SOUS EMBARGO JUSQU'AU 26 JANVIER 2026

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Paris, lundi 26 janvier 2025

[Sondage]

La randonnée, activité préférée des Français, séduit une nouvelle génération de pratiquants plus jeunes et connectés - les résultats exclusifs de l'étude 2025*

Alors que le **salon Paris Randos Nature** ouvre ses portes le 30 janvier au Parc floral de Paris, la **Fédération française de la randonnée pédestre (FFRandonnée)** dévoile les résultats exclusifs du sondage 2025 « La randonnée et les Français », réalisé par l'Union sport & cycle : **la randonnée s'affirme plus que jamais comme l'activité physique et sportive favorite des Français** : **62 % des Français** déclarent l'avoir pratiquée au cours des 12 derniers mois, soit près de **30 millions de personnes** – une hausse de **3 millions** depuis 2021.

Un succès transgénérationnel porté par les jeunes actifs

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

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

Itinérance : le goût de l'aventure gagne les jeunes

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

La pratique occasionnelle progresse, portée par une génération connectée

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

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

**Sondage 2025 « la randonnée et les Français » Union sport & cycle pour la FFRandonnée*

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

GR® et topoguides : des références en pleine ascension

La notoriété des **GR® (sentiers de Grande Randonnée)** atteint **72 %**, contre 69 % en 2021, avec un bond spectaculaire chez les moins de 34 ans (+16 %). Le **GR®20** en Corse reste la star des sentiers français, suivi du trio **GR®10** (grande traversée des Pyrénées)**, GR®34** (sentier de douaniers bretons) **et le GR®5** (traversées des Vosges, du Jura et des Alpes).
Les **topoguides** de randonnée, guides pratiques édités par la FFRandonnée gagnent aussi du terrain : **49 % de notoriété** chez les Français, et **69 %** chez les randonneurs.

Une génération à accompagner : la FFRandonnée s'engage

Avec l'arrivée massive d'un public jeune et parfois néophyte, la **FFRandonnée renforce son accompagnement et ses actions de sensibilisation**, notamment autour des enjeux de **respect de l'environnement**, de **gestion des flux** dans les espaces naturels, et de **transmission des bons usages** liés à la pratique :

- **déploiement de la Charte du Randonneur** (en partenariat avec ADN Tourisme) pour promouvoir les **bonnes pratiques environnementales**,
- **développement de stages de progression en montagne** pour une pratique **autonome et sécurisée**,
- **promotion de l'application MaRando® : des milliers d'itinéraires balisés et validés**, gratuits, pour une randonnée **responsable et connectée**,
- **encouragement à l'adoption du RandoPass** : une solution pour les **randonneurs non licenciés** (seniors inclus) souhaitant soutenir les actions de la Fédération.

En conjuguant modernité et respect des fondamentaux, la FFRandonnée se positionne en **acteur clé de la transition écologique et sociale de la pratique sportive en plein air**. Elle entend faire de la randonnée un **levier d'éducation, de bien-être et de préservation des territoires**.

Contact presse : Anne Deny, 06 84 15 09 17, adeny@ffrandonnee.fr