



Balises 93 - La lettre du Comité Départemental de la Randonnée Pédestre de Seine-Saint-Denis

Le Mot du Président...



La saison sportive 2022/2023 commence, les forums des associations ont débuté dès le 3 septembre, ils s'annoncent fructueux en termes d'adhésions car l'appétence des familles pour les activités sportives est sortie renforcée de ces deux dernières années difficiles.

Il nous appartient, à nous bénévoles des clubs de randonnée pédestre, de mobiliser nos imaginations pour **proposer des programmes attractifs, variés, adaptés aux différentes attentes des publics** qui se présentent sur nos stands. Elles sont nombreuses et la marche est plus que jamais une activité incontournable tant d'un point de vue médical que face aux défis climatiques qui nous percutent.

Nous sommes confrontés, comme toutes les associations dans tous les domaines, à des problématiques organisationnelles dues au lent renouvellement de notre panel d'animateurs.

Mais nos atouts sont nombreux et réels : nos **33 clubs sont, toujours, très actifs et présents sur tous les fronts**, grâce à l'implication de leurs membres et des animateurs. Parmi nos adhérents je sais que nous trouverons des femmes et des hommes, motivés, prêts à se former et s'investir dans l'animation, pour que vivent les clubs.

Nous pouvons, aussi, compter sur les outils proposés par la Fédération – large choix des formules d'adhésion, assurance adaptée, communication et technologie modernisée (l'[application MaRando](#) bientôt active).

Pour sa part, le Comité Départemental de la Randonnée Pédestre de Seine-Saint-Denis a décidé, lors de son assemblée générale ordinaire 2022, de poursuivre pour cette saison son engagement auprès des associations en **maintenant l'aide financière** au travers de la suppression de la sur-cotisation dédiée à la formation. **Les formations sont toujours prises en charges à 100% par le Comité.**

Nous poursuivons aussi nos efforts pour **renforcer la Marche Santé auprès des clubs labellisés** en prenant en charge une sortie en car, et apporter une certaine variété dans les itinéraires. D'ores et déjà, répondant ainsi à une des orientations du plan fédéral et départemental, la très active **commission jeunesse est intervenue plusieurs fois auprès d'adolescents**, leur faisant découvrir que randonner n'est pas « ringard ».

Le programme, toujours aussi passionnant, de la commission **Découverte et Patrimoine est en ligne.**

La **commission Evénementiel** participe très activement, en partenariat avec Est Ensemble et le Comité du Tourisme 93, à la mise en œuvre de **La Grande Rando du Parc des Hauteurs du dimanche 25 septembre 2022.**

Je vous souhaite une très bonne rentrée à toutes et à tous. Marchons en suivant la prescription de Pythagore "délaisse les grandes routes, prends les sentiers".

Jean-Marc VALID,
Président

www.randopedestre93.fr

ADHÉSIONS... psst, vous c'est plus solo ou club ?



Vous aimeriez rejoindre notre fédération, mais vous êtes un peu perdu entre : *la licence, le RandoPass, le Pass Découverte, la licence Comité, la carte baliseur...* on vous explique tout rapidement et en quelques mots !

► **La licence** vous permet de pratiquer régulièrement la randonnée au sein d'un [club affilié FFRandonnée](#).

► **Le Pass Découverte** vous permet de pratiquer occasionnellement la randonnée au sein d'un club ou d'un Comité. Trois formules sont disponibles : 1 jour, 8 jours consécutifs ou 30 jours consécutifs.

► Si vous appréciez randonner seul ou en famille avec un Topoguide, une carte ou encore un GPS, [le RandoPass®](#) est fait pour vous !

► Si vous avez envie d'apporter votre contribution au développement de nos activités de marche et de randonnée en Seine-Saint-Denis : rejoignez [notre équipe départementale](#) avec une **licence Comité** !

► Avec **la carte de baliseur/collecteur**, vous vous engagez pour l'entretien et l'aménagement des itinéraires de notre département. Suite à une formation, vous ferez ainsi partie des [35 baliseurs officiels bénévoles](#) qui contribuent à la sauvegarde des chemins de Seine-Saint-Denis.

Plus d'infos

FORMATIONS, les stages thématiques sont au rendez-vous !



FORMATIONS



Tout au long de l'année, retrouvez nos stages de formation pour acquérir et **développer les compétences essentielles à la pratique de la randonnée** et peut-être même devenir par la suite animateur ou animatrice au sein de votre club de randonnée ou de marche nordique ! En cette rentrée, pour commencer, le Comité vous propose trois stages :

✓ **Stage initiation à la cartographie et orientation**, le samedi 24 septembre à la Base de Loisirs de Champs-sur-Marne. Ce stage, d'une journée, vous permet d'apprendre à lire une carte et à vous servir de la boussole.

✓ **Stage perfectionnement à la cartographie et orientation**, le samedi 15 octobre au Parc Georges Valbon à La Courneuve. Ce stage, d'une journée, complète vos connaissances pour apprendre à créer un itinéraire à l'aide de la carte !

✓ **Stage pratiquer la Marche Nordique**, le samedi 8 octobre à la Base de Loisirs de Champs-sur-Marne. Cette formation d'une demi-journée, permet de bien pratiquer la marche nordique et vous prépare à la formation d'animateur Marche Nordique.

✓ **Formation PSC1**, le lundi 3 octobre au CDRP 93 à Rosny-sous-Bois. La Formation PSC1 permet d'acquérir les compétences nécessaires à l'exécution d'une action citoyenne d'assistance à personne en réalisant les gestes élémentaires de secours.

D'autres stages seront programmés tout au long de cette nouvelle saison 2022-2023 !

Plus d'infos et inscriptions

ÉVÉNEMENT - La Grande Rando du Parc des Hauteurs



Cette année **trois parcours différents vous sont proposés**, ponctués de découvertes et de rendez-vous surprises. Que vous soyez un fou de marche sportive ou préféreriez davantage les paysages et les rencontres ; que vous participiez entre amis ou en famille, il y en a pour tous les âges et tous les goûts :

► **Rando Exploration** - 12 km - 6h
Un parcours riche en surprises naturelles et culturelles, destiné aux passionnés de randonnée. >> [Plus d'infos et inscription.](#)

► **Rando Découverte** - 7 km - 3h
Un parcours équilibré, depuis Paris jusqu'à Est Ensemble, pour les amateurs de marche tranquille et les curieux de l'est parisien. >> [Plus d'infos et inscription.](#)

► **Rando jeu de piste** - 3 km - 1h30
Un parcours ludique ponctué de défis et d'énigmes en quête d'une destination mystère, pour les aventuriers. >> [Plus d'infos et inscription.](#)



[Plus d'infos](#)

VIE DES CLUBS - La Rando Santé à Bondy Vadrouille



RANDO SANTÉ®



En cette période de rentrée, les clubs de randonnée redéployent leurs activités. Toutes les pratiques sont concernées. **Plusieurs clubs labellisés Rando Santé n'ont pas interrompu leurs sorties durant les mois d'été.**

C'est le cas de **Bondy Vadrouille**. Les pratiquants concernés ont d'autant mieux apprécié cette continuité qu'il s'agit, la plupart, de personnes ne partant pas en vacances. Le club consacre un effort particulier pour développer la pratique Rando Santé en ce début de saison sportive.

Ainsi les conventions de partenariat avec le CCAS de la ville et le Service d'action médicale et sociale pour adultes handicapés de l'association Iris Messidor sont reconduites. Les 17 et 18 septembre, 24 adhérents profiteront du séjour Rando Santé à Honfleur – Etretat. Une visite du chantier médiéval de Guédelon est programmée le 1er octobre. *Nouveauté* : à leur demande, une première "rando clair de lune" sera consacrée aux pratiquants Rando Santé le 11 octobre prochain.

Toutes ces initiatives s'ajoutant aux sorties régulières font plus que jamais de la Rando Santé une activité privilégiée au sein de Bondy Vadrouille.

Votre contact : Guy DURANTON - g.duranton@free.fr

[Plus d'infos et calendrier Rando Santé](#)

L'agenda des animateurs RANDO SANTÉ

📅 Samedi 1er octobre de 10h à 18h :

Journée "Sentez-Vous Sport"

Participation des animateurs santé de la Seine Saint-Denis à la tenue du stand de la Fédération au Parc de la Villette avec Découverte de la pratique Rando santé

[Merci aux volontaires de bien vouloir communiquer leurs disponibilités à [Guy Duranton](#) ou à [Rosanna](#)]

📅 Mardi 22 novembre à 14h à Paris :



☛ Sortie en autocar pour les clubs labellisés :

Si ce n'est déjà fait, n'oubliez pas de programmer une sortie en autocar pour vos pratiquants Rando Santé dans le cadre de la mise à disposition d'un autocar aux clubs labellisés par le CDRP 93. [Contacter Rosanna : contact@randopedestre93.fr]

Renseignements : contact@randopedestre93.fr



RANDOS Découverte & Patrimoine

Durant l'été, **nos randos ont continué** ainsi que nos actions avec nos partenaires même si la canicule nous a obligés à annuler certaines balades.

Les Petites Traversées ont repris pour préparer [la traditionnelle Grande Randonnée du Parc des Hauteurs](#) qui aura lieu cette année le 25 septembre. Expérience très enrichissante elles ont été animées par les clubs Le Godillot Noiséen, Les Lilas Randonnées et notre fidèle animateur Daniel. Ces petites randos sont accompagnées par des partenaires locaux, sportifs, culturels, artisanaux.

2022 c'est aussi l'occasion de commémorer **les 200 ans du Canal de l'Ourcq**, nous en avons profité pour animer des parcours du côté de la Poudrerie et jusqu'à Pantin.

Pour le dernier trimestre, **notre programme sera diffusé prochainement**. Nos animateurs y travaillent. Nous avons encore de belles randonnées à découvrir ensemble.

Rejoignez-nous !

Programme des Randos Découverte & Patrimoine



MARCHE D'ENDURANCE "AUDAX®"

Les participants marchent en groupe à l'allure de 6 km/h avec des pauses soit un temps de parcours de 5h pour un brevet de 25 km, 10 h pour un brevet de 50 km.

SAMEDI 15 OCTOBRE 2022 : Brevet d'endurance Audax® 25 et 50 km > Sur les pas des Impressionnistes et les monuments mégalithiques du Val-d'Oise.

✓ **Départ du 50 km et du premier 25 km :**

8h00 Gare de Pontoise RERC et SNCF Ligne H

X **Arrivée** du premier 25 km : 12h00 L'Isle Adam ligne H

✓ **Départ du second 25 km :**

12h30 Gare de L'Isle Adam SNCF Ligne H

X **Arrivée** du 50 km et du second 25 km :

18h00 Gare de Viarmes SNCF Ligne H

Plus d'infos - contact@randopedestre93.fr



VIE DES CLUBS : Le Club Noiséen de Randonnée Pédestre

La presse en parle...

Dans sa rubrique *Sortir à Noisy*, le magazine municipal de la ville de Noisy-le-Grand a publié dans son numéro de Juillet-Août 2022 un très bel **article sur le Club Noiséen de Randonnée Pédestre**. Association affiliée et active de la FFRandonnée Seine-Saine-Denis, retrouvez dans l'article trois idées de randonnée, le PR 27 et l'interview de Guy Bonnin, président du club CNRP.

Très belle lecture !



Lire l'article

NATURA 2000, le réseau fête ses 30 ans ✨



Natura 2000 est un réseau européen de sites naturels terrestres et marins destinés à protéger des espèces et des habitats remarquables à caractère patrimonial, tout en conciliant les activités humaines. Le réseau de sites Natura 2000 a été constitué en application des deux directives européennes, **Oiseaux et Habitats Faune Flore**, en faveur de la protection de la nature. **Elles établissent la base réglementaire de ce grand réseau écologique européen.**

Institué en 1992, le réseau Natura 2000 compte aujourd'hui près de **27 000 sites dans l'Union européenne**. Natura 2000 est, le réseau européen de sites naturels qui abritent une biodiversité et des habitats qui ont besoin d'être protégés et conservés.

✨ LE SITE NATURA 2000 DE SEINE-SAINT-DENIS, DEPARTEMENT FORTEMENT URBANISE ✨

Le site Natura 2000 de Seine-Saint-Denis est le seul en Europe à être intégralement situé en ville ! **Il s'étend sur 20 communes** soit la moitié des villes du département.

Quinze parcs et forêts de Seine-Saint-Denis sont classés en site "Natura 2000" depuis 2006, pour préserver **12 espèces d'oiseaux rares**.

Avec ses 1 157 hectares, le site de Seine-Saint-Denis est de petite taille et se distingue des autres sites européens par son intégration complète en zone urbaine dense. On parle d'ailleurs d'un site réseau ou multi-sites qui prend en compte une dimension nouvelle : **"la biodiversité urbaine"**. Les 15 parcs et forêts de Seine-Saint-Denis offrent des milieux naturels très variés : **étangs, prairies, haies, forêts, mares, friches...** Grâce à cette diversité, plus de **2 500 espèces de végétaux, d'animaux et de champignons** ont été recensées en Seine-Saint-Denis, et certaines restent encore à découvrir.

Des actions sont mises en œuvre pour gérer la fréquentation des parcs, pour concilier les loisirs et la biodiversité. Nos sentiers (PR) évitent généralement les secteurs où sont situés les nids des oiseaux, afin de ne pas déranger leurs petits.

Vous pouvez découvrir ces sites [en téléchargeant nos RandoFiches](#) : vous y trouverez une biodiversité exceptionnelle à deux pas de chez vous !

Plus d'infos sur parcsinfo.seinesaintdenis.fr

CALENDRIER

Un petit résumé des prochaines dates à retenir !
Sous réserve de modifications ultérieures.

- > **Dimanche 25 septembre 2022** : Grande Rando du parc des Hauteurs avec Est Ensemble.
- > **Samedi 1er octobre 2022** : Journée "Sentez-Vous Sport" au Parc de la Villette à Paris.
- > **Vendredi 18 novembre 2022 à 18h** : Réunion des baliseurs de Seine-Saint-Denis
- > **Jeudi 1er décembre 2022 à 18h** : Réunion des dirigeants de club de Seine-Saint-Denis
- > **Samedi 11 février 2023** : Assemblée Générale du Comité de la Randonnée Pédestre de Seine-Saint-Denis.

Actus / événements



Pleins d'autres événements à découvrir chez nos voisins !



Application :
Chemins de Seine-Saint-Denis



Plus d'infos :
www.randopedestre93.fr

FFRandonnée Seine-Saint-Denis

1 Ter place des Martyrs de la résistance et de la
déportation - 93100 Rosny-sous-Bois

Tél : 01 48 54 00 19

Courriel : contact@randopedestre93.fr

Site web : www.randopedestre93.fr



**>> Nous sommes peut-être arrivés dans vos courriels par des sentiers détournés.
Si vous aimez nous lire, nous suivre, ou simplement marcher : [abonnez-vous](#) !**

Directeur de la publication : Jean-Marc Valid - Rédaction et mise en page : Agnès Auger, Frédérique Bonnelie,
Guy Duranton, Anne Hémerly, Jean-Marc Valid.

© 2022 FFRandonnée Seine-Saint-Denis

Si vous souhaitez vous désinscrire de notre newsletter, cliquez [ici](#)