



Provence-Alpes-Côte d'Azur

Rando Provence-Alpes-Côte d'Azur Décembre 2025 - n°114

À LA UNE

Le calendrier des formations 2025-2026



Pratiquants ▾ Animateurs ▾ Itinéraires Responsables associatifs ▾ Professionnels ▾ Formateurs Ressources

Nous contacter

Se former avec la FFRandonnée

Animateurs ▾

Tous les types de stage ▾

PROVENCE-ALPES-CÔTE-D'AZUR ▾

Rechercher



LA LONDE-LES-MAURES (83)
CERTIFICAT D'ANIMATEUR DE RANDONNÉE
DE PROVENCE 2026



SAINT-VALLIER-DE-THIÉY (06)
BREVET FÉDÉRAL ANIMATEUR DE
RANDONNÉE



GUILLESTRE (05)
CERTIFICAT D'ANIMATEUR DE RANDONNÉE
DE PROVENCE 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

L'agenda des évènements

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



Le Crédit Mutuel soutient les baliseurs de la FFRandonnée



Partenaire fidèle de la FFRandonnée, le Crédit Mutuel a souhaité mettre l'accent sur la sécurité des baliseurs en offrant 1270 gilets de balisage aux bénévoles de toute la France ! Découvrez le nombre de gilets offerts par le Crédit Mutuel aux baliseurs de notre région 

Plus d'infos



Rencontre des animateurs de randonnée

La [FFRandonnée Hautes-Alpes](#) a organisé le 7 novembre dernier sa première Journée des Animateurs. Les participant(e)s étaient rassemblé(e)s à l'initiative

de Anne CHAZAL, présidente de la FFRandonnée Hautes-Alpes pour échanger et s'informer dans un cadre convivial.

Plus d'infos



Alpes-Maritimes

Saviez-vous qu'il a existé un volcan entre Nice et Monaco il y a 25 Ma ?



L'équipe Formation du CDRP06 vous propose une sortie géologique sur celui-ci



Dimanche 14 décembre 2008
RDV à 10 h devant le restaurant « Le Cabanon », au Cap d'Ail.

Page 1/2

Une sortie géologique au programme

Dimanche 14 décembre l'équipe Formation de la [FFRandonnée Alpes-Maritimes](#) vous propose de vous faire découvrir le site d'un volcan ayant existé il y a 25 millions d'années entre Nice et Monaco.

Plus d'infos



L'incroyable odyssée des collégiens de Cannes

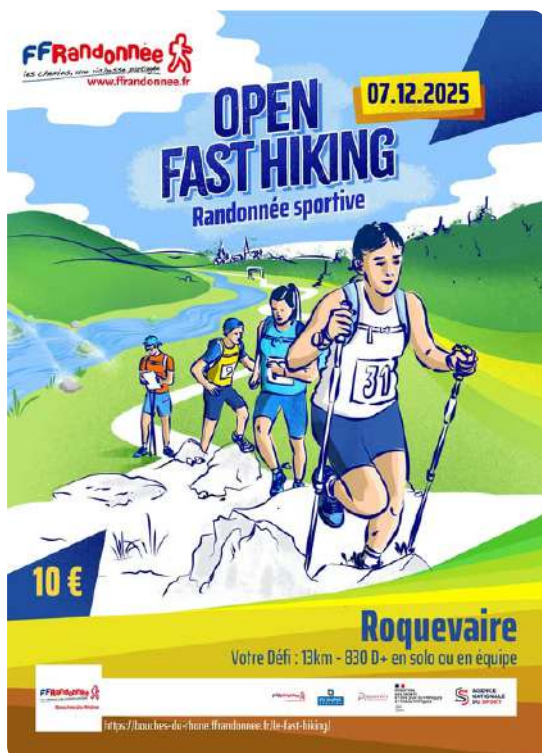
22 collégiens arpentant 200km dans le [Parc National du Mercantour](#), c'est le projet fou d'une poignée de passionnés de l'Association [Des quartiers au sommet](#).

Ce carnet de voyage retrace ces 17 jours de randonnée itinérante et complète parfaitement [le film documentaire](#) réalisé par Loïc Preghenella et lauréat du prix Coup de cœur du jury au [Festival International du Film et du Livre d'Aventure](#).

Plus d'infos



Bouches-du-Rhône



Épreuve de Fast Hiking

Roquevaire (13)

Dimanche 7 décembre 2025

Dernière ligne droite pour l'épreuve de Fast Hiking de Roquevaire !

L'épreuve annuelle de Fast Hiking de la [FFRandonnée 13](https://bouches-du-rhone.ffrandonnee.fr/le-fast-hiking) revient avec un tout nouveau parcours : **13 km** et **830m de dénivelé** autour du Mont du Marseillais, à l'est de la chaîne du Garlaban.

Ici, l'autonomie est reine : pas de rubalise à chaque virage, pas de ravitaillement. Seul(e) ou en équipe, vous devrez lire le terrain, gérer votre effort et trouver votre rythme, tout en profitant des panoramas sauvages du massif (des traces GPS pourront être fournies pour les téléphones et montres compatibles.)

Ce n'est pas une course contre les autres, mais un défi contre soi-même.

Un parcours court mais exigeant, technique et joueur, qui grimpe fort et récompense les audacieux.

Prêt(e) à vous mesurer au Mont du Marseillais ? Rejoignez-nous le 7 décembre à Roquevaire pour une expérience entre randonnée sportive et esprit d'aventure.

[Je m'inscris](#)

Ultra Randonnée & Fast Hiking

Définition des disciplines
Les séances d'entraînements
Les clubs
Les épreuves



Nouveau !

Entraînements Fast Hiking

En plus de l'Ultra Randonnée, le comité des Bouches-du-Rhône propose à partir de janvier des entraînements mensuels de Fast Hiking !

Objectifs : Initier les nouveaux pratiquants.

Travailler ses capacités athlétiques : force, équilibre, souplesse, gainage...
Pas de course au programme, on se concentre sur la technique de marche!

Bâtons fortement conseillés !

[Plus d'infos](#)

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



Inscriptions : hyeresrunningdays.com - Indiquez votre taille de tee shirt



LONGE-CÔTE 14 décembre 2025 COUPE DE FRANCE DES CLUBS



1 000 M RELAIS BINÔME : 2 F — 2 H
1 000 M TIERCE : COMPOSITION LIBRE
3 000 M PAR ÉQUIPE DE 4 À 6

TRAIL — LONGE CÔTE FORMAT COURSE
TRAIL — LONGE CÔTE FORMAT MARCHÉ RAPIDE



Les épreuves :

- 1000 m Relais binôme : 2F - 2H
- 1000 m Tierce : composition libre
- 3000 m par équipe de 4 à 6 équipes
- Trail Longe côte® format course et
- Trail Longe côte® format marche rapide

Les compétiteurs qui ne souhaitent pas s'inscrire dans le cadre de la Coupe de France des Clubs peuvent participer à ces épreuves en version Open.

[Plus d'infos](#)

Votre photo préférée en novembre



Merci à la FFRandonnée Bouches-du-Rhône pour la photo !

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



C'est bientôt Noël ! Offrez un TopoGuides® de notre région à
commander sur notre boutique en ligne !

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

ZOOM SUR NOS PARTENAIRES



**Cet hiver, faites le plein
de grand air avec AEC
Vacances !**

Chers adhérents de la FFRandonnée
Sud Provence-Alpes-Côte d'Azur, il est
temps de chausser vos skis et de
profiter de la montagne !

Avec AEC Vacances, vous profitez **au
moins de 12 % de réduction** sur vos
séjours dans nos villages de **Valmeinier
1800 – Le Grand Fourchon, Samoëns
– Les Becchi et Forgeassoud – Saint-
Jean-de-Sixt.**

Des stations conviviales, aux panoramas époustouflants et aux pistes adaptées à tous les niveaux, pour des vacances inoubliables !

Les **frais de dossier sont offerts**, et la réservation se fait en toute simplicité : en ligne ou par téléphone avec votre **code partenaire : 787608**.

👉 Il reste encore des disponibilités pour les vacances d'hiver : en famille, en duo ou entre amis, nos villages vous accueillent aux pieds des pistes pour un séjour confortable et ressourçant. Bel hiver à toutes et tous, et à très vite sur les pistes !

VILLAGES VACANCES

CAP Alpes
Provence

LOU RIOUCLAR
RECHASTEL
AZUR ET NEIGE



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 :
contactez nous !

* 8 jours/7 nuits
* base chambre double
* tarif dégressif

C'est décidé !



Profitez de votre remise
avec la carte FFRP !

Réservez !

Dès
690 €*
Du 20 au 27 décembre 2025



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



Azur & Neige
VILLAGE VACANCES - LOGEMENTS SÉJOURNÉS



SÉJOUR DE NOËL EN FAMILLE

Entre neige scintillante, moments de partage en famille et traditions montagnardes, ce séjour de 8 jours promet des moments inoubliables mêlant détente, découverte et convivialité.

- * 8 jours en pension complète
- * Une réduction de 100 € en réservant sur le site de Cap France (voir les conditions)



Réservez sur
Cap France



Profitez de votre remise
avec la carte FFRP !
(non cumulable)

Réservez !



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



Profitez de votre remise
avec la carte FFRP !

On y va !

Réservez !

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!

**Zoom sur notre Auberge « le Tétrasyre »
à Vassieux-en-Vercors**

Neige abondante sur le Massif du Vercors, les stations ouvrent leurs portes ! Venez découvrir les paysages enneigés et vivre des moments

d'exception en montagne. Notre Auberge paisible et chaleureuse de 20 chambres, vous accueille du 9 janvier au 15 mars 2026 et du 17 avril au 11 octobre 2026.



Cet hiver, pour les groupes (15 personnes et plus)
Prix promo Spécial FFRANDO PACA à partir de 130 € par personne pour 2 nuits, base chambre double, en demi-pension. Possibilité de location de raquettes, de bâtons et d'encadrement par un accompagnateur moyenne montagne

[Je découvre](#)



Au printemps, en été ou en automne, pour un week-end ou en séjour semaine, notre Auberge est le point de départ idéal pour vos randonnées. En formule demi-pension ou demi-pension avec pique-nique

[Je découvre](#)

Auberge du Tetras Lyre - 26420 Vassieux-en-Vercors
[04 75 48 28 04](tel:0475482804) – tetraslyre@ternelia.com

VACANCES **Ternélia**
Notre ADN. votre bonheur

Les avantages exclusifs du programme fidélité

[Inscrivez-vous à notre programme de fidélité et gagnez des points pour vos prochains séjours](#)

[Je découvre](#)



Séjour de 6 jours/5 nuits à Risoul dans les Hautes-Alpes

Du 24 au 29 mars 2026

459 € en pension complète

La [FFRandonnée Auvergne-Rhône-Alpes](#) organise, en partenariat avec [Vacances Léo Lagrange](#), la [FFRandonnée Alpes-de-Haute-Provence](#) et la [FFRandonnée Hautes-Alpes](#), un séjour de 6 jours/5 nuits en pension complète du 24 au 29 mars 2026 au sein de [Le 1850 – Hôtel Club 3 étoiles – Vacances Léo Lagrange](#). Au programme, des sorties en raquette à neige de différents niveaux par petits groupes de 10/12 personnes et encadrés par des animateurs FFRandonnée. En parallèle, un programme d'animations riche et varié ! Ce séjour est ouvert aux licenciés et aux non licenciés via l'achat d'un Pass Découverte. **De plus, des compétitions auront lieu le samedi 28 mars et le dimanche 29 mars (plus d'infos à venir).**

[Je découvre](#)



Ventes de Première minute Printemps - Été - Automne 2026

Réservez avant le 26 janvier inclus

- Jusqu'à – 20% sur votre séjour cumulable avec votre avantage FFRP(00988)

- Partir 5 nuits minimum : entre le 04/04/26 et le 14/11/2026



[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](#)

