

Formation marche et randonnée pédestre

8 novembre 2025 – Sablonceaux

Samedi 8 novembre 2025
A l'Abbaye de Sablonceaux – 17600 Sablonceaux
Accueil à 9h00 – Fin de séance à 16h00

Une formation pour quoi faire?



- ▶ Lire une carte, retrouver des éléments de paysage sur une carte
- ▶ Estimer les distances et les temps de marche
- ▶ Préparer une randonnée en toute sécurité et avec confort
- ▶ Connaître la dernière réglementation
- ▶ Développer une posture d'encadrant respectueux et bienveillant

Une formation pour qui?

Cette formation s'adresse aux marcheurs motivés souhaitant s'impliquer davantage dans l'organisation de marches au sein de son foyer ou association. Et aux bénévoles ayant déjà conduit des sorties, souhaitant sécuriser et structurer leurs pratiques dans le domaine de la marche.

Attention: cette formation ne donne pas lieu à une qualification. Une attestation de présence sera fournie à chaque participant, à la fin de la journée.

Quel programme?

- ✓ Le cadre légal et la réglementation en vigueur
- ✓ La prévention des risques accidents et mise en situation
- ✓ La préparation d'un circuit avec lecture de cartes
- ✓ La constatation et la pratique sur le terrain



Des apports théoriques, des exercices pratiques, des échanges d'expériences.

Quels horaires?

RDV à 9h00 pour un début de séance à 9h15

Fin de séance à 16h00.

Repas à 12h30: Prévoir son pique-nique

Participation: gratuit pour les adhérents des Foyers Ruraux

Quels intervenants?

Jean Paul Lajoie, Christian Marchais, Mathéo Perchec et Renée Fournier

Renseignements et inscriptions par mail : fdfr.17@mouvement-rural.org
Renseignements et inscriptions par téléphone : 05.46.33.80.07

Le matériel à apporter le jour J



- ▶ Vêtements adaptés à la marche et à la météo du jour
- ▶ Chaussures de marche
- ▶ 1 gilet jaune
- ▶ Bouteille d'eau
- ▶ Carnet et crayon pour la prise de notes
- ▶ Repas du midi (pique-nique)
- ▶ Eventuellement 1 boussole et téléphone portable

Le lieu de la formation et plan du site

Abbaye de Sablonceaux -

Rue de l'Abbaye – 17600 Sablonceaux

Les exercices pratiques auront lieu sur place.

Pour venir jusqu'à l'Abbaye, pensez au co-voiturage.

