

DOSSIER DE PRESSE 2026

COMITÉ FFRANDONNÉE BRETAGNE



 bretagne.ffrandonnee.fr

FFRandonnée 
les chemins, une richesse partagée
Bretagne



Chiffres-clés (saison 2025)

- 4 Comités départementaux (Côtes d'Armor, Finistère, Ille-et-Vilaine et Morbihan)
- 220 associations
- 17 341 licenciés
- 1 130 animateurs (toutes pratiques confondues)
- 6 850 kms de GR® et GR® de Pays
- 558 baliseurs
- 4 108 km de circuits PR labellisés
- 20 topo-guides
- 3 topocartes

ÉDITORIAL DU PRÉSIDENT

Dans la lignée des années précédentes, 2026 sera une année riche en manifestations avec, en particulier, des événements importants :

• **Du 26 au 29 mars à Brest**, la Bretagne accueillera, pour la première fois, le 48^{ème} Congrès de la Fédération Française de la Randonnée Pédestre, couplé à l'Assemblée Générale Ordinaire.

Le programme du Congrès porte sur 2 thématiques majeures, au cœur de nos missions fédérales : le Tourisme, avec le rôle de la Fédération dans l'attractivité des territoires, et l'Inclusion, en faveur d'une société plus ouverte, offrant à tous les pratiquants, quels que soient leurs profils, l'accès à l'activité de pleine nature préférée des Français.

Et pour compléter, une exposition inédite autour du Développement Durable, dimension que nous intégrons dans toutes nos activités pour que concrètement nous limitions au minimum notre empreinte carbone et l'impact sur la faune et flore.

• **En avril, le topo-guide « À travers la Bretagne »** sera édité par le Comité régional, en collaboration avec les 4 Comités départementaux. Il valorisera une itinérance, de Saint Malo à Camaret-sur-Mer, au cœur de la Bretagne par le GR® 37.

C'est l'occasion de rappeler l'importance de la mission « sentiers », qui nous amène à développer notre « stade » par la création, la modification, le balisage et l'entretien des GR®, GR® de Pays et PR. Notre Comité participe activement à ce travail grâce à de nombreux bénévoles qui œuvrent pour permettre à tous, licenciés et grand public, de pratiquer les activités de marche et de randonnée en toute sécurité.

• **Du 10 au 18 avril, dans les Côtes d'Armor**, c'est aussi La Rando Bretagne®, événement phare de la randonnée en Bretagne. Le Comité 22 vous invite à (re)découvrir autrement l'intérieur de l'ouest Costarmoricain, la richesse de son environnement et de son patrimoine.

• **Les 11 et 12 avril à Carnac (56)**, le 11^{ème} Championnat de Bretagne de Longe Côte proposera de nombreuses épreuves aux compétiteurs le samedi et le trail le dimanche matin.

• **NOUVEAU : le dimanche 13 septembre à Jugon-les-Lacs (22)** est programmée La Rando Ouest France - FFRandonnée, un événement grand public, populaire et intergénérationnel.

Tout au long de l'année, le réseau organise des sorties pour les adhérents. La randonnée pédestre est l'activité essentielle proposée par les clubs. Pour satisfaire le plus grand nombre, la FFRandonnée diversifie ses activités et propose notamment pour tous les publics :

- La marche nordique
- Le Longe Côte - Marche Aquatique
- La marche d'endurance et AUDAX
- La marche avec bâtons dynamiques
- Les pratiques Santé pour les personnes dont les possibilités physiques sont diminuées

Toutes ces activités sont encadrées par des animateurs formés par le réseau de formateurs bretons, la formation étant une des missions principales des Comités.

Le Comité Bretagne inscrit pleinement ses priorités et ses actions en cohérence avec le plan fédéral 2021-2028, en étant attentif aux enjeux actuels de la société qui l'entoure.



LA RANDONNÉE PÉDESTRE, UNE ACTIVITÉ INCONTOURNABLE

Sport équilibré reconnu pour préserver et améliorer sa santé, éco-responsable et accessible à tous, la randonnée est devenue une activité phare alliant pratique sportive et tourisme de plein air.

L'activité préférée des Français

Selon un sondage 2025 « la randonnée et les Français » mené par Union Sport et Cycle pour la FFRandonnée, la randonnée s'affirme plus que jamais comme l'activité physique et sportive favorite des Français : 62% d'entre eux déclarent l'avoir pratiquée au cours des 12 derniers mois, ce qui représente près de 30 millions de personnes, une hausse de 3 millions depuis 2021.

Un succès transgénérationnel porté par les jeunes actifs

L'étude révèle une forte progression de la pratique dans toutes les tranches d'âge, avec une dynamique particulièrement forte chez les 18-49 ans (+8 à +10 % par rapport à 2021). Aujourd'hui, 35 % des Français déclarent pratiquer la randonnée pédestre, à distinguer de la balade, en nette progression depuis 2021 (+8 %).

Chez les plus de 50 ans, et particulièrement les femmes (55 %), la pratique de la balade reste majoritaire. Ce double profil (randonneur vs baladeur) confirme la diversité des publics et des usages.

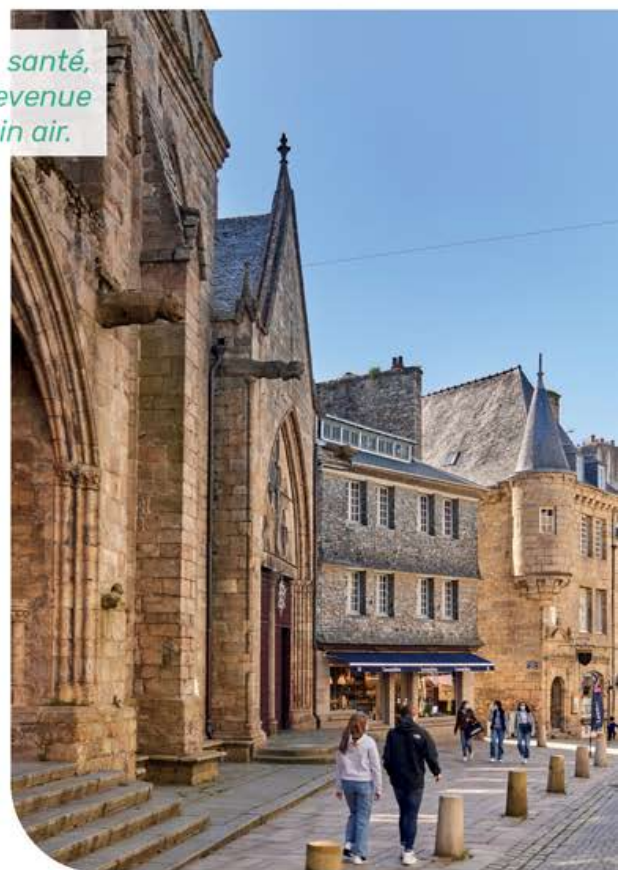
Itinérance : le goût de l'aventure gagne les jeunes

La randonnée en itinérance, qui implique des marches sur plusieurs jours, séduit plus d'un quart des pratiquants (27 %, soit 8 millions de Français). La tendance est particulièrement marquée chez les 18-24 ans, dont plus de la moitié (52 %) ont déjà expérimenté cette forme de randonnée immersive.

La pratique occasionnelle progresse, portée par une génération connectée

Alors que la pratique assidue fléchit légèrement, la randonnée attire de plus en plus d'occasionnels, notamment des jeunes actifs, curieux mais moins disponibles.

En parallèle, les outils numériques s'imposent et jouent un rôle central dans la pratique : 47 % des randonneurs utilisent aujourd'hui une application dédiée, contre 33 % en 2021. L'usage dépasse 50 % chez les moins de 50 ans, atteignant jusqu'à 69 % chez les plus jeunes.



Les applications sont utilisées en amont pour choisir un itinéraire ou consulter la météo, pendant pour le guidage et le suivi, et après pour enregistrer son parcours ou consulter ses statistiques.

GR® et topoguides : des références en pleine ascension

La notoriété des GR® atteint 72 %, contre 69 % en 2021, avec un bond spectaculaire chez les moins de 34 ans (+16 %). Le GR®20 en Corse reste la star des sentiers français, suivi du trio GR®10 (grande traversée des Pyrénées), GR®34 (sentier de douaniers bretons) et le GR®5 (traversées des Vosges, du Jura et des Alpes).

Les topoguides de randonnée, édités par la FFRandonnée gagnent aussi du terrain : 49 % de notoriété chez les Français, et 69 % chez les randonneurs.



La FFRandonnée s'engage

L'implication de la FFRandonnée dans les grands sujets de société

La FFRandonnée affiche une réelle volonté à relever les grands défis sociétaux à l'instar des mobilités durables, d'un tourisme pédestre responsable, d'actions en faveur de l'environnement et de la préservation de la biodiversité, l'amélioration de la santé et du bien-être ainsi qu'à l'inclusion des publics fragiles.

Depuis 2023, la Fédération a créé son fonds de dotation Esprit Rando, qui a pour vocation de soutenir et financer des projets, locaux ou nationaux, en lien direct avec ces thématiques.

Avec l'arrivée massive d'un public jeune et parfois néophyte, la FFRandonnée renforce son accompagnement et ses actions de sensibilisation, notamment autour des enjeux de respect de l'environnement, de gestion des flux dans les espaces naturels, et de transmission des bons usages liés à la pratique (comme par exemple le déploiement de la Charte du Randonneur pour promouvoir les bonnes pratiques environnementales, le développement d'outils pour une pratique autonome et sécurisée, la promotion de l'application MaRando® pour une randonnée responsable et connectée)



Une démarche Responsabilité Sociétale des Organisations

La FFRandonnée poursuit également ses actions pour s'inscrire dans une démarche Responsabilité Sociétale des Organisations et ainsi contribuer à un développement harmonieux de toutes ses activités (pratiques, itinéraires, formations, événements...). Aussi, l'événementiel apparaît comme un élément indissociable du paysage économique social et culturel de notre société.

Il représente également un réel moyen de communication et de promotion des activités ; mais peut être générateur d'impacts néfastes notamment pour l'environnement. Les Comités de Bretagne s'engagent à respecter la charte régionale Démarche qualité du CROS (démarche de responsabilité sociétale des organisations et de développement durable) et la charte des 15 engagements éco-responsables du ministère des Sports pour repenser leurs événements.

La marche et la randonnée : des vecteurs d'attractivité territoriale, économique et touristique

Bien davantage que d'autres activités outdoor, la marche et la randonnée s'inscrivent dans la mouvance du « slow » et du local, du tourisme durable et du souci de l'environnement. Redécouvrir les richesses naturelles et culturelles que peuvent nous offrir les sites touristiques à proximité de notre domicile n'a jamais été autant plébiscité !

La Fédération souhaite également mettre ses connaissances acquises dans l'aménagement de l'espace rural au bénéfice des politiques urbaines et ainsi apporter sa contribution à l'amélioration de notre qualité de vie dans les espaces urbains. Associer l'activité physique et sportive à la santé et à l'environnement peut avoir un impact significatif sur les choix d'aménagement d'une ville. Cet engouement constitue une opportunité stratégique pour les collectivités locales en matière de développement économique et touristique.

Dans le cadre de la campagne pour les élections municipales, la FFRandonnée a lancé un plaidoyer pour la marche et la randonnée, afin que ces pratiques soient pleinement intégrées aux politiques publiques locales.



CARTE D'IDENTITÉ DU COMITÉ FFRANDONNÉE BRETAGNE

La FFRandonnée œuvre au développement des pratiques de marche et de randonnée, à travers ses Comités régionaux et départementaux, ainsi que des associations locales, partout en France. Le Comité FFRandonnée Bretagne se compose de 4 Comités départementaux et représente 220 associations et 17 341 licenciés. (saison 2025).

Nos missions

Le Comité régional est structuré en 3 commissions statutaires (sentiers et itinéraires, pratiques adhésions et formations) pour mener à bien les missions suivantes :

- Accompagner les Comités départementaux dans le développement, la diversification et la promotion de la marche, de la pratique de la randonnée sous toutes ses formes et auprès de tous les publics.
- Proposer une offre de formation à destination des clubs et des Comités : baliseurs, animateurs, dirigeants, salariés, permettant à chacun d'améliorer ses compétences
- Œuvrer pour une mise en valeur des itinéraires (création et modification du réseau fédéral GR® et GR® de Pays, balisage et entretien des itinéraires)
- Contribuer à la sauvegarde de l'environnement et la préservation des chemins ruraux
- Organiser et coordonner les manifestations de randonnée en région et soutenir les projets des 4 Comités départementaux
- Diffuser les informations relatives à la randonnée (site internet, page Facebook, newsletter, documents d'information et de promotion, salons et forums régionaux...)

- Représenter et promouvoir la Fédération auprès des pouvoirs publics, des administrations régionales et des acteurs régionaux dans le domaine du sport, du tourisme, de la santé notamment.



Les partenariats

Favoriser le lien social, s'engager en faveur de l'environnement, du développement durable et de la protection de la nature, contribuer au développement des territoires par la randonnée, promouvoir la pratique sportive (loisir, sport-santé et compétition) sont des valeurs partagées par les partenaires du Comité régional.

Le Comité régional bénéficie d'un soutien du Conseil Régional de Bretagne. Partenaire historique, le Crédit Agricole de Bretagne apporte aussi sa contribution dans la réalisation des actions menées par le Comité régional. Le Comité entretient également des relations étroites avec les autres partenaires publics, dans le domaine du sport et du tourisme (CROS Bretagne, Tourisme Bretagne notamment).

Le « stade » des pratiquants

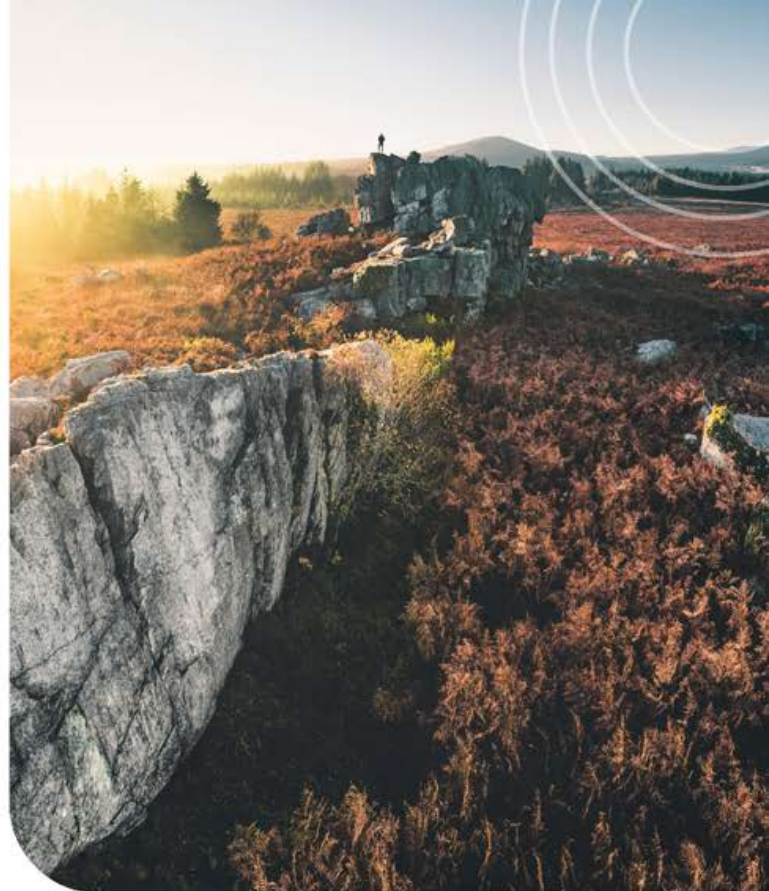
Avec près de 6 570 kilomètres de GR® et GR® de Pays balisés par les bénévoles des Comités et 4 108 kms de circuits PR labellisés pour la délivrance du Label FFRandonnée, les Comités bretons sont des acteurs majeurs dans la recherche de qualité des itinéraires.

Les 558 baliseurs officiels, une des forces vives de la FFRandonnée, en sont les principaux artisans.

Les Comités remplissent un rôle d'expert auprès des acteurs de la randonnée. Ils les accompagnent dans toutes les étapes des projets de développement de la randonnée et de la préservation des sentiers pédestres. La randonnée constitue un véritable enjeu d'aménagement et de découverte du territoire en s'inscrivant dans les objectifs du tourisme durable (lien social, sensibilisation des randonneurs aux questions environnementales).

En étroite concertation avec les acteurs territoriaux (gestionnaires de sites naturels, structures touristiques ou collectivités locales), les Comités participent aux actions d'aménagement et de promotion des itinéraires, afin de concilier, les pratiques de randonnée avec la préservation des milieux traversés.

Usagers des sentiers et des milieux naturels, vous pouvez contribuer à la qualité et à la pérennité de l'accès aux espaces, sites et itinéraires, en signalant toute anomalie rencontrée lors de vos randonnées sur le site <https://sentinelles.sportsdenature.fr>.



Les formations fédérales

Agréée par le ministère chargé des Sports, la FFRandonnée assure pleinement son rôle de référent pour l'encadrement, la sécurité et l'organisation de randonnées mais aussi pour le balisage des itinéraires. La formation est un levier important de développement de tous les projets au sein des Comités et des clubs.

Le Comité régional, par délégation, est responsable de la programmation et de l'organisation des stages de formation. 41 formateurs certifiés se mobilisent tout au long de l'année pour transmettre leur savoir-faire et améliorer les compétences de tous les bénévoles au sein des Comités et clubs FFRandonnée.

La FFRandonnée propose une filière de formation moderne et attractive pour les randonneurs et les animateurs des clubs. Formations adaptées à l'évolution des pratiques, formation à distance, pratique de terrain, ce cursus offre des parcours complets et diversifiés, pouvant aller jusqu'à la professionnalisation.

Informations sur <https://formation.ffrandonnee.fr>

RANDONNÉE EN BRETAGNE : LES ITINÉRAIRES ET LE BALISAGE

En Bretagne, comme partout en France, la Fédération française de la randonnée pédestre, est à l'origine des itinéraires de Grande Randonnée (GR®) et de Grande Randonnée de Pays (GR® de Pays) dont elle assure notamment le balisage. Confirmant l'action de la Fédération auprès des collectivités, les Comités participent également à l'élaboration et au balisage des circuits de Promenade et Randonnée (PR).

Balisage et signalétique

La Fédération s'engage au quotidien, grâce au travail des 8 800 baliseurs officiels bénévoles, pour favoriser le développement et l'aménagement du stade de pleine nature à travers le développement d'un réseau de plus de 155 000 km d'itinéraires.

Le balisage assure la qualité et la sûreté des itinéraires. Il guide, oriente et rassure les randonneurs tout au long de leur parcours. En complément des marques du balisage, la mise en place d'une signalétique s'avère parfois nécessaire suivant la configuration des itinéraires et les caractéristiques du territoire traversé.

Le balisage et la signalisation des itinéraires de randonnée pédestre sont régis par la Charte Officielle du Balisage et de la Signalisation éditée par la FFRandonnée.



LES TYPES DE BALISAGE

Type de sentiers	1 GR®	2 GR® PAYS	3 PR®
Bonne direction	[Red arrow pointing right]	[Yellow arrow pointing right]	[Yellow arrow pointing right]
Tourner à gauche	[Red arrow pointing left]	[Yellow arrow pointing left]	[Yellow arrow pointing left]
Tourner à droite	[Red arrow pointing right]	[Yellow arrow pointing right]	[Yellow arrow pointing right]
Mauvaise direction	[Red X]	[Yellow X]	[Yellow X]

1 Grande Randonnée / 2 Grande Randonnée de Pays / 3 Promenade & Randonnée

Itinéraires de Grande Randonnée®

Les GR® correspondent à des parcours de plusieurs jours ou de plusieurs semaines, balisés en blanc et rouge.

La Bretagne totalise 3 900 km d'itinéraires de Grande Randonnée®, autant de kilomètres pour parcourir la Bretagne et découvrir grâce au GR® 34, les richesses des côtes bretonnes. Le GR® 37, cœur de Bretagne, le GR® 38 ainsi que le GR® 39, le GR® 347 ou encore le GR® 349... permettent de découvrir d'autres particularités de notre région.

Parcourez également les GR® de Pays, balisés en jaune et rouge (2 680 km) et destinés à valoriser un territoire homogène par sa culture, son patrimoine ou son économie.



Labellisation des itinéraires PR

Un PR labellisé est un itinéraire reconnu de qualité et qui satisfait aux conditions de pérennité, de sécurité et de respect des milieux traversés. Ce label fédéral constitue une reconnaissance officielle par la FFRandonnée.

En Bretagne, la labellisation est menée par les 4 Comités départementaux. La région compte 219 PR labellisés. Les PR sont généralement balisés par un rectangle de couleur jaune et proposent des circuits de quelques heures ou d'une journée maximum.

La requalification des itinéraires

Le Comité régional et les 4 Comités départementaux se sont lancés depuis 2016 dans un programme pluriannuel de requalification du réseau régional des GR® et GR® de Pays. Cette requalification consiste à revoir les itinéraires existants pour mieux les adapter aux demandes actuelles des randonneurs et proposer une offre de randonnée fiable, lisible et de qualité. En 2025, la Fédération a simplifié les critères de répartition des itinéraires fédéraux définissant comme GR® et GR® de Pays à enjeu national, les itinéraires dont le linéaire est supérieur à 500 km et les GR® et GR® de Pays à enjeu régional, ceux dont la longueur est inférieure à 500 km tout en couvrant deux départements minimum.

Sur cette base, le Comité régional en concertation avec les Comités départementaux réalisera un diagnostic partagé (redynamisation) du GR® 37 pour clarifier les besoins et confirmer les objectifs impliquant les partenaires identifiés dans la valorisation de l'itinéraire.

Des itinéraires vivants

Les Comités bretons sont des acteurs majeurs dans la recherche de qualité des itinéraires. Des modifications et des améliorations des réseaux GR® et GR® de Pays ont été validées par la commission, permettant d'assurer la continuité des itinéraires. Chaque Comité assure une veille permanente sur les sentiers et met en place des itinéraires de substitutions lors de dégradations liées aux intempéries, puis informe les utilisateurs des modifications survenues.

Le tour de la Bretagne par les GR®

En parcourant le GR® 34 et le GR® 39, le randonneur peut faire le tour de la Bretagne en suivant les célèbres balises blanches et rouges de la FFRandonnée.

Le Comité régional a entamé les démarches auprès de la Fédération pour valoriser le « Grand tour de Bretagne par les GR® » en produit d'itinérance afin d'offrir une vraie visibilité à cette thématique porteuse sans concurrencer la promotion des GR® existants.



LES PUBLICATIONS

La mise en forme éditoriale de qualité offre une vitrine remarquable aux itinéraires et contribue à la promotion de la randonnée. Chaque publication est une opportunité de valoriser non seulement le parcours lui-même, mais aussi l'engagement et l'expertise de la fédération.

La FFRandonnée, éditeur leader depuis plus de 60 ans

Premier éditeur de guides de randonnée en France, la FFRandonnée propose un catalogue régulièrement remis à jour de 230 titres sur toute la France (descriptifs de randonnées en itinérance ou à la journée).

Que vous soyez simple promeneur ou randonneur chevronné, les topo-guides de la FFRandonnée s'adressent à tous. Tous les circuits proposés sont balisés et ont été sélectionnés par les bénévoles des Comités qui œuvrent au quotidien sur le terrain.

20 titres de topo-guides figurent au catalogue breton. En 2025, 25 325 topo-guides ont été vendus dans le réseau de distribution de la Fédération (contre 28 535 exemplaires en 2025) ; s'y ajoute 3 292 exemplaires en vente directe faite par les Comités. 4 titres de Bretagne figurent dans le top 20 des meilleures ventes 2025.

Pour 2026, sont prévues 5 rééditions et la sortie du nouveau topoguide « À travers la Bretagne » valorisant le GR® 37 « cœur de Bretagne » (élu GR® préféré des Français 2024).



La collection Grande Randonnée®

La collection GR® est idéale pour préparer sa randonnée itinérante. Suggestions de parcours, étapes et moyens d'accès, hébergements adaptés, tracés sur carte IGN, descriptifs pas à pas... Autant d'informations et de conseils pratiques d'experts qui permettent au randonneur d'être conseillé et guidé en toute sécurité.

Pour être incollables sur les GR® en Bretagne, en particulier pour randonner au fil du GR® 34, 5 topo-guides s'offrent à vous.

Des informations ou nouvelles rubriques sont désormais insérées dans les topos GR®, pour être toujours plus pratiques et complets !



La collection Promenade et Randonnée

Les topo-guides de la collection PR proposent entre 20 et 50 randonnées à la journée ou à la demi-journée. Littoral, montagnes, forêts, villages pittoresques et terroirs... Tant de milieux et de pépites culturelles à découvrir dans ces topos qui proposent des randos adaptées à tous les niveaux.

En Bretagne, 15 titres composent cette collection comme « Le Pays de Rennes...à pied® », « Les Côtes-d'Armor...à pied® », « De la côte des Sables à la baie de Morlaix...à pied® » ou « Le Morbihan...à pied® ». De son côté, le topo-guide « La Bretagne...à pied® » permet de découvrir chaque coin de la région, en 40 itinéraires dont 20 labellisés PR par la FFRandonnée.

La collection des topocartes

Nouveau format de valorisation des itinéraires proposé par la Fédération, cette collection met en valeur des itinérances d'une semaine à 10 jours avec tracé d'itinéraires GR® sur fonds IGN, découpage en étapes, informations relatives aux hébergements et moyens d'accès. Grâce à un QR Code inséré sur la carte, les traces GPX de ces itinéraires sont accessibles sur MaRando®. Les topocartes « Le Tour du Pays Malouin » (Ille-et-Vilaine) et « La Presqu'île de Rhuy » (Morbihan) sont sorties en librairies en 2025. Sous ce nouveau format, en 2026, les Comités travailleront sur la valorisation, des GR® de Pays « Tour de Rance », « Itinérance en Trégor et Goëlo » et du futur GR® de Pays « De la Vilaine aux confins du Morbihan » pour une parution programmée au printemps 2027.



LES PRATIQUES DE RANDONNÉE EN BRETAGNE

Dans les clubs FFRandonnée, pratiquez les activités de marche et de randonnée sous toutes leurs formes ! Venez rejoindre l'un des 220 clubs FFRandonnée de Bretagne. Pour choisir l'activité et le club adaptés à vos envies, rendez-vous sur bretagne.ffrandonnee.fr



Randonnée pédestre

Activité sportive préférée des français, la randonnée pédestre est une activité physique ou sportive de nature qui consiste à concevoir et parcourir un itinéraire en marchant et sans courir. Elle se pratique sur tous supports permettant un cheminement pédestre sans équipements et/ou techniques de progression liés à l'alpinisme. Elle se décline différemment en fonction des objectifs de pratique et varie dans ses appellations en fonction de la durée de la pratique : promenade, randonnée ou encore grande randonnée.

Facilement accessible, la randonnée peut être pratiquée partout et par tous, au rythme de chacun.

180 clubs affiliés en Bretagne vous ouvrent leurs portes pour partager votre passion de la randonnée tout au long de l'année.



Marche nordique

Plus dynamique que la randonnée, la marche nordique a pour principe d'accentuer le mouvement naturel des bras pendant la marche et de propulser le corps vers l'avant à l'aide de deux bâtons qui permettent d'aller plus vite.

En Bretagne, 43 clubs proposent cette activité, accessible à tous, ludique et excellente pour la santé !

Un label régional qualité marche nordique est attribué aux associations affiliées de Bretagne qui répondent à 3 critères : 1 animateur diplômé pour 30 licenciés, au minimum 2 séances par semaine et 1 animateur qui encadre 20 personnes maximum. 36 associations détentrices de ce label vous garantissent une qualité supérieure des conditions d'accueil pour la pratique de la marche nordique.



Marches d'endurance et Audax®

Il s'agit d'épreuves pédestres de régularité sur de longues distances à allure régulée. Les brevets Audax® pédestres sont les épreuves homologuées se déroulant sur des distances de 25, 50, 75, 100, 125 ou 150 km. Ils s'effectuent en groupe, sur route, chemin carrossable ou sentier, à une vitesse moyenne de 6 km/h.

Longe côte - marche aquatique

Le longe côte - marche aquatique consiste à marcher en milieu aquatique au bon niveau d'immersion (à une hauteur d'eau située entre le nombril et les aisselles) avec un équipement adapté aux conditions de mer et de météo et éventuellement un ustensile de propulsion de type pagaies.

L'activité se pratique à plusieurs tout au long de l'année, sur des plages de sable à faible devers ne présentant ni obstacle majeur, ni risque particulier.

Pratique de loisir, de bien-être, de santé ou compétitive, elle connaît un fort engouement et se pratique désormais sur la majorité du littoral français, et aussi en milieux lacustres. 28 clubs affiliés en Bretagne vous proposent cette activité.

La Fédération est délégataire pour cette activité qui donne lieu à l'organisation de compétitions officielles.

Épreuve qualificative pour le Championnat de Zone Ouest, lui-même qualificatif pour le Championnat de France, le 11^{ème} Championnat Régional de Longe Côte aura lieu les 11 et 12 avril à Carnac (56).



Pratique Santé

Les clubs labellisés Santé offrent un accueil, un encadrement et une pratique d'activités physiques adaptées à des personnes capables de marcher de façon autonome, sans l'aide d'un tiers et sans équipement médical, mais dont les possibilités physiques sont diminuées (sédentarité importante, vieillissement, pathologies chroniques stabilisées...).

En rejoignant un club labellisé Santé et en suivant régulièrement les séances Santé dans la discipline de votre choix, randonnée, marche nordique ou longue côte-marche aquatique, vous retrouverez la forme et le plaisir de bouger, dans un cadre agréable et convivial, dans les meilleures conditions de sécurité.

La région Bretagne compte 18 clubs labellisés Santé ; 2 possèdent également le label Sport Santé Bien-Être délivré par l'Agence Régionale de Santé.

Marche avec bâtons dynamiques

Nouvelle activité à la FFRandonnée, elle consiste à utiliser des bâtons dynamiques et alterner marche et exercices variés.

Loisir, forme et bien-être, santé : cette discipline en plein essor au sein des clubs affiliés couvre un large spectre de formes de pratiques, grâce aux exercices proposés (renforcement musculaire, gainage, souplesse, étirements, endurance...) et aux techniques utilisées, issues du fitness, de l'aérobic, du cardio.

La spécificité réside en l'utilisation de bâton de marche qui intègre un système de pompe associé à une résistance pouvant varier de 4 à 10 kg selon les modèles.

Cette discipline allie tous les avantages que l'on peut rechercher en pratiquant une activité sportive douce accessible à tout le monde.



UNE FÉDÉRATION AU SERVICE DES PRATIQUANTS ET DES ACTEURS LOCAUX

Depuis 1947, la FFRandonnée a développé une expertise unique qui en fait aujourd'hui un acteur incontournable du développement social, économique, touristique et culturel. Elle représente la structure de référence en matière de randonnée.

MaRando®, l'application mobile de la FFRandonnée

Destinée à l'ensemble des pratiquants, licenciés ou non, elle offre une large gamme d'itinéraires suivis par les Comités départementaux de la Fédération. Cette application permet d'accompagner les randonneurs dans l'organisation de leurs sorties et optimise la qualité des missions dévolues aux animateurs associatifs. MaRando® offre plus de 10 000 parcours dignes d'intérêt partout en France. Près de 600 parcours sont proposés par les Comités départementaux bretons.

Elle permet aux licenciés de créer gratuitement des espaces communautaires, appelés MaTribu, ces espaces sont maintenant étendus aux collectivités par le biais des « Tribues partenaires » permettant à ces structures de proposer une offre touristique adaptée et de créer du lien avec les usagers.

N'attendez plus pour télécharger gratuitement l'application sur les différents stores et randonnez l'esprit tranquille !



Des randonnées ouvertes à tous sur toute la Bretagne

Les nombreuses manifestations organisées sur le territoire régional reflètent le dynamisme des Comités et le maillage étroit des relations tissées avec les associations et autres structures locales. Ces randonnées ouvertes à tous permettent aux organisateurs de promouvoir la FFRandonnée et transmettre leur passion de la randonnée. C'est aussi l'occasion de souligner le travail réalisé par la Fédération, ses Comités et ses bénévoles dans l'aménagement des sentiers et dans la promotion de la région grâce à la randonnée, tout en renforçant le sentiment d'appartenance à la Fédération.

Ces manifestations sont rassemblées au sein d'un calendrier régional, disponible en téléchargement sur le site internet du Comité régional.

La Rando Bretagne® (marque déposée à l'Institut National de la Propriété Industrielle en 2025) aura lieu du 10 au 18 avril, dans les Côtes-d'Armor. 9 jours de randonnée et de découverte dans une ambiance chaleureuse, en suivant les cours d'eau de ce territoire aux multiples richesses.

Le 13 Septembre à Jugon-les-Lacs (22), est programmée La Rando Ouest France - FFRandonnée, un événement grand public, populaire et intergénérationnel.



Une communication interne et externe essentielle

Le Comité régional grâce à plusieurs supports met en place une communication interne destinée au réseau fédéral et une communication externe permettant de faire connaître toutes les actions de la Fédération.

Rendu plus attractif après une refonte totale réalisée courant 2025, le site internet du Comité régional enregistre 120 134 visiteurs et 217 902 pages vues.

La newsletter bimestrielle destinée aux licenciés ainsi qu'aux différents partenaires présente les informations utiles à tous. Elle est envoyée à environ 1 500 destinataires directs et également accessible au grand public sur le site internet du Comité régional.

La page Facebook, FFRandonnée Bretagne, permet de renforcer la visibilité et la notoriété du Comité auprès du grand public. Elle totalise aujourd'hui plus de 5 010 abonnés.

Diverses actions de communication et de promotion, à travers les médias régionaux et nationaux, presse écrite, TV et radios, les salons confirment l'intérêt porté pour la randonnée sur le territoire régional.

C'est aussi l'édition des programmes de randonnées des Comités et associations affiliées, des brochures d'informations, la collaboration avec des journaux et des magazines pour des reportages et des publications d'itinéraires de randonnée, l'animation régulière des sites internet et des pages Facebook du Comité régional et des Comités départementaux, etc.

La communication interne et externe, réalisée par les Comités de Bretagne, participe à la stratégie globale de la FFRandonnée dans sa volonté à être la Fédération de tous les randonneurs et marcheurs.



Une présence au plus près des acteurs locaux

Une offre randonnée participe à l'image d'un territoire et favorise le développement d'un tourisme respectueux de l'environnement. Elle crée une dynamique économique associant tous les métiers de l'accueil et du service : hébergement, restauration, locations, guides et accompagnateurs, activités de loisirs et de découverte. Si la randonnée est une activité accessible et naturelle, il faut aujourd'hui pour optimiser sa pratique et ses retombées touristiques, des connaissances et des compétences de plus en plus pointues.

Les Comités de la FFRandonnée accompagnent les acteurs locaux dans toutes les étapes de leur projet de développement de la randonnée, depuis les études de faisabilité jusqu'à l'animation du réseau.

En Bretagne, cette expertise passe notamment par plusieurs actions :

- suivi et amélioration des GR® et GR® de Pays
- soutien et expertise technique auprès des Conseils départementaux et des collectivités locales
- balisage et entretien des itinéraires de randonnée
- participation aux Comités de pilotage de sites Natura 2000 et des Espaces naturels départementaux, aux réunions organisées par l'ONF pour définir le schéma d'accueil du public en forêt domaniale et à des commissions d'aménagements fonciers
- collaboration aux projets « randonnée » de Tourisme Bretagne, du Conseil régional de Bretagne et des Agences de Développement Touristique
- représentation de la FFRandonnée auprès des acteurs régionaux dans le domaine du sport, du tourisme, de la santé, de l'environnement



FFRandonnée
les chemins, une richesse partagée
Bretagne

COMITÉ FFRANDONNÉE BRETAGNE

Central Parc Bâtiment A
101 Avenue André Bonnin
35135 chantepie

☎ 02 23 30 07 56
☎ 07 66 79 39 24
✉ bretagne@ffrandonnee.fr
🌐 <http://bretagne.ffrandonnee.fr>
📌 FFRandonnée Bretagne

Merci à nos partenaires. Ils soutiennent la randonnée dans notre région.



Réalisation et impression : Imprimerie Blin
Crédits photos : CRTB, FFRandonnée, Freepik, E.Berthier, C.Ferrand, A.Lamoureux,
J. MacKenna, G. Mignard, T. Poriel, The Hike, T.Verneuil-Lebroz, N. Vincent.

