



Provence-Alpes-Côte d'Azur

Rando Provence-Alpes-Côte d'Azur
Avril 2025 - n°106

À LA UNE

Retour sur notre
Assemblée Générale 2025



Un nouveau Comité Directeur

Nous souhaitons la bienvenue aux nouveaux administrateurs et aux nouvelles administratrices du Comité Régional de la Randonnée Pédestre Sud Provence-Alpes-Côte d'Azur !

Un nouveau partenariat

Signature d'une convention entre l'Association des Amis des Chemins de Compostelle et de Rome Provence-Alpes-Côte d'Azur et la FFRandonnée Sud Provence-Alpes-Côte d'Azur.



Plus d'infos sur
l'Assemblée Générale Ordinaire 2025

Le Championnat Régional de Longe côte® 2025

Les inscriptions sont ouvertes !

Vous avez jusqu'au dimanche **6 avril 2025** pour vous inscrire et participer au Championnat régional de Longe côte® 2025.

Découvrez et téléchargez le **dossier compétiteur** sur notre site internet :

<https://provence-alpes-cote-d-azur.ffrandonnee.fr/post/laffiche-du-championnat-regional-de-longe-cote-2025/>

CHAMPIONNAT RÉGIONAL
de Longe côte®
26 & 27 AVRIL 2025 | HYÈRES
PLAGE DES-ESTAGNETS
REPLI - PLAGE DE L'AYGUADE

Votre photo préférée en mars



C'est la photo que vous avez le plus aimé sur nos réseaux sociaux :

🍂 L'automne à Saint-Véran

Vous souhaitez partager avec nous vos plus belles photos ?

👉 Envoyez-les nous par mail à l'adresse cavila@ffrandonnee.fr

- nous les publierons **sur nos réseaux sociaux** en vous identifiant
- et nous les afficherons **à la une sur notre site internet** !

Vous pouvez également nous les faire parvenir directement via :

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

Nous avons hâte de découvrir vos plus beaux clichés !

AGENDA DES ÉVÈNEMENTS

Le programme des Comités Départementaux de la Randonnée Pédestre de Provence-Alpes-Côte d'Azur



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://fr.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](#)



Bouches-du-Rhône

L'Ultra Randonnée 13

Tour Complet
122 km

Demi-tour
55 km

GRAND TOUR DE L'ÉTANG DE BERRE

ULTRA RANDONNÉE 13

12 et 13 AVRIL 2025



Infos et inscriptions sur :
bouches-du-rhone.ffrandonnee.fr



Var

La FFRandonnée Var
vous invite au voyage



La [FFRandonnée Var](#) vous propose un séjour en **Andorre** du **06 au 12 octobre 2025** (7 jours - 6 nuits)
Tarif : **730 €** par personne.

Je m'inscris

Une course solidaire



RANDO DE LA VICTOIRE
pour le don de moelle osseuse
Solliès-Toucas
8 MAI
12 Kms

ORGANISATION
Comité des Fêtes
Avec la participation de
la VILLE de SOLLIES TOUCAS

Départ 8h30
STADE LANZA
Guidée par Les Mollets d'Acier
RandoMéounes, Tamalous

Les Veilleurs de Vie

SOLLIES TOUCAS
VALLÉE DU GARPAU
EFS
FFRandonnée Var
CRÉDIT AGRICOLE

INSCRIPTION RANDO

NOM :
Prénom :
Sexe : MASC FEM
Club ou Ville :

DEPART 8h30 et ARRIVEE au STADE LANZA de SOLLIES TOUCAS
Parcours de 12 Kms - dénivelé 260m +
sur route, sentier et piste forestière
1 point de ravitaillement (prévoir ses contenants)
Marche à allure libre, non chronométrée
Animée par des guides FFRP
Avec 3 meneurs d'allure: sportive, dynamique ou douce
À l'arrivée: Collation, Apéritif offert
Tables et chaises à disposition pour pique niquer

RETRAIT DES DOSSARDS
Le matin sur place de 8h à 8h30 **Cadeau offert**
! Epingles de dossards non fournies !

DROITS D'INSCRIPTION :

- * Sur www.chronosports.fr Date limite : 4 Mai 2025
8 euros (+ Frais de gestion)
- * Par **courrier** - Date limite : 2 Mai 2025
adresse : COF Course du 8 Mai
Hôtel de Ville - 83210 SOLLIES TOUCAS
Avec règlement par chèque à l'ordre du COF SOLLIES TOUCAS
8 euros
- * Sur place le jour de l'épreuve = 10 euros

Renseignements : 06 12 29 84 13
www.ville-solliestoucas.fr

Je m'inscris



Vaucluse

4ème édition
RANDO POUR TOUS
SAMEDI 05 AVRIL 2025

Châteauneuf-de-Gadagne
Parc de l'Arbousière
Avenue Voltaire Garcin
43.938830, 4.933160

Gratuit - Ouvert à tous - Sans inscription

PROGRAMME
De 8H30 à 12H
Accès par le portail nord
8H30*..Pot d'accueil
11H30..Pot de retour
*9H30 pour Rando Santé® et Handi Rando

Handi Rando.....5km - Pas de dénivelé
Rando Santé®.....5km - Pas de dénivelé
Rando Douce.....De 6 à 9km - D° de 20 à 90m

vaucluse@ffrandonnee.fr / 06 24 15 09 97 / www.rando84.com

FFRandonnée Vaucluse - Maison Départementale des Sports 4725 Recade Charles de Gaulle 84000 Arles - 0881 - 422 814 877 0000

ici Vaucluse

Photo: J. Bougault / Département Vaucluse Photo

Rando Pour Tous

Samedi 5 Avril, à Châteauneuf de Gadagne, la «Randonnée Pour Tous» revient pour sa 4ème édition : une initiative du [Comité Départemental de Randonnée Pédestre du Vaucluse](#), orchestrée par les associations [Solars de Virons](#) et [RandoFavet](#), qui réunira tous les amateurs et pratiquants de randonnée sous toutes ses formes. **Rando douce, rando santé®, rando pour tous, handi-rando** seront ainsi à l'honneur sur des parcours adaptés, sur le plateau de Châteauneuf de Gadagne. Des **randonnées de tous niveaux de 5 à 9 km, aux dénivelés variant de 20 à 90 m**, permettront à tous, et en groupes encadrés par des animateurs expérimentés, de découvrir les paysages viticoles du plateau et les vues pittoresques du Comtat et du département, à une allure modéré.

Renseignements complémentaires auprès du **Comité Départemental de Randonnée Pédestre**
vaucluse@ffrandonnee.fr /
06.24.15.09.97 – 04.28.70.27.29

Plus d'infos

Les professionnels du tourisme initiés aux fondamentaux de la randonnée



La [FFRandonnée](#) [Vaucluse](#) et [Vaucluse Provence Attractivité](#) ont organisé deux "Éductours Rando" destinés aux professionnels du tourisme du Département de Vaucluse : le 26 mars à l'Auberge de Lioux (établissement Compagnon de Route®) et le 27 mars au Camping La Cerise à Malemort-du-Comtat (établissement Compagnon de Route®). Le but de ces rencontres était de découvrir et



comprendre : la structuration de la randonnée avec la marque Compagnon de Route®, les balisages existants et leur signification, les lames directionnelles... L'occasion également d'acquérir les bases de la lecture de carte, savoir trouver des randonnées vérifiées, fiables et



sécurisées à conseiller, comprendre les restrictions d'accès aux massifs, s'équiper du matériel indispensable, réagir face aux chiens de protection, où trouver les zones naturelles protégées, etc...En un mot, tout pour que chaque professionnel du tourisme puisse devenir une personne référente en matière de randonnée!

Le programme des Clubs de la FFRandonnée Sud Provence-Alpes-Côte d'Azur

Coupe de France des Clubs



Le club [Les Randonneurs Seynois](#) vous donne rendez-vous le **5 avril 2025** pour la 2ème manche régionale de la Coupe de France des Clubs !

Épreuves :

- 3000m en équipe mixte de 4 à 6
- 1000m en tierce libre
- 1000m en relais mixte

Pour chaque épreuve, les clubs constituent des équipes selon 2 catégories :

- Supra catégorie SENIOR
- Supra catégorie MASTER

[Plus d'infos](#)



Critérium des 4 Cantons

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

Je m'inscris

FOCUS

La campagne PSF 2025



Cette année, le **début de la campagne PSF** aura lieu le 1er avril. Le montant de l'enveloppe pour notre région devrait être connu très prochainement. À noter que l'Agence Nationale du Sport a informé les fédérations sportives d'une baisse de la dotation d'environ 7%.

La [FFRandonnée](#) organise deux webinaires d'information sur le dispositif PSF :

- le 9 avril de 14h à 16h
- le 17 avril de 17h à 19h

Les liens de connexion vous seront envoyés directement par le siège.

Pour toute demande d'information
au niveau régional, contactez nous
par mail à l'adresse suivante :
paca.psf@ffrandonnee.fr

Randonnée pédestre et biodiversité : l'étude de la FFRandonnée



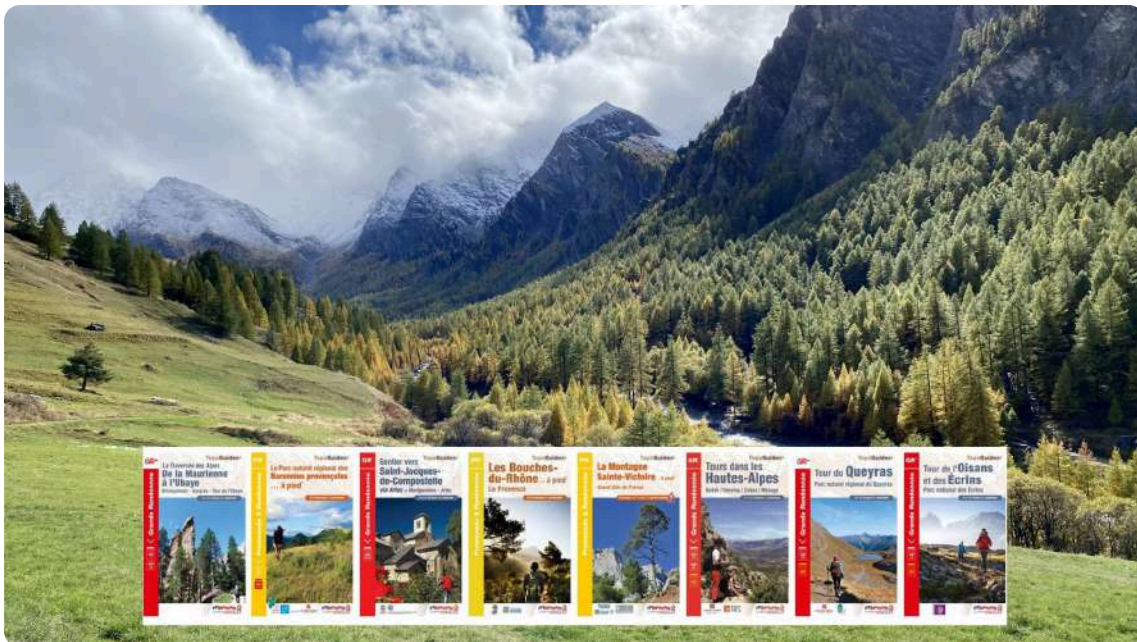
Quel est notre impact sur la biodiversité lorsque nous randonnons ou lorsque nous pratiquons les autres activités sportives propres à notre fédération ?

Pour répondre à cette question, la [FFRandonnée](#) a mené l'enquête !

Découvrez et téléchargez les résultats de l'enquête sur notre site internet.

[Je découvre l'étude](#)

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
Léo Lagrange

-30%

OFFRE SPÉCIALE
PROFITEZ DES BEAUX JOURS

VILLAGE DES LAVANDES***
A MONTEBRUN-LES-BAINS
HAMEAU DES OLIVIERS ***
A VAISON-LA-ROMAINE

À PARTIR DE
3 JOURS/2 NUITS

Rendez-vous sur www.vacancesleolagrange.com

*Pour toute réservation avant le 9 avril 2025

Vacances
Léo Lagrange

VILLAGES VACANCES

CAP *Alpes
Provence*

LOU RIOUCLAR
RECHASTEL
AZUR ET NEIGE



**EN AVRIL, NE TE DÉCOUVRE
PAS D'UN FIL... SAUF POUR
PROFITER DE NOS SUPER
OFFRES !**

Dès
517€*
Du 12 au 19 avril 2025

Ce printemps, bénéficiez du tarif basse saison + 10% de remise pour un séjour tout en douceur !

Au programme : balades en pleine nature, barbecue gourmand, visite de la Maison du Bois, détente à la piscine chauffée ou au SPA du village... Lou Riouclar a tout prévu pour vous et votre famille !



www.louriouclar.com

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



Profitez de votre remise
avec la carte FFRP !

Cliquez ici pour
en savoir plus !

Lou Riouclar
Vacances de Printemps



www.azuretneige.fr

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

Azur & Neige
VILLAGE VACANCES - LOCATION SAISONNIERE

ÉVASION NATURE ET CONVIVIALITÉ

Partez à la découverte de la vallée de l'Ubaye, de la Blanche et de la Durance. Entre vallées préservées et l'emblématique lac de Serre-Ponçon, chaque sentier vous dévoile une nature grandiose et ressourçante.

- en pension complète
- guide compris



Profitez de votre remise
avec la carte FFRP !

Cliquez ici pour
en savoir plus !

Azur et Neige
Séjour Rando

Dès
732€*
Entre le 12/7 et le 2/8



www.rechastel.fr

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



UN ÉTÉ PLEIN D'AVENTURES ET D'AVANTAGES À RECHASTEL !

Le plein d'activités Wake Board, randos, découvertes,
spectacles... - pour toute la famille -

Remise partenaire et conditions exceptionnelles

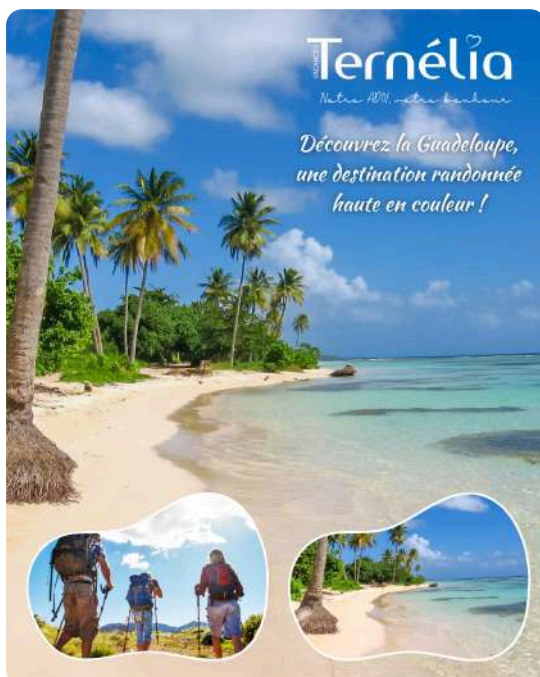
- 8 jours/7 nuits
- PROMO familles nombreuses (non cumulable avec la remise membre FFRP)
- Tarifs dégressifs enfants



Profitez de votre remise
avec la carte FFRP !

Cliquez ici pour
en savoir plus !

Rechastel
séjour d'été



Ternélia

Notre 100% notre bonheur

Découvrez la Guadeloupe,
une destination randonnée
haute en couleur !

Découvrez les merveilles de la
Guadeloupe avec [Ternélia](#) !

Embarquez votre groupe pour une aventure inoubliable à travers cette destination 100 % randonnée. Explorez des sentiers pittoresques, laissez-vous guider par des experts locaux et savourez chaque moment avec des visites captivantes et des dégustations gourmandes. Tout est inclus pour vous offrir une expérience exceptionnelle !

Découvrez l'offre :



Vacances de Printemps

Jusqu'à **30 % de réduction !**

Cumulable avec votre avantage
Partenaire FFRANDO **15233**



**VOTRE SÉJOUR
GROUPE**
**2 gratuits
pour 20***
au lieu d'1-gratuité-pour-20

Réservez jusqu'au 29 Avril inclus

**Partez 5 nuits minimum entre le 05
avril et le 03 mai 2025**

Renseignements et 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](#)

