

Editorial

En ce début d'année 2014 c'est naturellement l'heure du bilan et de la prospective. L'année 2013 a été marquée par un développement important de notre communication externe avec la sortie de 4 numéros de Par Chemins qui ont développé des thèmes au cœur de nos préoccupations de randonneurs ou porteurs d'avenir pour notre comité. Certains d'entre nous ont participé activement à un reportage réalisé par TF1 sur les GR®, et nous nous sommes également exprimés sur les ondes de +FM afin de promouvoir la randonnée en Loir-et-Cher.

Enfin, le site internet du CDRP est devenu une réalité. Il peut et doit être un moyen de valorisation de l'ensemble de nos actions, aussi bien celles du CDRP que celles des clubs du département.

Adresse à diffuser largement :
<http://cdrp41.free.fr>

Même si un club a souhaité ne plus adhérer à la FFRP, 2 autres ont rejoint notre communauté : **A TOU LOISIRS** (Pierrefitte-sur-Sauldre) et **KERAVIE** (Lunay).

Ce numéro met, notamment, l'accent sur l'une de nos missions principales, à savoir la formation. Le comité a mis en place un système d'aide financière en direction des clubs pour les aider à assurer la formation de leurs membres dans tous les domaines indispensables à leur bon fonctionnement.

Mon mandat de président vient à expiration lors de notre assemblée générale du 8 février et, tout en continuant à œuvrer au sein du Comité Directeur, je n'en solliciterai pas le renouvellement.

Je voudrais dire ici tout le plaisir que j'ai eu à travailler avec l'équipe qui m'a entouré depuis 4 ans, sans oublier Stéphane notre technicien, et les remercier pour le travail accompli ensemble. Merci également à vous tous, représentants des clubs fédérés que j'ai croisés sur mon chemin et grâce à qui la randonnée en Loir-et-Cher est devenue un attrait incomparable pour tous les pratiquants.

Alain LEFEVRE
président du CDRP 41

Par Chemins



N° 2014-13



Le calendrier des formations 2014

A- Formations régionales

Lieu de formation (sauf indication contraire) :

Centre de séjour – Saint-Aignan-sur-Cher

◆ Stages animateur 1er niveau

Voeu n°1 : Du 15/03/2014 au 16/03/2014

Voeu n°2 : Du 15/11/2014 au 16/11/2014

◆ Thématique GPS

Du 05/04/2014 au 06/04/2014

◆ Module de base

Du 20/09/2014 au 21/09/2014

◆ Stage animateur 2e niveau - Formation

Du 25/10/2014 au 29/10/2014

◆ Stage animateur 2e niveau - Evaluation

Du 31/10/2014 au 01/11/2014

◆ Animateur Marche Nordique

Du 14/11/2014 au 16/11/2014

Lieu de formation : Amboise (37)

◆ Formation continue des animateurs brevetés

(date à définir)

B- Formations départementales

(dates à définir)

◆ Formation baliseurs

◆ Module « Découverte de la carte »

Pour consulter le programme et vous inscrire aux formations régionales
[Http://centre.ffrandonnee.fr/145/formations/programme.asp](http://centre.ffrandonnee.fr/145/formations/programme.asp)

Pour tout renseignement sur la formation contacter :

Pierre Brunel, président de la Commission Régionale Formation
brunelpi@sfr.fr Tél : 02 54 73 91 57



Marche nordique

La marche est l'activité la plus naturelle de l'être humain, nous sommes tous des marcheurs.

La randonnée est l'activité facilement accessible à tous.

En y ajoutant des bâtons, cela devient une marche **quadrupédique** (comme tout bon mammifère..) qui utilise la poussée du bras en arrière pour mieux avancer la jambe opposée.

Les bienfaits de la pratique de la Marche Nordique (MN) sur la santé sont unanimement reconnus par le corps médical, **pour tout profil de randonneur, du plus rapide au plus doux :**

de l'amélioration de l'équilibre et de la coordination gestuelle, à l'action positive sur le métabolisme des graisses et des glucides, en passant par l'amélioration cardiorespiratoire, sans oublier la prévention de l'ostéoporose et le mieux-être psychique

La Marche Nordique **au niveau national** :

- ◆ 3 instructeurs - 53 formateurs- 450 animateurs Marche Nordique formés depuis 3 ans - 18 stages régionaux - 1 stage annuel de formateurs
- ◆ Un réseau fonctionnel : marchenordique@ffrandonnee.fr pour répondre à vos questions.
- ◆ Un logo - un pictogramme - un flyer national
- ◆ Une vidéo visible sur le site fédéral www.ffrandonnee.fr
- ◆ Une « Actu MN mensuelle »
- ◆ Un partenaire « bâtons » à tarifs compétitifs pour une bonne qualité : GABEL
- ◆ Un partenaire INTERSPORT à tarif préférentiel sur présentation de la licence

La Marche Nordique **en région Centre** :

- ◆ 3 formateurs d'animateurs MN - 35 animateurs - 1 stage annuel – 1 flyer MN régional
- ◆ 1 lot de bâtons MN pour les séances découverte ou d'initiation

- ◆ Une référente régionale, Arlette Dupont
email : adupont@ffrandonnee.fr

Nommée par le Comité Régional, son rôle :

- ★ animatrice Marche Nordique FFRandonnée
- ★ membre du comité directeur du comité régional
- ★ disponible pour s'investir sur le développement de l'activité
- ★ experte en Marche Nordique

La Marche Nordique **en Loir-et-Cher** :

- ◆ un référent MN départemental : Pierre Brunel
- ◆ 2 clubs affiliés proposent cette activité (Keravie et La Galoche Solognote)
- ◆ 4 animateurs MN
- ◆ 1 diaporama modulable diffusé lors du forum des clubs et à votre disposition auprès du comité

Afin d'aider à développer la **MARCHE NORDIQUE** dans votre club, la **commission fédérale marche nordique** propose aux clubs affiliés :

- ◆ d'organiser avec eux des séances découverte pour leurs animateurs
- ◆ de leur prêter des bâtons spécifiques pour ces séances
- ◆ de les conseiller au cas par cas
- ◆ des supports de communication spécifiques

Contacts :

**Arlette DUPONT**

référente régionale et nationale
Marche Nordique

marchenordique@ffrandonnee.fr

et

Thomas POIRSON

Conseiller Technique National



Le Comité soutient la formation

La commission départementale formation s'est réunie le 27 novembre 2013 afin de définir une nouvelle politique de formation sur le département. Le comité directeur lors de sa réunion du 12 décembre 2013 a approuvé celle-ci dans le cadre de son projet d'accompagnement des clubs et de soutien au bénévolat.

La commission formation et le comité directeur ont défini les priorités suivantes :

◆ Pour les formations organisées par le Comité Départemental :

Baliseurs, découverte de la carte, GPS

La gratuité totale est maintenue pour les participants (grâce en particulier au dédoublement de la formation sur 2 jours pour la formation « Baliseurs »)

◆ Pour les formations organisées par le Comité Régional :

★ **SA1** : Le Comité prendra totalement en charge la formation complète (module de base, PSC1 et SA1) pour la première personne formée de chaque club et à 50% pour la deuxième.

★ **SA2** : Prise en charge par le comité à 50% de la formation SA2 pour la première personne de chaque club.

★ **Agrément Tourisme** : Prise en charge par le comité à 100% de la formation « Tourisme » pour la première personne de chaque club.

Le comité reversera le montant au club, ce qui nécessitera pour celui-ci de passer par le comité pour validation.

◆ Pour les formations relatives :

★ Au fonctionnement de la Commission Départementale Sentiers et Itinéraires

Formation « Aménageur » pour les membres de la CDSI (prise en charge en intégralité)

★ Au projet numérique :

Gratuité totale pour les participants (financement par le comité avec peut-être une participation régionale). 2 sessions de formations pour les collecteurs et 1 pour les gestionnaires sont à prévoir.

Le soutien éventuel du comité à d'autres formations sera étudié au cas par cas sur demande des clubs.

Campagne C.N.D.S. 2014

Afin d'éviter tout doublon (entre clubs et comité) dans les demandes de subvention qui seront établies lors de la prochaine campagne C.N.D.S.(Centre National pour le Développement du Sport), rapprochez-vous du Comité Départemental.

Ce dernier mutualisera les demandes émanant des clubs affiliés et présentera un dossier unique sur les formations qu'il soutiendra pour 2014.

Les clubs pourront par ailleurs effectuer des demandes CNDS pour les autres formations non financées par le comité.

Les formations du C.D.O.S.

D'autres formations à destination des clubs et associations du département existent. Elles sont organisées par les Comités Départemental et Régional Olympique et Sportif (CDOS-CROS), le C.R.I.B (Centre de Ressources et d'Information des Bénévoles), la Ligue de l'Enseignement 41, Familles Rurales du Loir-et-Cher

Retrouvez le programme sur : <http://loiretcher.franceolympique.com/art.php?id=28484>

KERAVIE

Kéravie est une association créée en 2010 dont l'objectif est de promouvoir le bien-être par le biais d'activités physiques d'où son nom.

KER est l'homonyme de l'anglais « care » = prendre soin, Kéravie restitue bien les notions de sport-santé « à vie ». Basée à Lunay, ses 34 licenciés viennent de tout le Vendômois, et même de la Sarthe.

La seule activité proposée par Kéravie est la **Marche Nordique**.

Déclinée en séances à thèmes avec des lieux différents de pratique, elle est attractive et sportive. Les séances ont lieu chaque samedi matin, soit en sortie encadrée par des animateurs sportifs, soit en sortie libre. Elles sont ouvertes à tous, débutants ou initiés.

Jocelyne et Pierre, animateurs diplômés Marche Nordique proposent des séances techniques, en respectant le contenu de cette activité physique à part entière : échauffement musculaire et articulaire, technique de marche nordique, renfort musculaire ludique et étirements de fin de séance. Des sorties plus longues de 4h à 6h sont proposées à chaque fin de trimestre.

Leur souhait d'adhérer à une fédération se rapprochant le plus de la pratique de la marche nordique et de l'état d'esprit s'y rattachant, leur a fait choisir la **FFRandonnée**. L'assemblée générale de l'association en septembre 2013 a validé ce choix.



Jocelyne BRUNEL
Présidente de
Kéravie

<http://club.quomodo.com/keravie>
02 54 73 91 57 - 02 54 72 13 43

Le forum des clubs affiliés

Cette année, le forum des clubs affiliés s'est tenu au Minotaure à Vendôme, le 9 novembre dernier, et a réuni 43 participants. 12 clubs (sur 27) du département étaient ainsi représentés. La journée s'est ouverte sur le traditionnel tour de salle au cours duquel chaque club a pu se présenter au reste des participants, mettant en avant ses spécificités, réalisations et activités sur l'année sportive écoulée.

M. Bernard CHENEAU, vice-président de la FFRandonnée en charge de la Région Grand Centre, sollicité par le comité départemental, est venu présenter l'avancée du projet numérique fédéral.

M. CHENEAU a également été interpellé par Roger COIGNET, Président de B.A.L.A.D.E. sur différents sujets. Les échanges argumentés ont entre autre porté sur les augmentations tarifaires (cotisations clubs, licences,), l'obligation de prélèvement automatique pour l'extension d'immatriculation tourisme, le contenu de Passion Rando, ...

Jean LAINE a ensuite fait le point sur un certain nombre de sujets abordés lors des réunions décentralisées et soumises pour réponse aux clubs présents, portant notamment sur la pertinence de faire figurer dans le calendrier annuel les tarifs pratiqués par les organisateurs de randonnées dominicales.

Jacky HURAUULT a présenté le film de la Trans'Loir-et-Chérienne 2013, dont un extrait est diffusé aux participants.

Nous avons eu le plaisir d'accueillir Mme Catherine LOCKHART, maire de Vendôme, venue saluer nos travaux. Au cours de son allocution, madame a particulièrement salué l'engagement bénévole et militant des adhérents des clubs affiliés.

Après un repas partagé dans la bonne humeur, Alain LEFEVRE est intervenu sur le devenir du Comité.

Nadine METIVIER a tenu à rappeler la nécessité pour chaque baliseur de fournir les compte-rendus de leurs interventions, car ils sont les acteurs de l'activité du comité sur le terrain, dont ce dernier doit rendre compte auprès de ses partenaires institutionnels.

Privée par une météo toute sauf clémente d'une sortie en extérieur avec un groupe de volontaires, Arlette DUPONT, référent national pour la Marche Nordique, a présenté en salle cette activité qui connaît depuis quelques années un succès certain. Après en avoir dressé un état des lieux, elle est intervenue sur de nombreux points tels : les bénéfices et bienfaits de la MN, les principales techniques, la formation.

Tout le monde s'accorde pour remercier le club B.A.L.A.D.E. qui a accueilli les participants à cette journée. Remerciements également à tous les clubs présents, en souhaitant les retrouver plus nombreux encore lors du prochain forum.

Nouveauté !

Randonnées en Centre - Val de Loire de gare en gare

Sorti début novembre 2013, le topoguide® reprend des tronçons de GR® déjà publiés dans d'autres titres mais aussi de nombreuses portions inédites. Leur point commun ? Toutes relient des villes desservies par les transports publics (trains, lignes de bus).

Et ceci dans les 6 départements de la région.

Quelques villes prestigieuses : Chartres, Vendôme, Gien, Orléans, Blois, Cheverny, Tours, Azay-le-Rideau, Bourges, Châteauroux, Sancerre Argenton-sur-Creuse.

Pour découvrir sans voiture le patrimoine exceptionnel du Val-de-Loire, de la Touraine, du Berry, de l'Orléanais, de la Sologne, etc.

Bref la crème de la région Centre sans émission de gaz carbonique.

Disponible à la vente au format papier (15,50 €) :

Auprès du Comité Départemental et de la boutique en ligne de la FFRandonnée.

Egalement disponible au format numérique (10,99 €) :

<http://vitrine.edenlivres.fr/publications/30808-randonnees-en-centre-val-de-loire-de-gare-en-gare>

