 296 m
Échauffements 8h50, départ 9h
Tonique : 9,9 km, dénivelé 165 m
Échauffements 9h, départ 9h10
Promenade : 6,7 km, dénivelé 118 m
Échauffements 9h10, départ 9h15

PARTICIPATION

8 euros avant le 26 février, 12 euros sur place

CONVIVALITÉ

Épreuve non compétitive et non chronométrée ouverte à tous
Prêt de bâtons possible
Café, ravitaillement et apéritif offert (prendre votre gobelet)
Tombola
Possibilité de pique-nique sur place
Vente de produits du domaine

RENSEIGNEMENTS par mail : daniel@depetris.eu



Challenge Marche Nordique

L'association de randonnée pédestre de Saint-Maximin [A Pedibus](#) propose tout au long de l'année des sorties de différents niveaux dans la région en randonnée pédestre, rando santé et Marche Nordique.

Elle organise, le **samedi 1er mars 2025** sur le **Domaine de Saint Hilaire à Ollières**, le **4ème Challenge de Marche Nordique** ouvert à tout le monde. La manifestation attire habituellement plus de 400 personnes pour **3 circuits** proposés de **6, 9 et 14 km**. Les bâtons spécifiques peuvent être prêtés.

Vous trouverez les informations et le lien pour l'inscription sur le [site internet du club](#) ou par téléphone au 04 94 59 83 11

[Je m'inscris](#)



Critérium des Calanques

Dimanche 9 mars 2025

La 120ème édition du Critérium des Calanques organisé par le [club Les Excursionnistes Marseillais](#) aura lieu le 9 mars 2025.

5 points de départ, 1 lieu unique d'arrivée : Tempo Pastré

- 8 kms (400m de dénivelé+) parcours en boucle dans le parc Pastré
- 16 kms (700m de dénivelé+) au départ de Sormiou
- 20 kms (1000m de dénivelé+) au départ des Baumettes
- 26 kms (1200m de dénivelé+) au départ de Luminy
- 34 kms (1800m de dénivelé+) au départ de Port Miou

Plus d'infos

Nordique de Carnoux

Dimanche 23 mars 2025

Le [club Sport-Nature de Carnoux](#)

vous propose de participer le dimanche 23 mars 2025 à "La Nordique de Carnoux".

3 parcours sont possibles :

- **Découverte** : 6,5 km - D+ 115m
- **Initié** : 10,5 km - D+ 242M
- **Sportif** : 14,5 km - D+ 308m

NORDIQUE de CARNOUX

DIMANCHE 23 MARS 2025

Retrait des dossards à partir de 8h - Accueil Café
Salle du Mont Fleuri - 13470 - Carnoux en Provence

3 Parcours

DÉCOUVERTE : 6,5KM - D+ 115M
INITIÉ : 10,5 KM - D+ 242M
SPORTIF : 14,5KM - D+ 308M

Contact : sport.nature.carnoux@free.fr tel : 06.83.56.69.14
 Site : www.rando-sportnature.com

Logos: FF Randonnée Bouches-du-Rhône, CARNOUX en Provence, SPORT-NATURE CARNOUX, KMS, running conseil Aubagne, CABESTO, LAFARGE HOLCIM

Plus d'infos



Critérium des 4 Cantons

Dimanche 9 mars 2025

Les inscriptions sont ouvertes pour la 34^{ème} édition du Critérium des 4 Cantons organisé par le [A.V.D.S.A](#) aura lieu le 27 avril 2025.

Plus d'infos

FOCUS

**L'Assemblée Générale de la FFRandonnée Sud
Provence-Alpes-Côte d'Azur**



Notre **Assemblée Générale** se tiendra **le samedi 22 mars** au **Villages Clubs du Soleil à Marseille.**

Conformément à nos statuts, l'invitation ainsi que les documents complémentaires vous seront envoyés le 22 février.

Les dates des AG des CDRP de notre région

Le guide "Une fréquentation respectueuse de la biodiversité dans les Parcs naturels régionaux"



Élaboré dans le cadre de l'appui de la Fédération des Parcs au programme «[Avenir montagne ingénierie](#)» mené par l'Agence nationale de la cohésion des territoires, ce guide a été réalisé avec le soutien de l'[ANCT](#), du ministère de la transition écologique et de la cohésion des territoires et de la Banque des Territoires.

Ce document trace des perspectives pour la mise en place de nouvelles actions territoriales répondant aux enjeux d'aujourd'hui et de demain. Destiné en priorité à un public de techniciens, il est centré principalement autour de 8 fiches répondant à chaque fois à un enjeu important.

Plus d'infos

La boutique de la FFRandonnée Sud Provence-Alpes-Côte d'Azur



Les TopoGuides® sont à retrouver toute l'année sur notre boutique en ligne !

La boutique de la FFRandonnée
Sud Provence-Alpes-Côte d'Azur

ZOOM SUR NOS PARTENAIRES



VACANCES
Ternélia

Notre ADN, votre bonheur

Contactez-nous
pour organiser ensemble
votre séjour idéal dans nos
Villages et Résidences de Vacances !

Zoom sur nos séjours rando

Pratiquez votre sport favori, guidé par TERNÉLIA !

Au cœur des plus belles régions de France, Ternélia vous propose 10 séjours tout compris, en pension complète avec au minimum ½ journée guidée chaque jour :

En **Haute-Savoie** :

- [L'Isle d'Aulps](#) – Géopark du Chablais proche du pays du Mont Blanc

- [Le Pavillon des Fleurs](#) – Lac d'Annecy

Dans les **Hautes-Alpes** :

- [Chadenas](#) – Lac de Serre Ponçon

Dans le **Doubs** :

- [Evasion Tonique](#) – Villers le Lac, Saut du Doubs

Dans les **Pyrénées Orientales** :

- [Le Chalet du Ticou](#) – Parc Naturel Régional des Pyrénées Catalanes

Dans le **Var** :

- [Les Genévriers](#) – Massif de l'Esterel

Dans les **Landes** :

- [Cap Océan](#) – Seignosse Hossegor, Côte sud des Landes

Dans la **Drôme** :

- [La Fontaine d'Annibal](#) – Parc Naturel Régional des Baronnies Provençales

En **Ardèche** :

- [Domaine Lou Capitelle & Spa](#) – Vogüé, Gorges de l'Ardèche, Réserve Naturelle

Dans le **Pas-de-Calais** :

- [Le Manoir de la Canche](#) – Côte d'Opale et Baie de Somme

A votre disposition pour tous renseignements au 04 50 66 65 20 / contact@ternelia.com



www.azuretneige.fr

VOTRE SÉJOUR 2025 VACANCES DE FÉVRIER

Dès
630 €

Azur & Neige
Village vacances - Location location

10%

Profitez de votre remise
avec la carte FFRP !

- DU 8 AU 15 FÉVRIER
- DU 15 AU 22 FÉVRIER
- DU 22 AU 01 MARS

Cliquez ici pour
en savoir plus !

<https://cafrance-vacances.com/village-vacances-azur-et-neige>

Réservez ! Par tél. 04.92.35.03.29 ou par mail : contact@azuretneige.fr



Entre le 23 août et le 6 septembre 2025
8 jours

www.louriouclar.com

VOTRE SÉJOUR 100% RANDO

Dès
695 €

LOU RIOUCLAR
Village vacances ****

10%

Profitez de votre remise
avec la carte FFRP !

Découvrez les splendides montagnes de la
vallée de l'Ubaye à votre rythme, que vous
soyez novice ou randonneur aguerri !

Cliquez ici pour
en savoir plus !

<https://cafrance-vacances.com/village-vacances-lou-riouclar>

Réservez ! Par tél. 04.92.80.75.75 ou par mail : contact@louriouclar.com



Du 12 au 19 avril
8 jours

www.rechastel.fr

DECouvrez LA MONTAGNE A PÂQUES

Dès
553 €*

Rechastel
Village club ****

10%

Profitez de votre remise
avec la carte FFRP !

- 8 jours
- PROMO familles nombreuses
- Tarifs dégressifs enfants
- Deux adultes payants = un séjour « - 9 ans » offert

Cliquez ici pour
en savoir plus !

<https://cafrance-vacances.com/village-vacances-rechastel>

Réservez ! Par tél. 04.92.85.53.58 ou par mail : contact@rechastel.fr

PREMIÈRE MINUTE
PRINTEMPS, ÉTÉ, AUTOMNE 2025

PROLONGATION
jusqu'à
-20%*
sur ton séjour

+ CUMULABLE AVEC TON AVANTAGE PARTENAIRE

jusqu'au
28 février

J'en profite !

conditions sur la page web de l'offre

PROLONGATION

Première Minute Printemps Été-
Automne 2025

Réserver avant le 28 février inclus

Jusqu'à – 20% sur votre séjour !

- Partir 5 nuits minimum : entre le 5 avril
et le 15 novembre 2025

- Cumulable avec Votre avantage
Partenaire 15233

RENSEIGNEMENTS &

RÉSERVATIONS :

vfv-villages.org / 04 73 43 00 43

Suivez-nous sur nos réseaux !



Ils nous soutiennent !



[FFRandonnée Sud Provence-Alpes-Côte d'Azur](#)

21 avenue de Mazargues, 13008 MARSEILLE

This email was sent to {{contact.EMAIL}}
You've received this email because you've subscribed to our newsletter.

[Se désinscrire](#)

