



Provence-Alpes-Côte d'Azur

Rando Provence-Alpes-Côte d'Azur Octobre 2025 - n°112

À LA UNE

Calendrier des formations 2025-2026



La [FFRandonnée Sud Provence-Alpes-Côte d'Azur](#) vous propose un programme de formations tout au long de l'année et sur l'ensemble de la région. Ces formations vous apporteront les connaissances et compétences essentielles à la pratique de la randonnée et des diverses disciplines sportives, à l'encadrement de randonnées pédestres, au balisage...
N'hésitez plus !

Je consulte le calendrier des
formations 2025-2026

L'agenda des évènements

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



Alpes-Maritimes

**Une tombola
pour le Téléthon**

TÉLÉTHON
INNOVER POUR GUÉRIR



🎉 **TOMBOLA SOLIDAIRE AU PROFIT DU TÉLÉTHON !** 🎉

☀️ **Tentez votre chance et soutenez une belle cause !** ☀️

🎁 **À GAGNER :** Un séjour pour 4 à 5 personnes dans un VVF en France
avec un séjour de 3 jours / 2 nuits en location !

🎫 **Billet : 5 € seulement !**

💛 **Chaque ticket acheté, c'est un pas de plus pour faire avancer la recherche
médicale !**

🙏 **Merci pour votre générosité !**

Le tirage au sort aura lieu le 25 novembre 2025.

**Je tente ma chance et je soutiens
le Téléthon**



Bouches-du-Rhône

**La Fête de la
Randonnée en
Provence**



Domaine départemental de Pichauris

Dimanche 26 octobre 2025

Au programme :

- Un village festif
- Des randonnées accompagnées
- Des randonnées libres
- De la Marche Nordique
- De la marche avec bâtons dynamiques
- Une épreuve de Fast Hiking
- De la marche d'endurance
- Une chasse au trésor spécial famille pour vos enfants

Plus d'infos

FFRandonnée 
les chemins, une richesse partagée

Var



Les 50 ans du CDRP 83

Du 3 au 9 novembre 2025

Le [Comité Départemental de la Randonnée Pédestre du Var](#) (83) fêtera ses 50 ans cette année ! Du 3 au 9 novembre 2025, 41 animations ouvertes à tous sont prévues sur tous les secteurs du Var (randonnées, initiations longe-côte, randos santé, initiations marche nordique, initiations Bungy Pump...) La journée du 9 novembre 2025 sera réservée aux licenciés pour un après-midi convivial à partir de 13h : 4 randos l'après-midi,

initiations diverses (marche nordique, Bungy Pump), animations (tennis, padel, concours de pétanque), soirée de Gala (prix 27 € comprenant le dîner et la soirée dansante - nombre de places limité à 300).

Infos et inscriptions



Séjour aux Cinq Terres

Du 26 au 30 avril 2026

La [FFRandonnée Var](#) vous propose une escapade dans les Cinq Terres du 26 au 30 avril 2026.

Tarif : 620 € par personne séjour de 5 jours / 4 nuits.

Le descriptif complet est à retrouver ici : [SÉJOUR LES CINQ TERRES - Fédération Française de Randonnée du Var](#)

Je m'inscris



Vaucluse



10ème Journée départementale de la Marche Nordique

Samedi 11 octobre 2025

La [FFRandonnée Vaucluse](#) et l'association affiliée Rando l'Isle vous proposent la 10ème journée départementale de la marche nordique à Murs (accueil du public à la salle des fêtes des Hauts de Rémourase à partir de 8h pour les inscriptions gratuites).

3 parcours de 8 km, 10km et 13km sont proposés. L'évènement est devenu un rendez-vous incontournable du département, avec pour objectif de valoriser l'engagement des associations et bénévoles, de promouvoir la pratique d'activités bénéfiques pour la santé et le bien-être, et enfin d'informer sur les actions locales et les bonnes pratiques.

[Plus d'infos](#)

Le GR de Pays® des Dentelles de Montmirail

Le Nord du Vaucluse regroupe divers petits massifs aux caractères bien marqués comme le massif de Rasteau, les Dentelles de Montmirail, ou le Mont-Ventoux. L'Histoire a laissé ici un héritage aussi riche que divers, les villes romaines d'Orange et de Vaison, les villages avec vestiges féodaux et abondance d'églises romanes, des édifices Renaissance ou des temps modernes. Découvrez ou redécouvrez un territoire aux multiples facettes et des paysages à couper le souffle !



Plus d'infos

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

Plus d'infos

FFRandonnée
les chemins, une richesse partagée
Bouches-du-Rhône

RANDO CHALLENGE®

à CUGES-LES-PINS (13)

LE 12 OCTOBRE 2025



AU PROGRAMME :

- Une épreuve labellisée comptant pour le championnat de France traditionnel (carte et boussole) - 25 € plus 4 € par compétiteur non licencié.
- Une épreuve performance numérique (navigation avec GPS) - 5 € par personne plus 4 € par compétiteur non licencié.

Inscrivez-vous dès maintenant sur :
<https://ffrandonnee-competitions.fr>
ou en scannant le QR code



FFRandonnée Rando challenge CUGES RANDOS CUGES VVF CUGES OFFICE DE TOURISME PAYS D'AUBAGNE ET DE L'ÉTOILE OR CORRAL

FFRandonnée les chemins, une richesse partagée Rando challenge

RANDOS CUGES

CUGES

à Cuges-les Pins le dimanche 12 octobre 2025

Deux épreuves de Rando challenge®

- une épreuve labellisée comptant pour le championnat de France traditionnelle (avec carte et boussole)
- une épreuve Performance numérique (navigation avec GPS)

Inscriptions sur
<https://ffrandonnee-competitions.fr>
options
Rando challenge®
ou
Rando challenge® Performance

Je m'inscris

VSA Montagne
randonnée pédestre - raquettes - marche nordique

3E CRITERIUM DE RANDONNEE PEDESTRE VALLIS BONA

4 Parcours - 8 Km - 9 km -
16 Km - 26 km
VALBONNE SOPHIA ANTIPOLIS
FERME BERMOND

Dimanche 12 octobre 2025

Nouveauté 2025
Parcours santé
encadré 8km

Inscriptions
www.vsa-montagne.fr
à partir du 1/9/25

VSA Montagne
randonnée pédestre - raquettes - marche nordique



SATORIZ le bio pour tous

chullanka

FFRandonnée Alpes Maritimes

VILLE DE VALBONNE SOPHIA ANTIPOLIS

DEPARTEMENT DES ALPES MARITIMES 06

Plus d'infos

L'OPEN NATIONAL TRAIL LONGE CÔTE DE LA NAPOULE




SERA LE DIMANCHE 12 OCTOBRE 😊

Les inscriptions ouvriront fin août.
Ouvert à tous licenciés ou pas.

Nous avons hâte de vous retrouver pour cette belle compétition !

FFRandonnée
Longe Côte / Marche Aquatique

 **Dimanche 12 octobre 2025** –
Mandelieu-La Napoule - 10e Édition
OPEN Trail Longe Côte de La
Napoule

 Organisé par le club Trail Longe
Côte Napoule (TLCN)

 Contact : tlcnapoule@gmail.com

 Infos pratiques :

[https://tlcnapoule.fr/logistique-
evenement-trail-longe-cote-de-la-
napoule.html](https://tlcnapoule.fr/logistique-evenement-trail-longe-cote-de-la-napoule.html)

Lien d'inscription :

[https://www.helloasso.com/associatio
ns/tlc-napoule/evenements/open-
national-trail-longe-cote-de-la-
napoule-2025](https://www.helloasso.com/associations/tlc-napoule/evenements/open-national-trail-longe-cote-de-la-napoule-2025)

**Fin des inscriptions : jeudi 9
octobre 20h**

Le dossier compétiteur

Votre photo préférée en Septembre



👉👉👉 C'est votre photo préférée !

Merci à @nature_rando !

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
- 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 !

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



Commander les TopoGuides® de notre région sur
notre boutique en ligne !

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

ZOOM SUR NOS PARTENAIRES



En pied de pistes, Le Grand
Fourchon est l'adresse idéale pour
profiter du domaine skiable de

 **Cap sur
Valmeinier 1800 pour
vos vacances neige !**

 **Bon plan : il reste encore de la
place pour les fêtes de fin d'année !**
Vivez l'ambiance magique de Noël et du
Nouvel An à la montagne : descentes à

Valmeinier / Valloire.

En demi-pension, il vous accueille dans un cadre confortable et chaleureux, avec :

- ✨ Des chambres rénovées
- ✨ Un spa flambant neuf pour se détendre après le ski
- ✨ L'équilibre parfait : sérénité au Grand Fourchon et toutes les animations de station à deux pas pour ceux qui veulent prolonger la journée

Nos autres destinations hiver

- Forgeassoud (St-Jean-de-Sixt, Haute-Savoie) – authenticité et randonnées panoramiques
- Les Becchi (Samoëns, Haute-Savoie) – charme alpin, ski et activités nature
- Les Cèdres (Grasse, Provence – Côte d'Azur) – soleil, parfums et culture méditerranéenne

ski, soirées animées en station et panoramas enneigés inoubliables.

Que ce soit en **groupe**, en **famille** ou entre **amis**, **Valmeinier** est la promesse d'un séjour 100% neige et convivialité :

-  Des descentes variées pour tous niveaux
-  Des balades en raquettes dans des paysages grandioses
-  Des panoramas alpins à couper le souffle

Réservations groupes : Cathy

Richard – 06 60 64 02 70 –

c.richard@aec-vacances.com

Réservations individuelles :

www.aec-vacances.com

Code partenaire FFR PACA :

787608

 Contactez **Cathy Richard** au 06 60 64 02 70

 c.richard@aec-vacances.com

 Code partenaire FFR PACA :

787608

 www.aec-vacances.com



Ventes de dernières minutes Toussaint

Jusqu'à 20 % de réduction cumulable avec votre avantage

Partenaire(00988)

**Voir condition sur la page web*

Réserver jusqu'au 28 octobre inclus

Partir 4 Nuits minimum entre le 18 octobre et le 1 novembre 2025

VILLAGES VACANCES

CAP *Alpes
Provence*

LOU RIOUCLAR
RECHASTEL
AZUR ET NEIGE



www.louriouclar.com

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



VACANCES DE FÉVRIER

Cet hiver, tout est prévu à Lou Riouclar :

Ski ou raquettes au choix, navettes gratuites vers les stations, forfaits et matériel à tarif préférentiel, enfants accompagnés sur pistes et club l'après-midi, sans oublier goûters gourmands et soirées festives.

* Tarif par personne par semaine

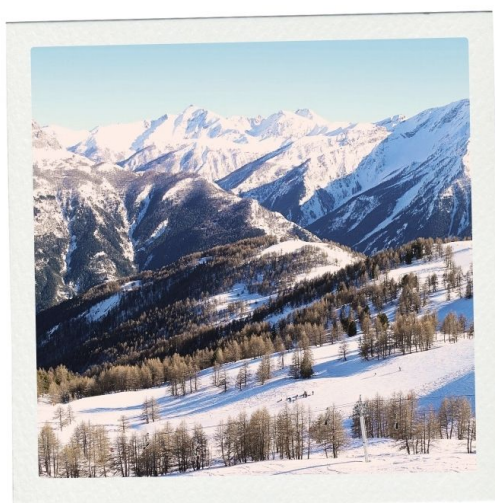
Cliquez ici pour
en savoir plus !

Lou Riouclar



Profitez de votre remise
avec la carte FFRP !

Du 14 au 21 ou du 21 au 28 février 2026
Dès 644€*



www.azuretnoise.fr

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



Azur & Neige
VILLAGE VACANCES - LOCATION SAISONNIERE

WEEK-END RANDO RAQUETTES, FONDUE RACLETTE

Entre neige et convivialité, un week-end à savourer sans modération ! Pas besoin d'être un sportif de haute niveau : ici on prend le temps, on partage et on savoure.

* 4 jours en pension complète

Découvrez également nos séjours de Noël et Nouvel An !



Cliquez ici pour
en savoir plus !

Azur et Neige
Séjour Rando



Profitez de votre remise
avec la carte FFRP !

Du 15 au 18 janvier 2026
Dès 310€*



www.rechastel.fr
Tél. 04.92.85.53.58
Mail : contact@rechastel.fr



VOTRE CADEAU DE NOEL

Le temps de Noël, c'est le temps des cadeaux !
Semaine lumineuse, avec des activités pour tous -
club enfant ! Et la surprise du père Noël !

Courts séjours possibles.

ATTENTION :

Offre moins 15 % non cumulable
avec le code : HIVER15
(valable jusqu'au 30/10/25)

* 5 jours/6 nuits
* base chambre double
* tarif dégressif

Cliquez ici pour
réserver !



Profitez de votre remise
avec la carte FFRP !

[Rechastel
Automne](#)

Dès
410 €*
Du 20 au 27 décembre 2025

Villages & Résidences de Vacances

Ternélia
Notre ADN, votre bonheur

**Votre aventure
commence ici !**

10% DE RÉDUCTION
pour les adhérents FFRandonnée

+ AVANTAGES EXCLUSIFS
Programme Fidélité

Pour votre prochain séjour rando 2026, évadez-vous en Ternélia!

Que vous soyez en groupe, en famille ou en solo, Ternélia vous propose un cadre idéal pour la randonnée. Bénéficiez de l'expertise de nos équipes et d'un service de qualité au cœur de nos terroirs.

Partenaire de la FFRandonnée, bénéficiez de **10% de réduction** sur vos séjours dans nos Villages et Résidences de Vacances



Accueil de groupes

Spécialisé dans l'organisation et l'accueil de groupes de randonneurs, Ternélia vous propose des destinations authentiques et terrains variés pour vos week-ends & séjours sportifs.

**Découvrez nos conditions
préférentielles groupes et**
organisons ensemble votre séjour
sur-mesure !

[Je découvre](#)



Les séjours individuels

Seul, en famille ou entre amis, **découvrez nos séjours tout compris** pour la pratique de votre sport de prédilection ! Nos séjours rando comprennent au minimum une demi-journée d'excursion guidée par jour.

[Je découvre](#)

VACANCES
Ternélia

Notre ADN. votre bonheur

Les avantages exclusifs du programme fidélité

Seul, en famille ou entre amis, **découvrez nos séjours tout compris** pour la pratique de votre sport de prédilection ! Nos séjours rando comprennent au minimum une demi-journée d'excursion guidée par jour.

[Je découvre](#)

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](#)

