

La Raquette à Neige à la Fédération



Une pratique accessible à tous.

De nombreux clubs proposent des sorties encadrées et adaptées en France et ailleurs, dans leur programme annuel ou en séjour.

Cette discipline ne va pas vous laisser indifférent. Venez la découvrir avec nous, dans les clubs affiliés à la FFRandonnée.

Rejoignez-nous !

Vous souhaitez trouver un club de Raquette à neige près de chez vous ?

Consultez le site de la fédération www.ffrandonnee.fr rubrique **Nos Clubs - Trouver un club**. Choisissez un département et l'activité Raquette à neige, puis recherchez un club.

Pour plus d'informations : rubrique **Disciplines - Les disciplines - Raquette à neige**.



CONTACT

Fédération Française
de la Randonnée Pédestre

23 rue Raspail,
94200 Ivry-sur-Seine
✉ montagne@ffrandonnee.fr

Trouver un club



Contact local

Association loi 1901 reconnue d'utilité publique - SIRET 30358816400051

Création et mise en page : FFRandonnée / Den's Infographie-www.infodens.fr
Impression DMI - Jan. 2025 - V1
Crédits photos / illustrations : Johannes Braun, Nicolas Vincent, AdobeStock.

Ne pas jeter sur la voie publique



@FFRandonnee

Explorez l'hiver
en toute liberté !

La Raquette à neige



FFRandonnée

www.ffrandonnee.fr

Qu'est-ce que c'est ?



Activité sportive de loisirs et de bien-être en pleine nature, la Raquette à neige est très pratiquée dans les clubs affiliés.

Accessible à tous, cette activité se décline selon l'envie : intense et engagée ou calme et contemplative. En activité récréative, elle peut se pratiquer sur des circuits aménagés et balisés en station, ou hors des secteurs sécurisés, auquel cas il est vivement conseillé de se former pour mieux connaître les spécificités de la montagne enneigée (en devenant animateur montagne, raquette, ... ou grâce aux stages réussir sa rando raquettes ou réussir sa rando montagne).

La raquette à neige est un prolongement ludique de la randonnée pédestre en hiver, adaptée à ses désirs, à pratiquer avec un équipement adéquat.

Trouvez la formule qui correspond à vos envies, votre niveau, votre expérience et votre lieu de vie.

Quelques chiffres :



Plus de **34 %** des clubs FFRandonnée proposent cette activité en saison ou en séjours.



Rejoignez les clubs de la FFRandonnée pour pratiquer la Raquette à neige

Une activité loisir et compétitive

La Raquette à neige pratiquée en compétition est un excellent complément hivernal pour les sportifs curieux et avides de sensations.

Chaque événement fédéral associe formats chronométrés et pratique loisir, ce qui permet la participation des adultes et des enfants, en solo ou à plusieurs.

Les épreuves chronométrées permettent d'associer défi sportif (performance et dépassement de soi) et ambiance trappeur pour ceux qui cherchent le ressourcement.

Elle se pratique alors avec des raquettes flexibles et ultralégères adaptées à la course. Dans chaque événement organisé par la FFRandonnée, différents modèles de raquettes sont mis à la disposition des participants.



Matériel & équipement



Les modèles de raquettes diffèrent selon le type de pratique envisagé.

Circuits tracés ou non, fréquentation de l'itinéraire, qualité et épaisseur de neige, vitesse de déplacement ... Les épreuves chronométrées sont toutes réalisées avec un matériel identique spécifiquement conçu pour courir avec plaisir.

Les bâtons peuvent souvent être utiles pour des activités de loisir, hors trace, ou lorsque le port d'un sac à dos lourd est nécessaire. Ils sont en revanche interdits lors de la plupart des courses.

La pratique de l'activité raquettes à neige sur des itinéraires non sécurisés nécessite également de posséder et maîtriser l'usage d'un équipement de sécurité lié aux risques d'avalanche.

Renseignez-vous sur le parcours et consultez les professionnels de la montagne.



En savoir plus sur cette discipline

