FFRandonnée

MÉMENTO FÉDÉRAL

Réglementation des activités de marche et de randonnée

II - Encadrer

Approuvé par le Comité Directeur de juin et le bureau fédéral de septembre 2025







Fédération Française de la Randonnée Pédestre
23, rue Raspail - 94200 Ivry-sur-Seine - tél. 01 44 89 93 90
Centre d'information : tél. 01 44 89 93 93

ffrandonnee

AGENCE NATIONALE DU SPORT

COMITÉ NATIONAL OLYMPIQUE ET SPORTIF FRANÇAIS

MINISTÈRE CHARGÉ DES SPORTS

ERA EWV FERP

Sommaire

PRÉAMBULE

1 - Champ d'application ... 4
2 - Définitions des disciplines, des activités connexes et domaines d'emploi ... 6
3 - Glossaire ... 8
4 - Abréviations ... 10

II - ENCADRER ... 11

II.1 - Définitions ... 12
II.1.1 - Encadrant de fait ... 12
II.1.2 - Encadrant de droit ... 12

II.2 - Contrôle de l'honorabilité des dirigeants, des encadrants et des juges et arbitres ... 12

II.3 - Règles générales d'organisation et d'encadrement ... 13
II.3.1 Préparation et conduite des activités ... 13
II.3.2 Procédure en cas d'incident ou accident ... 13
II.3.3 Encadrement des pratiques qui empruntent les voies publiques ou ouvertes à la circulation publique ... 14
II.3.4 - Règles d'encadrement des activités contre rémunération ... 15
II.3.5 - Règles fédérales générales d'encadrement ... 15
II.3.6 - Règles fédérales particulières d'encadrement en fonction de la forme de l'activité pratiquée ... 18
II.3.6.1 - Règles d'encadrement spécifiques au longe côte/marche aquatique ... 18
II.3.6.1.1 - Définition ... 18
II.3.6.1.2 - Organisation et encadrement ... 18
II.3.6.1.3 - Équipement des participants et encadrants ... 19
II.3.6.2 - Règles d'encadrement spécifiques à la randonnée en milieu montagnard ... 19
II.3.6.2.1 - Définition ... 19
II.3.6.2.2 - Conditions d'organisation ... 19
II.3.6.2.3 - Qualification de l'encadrement ... 19
II.3.6.2.3.1 - Règles d'encadrement spécifiques à la randonnée en milieu montagnard non enneigé ... 19
II.3.6.2.3.2 - Règles d'encadrement spécifiques à la randonnée en milieu montagnard enneigé ... 19
II.3.6.3 - Règles d'encadrement spécifiques à la randonnée en milieu enneigé ... 20
II.3.6.3.1 - La randonnée nordique enneigée ... 20
II.3.6.3.1.1 - Définition ... 20
II.3.6.3.1.2 - Organisation ... 20
II.3.6.3.1.3 - Qualification de l'encadrement ... 20
II.3.6.3.2 - La randonnée alpine enneigée ... 20
II.3.6.3.2.1 - Définition ... 20
II.3.6.3.2.2 - Organisation ... 20
II.3.6.3.2.3 - Encadrement ... 20
II.3.7 - Règles particulières d'encadrement en fonction du public encadré ... 21
II.3.7.1 - Encadrement des pratiques santé dans les clubs labellisés Santé FFRandonnée ... 21
II.3.7.2 - Encadrement des mineurs en milieu fédéral ... 21
II.3.7.3 - Encadrement des mineurs en groupe en accueil collectif de mineurs (ACM) ... 21
II.3.7.4 - Encadrement des mineurs pendant le temps scolaire ... 21

Sommaire

II.3.7.4.1 - Écoles maternelles et élémentaires (publiques) 21
II.3.7.4.2 - Établissements d'enseignement secondaire 22
II.3.7.5 - Encadrement des publics en situation de handicap moteur et sensoriel 22
II.3.7.6 - Encadrement des publics en situation de handicap mental 22

ANNEXES

Annexe 1 - Questionnaire relatif à l'état de santé du sportif mineur 23
Annexe 2 - Renouvellement de licence de la FFRandonnée - Conseils de santé 24
Annexe 2 bis - Attestation sur l'honneur pour participer aux activités FFRandonnée 25
Annexe 3 - Quiz «Quel randonneur êtes-vous ?» Testez votre préparation 26
Annexe 4 - Synthèse des catégories et types d'espaces naturels protégés 28
Annexe 5 - Règles essentielles pour bien longer 30
Annexe 6 - Échelle européenne de risque d'avalanche 31
Annexe 7 - Liste des qualifications permettant l'encadrement contre rémunération du LC et de la randonnée en moyenne montagne 32
Annexe 8 - Charte du randonneur - Soyons vigilants ensemble 36
Annexe 9 - Affiches Signal-sport 37

Préambule

Le picto ci-contre accompagné de texte vert encadré que vous rencontrerez tout au long de ce document, met en avant des recommandations dictées par la FFRandonnée.

Le premier degré de partenariat entre l'État et une fédération sportive passe par la procédure d'agrément (art. L121-4 du code du sport et art. L131-8 et suivants du même code).

La FFRandonnée est agréée par arrêté du 18 décembre 2024.

Le second degré de partenariat consiste à désigner parmi les fédérations agréées, celle qui jouera un rôle moteur et privilégié au profit d'une discipline sportive, car certaines prérogatives ne peuvent être partagées : c'est la délégation (art. L131-14 du code du sport).

La FFRandonnée est délégataire par arrêté du 22 décembre 2025.

Le présent document vise à réunir toutes les dispositions en matière de règlement et de conseil à destination des dirigeants, organisateurs, pratiquants, encadrants, arbitres des activités concernées par le champ de la délégation de la FFRandonnée.

Ces Règles Techniques et de Sécurité (RTS) sont des règles administratives générales qui s'appliquent à tous les acteurs de l'activité, qu'ils soient ou non affiliés à la FFRandonnée, professionnels ou bénévoles.

Ces RTS servent également de guide de référence aux autorités investies du pouvoir de police dans l'exercice de leur travail d'instruction des dossiers de déclaration voire d'autorisation qui leur sont soumis.

Elles ne permettent pas aux différents protagonistes des activités de s'affranchir des dispositions légales et réglementaires qui leur incombent par ailleurs.

Les dispositions et recommandations qui ont valeur de conseil permettent à leur destinataire de décider si elles doivent être appliquées ou non, selon les circonstances.

En matière de responsabilité, le non-respect d'une obligation fédérale ayant causé un dommage peut engager la responsabilité de différents tiers (celui qui devait exiger son application tout comme celui qui devait l'appliquer). Le non-respect d'une recommandation fédérale peut trouver sa justification dans les circonstances particulières de l'organisation de l'activité et n'engage pas nécessairement la responsabilité de tiers.

1 - Champ d'application

Conformément à ses statuts, la FFRandonnée organise la pratique de la randonnée pédestre.

Elle se décline différemment en fonction des objectifs de pratique :

- activité de détente favorisant l'activité physique et sportive en espace naturel dans un esprit de convivialité et de découverte de soi et de l'environnement ;
- activité de santé, douce, adaptée à un public ayant des limitations ;
- activité forme ou sportive, qui vise l'amélioration des qualités physique, physiologique, mentale des pratiquants et demande une condition physique, une appréciation des aléas liés au milieu et un équipement adapté dans une pratique individuelle ou collective ;
- activité éducative, qui favorise l'autonomie du pratiquant et permet de découvrir et d'apprendre à connaître les techniques de déplacement, d'appréhender le terrain de pratique, de connaitre et contribuer à la protection de l'environnement et les patrimoines naturels, culturels et humains ;
- activité avec classements, défis, ou performances enregistrées, codifiée dans un règlement des épreuves permettant de classer les individus, les équipes, les structures.

Préambule

Ces pratiques se déclinent en plusieurs spécialités dont la randonnée pédestre, la grande randonnée (GR®), la promenade, la petite randonnée, le rando challenge®, la marche d'endurance, la randonnée montagne, la marche afghane, la marche rapide, la marche aquatique, le longe côte, la randonnée longe côte, le longe côte free style, le trail longe côte, la randonnée en ville, la randonnée tourisme, la marche avec bâtons, le fast hiking, la marche santé, la balade à roulettes®, le longe côte santé.

À ce titre, elle délivre des licences sportives qui ouvrent droit à participer aux activités que la fédération ou ses organes déconcentrés et structures affiliées organisent.

Le périmètre de la délégation accordée par le ministère chargé des sports à la FFRandonnée comprend les disciplines sportives qui figurent dans l'arrêté du 22 décembre 2025 accordant la délégation prévue à l'article L131-14 du code du sport, ainsi que les spécialités qui composent ces disciplines sportives :

Disciplines	Spécialités
Randonnée pédestre	Randonnée pédestre
	Randonnée itinérante
	Marche d'endurance
	Fast hiking
	Marche d'endurance à allure régulée
	Randonnée montagne
	Rando challenge®
	Randocaching®
	Marche afghane
	Marche avec bâtons
	Rando santé
	Balade à roulettes®
	Marche de loisir
	Marche en ville
	Marche patrimoniale
	Marche active
Longe-Côte/Marche aquatique	Longe côte
	Trail longe côte
	Longe côte santé
	Marche aquatique

Pour les disciplines mentionnées ci-dessus, les règles techniques édictées par la fédération sont applicables à tous ses membres et licenciés mais également à des tiers à la fédération dans le cadre des dispositions prévues par les lois ou règlements en vigueur, notamment celles prévues par les articles L131-14 et suivants ou L331-1 du code du sport.

2 - Définitions des disciplines, des activités connexes et domaines d'emploi

Disciplines délégataires (Arrêté du 28 mars 2022 accordant la délégation prévue à l'article L.131-14 du code du sport[1])

Randonnée pédestre

La randonnée pédestre est une activité physique et sportive qui consiste à concevoir et parcourir un itinéraire en se déplaçant à allure libre ou régulée, en espace naturel, urbain ou aménagé.

Elle se pratique sur tous supports permettant un cheminement pédestre sans équipements et/ou techniques de progression liés à l'alpinisme. Cet itinéraire pédestre peut être matérialisé par des éléments de balisage et de signalisation ou non.

Longe côte/marche aquatique

Le longe côte/marche aquatique consiste à marcher en milieu aquatique (océans, mers, lacs …) au bon niveau d'immersion, c'est-à-dire avec une hauteur d'eau optimale située entre le nombril et les aisselles (immersion minimum au-dessus de la taille) avec et sans pagaie.

Il se pratique tout au long de l'année sur des plages de sable à faible dévers ne présentant ni obstacle majeur ni risque particulier, sur un itinéraire adapté, connu et reconnu par un animateur marche aquatique diplômé, dans différentes conditions d'eau et de météo.

Dans ce document, les termes longe côte et marche aquatique sont utilisés indistinctement : ils désignent la même pratique telle que définie ci-dessus.

Spécialités ou disciplines connexes de la randonnée pédestre

- **Grande randonnée (GR®) - itinérance**
  Activité sportive sur un parcours pédestre dont le temps effectif de marche est de plusieurs journées consécutives en itinérance. On parle de trek quand celle-ci se déroule en pays lointain ou en altitude.
- **Petite randonnée (PR), promenade**
  Activité physique ou sportive sur un itinéraire pédestre de proximité.
- **Rando challenge®**
  Version compétitive de la randonnée d'orientation, pratiquée en équipe et qui sollicite différentes compétences du randonneur : techniques d'orientation, sens de l'observation et connaissances liées à la randonnée. En suivant un parcours indiqué sur une carte, il s'agit de trouver des bornes, les positionner sur la carte et répondre aux questions, dans un temps cible à atteindre.
  La marque « rando challenge® » est déposée par la FFRandonnée.
- **Marche d'endurance**
  La marche d'endurance représente l'ensemble des disciplines sportives de la randonnée qui nécessite un effort physique et mental plus important que la marche classique, type randonnée. Les pratiquants ont le plus souvent des objectifs de progression en allongeant les distances parcourues et en augmentant leur vitesse de déplacement. Il s'agit principalement de trois types de spécialités :
  - Le fast hiking qui se divise en deux grandes catégories : la randonnée rapide et l'ultra randonnée
  - La marche à allure contrôlée, marches organisées sous le contrôle d'un leader responsable de gérer l'allure du groupe sur différentes distances.
- **Randocaching®**
  Le Randocaching® est une pratique ludique et sportive de la randonnée qui séduit un public jeune et familial. Le Randocaching® est une chasse aux trésors moderne qui utilise le géo-positionnement par satellites (GPS) pour rechercher ou dissimuler un « trésor » dans divers endroits et sur des itinéraires spécifiques.
  Randocaching® et Geocaching® désignent la même pratique mais sont deux marques déposées distinctes.
  Randocaching® est la marque déposée par la FFRandonnée.

1 - https://www.legifrance.gouv.fr/jorf/id/JORFTEXT000045442850

Préambule

- **Randonnée montagne**
  Randonnée pratiquée en milieu montagnard, hors zone de glacier, sans limitation d'altitude, sur des itinéraires adaptés à un cheminement pédestre, balisé ou non, à l'exclusion de ceux nécessitant l'utilisation de techniques ou de matériel d'alpinisme.
- **Marche en ville**
  Pratique en ville, en zone urbaine ou péri-urbaine qui peut permettre de découvrir le patrimoine bâti ou naturel propre à ces espaces.
- **Marche afghane**
  La marche afghane est une marche dynamique consciente au cours de laquelle est mise en place une technique de coordination de respiration avec le rythme des pas.
- **Marche rapide**
  La marche rapide est une forme sportive de marche qui demande plus d'efforts à l'individu. On considère que la marche rapide commence dès que les moyennes de déplacement sont supérieures à 6 km/h.
- **Marche avec bâtons**
  La marche avec bâtons a pour principe d'accentuer le mouvement de balancier naturel des bras à l'aide de deux bâtons. Cette forme de marche plus complète mobilise l'ensemble des membres dans la propulsion.
- **Marche de loisir**
  Marches de courtes distances et promenades visant des objectifs de détente ou de convivialité sur des espaces aménagés et/ou balisés. Note : ne concerne pas les marches utilitaires.
- **Marche patrimoniale**
  Randonnée ou marche en tout milieux visant à associer la pratique pédestre et la découverte d'un patrimoine culturel et/ou environnemental.
- **Marche active**
  Déplacement à pied d'intensité d'effort modérée à soutenue sur des distances courtes à moyennes, à une allure dynamique. Elle se pratique sur terrain peu technique, avec un objectif notamment de stimulation cardio-respiratoire.
- **Fast hiking**
  Le fast hiking est une randonnée rapide qui se pratique à allure soutenue en toute autonomie sur un parcours présentant du dénivelé et/ou des difficultés techniques. Il s'agit d'une discipline plus sportive, plus dynamique que la randonnée classique. Le fast hikeur s'engage dans un défi personnel ou collectif afin de parcourir un itinéraire le plus rapidement possible en optimisant ses capacités physiques.
- **Pratiques santé : rando santé, marche nordique santé** [2]
  Activité physique adaptée à des personnes capables de marcher dont les possibilités physiques sont diminuées en raison de limitations fonctionnelles.
- **Balade à roulettes®**
  Forme adaptée de balades et d'itinéraires destinés aux personnes à mobilité réduite (par exemple en fauteuil), aux personnes ayant des difficultés à se déplacer sur terrain accidenté, ou aux parents avec des poussettes ou de jeunes enfants avec des draisiennes, tricycles, etc.

Spécialités ou disciplines connexes du longe côte/marche aquatique

- **Trail longe côte**
  Épreuve combinée de longe côte sur des plages référencées FFRandonnée et d'allure libre ou marche sportive sur des portions terrestres. Le temps de pratique du longe côte représentant plus de 50 % du temps total de l'épreuve.
- **Longe côte santé**
  Forme de pratique du longe côte adaptée à des personnes dont les possibilités physiques sont diminuées en raison de limitations fonctionnelles.

2 - La marche nordique santé est une déclinaison de la marche nordique pour laquelle la FFRandonnée n'est pas délégataire

Spécialités ou disciplines non comprises dans le champ de la délégation attribuée à la FFRandonnée

- **Marche nordique (délégation confiée à la Fédération française d'athlétisme)**
  Activité sportive se déroulant sur un parcours connu ou reconnu et consistant à marcher en accentuant le mouvement naturel des bras à l'aide de bâtons spécifiques permettant de propulser le corps vers l'avant.
- **Randonnée en terrain enneigé avec ou sans raquettes (pas de fédération délégataire à ce jour)**
  Activité sportive se déroulant en milieu enneigé avec un équipement de progression permettant d'augmenter la portance sur la neige et d'éviter de glisser.

3 - Glossaire

Fédération agréée : conformément aux articles L131-8 et suivants du code du sport, la fédération agréée participe à la mise en œuvre d'une mission de service public relative au développement et à la démocratisation des activités physiques et sportives. À ce titre, elle est notamment chargée de promouvoir l'éducation par les activités physiques et sportives, de développer et organiser la pratique de ces activités, d'assurer la formation et le perfectionnement de ses cadres bénévoles et de délivrer les licences et titres fédéraux. La fédération est soumise au contrôle de l'État et doit avoir des statuts comportant des dispositions obligatoires. Elle a pour obligation également d'adopter un règlement disciplinaire conforme à un règlement type.

Fédération délégataire : conformément aux articles L131-14 et suivants du code du sport, la fédération délégataire organise les compétitions sportives à l'issue desquelles sont délivrés les titres internationaux, nationaux, régionaux ou départementaux.

Elle définit les règles techniques et administratives propres à sa discipline.

La fédération fixe les règles techniques et de sécurité relatives à l'organisation des compétitions, à l'exception des domaines touchant à l'ordre public, dans le respect des dispositions législatives et réglementaires propres à certains domaines (violence, dopage, pouvoir disciplinaire, règlement médical, etc.).

La fédération délégataire est, elle aussi, placée sous la tutelle de l'État. Pour obtenir la délégation, celle-ci doit réunir les conditions prévues aux articles R131-25 à R131-36 du code du sport qui fixent les conditions d'attribution et de retrait d'une délégation aux fédérations sportives et définissent leurs compétences.

Lorsqu'aucune fédération sportive n'a reçu de délégation dans une discipline donnée, les compétences attribuées aux fédérations délégataires peuvent être exercées, pour une période déterminée et avec l'autorisation du ministre chargé des sports, par une commission spécialisée mise en place par le Comité national olympique et sportif français (CNOSF).

Animations
Manifestations diverses de marche et randonnée ne comportant ni chronométrage, ni classement ou podium établi en fonction de la plus grande vitesse réalisée ou d'une vitesse moyenne imposée, réalisées uniquement dans un but promotionnel. Les animations peuvent être réservées au licenciées et/ou ouvertes aux non licenciés.

Compétition ou rencontre sportive
Manifestations faisant l'objet d'un chronométrage ou d'un classement, soit en fonction de la plus grande vitesse réalisée, soit d'une moyenne imposée, ou d'un horaire fixé à l'avance.

Manifestation
Animation ou compétition ou rencontre sportive.

Activité connexe ou spécialité
Pratique sportive déclinée d'une discipline pour laquelle la FFRandonnée a reçu délégation du ministère chargé des Sports.

Sont des activités connexes ou spécialités rattachées à la randonnée pédestre : la grande randonnée (GR®), la petite randonnée (PR), la promenade, le rando challenge®, la marche d'endurance, la marche d'endurance Audax®, le Randocaching®, le Géocaching, la randonnée montagne, la marche en ville, la marche afghane,

la marche rapide, la randonnée tourisme, la marche avec bâtons, le fast hiking, la rando santé, la marche nordique santé, la balade à roulettes®.

Sont des activités connexes ou spécialités rattachées au longe côte : la randonnée longe côte, l'aqua raid, le longe côte free style, le trail longe côte, le longe côte santé.

Pratiquant
Personne qui pratique régulièrement ou occasionnellement les activités réglementées ou organisées par la Fédération française de la randonnée pédestre et ses structures affiliées. Le pratiquant peut être licencié ou non, et évoluer dans un groupe constitué ou non.

Compétiteur
Pratiquant qui par une démarche volontaire de sa part, s'inscrit à une manifestation faisant l'objet d'un chronométrage ou d'un classement, soit en fonction de la plus grande vitesse réalisée, soit d'une moyenne imposée, ou d'un horaire fixé à l'avance (compétition). Son inscription implique l'accord du règlement de la manifestation établie par l'organisateur.

Organisateur
Personne morale ou physique qui porte l'organisation d'une manifestation sportive, compétitive ou non. Cet organisateur est pleinement responsable des mesures de sécurité et de secours qu'il met en place pour la manifestation.

Encadrant/animateur/entraîneur
Toute personne, licenciée ou non, diplômée ou non, qui est chargée de l'encadrement, de l'animation, de l'entraînement d'un groupe de personnes, par un organisateur, de façon régulière ou pour une occasion particulière. Pendant la durée de cet encadrement, animation, entraînement, la responsabilité est transférée de l'organisateur, s'il existe, à l'encadrant. Ce dernier est alors responsable des pratiquants qu'il encadre. L'organisateur, quand il existe, peut mandater un encadrant très régulièrement ou occasionnellement.

Encadrant de fait
Est encadrant de fait, toute personne qui est à l'origine d'un projet de pratique, qui prend en main l'organisation et la gestion (conduite) d'un groupe et ce, sans nécessairement agir en vertu d'un mandat ou d'une délégation donnée par les dirigeants d'une structure associative, ou en dehors de tout cadre associatif.

Dans le cas d'un groupe qui se crée en dehors de toute organisation ou institution (groupe d'amis ou familial par exemple) où il n'y a pas de responsable désigné, l'un des membres se comportera nécessairement comme un encadrant.

Encadrant de droit
Est encadrant de droit un animateur au sein d'une association. Il est clairement identifié comme responsable du groupe et agit au nom et pour le compte de l'association, sur mandat donné par les dirigeants (le mandat peut constituer en un simple accord verbal entre le président et l'encadrant ; il peut être occasionnel ou régulier).

Arbitre
Personne chargée de la direction du déroulement d'une épreuve sportive et du respect des règlements établis par les instances organisatrices. Elle se doit d'être impartiale et est investie d'une autorité par sa Fédération de rattachement. Elle est garante du résultat des épreuves et dispose d'un pouvoir disciplinaire.

4 - Abréviations

ACM : accueil collectif de mineurs
ACM : affirmation à choix multiple
AFLD : agence française de lutte contre le dopage
ANS : agence nationale du sport
BFA : brevet fédéral d'animateur
BNI : bon niveau d'immersion
BNSSA : brevet national de sécurité et de sauvetage aquatique
BPJEPS : brevet professionnel de la jeunesse, de l'éducation populaire et du sport
CACI : certificat d'absence de contre-indication
CDF : championnat de France
CQP : certificat de qualification professionnelle
DASEN : directeur académique des services de l'Éducation nationale
DE JEPS : diplôme d'État de la jeunesse, de l'éducation populaire et du sport
DES JEPS : diplôme d'État supérieur de la jeunesse, de l'éducation populaire et du sport
DRAJES : délégation régionale académique à la jeunesse, à l'engagement et aux sports
DSDEN : direction de services départementaux de l'Éducation nationale
FFRandonnée : fédération française de la randonnée pédestre
IGN : institut géographique national, désormais appelé institut national de l'information géographique et forestière
LC : longe côte
MA : marche aquatique
MDPH : maison départementale des personnes handicapées
MN : marche nordique
PSC : premiers secours citoyen
PSC1 : prévention et secours civiques de niveau 1
PSD : plan solidaire de développement
PSE2 : premiers secours en équipe de niveau 2
PSF : projet sportif fédéral
PST : projet sportif territorial
RC : rando challenge®
RNCP : répertoire national des certifications professionnelles
RP : randonnée pédestre
RTS : règles techniques et de sécurité
SDJES : service départemental à la jeunesse, à l'engagement et aux sports

II - ENCADRER







II - ENCADRER

Ces Règles Techniques et de Sécurité (RTS) sont des règles administratives générales qui s'appliquent à tous les encadrants des activités de marche, de randonnée, de longe côte/marche aquatique et des disciplines connexes, qu'ils soient ou non affiliés ou licenciés à la FFRandonnée, professionnels ou bénévoles.

Le picto ci-contre accompagné de texte vert encadré que vous rencontrerez tout au long de ce document, met en avant des recommandations dictées par la FFRandonnée.

II.1 - Définitions

L'encadrement des activités de marche, de randonnée et des pratiques connexes est le fait de prendre en charge un groupe de pratiquants. La ou les personnes peuvent être encadrant de fait ou encadrant de droit.

II.1.1 - Encadrant de fait

Est encadrant de fait, toute personne qui est à l'origine d'un projet de pratique, qui prend en main l'organisation et la gestion (conduite) d'un groupe et ce, sans nécessairement agir en vertu d'un mandat ou d'une délégation donnée par les dirigeants d'une structure associative, ou en dehors de tout cadre associatif.

Dans le cas d'un groupe qui se crée en dehors de toute organisation ou institution (groupe d'amis ou familial par exemple) où il n'y a pas de responsable désigné, l'un des membres se comportera nécessairement comme un encadrant.

II.1.2 - Encadrant de droit

Est encadrant de droit un animateur au sein d'une association. Il est clairement identifié comme responsable du groupe et agit au nom et pour le compte de l'association, sur mandat donné par les dirigeants (le mandat peut constituer en un simple accord verbal entre le président et l'encadrant ; il peut être occasionnel ou régulier).

II.2 - Contrôle de l'honorabilité des dirigeants, des encadrants et des juges et arbitres[1]

Toute fonction, exercée à titre rémunéré ou bénévole, d'entraînement, d'enseignement, d'animation ou d'encadrement d'une activité physique et sportive, à titre principal ou secondaire, de façon habituelle, saisonnière ou occasionnelle est interdite :

- auprès de tous publics, mineurs ou majeurs : aux personnes ayant fait l'objet d'une condamnation d'un crime ou d'un délit visé à l'article L212-9 du code du sport ;
- auprès des mineurs : aux personnes ayant fait l'objet d'une mesure administrative de suspension ou d'interdiction en lien avec un accueil de mineurs au sens du code de l'action sociale et des familles.

Pour effectuer la vérification de l'absence de condamnation incompatible avec les fonctions d'entraînement, d'enseignement, d'animation ou d'encadrement (mais aussi des exploitants d'établissements d'activités physiques et sportives bénévoles ou des arbitres ou juges), différents textes autorisent les services de l'État à un contrôle automatisé du bulletin N° 2 du casier judiciaire et du FIJAISV[2].

À cette fin, la FFRandonnée transmet automatiquement les données collectées lors de la prise de licence ou de son renouvellement pour les personnes ayant des fonctions d'éducateur (animateur, entraîneur, formateur), dirigeantes (élu ayant un mandat social), d'arbitres et/ou de juges.

Ce contrôle ne s'opère qu'à l'égard des personnes (éducateurs, exploitants, arbitres ou juges) qui sont soumises à une obligation d'honorabilité prévue par le cadre de la loi.

Les informations nécessaires à ce contrôle automatisé de l'honorabilité sont les :

- nom de naissance
- prénom
- date de naissance
- commune de naissance (si né en France)
- ville de naissance et pays de naissance (si né à l'étranger)

1 - https://www.sports.gouv.fr/media/10501/download

2 - Fichier des auteurs d'infractions sexuelles ou violentes. Pour en savoir plus : https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F34836

Lors de la prise de licence, il revient aux dirigeants de l'association de faire compléter aux personnes ayant des responsabilités entraînant le contrôle de l'honorabilité, l'attestation d'honorabilité[3] et de renseigner correctement le système de gestion de la vie fédérale. En cas d'arrêt de responsabilités, il faut décocher les items correspondants dans le système de gestion informatisé.

En cas de condamnation incompatible avec les fonctions exercées, les services départementaux de l'État (DSDEN/SDJES) notifieront une incapacité aux personnes contrôlées et les fédérations seront informées par la direction des sports du ministère chargé des Sports, afin qu'elles puissent en tirer les conséquences disciplinaires et/ou administratives.

II.3 – Règles générales d'organisation et d'encadrement

II.3.1 Préparation et conduite des activités

La FFRandonnée recommande aux pratiquants, qu'ils agissent au sein d'associations affiliées ou non, de suivre une méthode de planification pour la préparation et la conduite de leurs activités. A titre d'exemple, la méthode IPECA est détaillée au point I.I.3. Elle doit être complétée pour les encadrants, de fait ou de droit, par les recommandations suivantes :

- s'informer sur la réglementation de l'encadrement de l'activité envisagée ;
- maintenir sa vigilance et sa responsabilité jusqu'à la fin de la sortie de l'ensemble des personnes prises en charge au départ et qui constituent le groupe ;
- gérer l'effort du groupe ;
- assurer la cohésion spatiale du groupe (éviter l'isolement d'un ou de plusieurs participants) ;
- choisir son positionnement au sein du groupe de même que celui du ou des assistants en fonction de conditions de pratique ;
- faire respecter les milieux traversés et respecter les lois et règlements en vigueur dans ceux-ci (règlement d'un parc national, code de la route, etc.) ;
- s'adapter à l'évolution du groupe encadré.

Les formations d'animateurs au sein de la FFRandonnée permettent d'acquérir les compétences en adéquation avec ces recommandations.[4]

II.3.2 Procédure en cas d'incident ou accident

Le respect du cadre réglementaire autant que des règles techniques et de sécurité édictées dans le présent mémento doivent, tout comme l'obligation de moyens et la capacité à renoncer, guider en permanence les choix des animateurs.

En cas d'accident, la responsabilité (civile et/ou pénale) de l'encadrant, qu'il soit de fait ou de droit, pourra être recherchée. En effet, les encadrants disposent du fait de leur statut d'une autorité de droit sur les pratiquants. Cette autorité a pour conséquences la pleine conscience de la responsabilité liée à cette autorité et l'obligation pour les encadrants d'une vigilance accrue dans leurs prises de décision.

Le code du sport rend obligatoire la déclaration d'un accident ou incident grave dans le cadre d'une activité club. Cette déclaration doit être faite au service départemental chargé des sports (SDJES) du lieu de l'accident dans les 48h.

Est considéré comme incident grave toute situation présentant ou ayant présenté des risques graves par leurs conséquences éventuelles sur la santé et la sécurité physique ou morale des pratiquants. Cette notion

3 - https://documents.ffrandonnee.fr/vie-federale/honorabilite/note-information-controle-honorabilite.pdf

4 - https://formation.ffrandonnee.fr/

renvoie notamment à des situations de presqu'accident et de mise en danger d'autrui, mais également aux situations de violences sexistes et sexuelles.

Est considéré comme accident grave un accident ayant présenté des conséquences graves pour la santé du pratiquant : décès, blessures graves nécessitant une hospitalisation de plus de 24h, ou encore séquelles importantes et durables.

Par suite de cette déclaration, le SDJES peut mettre en place des mesures préventives, mener des investigations complémentaires, ouvrir une enquête administrative (articles L212-13 et L322-8) et/ou prendre des mesures de police administrative (articles L212-13 et L 322-5) sous l'autorité du préfet.

Le formulaire de déclaration d'incident ou d'accident graves doit être rempli par l'encadrant ou le président du club via le lien numérique suivant :

https://www.sports.gouv.fr/declarer-un-incident-ou-accident-corporel-grave-engendre-par-l-activite-3047

Ce formulaire ne se substitue pas à la déclaration d'accident qui pourrait être faite par les victimes auprès de l'assureur et dont la procédure est détaillée dans le guide clubs.

II.3.3. Encadrement des pratiques qui empruntent les voies publiques ou ouvertes à la circulation publique

Pratiquants et encadrants doivent respecter les dispositions du code de la route rappelées au I.2.2.1.

Les encadrants sont garants du respect de ces obligations.

La sécurité des pratiques est sous la responsabilité des encadrants qui définiront, pour chaque groupe, un ou des assistants. Les assistants sont des personnes chargées de seconder les animateurs pour sécuriser la séance : guide-file pour sécuriser l'avant du groupe, serre-file pour sécuriser l'arrière du groupe. L'animateur en charge du groupe peut occuper l'un ou l'autre de ces rôles spécifiques.

Afin de permettre à tous les pratiquants d'identifier facilement animateur, assistant, guide-file et serre-file, il est recommandé qu'ils portent des tenues ou un signe distinctif leur permettant d'être repérés rapidement (gilet haute visibilité ou brassard par exemple).

Les rôles de l'animateur et de ses assistants sont :

- de sécuriser la pratique ;
- d'indiquer, hors agglomération, le côté de la chaussée qui doit être emprunté (gauche ou droite), l'important étant que l'ensemble du groupe chemine du même côté de la chaussée ;
- de signaler aux véhicules en approche la présence d'un groupe ;
- d'avertir le groupe de l'arrivée de ces véhicules ;
- de veiller à ce que ceux-ci puissent remonter ou croiser le groupe en sécurité, en vérifiant l'approche de véhicules en sens contraire ;
- de faire emprunter les passages prévus pour les piétons s'ils sont situés à moins de 50 m ;
- sécuriser les traversées de routes en l'absence de passage, de la manière suivante :
  - attendre le regroupement des pratiquants ;
  - faire traverser la chaussée à l'ensemble du groupe, perpendiculairement à son axe ;
  - sécuriser la traversée avec a minima un encadrant en amont, un encadrant en aval ;
  - de faire respecter toute autre consigne donnée par l'encadrant.

Aucun animateur ou assistant n'est habilité à arrêter la circulation.

Dans tous les cas, il faut faire preuve de bon sens, et se placer là où le risque est le moins important en fonction de la configuration des lieux.

II.3.4 - Règles d'encadrement des activités contre rémunération

Les produits et services doivent, dans des conditions normales d'utilisation ou dans d'autres conditions raisonnablement prévisibles par le professionnel, présenter la sécurité à laquelle on peut légitimement s'attendre et ne pas porter atteinte à la santé des personnes.

L'enseignement, l'animation ou l'encadrement **contre rémunération :**

- du longe côte ;
- de la marche nordique ;
- de randonnée pédestre et activités assimilées en moyenne montagne ainsi qu'en terrain enneigé sur des reliefs vallonnés excluant tout accident de terrain important ;
- de randonnée pédestre et activités assimilées en moyenne montagne ainsi que dans les régions à climat tropical et équatorial en périodes de fortes précipitations fixées par l'autorité publique compétente, sur des terrains escarpés et détrempés ;
- d'activités sportives sur prescription médicale ;

nécessite la possession d'un diplôme, titre à finalité professionnelle ou certificat de qualification professionnelle garantissant la compétence à son titulaire en matière de sécurité des pratiquants et des tiers dans l'activité considérée, et enregistré au répertoire national des certifications professionnelles (RNCP)[5]

Les qualifications inscrites au RNCP et ouvrant droit à l'encadrement des activités ci-dessus sont listées à l'annexe II-1 du code du sport [6].

Vous pouvez retrouver en annexe 7[7] ce qui concerne le longe côte, la randonnée pédestre et activités assimilées en moyenne montagne ainsi qu'en terrain enneigé sur des reliefs vallonnés excluant tout accident de terrain important, ainsi que dans les régions à climat tropical et équatorial en périodes de fortes précipitations fixées par l'autorité publique compétente, sur des terrains escarpés et détrempés.

Les certifications fédérales autorisant la dispensation d'activité physique adaptée prescrite par le médecin traitant à des patients atteints d'une affection de longue durée sont listées à l'arrêté du 12 juin 2025 [8].

Pour les activités dont la FFRandonnée est délégataire, l'encadrement contre rémunération n'est pas soumis à une obligation réglementaire de qualification professionnelle, sauf dans trois cas spécifiques :

- longe côte ;
- activité physique adaptée prescrite par un médecin (sport sur prescription médicale) ;
- randonnée pédestre en milieu spécifique, c'est-à-dire :
  - en moyenne montagne ;
  - en terrain enneigé sur des reliefs vallonnés, excluant tout accident de terrain important ;
  - en régions à climat tropical ou équatorial, en périodes de fortes précipitations fixées par l'autorité publique compétente, sur des terrains escarpés et détrempés.

Dans tous les autres cas, aucune qualification professionnelle n'est exigée pour animer, entraîner, encadrer ou enseigner contre rémunération les disciplines relevant de la délégation de la FFRandonnée.[9]

Néanmoins, il est fortement conseillé à l'encadrant dans le cadre d'une obligation de sécurité de moyen de pouvoir attester d'une démarche d'acquisition de compétences, notamment par la possession d'une qualification.

II.3.5 - Règles fédérales générales d'encadrement

Tout encadrant amené à proposer des activités au sein d'une association affiliée à la FFRandonnée, doit, au-delà des recommandations générales, informer ses dirigeants (Président, Comité Directeur ou ses

5 - Articles L212-1 et suivants du code du sport

6 - https://www.legifrance.gouv.fr/codes/article_lc/LEGIARTI000042269397

7 - Annexe 7

8 - https://www.legifrance.gouv.fr/jorf/id/JORFTEXT000051862753

9 - La FFRandonnée n'est pas délégataire en ce qui concerne la marche nordique.

dirigeants référents) des caractéristiques des projets (avec a minima les dates, heures, itinéraires prévus, nombre de participants). Toute sortie doit être inscrite au programme de l'association. La désignation de l'encadrant d'une sortie programmée au sein d'une structure affiliée FFRandonnée reste du ressort du Président de l'association.

L'association, par l'intermédiaire de ses dirigeants, est responsable de la programmation des activités. Son président doit donc être informé de la planification des sorties et s'assurer de leur cohérence avec les compétences des encadrants ; il en valide le programme.

Le président doit favoriser et veiller à la formation de l'encadrant, notamment continue, permettant l'acquisition et le maintien de ses compétences ainsi que la mise en place d'une offre d'animation de qualité.

En dehors des activités pour lesquelles un cadre spécifique existe (cf. point II.3.5 du présent document), l'encadrant peut fixer un nombre maximum de personnes pour chaque séance. Pour cela, les caractéristiques de l'activité, les caractéristiques prévues de la séance (itinéraire, dénivelé, difficultés éventuelles…) et les caractéristiques du public encadré sont des éléments essentiels.

Les titulaires des qualifications FFRandonnée sont reconnus comme compétents pour encadrer les activités, dans les limites des prérogatives conférées par leur diplôme :

Qualification	Prérogatives	Limitations
Certificat Animateur de Randonnée de Proximité (CARP)	• activité d'animation en autonomie.	• sur itinéraires répertoriés, se déroulant sur une journée maximum et côtés 1 et 2 sur les critères « effort » et « risque » de la cotation fédérale.
Brevet Fédéral Animateur de Randonnée Pédestre (BFA RP)	• activité d'animation en autonomie sur itinéraires balisés ou non, répertoriés ou non.	• en milieu montagne : limitation à des itinéraires balisés dans le respect de la cotation fédérale.
Brevet Fédéral Animateur de Longe Côte (BFA LC)	• activité d'animation sur un itinéraire adapté, connu et reconnu par un animateur marche aquatique diplômé, dans différentes conditions de mer et de météo.	
Brevet Fédéral Animateur de Marche Nordique (BFA MN)	• activité d'animation en autonomie auprès de tous publics, sur des parcours connus ou reconnus.	
Animateur Montagne	• organisation et encadrement de randonnées pédestres en environnement montagnard non enneigé pouvant se dérouler sur plusieurs jours consécutifs, sur des itinéraires balisés ou non.	• à l'exclusion de ceux nécessitant l'utilisation prévisible de matériel ou de techniques de progression liés à l'alpinisme.
Animateur Raquettes Nordiques	• organisation et encadrement de randonnées pédestres en montagne (toutes altitudes) en milieu enneigé, sur des itinéraires adaptés à la progression à pied ou à l'aide de raquettes, balisés ou non, pouvant se dérouler sur plusieurs jours consécutifs.	• en empruntant un cheminement exclusivement nordique évitant les accidents de terrain importants, c'est-à-dire la traversée de pentes enneigées d'une inclinaison de 30° ou plus, ainsi que le cheminement au pied de ces pentes à une distance inférieure à 2 fois leur hauteur. • à l'exclusion de toute progression sur glacier et des itinéraires nécessitant l'utilisation de techniques ou de matériel liés à l'alpinisme.

II - ENCADRER

Qualification	Prérogatives	Limitations
Animateur Montagne Alpine Hivernale	• organisation et encadrement de randonnées pédestres en montagne (toutes altitudes) en milieu enneigé, pouvant se dérouler sur plusieurs jours consécutifs, sur des itinéraires adaptés à la progression à pied ou à l'aide de raquettes, balisés ou non, empruntant des cheminements enneigés de type alpin pouvant comporter des traversées de pentes égales ou supérieures à 30°.	• à l'exclusion de toute progression sur glacier et des itinéraires nécessitant l'utilisation de techniques ou de matériel liés à l'alpinisme.
Animateur marche d'endurance	• Organisation, encadrement et animation de marche d'endurance à allure contrôlée.	• Dans la limite des prérogatives de leur qualification
Entraîneur Longe Côte	• activité d'entraiment sur un itinéraire adapté, connu et reconnu par un animateur marche aquatique diplômé, dans différentes conditions de mer et de météo.	
Entraîneur Fast Hiking	• entraînement, animation, promotion de l'activité de fast hiking sur des itinéraires balisés ou non	• l'entraîneur fast hiking doit être titulaire d'une qualification correspondant au milieu dans lequel il exerce.
Animateur Formé Santé	• organisation et encadrement de séances de Randonnée Pédestre, de Marche Nordique et de Longe Côte pour des pratiquants aux capacités physiques diminuées pour des raisons d'ordre physiologique, pathologique ou psychologique.	• activité encadrée liée à la qualification obtenue.
Prescri'MarcheS	• encadrement non rémunéré de marches auprès de patients au sein d'un membre affilié à la Fédération française de la randonnée pédestre.	
Animateur Bâtons Dynamiques	• organisation et encadrement de séances avec utilisation de bâtons dynamiques en autonomie.	

Les formations « montagne » permettent de développer des compétences spécifiques à l'environnement montagnard et aux cotations.

II.3.6 - Règles fédérales particulières d'encadrement en fonction de la forme de l'activité pratiquée

Les activités couvertes par la FFRandonnée se déclinent selon les saisons, selon des environnements (ou milieux) différents et selon diverses formes de pratique. Il est nécessaire d'adapter l'encadrement à ces variables.

II.3.6.1 - Règles d'encadrement spécifiques au longe côte/marche aquatique

◆ II.3.6.1.1 - Définition

Activité qui consiste à marcher en milieu aquatique (océans, mers, lacs…) au bon niveau d'immersion, c'est-à-dire avec une hauteur d'eau optimale située entre le nombril et les aisselles (immersion minimum au-dessus de la taille) avec et sans ustensiles de propulsion.

Elle se pratique tout au long de l'année sur des plages de sable à faible dévers ne présentant ni obstacle majeur ni risque particulier, sur un itinéraire adapté, connu et reconnu par un animateur marche aquatique diplômé, dans différentes conditions d'eau et de météo.

En cas de bulletin de vigilance orange dans un département portant sur l'un des six phénomènes dangereux (vents violents - pluie inondations - orages - neige - verglas - grand froid - vagues - submersion) la pratique du longe côte/marche aquatique est interdite, considérant les services départementaux de secours mobilisés par le phénomène météo annoncé.

◆ II.3.6.1.2 – Organisation et encadrement

Un groupe doit obligatoirement être encadré a minima par un animateur/initiateur longe côte/marche aquatique diplômé et par un assistant.

L'animateur longe côte/marche aquatique doit :

- être titulaire du diplôme d'animateur/initiateur de longe côte/marche aquatique (ou titres admis en équivalence) ou brevet fédéral d'animateur longe côte/marche aquatique ou entraîneur longe côte ;
- être capable d'organiser, conduire, animer et encadrer des groupes de marcheurs aquatiques dans les meilleures conditions de sécurité, sans choix délibéré d'itinéraire nécessitant l'utilisation de techniques de progression liées à la natation ;
- avoir une bonne connaissance du lieu de pratique et en assurer sa reconnaissance au préalable de sa première évolution ;
- être capable de reconnaitre, tester un itinéraire de longe côte/marche aquatique ;
- nommer un assistant.

L'assistant longe côte/marche aquatique doit :

- aider l'animateur ;
- signaler à l'animateur toute situation gênant la progression d'un participant ou du groupe (exemple : bateau à proximité, malaise, perte d'appui, etc.).

Nombre de pratiquants	Encadrement minimal imposé
de 1 à 20 pratiquants	1 animateur et 1 assistant
par tranche de 20 pratiquants supplémentaires	1 animateur et 1 assistant supplémentaires

Le nombre d'encadrants doit systématiquement être adapté à l'état de mer et de la météo, et aux capacités physiques et de progression des pratiquants.

◆ II.3.6.1.3 – Équipement des participants et encadrants

L'animateur dispose à chaque sortie :

- d'un moyen de communication permettant d'appeler les secours en cas de nécessité ;
- d'un sifflet afin de pouvoir communiquer avec les autres encadrants ;
- d'une bouée d'assistance au sauvetage d'une personne en danger dans le milieu aquatique.

L'assistant dispose à chaque sortie :

- d'un sifflet afin de pouvoir communiquer avec les autres encadrants.

L'animateur et l'assistant doivent porter une tenue spécifique ou un signe distinctif afin d'être plus facilement repérés par les pratiquants.

II.3.6.2 - Règles d'encadrement spécifiques à la randonnée en milieu montagnard

◆ II.3.6.2.1 - Définition

Activité pratiquée en milieu montagnard, hors zone de glacier, sans limitation d'altitude, sans limitation de durée, sur des itinéraires adaptés à un cheminement pédestre, balisé ou non, à l'exclusion de ceux nécessitant l'utilisation de techniques ou de matériel d'alpinisme.

◆ II.3.6.2.2 - Conditions d'organisation

En sus des critères énoncés au point II.3.1, pour construire son programme, l'animateur doit prendre particulièrement en compte :

- les caractéristiques des participants (âge et/ou maturité, niveaux technique et d'autonomie, objectifs, motivation…) ;
- les caractéristiques du terrain (effort et/ou engagement physique requis, technicité, exposition au risque) ; les conditions environnementales (météo, saison, fragilité du milieu naturel…).

◆ II.3.6.2.3 - Qualification de l'encadrement

II.3.6.2.3.1 - Règles d'encadrement spécifiques à la randonnée en milieu montagnard non enneigé

L'encadrant titulaire de la qualification « animateur montagne » organise et encadre des randonnées pédestres en environnement montagnard non enneigé pouvant se dérouler sur plusieurs jours consécutifs, sur des itinéraires, balisés ou non, à l'exclusion de ceux nécessitant l'utilisation prévisible de matériel ou de techniques de progression liés à l'alpinisme.

II.3.6.2.3.2 - Règles d'encadrement spécifiques à la randonnée en milieu montagnard enneigé

La FFRandonnée distingue 2 types de pratiques en environnement enneigé :

- La randonnée nordique

L'encadrant titulaire de la qualification « animateur raquettes nordique » organise et encadre des randonnées pédestres en milieu enneigé, hors zone de glacier, sans limitation d'altitude, sans limitation de durée, sur des itinéraires adaptés à la progression à pied ou à l'aide de raquettes, balisés ou non, en empruntant un cheminement exclusivement nordique évitant les accidents de terrain importants, c'est-à-dire la traversée de pentes enneigées d'une inclinaison de 30° ou plus, ainsi que le cheminement au pied de ces pentes à une distance inférieure à deux fois leur hauteur.

- La randonnée alpine

L'encadrant titulaire de la qualification « animateur montagne alpine hivernale » organise et encadre des randonnées pédestres en milieu montagnard enneigé, hors zone de glacier, sans limitation d'altitude, sans limitation de durée, sur des itinéraires adaptés à la progression à pied ou à l'aide de raquettes, balisés ou non, empruntant des cheminements enneigés de type alpin pouvant comporter des traversées de pentes égales ou supérieures à 30°.

Au-delà des prérogatives des encadrants précités, il est créé un module d'expertise « randonnée alpine » (nom provisoire) qui confère à ses titulaires les compétences pour l'utilisation ponctuelle de matériel ou de techniques de progression liés à l'alpinisme, en environnement enneigé ou non.

II.3.6.3 - Règles d'encadrement spécifiques à la randonnée en milieu enneigé

◆ II.3.6.3.1 - La randonnée nordique enneigée

II.3.6.3.1.1 - Définition

Activité pratiquée en milieu enneigé, hors zone de glacier, sans limitation d'altitude, sans limitation de durée, sur des itinéraires adaptés à la progression à pied ou à l'aide de raquettes, balisés ou non, en empruntant un cheminement exclusivement nordique évitant les accidents de terrain importants, c'est-à-dire la traversée de pentes enneigées d'une inclinaison de 30° ou plus, ainsi que le cheminement au pied de ces pentes à une distance inférieure à deux fois leur hauteur.

II.3.6.3.1.2 – Organisation

En sus des critères énoncés au point II.3.3, pour construire son programme, l'animateur doit prendre particulièrement en compte :

- les caractéristiques des participants (âge et/ou maturité, niveaux technique et d'autonomie, objectifs et motivation…) ;
- les caractéristiques du terrain (effort et/ou engagement physique requis, technicité, exposition au risque) ;
- les conditions environnementales (données nivo-météorologiques, fragilité du milieu naturel…).

II.3.6.3.1.3 -Qualification de l'encadrement

La FFRandonnée recommande que toute randonnée en milieu enneigé soit encadrée par une personne titulaire de l'une des qualifications ou ensemble de qualifications suivantes :

- animateur raquettes nordiques ;
- stage animateur 2e niveau (SA2) et animateur milieu alpin enneigé 1er niveau (MAE1) ;
- brevet fédéral animateur randonnée pédestre (BFARP) et animateur milieu alpin enneigé 1er niveau (MAE1).

◆ II.3.6.3.2 - La randonnée alpine enneigée

II.3.6.3.2.1 - Définition

Activité pratiquée en milieu enneigé, hors zone de glacier, sans limitation d'altitude, sans limitation de durée, sur des itinéraires adaptés à la progression à pied ou à l'aide de raquettes, à l'exclusion des terrains nécessitant l'utilisation des techniques ou du matériel d'alpinisme.

Cette pratique étant soumise aux risques d'une progression en terrain enneigé accidenté, notamment celui du déclenchement accidentel d'avalanches, l'animateur et les participants doivent être en mesure de se porter mutuellement assistance rapidement et de manière autonome en cas d'accident.

II.3.6.3.2.2 – Organisation

En sus des critères énoncés au point II.3.3, pour construire son programme, l'animateur doit prendre particulièrement en compte :

- les caractéristiques des participants (âge et/ou maturité, niveaux technique et d'autonomie, objectifs et motivation…) ;
- les caractéristiques du terrain (effort et/ou engagement physique requis, technicité, exposition au risque) ;
- les conditions environnementales (données nivo-météorologiques, fragilité du milieu naturel…).

II.3.6.3.2.3 – Encadrement

La FFRandonnée recommande que toute randonnée alpine enneigée soit encadrée par une personne titulaire de l'une des qualifications suivantes :

- animateur montagne alpine enneigée ;
- animateur milieu alpin enneigé 2e niveau (MAE2).

II.3.7 - Règles particulières d'encadrement en fonction du public encadré

II.3.7.1 – Encadrement des pratiques santé dans les clubs labellisés Santé FFRandonnée

Toutes les sorties « santé » organisées au sein des clubs labellisés Santé doivent être encadrées par des animateurs formés santé.

Pour la randonnée pédestre et la marche nordique, jusqu'à 15 pratiquants, la FFRandonnée recommande un assistant en plus de l'animateur formé santé. Au-delà de 16 pratiquants, la FFRandonnée recommande la présence de deux assistants en plus de l'animateur.

Pour le longe côte/marche aquatique, la présence d'un assistant est obligatoire en plus de l'animateur formé santé et titulaire du BFA LC.

Pour le longe côte/marche aquatique, la FFRandonnée recommande que l'encadrement soit assuré par 1 animateur + 1 assistant pour 10 pratiquants (ce chiffre étant ramené à 5 dans le cas de groupe de débutants).

II.3.7.2 – Encadrement des mineurs en milieu fédéral

La FFRandonnée ne fixe pas de règles fédérales particulières pour l'encadrement des mineurs dans le cadre de sorties associatives, sous réserve que la prise de licence soit assortie d'une autorisation écrite d'un parent ou d'une personne titulaire de l'autorité parentale.

II.3.7.3 – Encadrement des mineurs en groupe en accueil collectif de mineurs (ACM)

Le code de l'action sociale et des familles (notamment son article R227-13[10]) fixe les dispositions relatives à la qualification des personnes encadrant les mineurs dans les ACM à caractère éducatif.

La randonnée pédestre fait partie des activités physiques nécessitant des conditions particulières d'encadrement, d'effectif et de pratique prévus.

L'annexe 13 « randonnée pédestre et activités assimilées » de l'arrêté du 25 avril 2012 portant application de l'article R. 227-13 du code de l'action sociale et des familles[11] précise les conditions requises dans **2 fiches (fiche n° 13 et fiche n° 13.2)**[12].

L'annexe 14 de ce même arrêté précise les conditions requises à l'article R227-13 du code de l'action sociale et des familles pour l'encadrement des « raquettes à neige » à travers **2 fiches (fiche n° 14.1 et fiche n° 14.2)**[13].

Pour en savoir plus sur les accueils collectifs de mineurs :
https://www.jeunes.gouv.fr/organisateurs-ce-qu-il-faut-savoir-sur-les-accueils-collectifs-de-mineurs-217

II.3.7.4 – Encadrement des mineurs pendant le temps scolaire

Les règles diffèrent selon le niveau scolaire des élèves (primaire et secondaire).

◆ II.3.7.4.1 – Écoles maternelle et élémentaire (publiques)

Les directives en matière de l'encadrement des activités physiques et sportives à l'école maternelle et élémentaire publiques sont définies par le ministère chargé de l'Éducation nationale.

Il convient pour les connaître de se référer à la circulaire interministérielle n° 2017-116 du 6-10-2017 (MEN - DGESCO B3-3 – MS)[14].

Cette circulaire définit notamment les différents types d'activités physiques et sportives, identifie les personnes composant l'équipe d'encadrement, précise les taux d'encadrement applicables selon les situations, liste les activités ne pouvant être pratiquées pendant le temps scolaire, apporte des précisions sur l'agrément des intervenants extérieurs apportant leur concours aux activités physiques et sportives.

10 - https://www.legifrance.gouv.fr/codes/article_lc/LEGIARTI000026384905
11 - https://www.legifrance.gouv.fr/loda/id/JORFTEXT000025837392/
12 - https://www.legifrance.gouv.fr/loda/article_lc/LEGIARTI000032914336
13 - https://www.legifrance.gouv.fr/loda/article_lc/LEGIARTI000032914337
14 - https://www.education.gouv.fr/bo/17/Hebdo34/MENE1717944C.htm

◆ II.3.7.4.2 – Établissements d'enseignement secondaire

Il n'existe pas de texte cadre relatif au taux d'encadrement des sports de nature dont la marche, la randonnée et les disciplines connexes font partie. Cependant il est à noter qu'il existe deux textes non contraignants sur l'éducation physique et sportive et le sport scolaire :

La circulaire n°2004-138 du 13 juillet 2004 relative aux risques particuliers à l'enseignement de l'EPS et au sport scolaire[15] ;

La note de service n°94-116 du 9 mars 1994 relative à la sécurité des élèves : pratiques des activités physiques scolaires[16].

De plus, la circulaire n°2017-075 du 19 avril 2017[17] énonce des conseils et des recommandations spécifiques aux activités physiques de pleine nature devant être pris en compte à la fois dans le cadre d'une réflexion académique et dans la pratique quotidienne des enseignants.

II.3.7.5 – Encadrement des publics en situation de handicap moteur et sensoriel

Tout encadrant doit respecter les règlements et/ou **recommandations édictés par la Fédération française handisport (FFH)** qui est délégataire pour la para-randonnée[18].

II.3.7.6 – Encadrement des publics en situation de handicap mental

Tout encadrant doit se référer et appliquer **les préconisations édictées par la Fédération Française du Sport Adapté** qui diffèrent selon la forme de pratique[19].

15 - https://www.education.gouv.fr/bo/2004/32/MENE0401637C.htm
16 - https://www.legifrance.gouv.fr/download/pdf/circ?id=1206
17 - https://www.education.gouv.fr/bo/17/Hebdo16/MENE1711773C.htm
18 - https://www.handisport.org/le-point-sur-lencadrement-des-sports-de-nature/
19 - https://sportadapte.fr/pratiquer/formes-de-pratique/

Annexe 1



QUESTIONNAIRE DE SANTÉ (pratiquant mineur)

QUESTIONNAIRE RELATIF À L'ÉTAT DE SANTÉ DU SPORTIF MINEUR EN VUE DE L'OBTENTION, DU RENOUVELLEMENT D'UNE LICENCE D'UNE FÉDÉRATION SPORTIVE OU DE L'INSCRIPTION À UNE COMPÉTITION SPORTIVE AUTORISÉE PAR UNE FÉDÉRATION DÉLÉGATAIRE OU ORGANISÉE PAR UNE FÉDÉRATION AGRÉÉE, HORS DISCIPLINES À CONTRAINTES PARTICULIÈRES

Avertissement à destination des parents ou de la personne ayant l'autorité parentale : il est préférable que ce questionnaire soit complété par votre enfant, c'est à vous d'estimer à quel âge il est capable de le faire. Il est de votre responsabilité de vous assurer que le questionnaire est correctement complété et de suivre les instructions en fonction des réponses données.

Faire du sport : c'est recommandé pour tous. En as-tu parlé avec un médecin ? T'a-t-il examiné (e) pour te conseiller ? Ce questionnaire n'est pas un contrôle. Tu réponds par OUI ou par NON, mais il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses. Tu peux regarder ton carnet de santé et demander à tes parents de t'aider.

Tu es : une fille ❍ un garçon ❍	Ton âge ..... ans	
Depuis l'année dernière	OUI	NON
Es-tu allé (e) à l'hôpital pendant toute une journée ou plusieurs jours ?	❍	❍
As-tu été opéré (e) ?	❍	❍
As-tu beaucoup plus grandi que les autres années ?	❍	❍
As-tu beaucoup maigri ou grossi ?	❍	❍
As-tu eu la tête qui tourne pendant un effort ?	❍	❍
As-tu perdu connaissance ou es-tu tombé sans te souvenir de ce qui s'était passé ?	❍	❍
As-tu reçu un ou plusieurs chocs violents qui t'ont obligé à interrompre un moment une séance de sport ?	❍	❍
As-tu eu beaucoup de mal à respirer pendant un effort par rapport à d'habitude ?	❍	❍
As-tu eu beaucoup de mal à respirer après un effort ?	❍	❍
As-tu eu mal dans la poitrine ou des palpitations (le cœur qui bat très vite) ?	❍	❍
As-tu commencé à prendre un nouveau médicament tous les jours et pour longtemps ?	❍	❍
As-tu arrêté le sport à cause d'un problème de santé pendant un mois ou plus ?	❍	❍
Depuis un certain temps (plus de 2 semaines)		
Te sens-tu très fatigué(e) ?	❍	❍
As-tu du mal à t'endormir ou te réveilles-tu souvent dans la nuit ?	❍	❍
Sens-tu que tu as moins faim ? que tu manges moins ?	❍	❍
Te sens-tu triste ou inquiet ?	❍	❍
Pleures-tu plus souvent ?	❍	❍
Ressens-tu une douleur ou un manque de force à cause d'une blessure que tu t'es faite cette année ?	❍	❍
Aujourd'hui		
Penses-tu quelquefois à arrêter de faire du sport ou à changer de sport ?	❍	❍
Penses-tu avoir besoin de voir ton médecin pour continuer le sport ?	❍	❍
Souhaites-tu signaler quelque chose de plus concernant ta santé ?	❍	❍
Questions à faire remplir par tes parents	OUI	NON
Quelqu'un dans votre famille proche a-t-il eu une maladie grave du cœur ou du cerveau, ou est-il décédé subitement avant l'âge de 50 ans ?	❍	❍
Êtes-vous inquiet pour son poids ? Trouvez-vous qu'il se nourrit trop ou pas assez ?	❍	❍
Avez-vous manqué l'examen de santé prévu à l'âge de votre enfant chez le médecin ? (Cet examen médical est prévu à l'âge de 2 ans, 3 ans, 4 ans, 5 ans, entre 8 et 9 ans, entre 11 et 13 ans et entre 15 et 16 ans)	❍	❍
Si tu as répondu OUI à une ou plusieurs questions, tu dois consulter un médecin pour qu'il t'examine et voit avec toi quel sport te convient. Au moment de la visite, donne-lui ce questionnaire rempli.		

Fédération française de la randonnée pédestre – 23 rue Raspail – 94200 Ivry-sur-Seine • Tél. 01 44 89 93 93 • www.ffrandonnee.fr

FFRandonnée
www.ffrandonnee.fr

Centre d'Information : tél. 01 44 89 93 93 – Association reconnue d'utilité publique, agréée et délégataire du Ministère chargé des Sports pour la Randonnée Pédestre et la Longe-Côte
Membre du Comité National Olympique et Sportif Français et de la Fédération Européenne de la Randonnée Pédestre – Association de tourisme immatriculée n° IM 075138382 - Code APE 9319 Z - SIRET 303 588 164 00051

Annexe 2



CERTIFICAT D'ABSENCE DE CONTRE-INDICATION (CACI) AUX ACTIVITÉS DE MARCHE ET DE RANDONNÉE[1]

Je, soussigné(e), Docteur .....

certifie avoir examiné ce jour

Madame ☐ Monsieur ☐

MOM :.....

Prénom :.....

âgé(e) de ..... ans

et atteste n'avoir pas constaté, à ce jour, de signes cliniques apparents ni d'antécédent personnel contre-indiquant la pratique des activités de marche et de randonnée.

Précisions utiles à destination des encadrants (le cas échéant) :

Altitude à ne pas dépasser : ..... mètres

Fréquence cardiaque à ne pas dépasser : ..... BPM

Dénivelé horaire à ne pas dépasser (mètres/heure) : ..... mètres/heure

Abstention de la pratique lors des pics polliniques et/ou polluants : oui ☐ non ☐

Fait à .....le .....

SIGNATURE ET CACHET DU MÉDECIN

[1] Les activités de marche et de randonnée pratiquées au sein des structures affiliées FFRandonnée sont : randonnée pédestre (y compris en montagne, en ville), promenade, rando challenge®, marche d'endurance, randocaching®, marche afghane, marche rapide, randonnée tourisme, marche avec bâtons, fast hiking, pratiques santé (randonnée santé, longe côte santé, marche nordique santé), balade à roulettes®, longe côte, randonnée longe côte, trail longe côte, marche nordique, raquette à neige

Fédération française de la randonnée pédestre – 23 rue Raspail – 94200 Ivry-sur-Seine • Tél. 01 44 89 93 93 • www.ffrandonnee.fr
FFRandonnée www.ffrandonnee.fr
Centre d'Information : tél. 01 44 89 93 93 – Association reconnue d'utilité publique, agréée et délégataire du Ministère chargé des Sports pour la Randonnée Pédestre et la Longe-Côte
Membre du Comité National Olympique et Sportif Français et de la Fédération Européenne de la Randonnée Pédestre – Association de tourisme immatriculée n° IM 075138382 - Code APE 9319 Z - SIRET 303 588 164 00051

Annexe 2 bis



CONSEILS DE SANTÉ et ATTESTATION SUR L'HONNEUR (pratiquant majeur)

Il est indispensable et urgent de consulter un médecin avant la reprise de la pratique et/ou de la compétition, si vous avez ressenti ou eu au moins 1 fois au cours des 12 derniers mois :

- une douleur dans la poitrine à l'effort ;
- des palpitations (perception inhabituelle et anormale des battements cardiaques) ;
- une perte de connaissance brutale au repos ou à l'effort ;
- un essoufflement inhabituel à l'effort.

Il est nécessaire d'avoir l'avis d'un médecin pour statuer sur une contre-indication éventuelle ou un bilan préalable à une pratique intensive ou en compétition, si vous êtes dans une des situations suivantes :

- **vous êtes une femme de 45 ans ou plus** et vous avez repris une activité physique intensive sans réaliser d'évaluation médicale de votre risque cardiovasculaire ;
- **vous êtes un homme de 35 ans ou plus** et vous avez repris une activité physique intensive sans réaliser d'évaluation médicale de votre risque cardiovasculaire ;
- **vous cumulez au moins deux des facteurs de risque cardiovasculaire** : âge supérieur ou égal à 50 ans, tabagisme, diabète, excès de cholestérol, hypertension artérielle, surpoids ou obésité ;
- **vous êtes suivi pour une maladie chronique** ;
- **vous poursuivez après vos 60 ans** une activité physique intensive ou en compétition ;
- **un membre de votre famille (parents, frère ou sœur, enfants)** est décédé subitement d'une cause cardiaque ou inexpliquée ;
- **un membre de votre famille (parents, frère ou sœur)** a présenté une malade cardiaque avant ses 35 ans ;
- **vous ressentez une baisse récente inexpliquée** de vos performances.

La Commission médicale (COMED) de la FFRandonnée conseille fortement une consultation et un suivi médical si :

- **vous n'avez jamais réalisé d'électocardiogramme** (la COMED recommande de réaliser au moins un ECG dans sa vie) ;
- **au cours des douze derniers mois :**
  - ⇒ vous avez arrêté le sport plus de 30 jours pour raisons de santé ;
  - ⇒ vous avez débuté un traitement médicamenteux de longue durée (hors contraception et désensibilisation aux allergies) ;
  - ⇒ vous pensez avoir, ou on vous a déjà fait remarquer que vous aviez un problème avec la nourriture ;
  - ⇒ vous êtes une femme et vous n'avez plus de règles depuis plus de trois mois ;
  - ⇒ vous avez eu un traumatisme crânien ;
  - ⇒ vous pensez avoir besoin d'un avis médical pour poursuivre votre pratique sportive.

La COMED vous invite à adopter les bons réflexes pour votre pratique sportive en consultant les 10 règles d'or édictées par le Club des Cardiologues du sport.

Je soussigné(e)..... , licencié n° .....
(NOM et Prénom) (le cas échéant)

atteste sur l'honneur avoir pris connaissance des conseils de santé de la COMED de la FFRandonnée ci-dessus.

Fait à ..... le.....

Signature

Fédération française de la randonnée pédestre – 23 rue Raspail – 94200 Ivry-sur-Seine • Tél. 01 44 89 93 93 • www.ffrandonnee.fr
www.ffrandonnee.fr

Centre d'Information : tél. 01 44 89 93 93 – Association reconnue d'utilité publique, agréée et délégataire du Ministère chargé des Sports pour la Randonnée Pédestre et la Longe-Côte
Membre du Comité National Olympique et Sportif Français et de la Fédération Européenne de la Randonnée Pédestre – Association de tourisme immatriculée n° IM 075138382 - Code APE 9319 Z - SIRET 333 588 164 00051

Annexe 3

Quiz « Quel randonneur êtes-vous ? »
Testez votre préparation !



Testez vos facultés à la pratique de la randonnée dans les meilleures conditions de sécurité. Vous choisirez ci-dessous les critères essentiels à prendre en compte. Il s'agit d'une liste exhaustive à adapter en fonction de la randonnée, de l'itinéraire, du milieu et du climat.
Tout n'est pas systématiquement nécessaire. À vous de jouer !

	oui	non
1 - S'INFORMER		
A - Je me suis informé de l'offre randonnée auprès des structures spécialisées	❍	❍
B - Je me suis informé sur les conditions météorologiques immédiates et les prévisions locales à court terme	❍	❍
C - Je me suis informé de l'état d'accessibilité et de praticabilité de l'itinéraire	❍	❍
2 - SE PRÉPARER		
A - Je pratique une activité physique régulière	❍	❍
B - J'ai préparé mon itinéraire avec des personnes compétentes	❍	❍
C - Je sais lire une carte (de randonnée) et je dispose du document nécessaire au parcours de l'itinéraire	❍	❍
D - J'ai évalué le temps de la randonnée et j'ai prévu une marge de sécurité	❍	❍
E - J'ai prévenu quelqu'un de ma destination et de mon horaire de retour	❍	❍
F - Je connais le numéro de téléphone des secours	❍	❍
G - J'ai une assurance adaptée à la pratique de la randonnée	❍	❍
3 - S'ÉQUIPER		
A - Mes chaussures sont adaptées aux caractéristiques de ma randonnée	❍	❍
B - J'ai un équipement de protection solaire (chapeau, crème, lunettes) et des vêtements de protection contre la pluie, le vent et le froid	❍	❍
C - J'ai une trousse de secours	❍	❍
D - J'ai pris suffisamment d'eau (1L/personne minimum) et de vivres	❍	❍
E - Je dispose d'une carte et d'une boussole	❍	❍
4 - SE COMPORTER		
A - Je consulte régulièrement la carte pour me situer	❍	❍
B - Je reste attentif aux risques de la randonnée	❍	❍
C - J'observe l'environnement du sentier et j'ai un comportement respectueux envers le milieu traversé	❍	❍
D - Je pense à m'alimenter et à boire régulièrement	❍	❍
E - Je suis capable d'effectuer les gestes de premiers secours et de donner l'alerte	❍	❍

5 - S'ADAPTER

A - Je sais renoncer en cas de difficultés (obstacles, météo...)	❍	❍
B - J'adapte mon horaire aux conditions climatiques	❍	❍
C - Je suis capable de gérer mon effort tout au long de ma randonnée	❍	❍
D - Je partage le territoire avec les autres usagers	❍	❍

LES RÉPONSES :

Comptabilisez vos réponses positives (un oui est égal à un point) et reportez-vous à la grille ci-dessous. Si vous avez répondu "oui" à tous les critères mentionnés en gras, vous randonnez déjà dans les meilleures conditions de sécurité.

De 0 à 6 :
Vous n'êtes pas prêt à vous engager sur un itinéraire de randonnée.

De 7 à 12 :
Vous avez encore un sérieux effort d'information et de préparation à faire !

De 13 à 18 :
On sent que vous commencez à avoir de l'expérience !

De 19 à 24 :
Bravo ! Vous êtes un randonneur averti. Bon itinéraire !

Pour vous aider à préparer votre randonnée, n'hésitez pas à consulter le site Internet de la Fédération Française de la Randonnée Pédestre : **www.ffrandonnee.fr**

Annexe 4

Catégories et types d'espaces naturels protégés

(source : Inventaire national du patrimoine naturel – https://inpn.mnhn.fr/accueil/index)

Catégorie de protection	Type de protection
Protections réglementaires	• Arrêté de protection de biotope • Arrêtés de protection des habitats naturels • Arrêtés listes de sites d'intérêt géologique • Arrêtés de protection de géotope • Réserve intégrale de Parc national • Parc national, zone cœur • Réserve biologique dirigée • Réserve biologique intégrale • Réserve nationale de chasse et faune sauvage • Réserve naturelle nationale • Réserve naturelle régionale • Réserve naturelle de Corse • Périmètres de protection de réserve naturelle • Site classé • Zones de protection renforcée ou intégrale des réserves naturelles
Protections contractuelles	• Grand Site de France • Parc national, aire d'adhésion • Parc naturel régional • Parc naturel marin
Protections par la maîtrise foncière	• Terrain acquis par le Conservatoire du Littoral • Terrain acquis (ou assimilé) par un Conservatoire d'Espaces Naturels • Espaces naturels sensibles
Protections au titre de conventions et engagements européens ou internationaux	• Zone humide protégée par la convention de Ramsar • Réserve de biosphère, zone centrale • Réserve de biosphère, zone de transition • Réserve de biosphère, zone tampon • Bien inscrit sur la liste du patrimoine mondial de l'UNESCO (naturel ou mixte) • Géoparc mondial UNESCO • Zone marine protégée de la convention OSPAR (Atlantique Nord-est) • Zone protégée de la convention de Carthagène (Caraïbes) • Zone spécialement protégée d'intérêt méditerranéen de la Convention de Barcelone • Zones spécialement protégées de l'Antarctique

Catégorie de protection	Type de protection
Aires protégées spécifiques à la Nouvelle-Calédonie	**Province Nord** • Réserves naturelles intégrales • Réserves de nature sauvage • Parcs provinciaux • Réserves naturelles • Aires de protection et de valorisation du patrimoine naturel et culturel • Aires de gestion durable des ressources **Province Sud** • Réserves naturelles intégrales • Réserves naturelles • Aires de gestion durable des ressources • Parcs provinciaux
Aires protégées spécifiques à la Polynésie française	• Réserve naturelle intégrale / Zone de nature sauvage • Parc territorial • Monument naturel • Aire de gestion des habitats ou des espèces • Paysage protégé • Aire marine ou terrestre gérée

Annexe 5

5 RÈGLES ESSENTIELLES POUR BIEN LONGER
ESSENTIAL RULES FOR A GOOD FRENCH WATER WALKING « LONGE-CÔTE »

La pratique du **Longe Côte / Marche Aquatique** avec ou sans moyens de propulsion (pagaie, plaquettes, gants palmés, longe-up) implique le respect de quelques règles de sécurité, de priorité et de convivialité.

The practice of «Longe Côte» with or without propulsions means (paddle, hand paddles, webbed gloves, longe-up) implies the respect of some rules of safety, priority and user-friendliness.



1 "JE LONGE SUR UNE ZONE AUTORISÉE" *I PRACTICE WATER WALKING IN AUTHORISED AREA*

- Je choisis une zone autorisée et surveillée, un site validé par la Fédération Française de la Randonnée Pédestre (www.ffrandonnee.fr « site de pratique »).
- Je consulte la réglementation municipale (panneaux, affiches, poste de secours...).
- Je pratique mon activité dans le respect des autres usagers.

- *I choose an authorised and supervised area, a site validated by the French Federation of Hiking (www.ffrandonnee.fr "site of practice)*
- *I consult municipal regulations (signs, posters, first aid station ...)*
- *I practice my activity in the respect of other users*

2 " JE M'ÉQUIPE ET ME PROTÈGE "
I SELECT THE RIGHT OUTFIT AND PROTECT MYSELF



- J'estime mon niveau sportif, je ne dépasse pas mes capacités.
- Je respecte le bon niveau d'immersion (avec une hauteur d'eau située entre le nombril et les aisselles).
- J'évite de longer seul(e), sinon je m'équipe d'un moyen de sécurité individuel (gilet ou bouée de sauvetage) et j'informe mon entourage de ma sortie (heure de retour, lieu de sortie, ...).

- *I do not attempt to exceed my abilities.*
- *I observe the correct water level of immersion between the navel and armpits.*
- *I avoid to practice alone, otherwise I take an individual safety device (lifejacket of lifebuoy) and inform a relative of my plans (schedule, place, ...).*

3 " J'ADOPTE LE BON COMPORTEMENT "
I PRACTICE WITH GOOD BEHAVIOR



- J'adapte ma tenue en fonction de la température de l'eau.
- *I adapt an outfit according to the water temperature.*



- J'utilise une paire de chaussures ou chaussons aquatiques (risque de coupures / piqûre de vive).
- Je m'hydrate avant, pendant et après la sortie.
- Je me protège du soleil, je porte une casquette, des lunettes et je mets de la crème solaire.

- *I use A pair of shoes or neoprene boots. for risk of cuts, sting of weever.*
- *Always drink before, during and after the activity.*
- *To protect from the sun : cap, glasses and sunscreen.*

4 " JE LONGE EN SÉCURITÉ " *I PRACTICE SAFELY*

- Je me renseigne sur la météo, je préfère l'étale de basse mer et j'évite les vents de terre.
- Je ne longe jamais par temps d'orage et j'évite la mer formée (vagues déferlantes).
- Si je suis pris par le courant je ne lutte pas pour revenir au bord, je crie et j'agite les bras pour alerter les secours.



- *I inquire about the weather, I prefer the low tide water and I avoid the offshore winds.*
- *I never practice in storms - I avoid practising by heavy sea (crashing waves).*
- *If I am caught by the current I do not fight the current to come back to the ground, I scream, and wave my arms to alert the rescue.*

5 " JE RESPECTE MON ENVIRONNEMENT " *I RESPECT MY ENVIRONMENT*

- Je respecte les zones protégées.
- J'utilise les cheminements balisés pour accéder aux sites de pratiques.
- Je ramasse mes déchets.
- J'agis en protecteur de la nature en signalant les dépôts sauvages (à la mairie, poste de secours, sécurité).



- *I respect protected areas.*
- *I use marked trails to access practices sites.*
- *I bring all my waste back home.*
- *I act to protect the nature by reporting any illegal dumpsite (to the town hall, first aid stations).*

MINISTÈRE DES SPORTS

CONTACT : Fédération Française de la Randonnée Pédestre - 23, rue Raspail - 94200 Ivry-sur-Seine // Tél. : 01 44 89 93 90

FFRandonnée Longe Côte / Marche Aquatique — Comité National Longe Côte - Marche Aquatique — OCEAN STEP — GROUPE MGS Mutuelle des Sportifs MGS Conseil

Annexe 6

ÉCHELLE EUROPÉENNE DE RISQUE D'AVALANCHE à l'intention du public pratiquant la montagne hors des pistes balisées et ouvertes

Indice du risque	Stabilité du manteau neigeux	Probabilité de déclenchement
1 - Faible	Le manteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes.	Les déclenchements d'avalanches ne sont en général possibles que par forte surcharge[3] sur de très rares pentes raides[1]. Seules des coulées ou petites avalanches peuvent se produire spontanément.
2 - Limité	Dans quelques pentes[2] suffisamment raides, le manteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Ailleurs, il est bien stabilisé.	Déclenchements d'avalanches possibles surtout par forte surcharge[3] et dans quelques pentes généralement décrites dans le bulletin. Des départs spontanés d'avalanches de grande ampleur ne sont pas à attendre.
3 - Marqué	Dans de nombreuses pentes[2] suffisamment raides, le manteau neigeux n'est que modérément à faiblement stabilisé.	Déclenchements d'avalanches possibles parfois même par faible surcharge[3] et dans de nombreuses pentes, surtout celles généralement décrites dans le bulletin. Dans certaines situations, quelques départs spontanés d'avalanches de taille moyenne, et parfois assez grosses, sont possibles.
4 - Fort	Le manteau neigeux est faiblement stabilisé dans la plupart des pentes[2] suffisamment raides.	Déclenchements d'avalanches probables même par faible surcharge[3] dans de nombreuses pentes suffisamment raides. Dans certaines situations, de nombreux départs spontanés d`avalanches de taille moyenne, et parfois grosses, sont possibles.
5 - Très fort	L'instabilité du manteau neigeux est généralisée.	De nombreuses et grosses avalanches se produisant spontanément sont à attendre y compris en terrain peu raide.

1 - Pentes particulièrement propices aux avalanches en raison de leur déclivité, de la configuration du terrain, de la proximité des crêtes…

2 - Les caractéristiques de ces pentes sont généralement précisées dans le bulletin: altitude, exposition, topographie…

3 - Surcharge indicative : forte (par exemple skieurs groupés) ou faible (par exemple skieur isolé, piéton).

Annexe 7

Qualifications permettant l'encadrement contre rémunération du longe côte et de la randonnée pédestre et activités assimilées en moyenne montagne ainsi qu'en terrain enneigé sur des reliefs vallonnés excluant tout accident de terrain important, ainsi que dans les régions à climat tropical et équatorial en périodes de fortes précipitations fixées par l'autorité publique compétente, sur des terrains escarpés et détrempés.

(extrait au 17/07/2025 de l'annexe II-1 (art. L212-1) du code du Sport).

Intitulé du diplôme	Conditions d'exercice	Limites des conditions d'exercice
Toute qualification inscrite à l'annexe II-1 du code du sport annexe assortie du BNSSA.	Encadrement du longe-côte. Dans le cas où l'activité est organisée dans une zone de baignade surveillée, le BNSSA n'est pas requis.	
Toute qualification conférant le titre de maître-nageur sauveteur.	Encadrement du longe-côte.	
Toute qualification inscrite à l'annexe de l'arrêté du 2 octobre 2007 modifié fixant la liste des diplômes acquis jusqu'au 28 août 2007, assortie du BNSSA.	Encadrement du longe-côte. Dans le cas où l'activité est organisée dans une zone de baignade surveillée, le BNSSA n'est pas requis.	
Toute qualification inscrite à l'annexe de l'arrêté du 22 janvier 2016 modifié fixant la liste des diplômes acquis jusqu'au 31 décembre 2015, assortie du BNSSA.	Encadrement du longe-côte. Dans le cas où l'activité est organisée dans une zone de baignade surveillée, le BNSSA n'est pas requis.	
Toute qualification inscrite à l'annexe de l'arrêté du 9 mars 2020 fixant la liste des certifications antérieurement inscrites à l'annexe II-1 de l'article A. 212-1 du code du sport permettant l'encadrement des activités physiques ou sportives contre rémunération, assortie du BNSSA.	Encadrement du longe-côte. Dans le cas où l'activité est organisée dans une zone de baignade surveillée, le BNSSA n'est pas requis.	
BP JEPS spécialité « éducateur sportif » mention « char à voile », délivré jusqu'au 10 octobre 2027.	Encadrement du longe-côte.	
BP JEPS spécialité « éducateur sportif » mention « motonautisme et disciplines associées », jusqu'au 15 juillet 2028 (**).	Encadrement du longe-côte.	
BP JEPS, spécialité « éducateur sportif » mention « ski nautique-wakeboard, disciplines associées et tous supports de glisse tractés », jusqu'au 1er mai 2028 (**).	Encadrement du longe-côte.	

Annexe 7

Intitulé du diplôme	Conditions d'exercice	Limites des conditions d'exercice
BP JEPS spécialité « éducateur sportif » mention « aviron et disciplines associées », délivré jusqu'au 9 octobre 2027.	Encadrement du longe-côte.	
BP JEPS spécialité « éducateur sportif » mention « plongée subaquatique », jusqu'au 1er novembre 2028 (**).	Encadrement du longe-côte.	
BP JEPS, spécialité « éducateur sportif », mention « canoë-kayak et disciplines associées », jusqu'au 11 décembre 2029 (**).	Encadrement du longe-côte.	
BP JEPS, spécialité « éducateur sportif », mention « activités du canoë-kayak et disciplines associées en eau vive », jusqu'au 11 décembre 2029 (**).	Encadrement du longe-côte.	
DE JEPS spécialité « perfectionnement sportif » mention « activités de plongée subaquatique », délivré jusqu'au 1er novembre 2028 (**).	Encadrement du longe-côte.	
DE JEPS spécialité « perfectionnement sportif » mention « canoë-kayak et disciplines associées en eau vive » jusqu'au 1er janvier 2025.	Encadrement du longe-côte.	
DE JEPS spécialité « perfectionnement sportif » mention « char à voile » délivré jusqu'au 1er décembre 2026.	Encadrement du longe-côte.	
DE JEPS, spécialité « perfectionnement sportif » mention « aviron et disciplines associées », jusqu'au 1er septembre 2028 (**).	Enseignement, animation, encadrement ou entraînement dans une perspective de perfectionnement sportif de l'activité visée par la mention considérée.	
DE JEPS spécialité « perfectionnement sportif » mention « canoë-kayak et disciplines associées en eau calme » jusqu'au 29 novembre 2029 (**).	Encadrement du longe-côte.	

Annexe 7

Intitulé du diplôme	Conditions d'exercice	Limites des conditions d'exercice
DE JEPS spécialité « perfectionnement sportif » mention « glisses aérotractées nautiques » jusqu'au 29 novembre 2027 (**).	Encadrement du longe-côte.	
DE JEPS spécialité « perfectionnement sportif » mention « natation et disciplines associées » jusqu'au 31 août 2029 (**).	Encadrement du longe-côte.	
DES JEPS, spécialité « performance sportive » mention « aviron et disciplines associées », délivré jusqu'au 1er novembre 2028 (**).	Encadrement du longe-côte.	
DE JEPS spécialité « perfectionnement sportif » mention « voile » jusqu'au 5 juillet 2029 (**).	Encadrement du longe-côte.	
DE JEPS spécialité « perfectionnement sportif » mention « triathlon et disciplines enchaînées », délivré jusqu'au 1er janvier 2027.	Encadrement du longe-côte.	
DES JEPS spécialité « performance sportive » mention « plongée subaquatique » jusqu'au 31 décembre 2029 (**).	Encadrement du longe-côte.	
DES JEPS spécialité « performance sportive » mention « char à voile » délivré jusqu'au 1er juin 2027.	Encadrement du longe-côte.	
DES JEPS spécialité « performance sportive » mention « voile » jusqu'au 5 juillet 2029 (**).	Encadrement du longe-côte.	
DES JEPS spécialité «performance sportive» mention «canoë-kayak et disciplines associées en eau calme» jusqu'au 30 novembre 2027 (**)	Encadrement du longe-côte.	

Annexe 7

Qualifications permettant l'encadrement de la randonnée pédestre et activités assimilées en moyenne montagne ainsi qu'en terrain enneigé sur des reliefs vallonnés excluant tout accident de terrain important, ainsi que dans les régions à climat tropical et équatorial en périodes de fortes précipitations fixées par l'autorité publique compétente, sur des terrains escarpés et détrempés

Intitulé du diplôme	Conditions d'exercice	Limites des conditions d'exercice
Diplôme d'État d'alpinisme-accompagnateur en moyenne montagne, option « concevoir, conduire en sécurité et évaluer une randonnée en milieu montagnard enneigé pour tout public », délivré jusqu'au 8 janvier 2029 (**).	Encadrement, conduite, animation, enseignement, entraînement en randonnée pédestre et activités assimilées en moyenne montagne ainsi qu'en terrain enneigé sur des reliefs vallonnés excluant tout accident de terrain important.	À l'exclusion : - des zones glaciaires et des zones de rochers, canyons, terrains nécessitant pour la progression l'utilisation du matériel ou des techniques de l'alpinisme ; - de la pratique de toutes les disciplines du ski et activités dérivées, à l'exception de la raquette à neige ; - de l'exercice professionnel dans les régions à climat tropical et équatorial, en périodes de fortes précipitations fixées par l'autorité publique compétente, sur des terrains escarpés et détrempés. Autorisation d'exercer pour une durée de six ans, renouvelée à l'issue d'une formation de mise à niveau.
Diplôme d'État d'alpinisme-accompagnateur en moyenne montagne, option « concevoir, conduire en sécurité et évaluer une randonnée en milieu montagnard tropical et équatorial en période de fortes précipitations, pour tout public » délivré jusqu'au 8 janvier 2029 (**).	Encadrement, conduite, animation, enseignement, entraînement en randonnée pédestre et activités assimilées en moyenne montagne ainsi que dans les régions à climat tropical et équatorial en périodes de fortes précipitations fixées par l'autorité publique compétente, sur des terrains escarpés et détrempés.	À l'exclusion : - des zones glaciaires et des zones de rochers, canyons, terrains nécessitant pour la progression l'utilisation du matériel ou des techniques de l'alpinisme ; - des terrains enneigés. Autorisation d'exercer pour une durée de six ans, renouvelée à l'issue d'une formation de mise à niveau.

Pour la liste des diplômes permettant l'encadrement de la marche nordique contre rémunération :
consultez l'annexe II-1 (art. L212-1 du code du Sport)

(**) La personne entrée en formation au plus tard à la date limite de l'inscription du diplôme, du titre à finalité professionnelle ou du certificat de qualification professionnelle à l'annexe II-1 ou la personne titulaire d'un avis de recevabilité à la validation des acquis de l'expérience obtenu au plus tard jusqu'à cette même date limite peut, à l'obtention du diplôme, du titre à finalité professionnelle ou du certificat de qualification professionnelle se prévaloir de l'inscription de celui-ci dans le répertoire national des certifications professionnelles et demander à obtenir une carte professionnelle d'éducateur sportif.

Annexe 8


La Charte du Randonneur
LA CHARTE DU RANDONNEUR :
① En rando, je ne laisse rien derrière moi. ② Avec les troupeaux, je ne m'approche pas trop. ③ Bien randonner, c'est aussi partager le sentier. ④ S'informer, c'est déjà protéger. ⑤ Le bon chemin, c'est celui qu'on respecte. ⑥ Passer incognito pour respecter les animaux. ⑦ L'étincelle c'est dans les yeux, pas dans les feux. ⑧ Le plus beau trésor, c'est celui qu'on admire encore. ⑨ Dans le calme, la nature se dévoile.
Découvrez la charte du randonneur

Annexe 9

MINISTÈRE
DES SPORTS
ET DES JEUX OLYMPIQUES
ET PARALYMPIQUES

Liberté
Égalité
Fraternité



17 ou 114
en cas d'urgence

119
pour signaler
des situations
d'enfance en danger

3018
pour les cyberviolences
et le harcèlement en ligne

3114 SOUFFRANCE PRÉVENTION DU SUICIDE
pour la prévention
du suicide

Annexe 9

MINISTÈRE
DES SPORTS
ET DES JEUX OLYMPIQUES
ET PARALYMPIQUES

Liberté
Égalité
Fraternité



17 ou 114
en cas d'urgence

119
pour signaler
des situations
d'enfance en danger

3018
pour les cyberviolences
et le harcèlement en ligne

3114 SOUFFRANCE PRÉVENTION DU SUICIDE
pour la prévention
du suicide

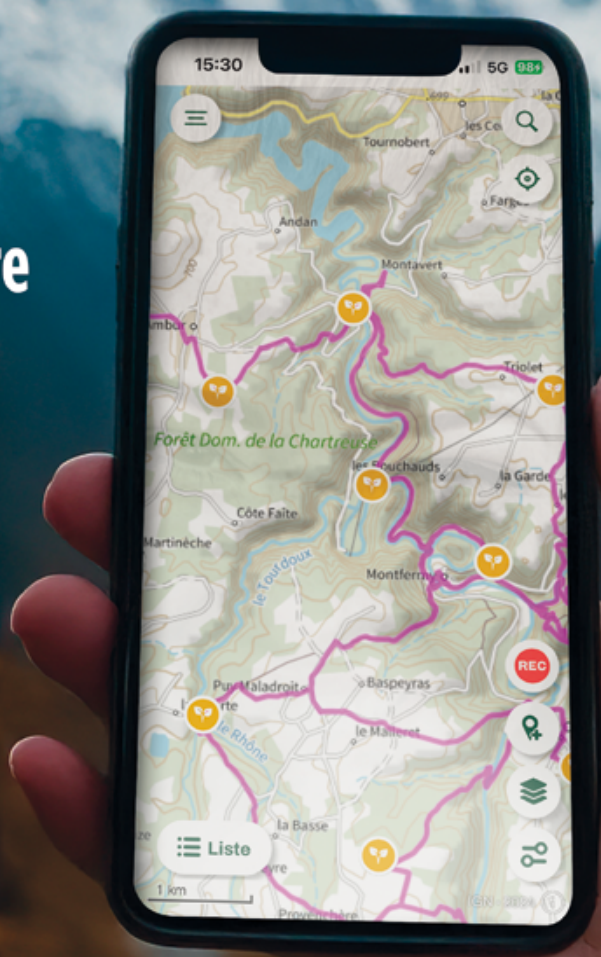
Ma RANDO®

L'APPLICATION OFFICIELLE DE LA FFRANDONNÉE

Connectez-vous à la nature en explorant la France sur des sentiers balisés

Télécharger dans l'App Store

DISPONIBLE SUR Google Play



TÉLÉCHARGEZ L'APPLICATION • DISPONIBLE GRATUITEMENT •

- 100% d'itinéraires vérifiés
- Enrichie en points d'intérêts
- Utilisation hors-connexion

FFRandonnée — les chemins, une richesse partagée — www.ffrandonnee.fr

Fédération Française de la Randonnée Pédestre
23, rue Raspail - 94200 Ivry-sur-Seine - tél. 01 44 89 93 90
Centre d'information : tél. 01 44 89 93 93

ffrandonnee