

La randonnée pédestre un loisir qui marche fort

Véritable phénomène de société, la marche à pied pour le loisir et pour le sport est de plus en plus pratiquée. Facile et pas chère, mais aussi enrichissante.

Non, l'engouement grandissant pour la marche ne date pas d'un certain mouvement politique qui a porté à la présidence de la République l'actuel hôte de l'Élysée. La randonnée, c'est d'elle qu'il s'agit, s'inscrit dans une tendance de fond bien plus ancienne, et bien plus universelle. Filles et garçons, jeunes et vieux, sportifs ou pas, la sortie *pedibus gambus*, qu'elle soit journalière, dominicale ou plus aléatoire, s'inscrit de plus en plus dans le calendrier loisirs des Français.

“ Le bien-être, le dépaysement, le rêve ”

D'où vient cet engouement ? Du plus profond de nous-même, pour Robert Azaïs, président de la Fédération française de la randonnée pédestre (FFR), qui tenait cette semaine un séminaire de prospective : « *Nous sommes dans un mode de vie qui nous prive de ce que nous offre le chemin : le bien-être, le dépaysement, le rêve.* » Et le sentiment de liberté, de simplicité que les citadins retrouvent dans la campagne, « *dans un espace à soi, autour de soi, simple et naturel, sans contrainte* ». Sans compter sur l'aspect financier. Car même si l'activité pédestre génère une indiscutable activité économique, elle reste très peu chère. Pour toutes ces raisons, pas étonnant que l'on compte actuellement, selon les estima-



Lors de la dernière édition de la marche Tours-Amboise-Tours, en février. Une classique.

(Photo archives NR, Julien Pruvost)

tions de la FFR, 16 millions de randonneurs dans le pays. Selon sa dernière étude, la majorité randonnent en famille, sur de petits parcours. Et puis il y a les adeptes de la longue itinérance : « *Un vrai défi sur soi* », dit Robert Azaïs qui dénombre dans cette catégorie autant les retraités que ceux qui, en pleine activité, « *veulent faire une casure* ». Ce sont alors les pèlerins ou les sportifs sur les chemins de Grande Randonnée, les GR. Promenade ou challenge, on retrouve tout le temps le long des trajets pédestres le même état d'esprit, qui fait aussi le succès de l'activité : la convivialité. « *S'il n'est pas naturel de dire bonjour dans la rue, sur les chemins, tout le monde le fait* », se réjouit Robert Azaïs, qui sou-

ligne volontiers l'ouverture aux autres que favorise la marche. Tout comme le respect de la nature qui caractérise la grande majorité des randonneurs. Sur les chemins, mais pas que. En ville aussi, les randos se développent : « *Le citadin, comme le rural depuis longtemps, s'est approprié son territoire.* » Sur la neige également, avec les raquettes. Et dans l'eau : l'une des dernières initiatives de la Fédération française, le Longe-côte, connaît un succès « *exponentiel* », assure son président. Comme les Rando-Santé, qui proposent un peu partout en France des activités pour permettre notamment aux plus âgés de « *marcher le plus longtemps possible, puisque l'on dit qu'un jour de sentier vaut huit jours de*

santé ». Et pour les plus alertes, les Rando-Challenge permettent de varier les plaisirs autour de marches d'orientation.

Si la Fédération française multiplie les initiatives pour mettre ses pas dans ceux des nouvelles tendances, les associations locales ne sont pas en reste pour enrichir l'offre. Et si c'est le sentiment de liberté qui prime chez vous avant les plaisirs partagés, pas de problème : il suffit de lâcher les chaussures avant de partir en solo.

Éric Joux

repères

La Fédération française de randonnée pédestre est née en 1978. Sa mission première est, « *créer notre stade* » en balisant et en entretenant, avec ses 20.000 bénévoles, les chemins de randonnée : GR (grande randonnée, d'un point à un autre sur plusieurs jours), GR de pays (boucles de plusieurs jours) et PR (Promenade et Randonnée, de quelques heures). On compte en France 120.000 km de chemins balisés et entretenus. La FFR compte 240.000 adhérents et 3.500 clubs. Elle est aussi éditrice, avec les « *Topo-Guides* », dont 50.000 exemplaires se vendent par an, et la revue « *Passion rando* ». Son service en ligne (payant) GR@ccess permet de créer ses parcours et de les partager.

ffrandonnee.fr

» édito

“ Endurance ”



Par Chantal Pétilat

Entrée début septembre sur le terrain de la politique sans aucun avantage, Roxana Maracineanu ne connaît pas de répit. A peine nommée au ministère des Sports, les annonces de coupes budgétaires et de la suppression des conseillers techniques sportifs lui assurent plus d'adversaires que de supporters. D'emblée, elle doit jouer les équilibristes. Pour calmer le monde du sport, elle s'engage à défendre ses crédits. Pour ne pas se mettre à dos ses nouveaux coéquipiers, elle concède au gouvernement la nécessité de diminuer les dépenses et explique qu'on peut faire mieux avec le même budget.

Trois semaines plus tard, il est clair que le milieu sportif ne lui accorde aucun temps mort. Ainsi, ce week-end, la ministre, qui voudrait qu'on lui fasse confiance et qu'on la laisse travailler, est loin d'être à la fête. Sur l'île de la Réunion, c'est « *No Sport* » ; dans l'Hexagone, la fête se transforme souvent en tribune pour affirmer que le sport est une mission de service public ; le Comité national olympique et sportif français lance une pétition dont le nombre de signatures monte en flèche, d'heure en heure ; des maires soutiennent le mouvement ; des champions entrent en piste pour tirer la sonnette d'alarme... N'en jetez plus, le couloir de nage de la ministre est déjà très étroit. Faire des choix mais ne rien lâcher, aller chercher la difficulté pour vaincre mais accepter la frustration..., sont quelques-unes des qualités d'une championne. Roxana Maracineanu va devoir sacrément puiser dans ses ressources. Et faire preuve d'endurance.

dans la région

Une offre très diversifiée

Dans nos départements, les associations comme la Fédération française proposent de multiples occasions de randonner, en famille ou dans un esprit plus sportifs.

Les balisages de la FFR sont bien sûr présents, ne serait-ce que parce que le premier tronçon de GR a été inauguré en 1947, entre Orléans et Beaugency. Aux GR de pays et PR s'ajoutent le chemin de Compostelle ou les quatre tracés de saint Martin dont le dernier, entre candes-Saint-Martin et l'abbaye de Ligugé, a été récemment inauguré.

Pour les rendez-vous locaux, ils sont foison. Parmi les plus importants, le prochain sera à Éguzon (Indre), où l'on attend 3.000 randonneurs à la Fête de la

châtaigne (fete-chataigne-eguzon.com). Début septembre, la 16^e édition de Vignes Vins et Randos en Val de Loire avait rassemblé plus de 10.000 participants.

Dans le genre rendez-vous à thème, la Marche de nuit à Nanteuil, dans la Vienne avait eu beaucoup de succès début juin, tout comme celle en août, de plus de 50 km en Loir-et-Cher, sur les traces du journaliste disparu Jean-Paul Grossin. Parmi les prochains rendez-vous, en janvier prochain, une grande classique, la 80^e Tours-Amboise-Tours, qui emprunte une (petite) partie du mythique GR 3 qui, sur près de 1.300 km, relie le mont Gerbier-de-Jonc à l'océan Atlantique.

••• Commémorer ou témoigner

La randonnée, c'est avant tout un loisir. Mais aussi une occasion de faire passer un message ou de partager un sentiment.

Ainsi, samedi, c'est de commémoration dont il s'est agi, avec le départ, au Monastier-sur-Gazeille (Haute-Loire), d'une caravane d'ânes pour retracer la randonnée de l'écrivain écossais RL Stevenson, à l'occasion du 140^e anniversaire de son périple dans les Cévennes. Dans un tout autre registre, qui n'est plus celui du loisir, Patrick Maurin, un élu de Marmande (Lot-et-Garonne), entame ce dimanche une marche de 540 km pour attirer l'attention du public sur le problème du suicide des agriculteurs. Et,



En Lozère, dans les pas de Stevenson.

(PhotoPQR/Le Dauphiné Libéré)

parmi les marches blanches qui ont lieu ici et là, 400 personnes ont participé samedi à celle en mémoire de Luigi, l'adolescent tué dans une fusillade lundi.

à suivre

> **Lundi**, le gouvernement présente sa solution à une délicate équation budgétaire avec le très attendu projet de loi de Finances pour 2019.

> **Mardi**, l'ancien premier ministre français Manuel Valls annonce à Barcelone s'il se présente à la mairie de la ville catalane où il est né il y a 56 ans.

> **Mercredi**, un an après l'ouragan Irma qui a ravagé les îles de Saint-Martin et de Saint-Barthélemy, Emmanuel Macron retourne aux Antilles.

> **Vendredi**, Alexandre Benalla, mis en examen pour des violences en marge des défilés du 1^{er} mai à Paris, sera de nouveau face aux juges d'instruction