



CALENDRIER des SORTIES 1er semestre 2026

Randonnée pédestre
Marche nordique
Le sport et la santé

Les coordonnées des animateurs

Rando

Aimé : 06-78-49-03-04 mulleraime@yahoo.fr

Cathy : 03-88-73-33-98 catherine.hoerth@orange.fr

Claude : 06-87-17-74-74 rauclaude@orange.fr

Laure : 06-13-23-90-99 bblorette@aol.com

Magali : 06-19-82-86-28 margoulette767@gmail.com

Michèle : 06-10-13-12-43 michelegasnier1958@gmail.com

Nathalie : 06-28-21-48-58 famille.web@club-internet.fr

Régine : 06-71-88-66-90 regine.bernardy@gmail.com

Serge : 06-84-60-35-94 famille.web@club-internet.fr



Marche nordique

Daniel : 07-68-68-04-16

Bernadette : 06-72-46-89-96

Jacky : 06-33-84-88-57

Laure : 06-13-23-90-99

Michèle : 06-10-13-12-43

Sylvie : 06-03-24-74-29

Le sport et la santé

Jean-Claude : 06-67-17-16-35

Claude : 06-87-17-74-74

Aimé : 06-78-49-03-04

Les niveaux de difficulté de nos randonnées

Les critères ci-dessous doivent être modulés en fonction de l'état des chemins, de leur raideur, des conditions climatiques, de la forme des participants...

Ainsi une randonnée « 2 chaussures » pourra être ressentie par certain(e)s comme une « 3 chaussures », ou une « 3 chaussures » ressentie comme une « 2 chaussures ».

Les niveaux sont donc établis de manière indicative selon les paramètres ci-dessous.

FACILE



Pour randonneur débutant, aucune difficulté particulière.

Jusqu'à 15 km et dénivelé inférieur à 200 m environ

MOYENNE



Un entraînement minimum est conseillé.

10 à 15 km et dénivelé supérieur à 200 m ou 15 à 20 km, et dénivelé jusqu'à 500 m environ

FORTE



Pour bon marcheur, fort dénivelé ou nombre d'heures de marche important.

15 à 20 km et dénivelé compris entre 500 et 1000 m environ

TRES FORTE



Bon niveau d'endurance, fort dénivelé et nombre d'heure de marche important.

Plus de 15 km, dénivelé supérieur à 1000 m ou plus de 20 km, dénivelé supérieur à 500 m environ

Programme 1er semestre 2026

*Il peut être modifié en fonction des phénomènes météorologiques.
Sauf mention contraire pour les sorties à la journée, le repas est tiré du sac.*

Janvier 26

Date	Lieu	Détails	Difficulté
Dimanche 4/01/26	Batzendorf	<u>Balade épiphanie</u> Sur inscription avant le 27 décembre - Réservé aux membres Vin chaud et galettes des rois offerts par le club Départ à 13h45 au 81 rue principale Animateur : Claude	8 km — 15 m 
Dimanche 11/01/26	Oberhoffen sur Moder	Sortie à la demi-journée Départ à 13 h 30 Animateur : Aimé	10 km 
Dimanche 18/01/26	Ingwiller	<u>Rando d'inspiration botanico-poétique</u> Sortie à la journée Départ à 8 h 00 Animatrice : Laure	19 km—475 m 

Attention modification :

Dimanche 25/01/26	Vosges	<u>Sortie raquettes</u> Sortie à la journée Sur inscription avant le 10 décembre Tarif : 49 € - Réservé aux membres	
----------------------	--------	---	--

Section marche nordique

Tous les mercredis et samedis à 9 h 30 (9 h 00 en été)

RDV au parking du chemin des Fiches à Haguenau

Contact : Daniel au 07 68 68 04 16 ou Michèle : 06 10 13 12 43

A partir du 15 septembre, lundi à 17h30 inscription auprès de Sylvie 06-03-24-74-29



Section "Le sport et le santé"

Lundi départ à 9h30

Le lieu de rendez-vous est en fonction de la météo
Un calendrier indicatif des sorties est proposé séparément

Contact : Jean-Claude au 06 67 17 16 35
randonnee@ptitsrandonneursalsace.fr

Février

Date	Lieu	Détails	Difficulté
Dimanche 1/02/26	Olwisheim	<u>Sortie à la demi-journée</u> Départ à 13 h 30 Animateur : Claude	11 km — 32 m 
Dimanche 8/02/26	Wissembourg	<u>Dans la nature endormie</u> Sortie à la journée Départ à 9 h 00 Animatrice : Régine	15 km — 400 m 
Dimanche 15/02/26		<u>Déjeuner dansant</u> Sur inscription avant le 1er février	
Jeudi 19/02/26	Haguenau	<u>Sentier du Sandhas</u> Sortie à la demi-journée Départ à 13 h 30 Animateur : Aimé	11 km - 22 m 

Informations pratiques

- ▶ RALLIEMENT : Le lieu de RDV pour toutes les randonnées pédestres se situe au parking du parc des Sports rue du Moulin Neuf à Haguenau.
- ▶ Sauf mention contraire pour les sorties à la journée, le repas est tiré du sac.
- ▶ L'association invite les participants à covoiturer. Il est suggéré que les frais soient répartis également entre les bénéficiaires du covoiturage afin d'indemniser le conducteur (usure de la voiture, carburant ainsi que les éventuels frais de péage).
Le covoiturage est sous l'organisation et la responsabilité des randonneurs qui covoitèrent.
- ▶ IMPORTANT : chaque participant aux sorties devra obligatoirement avoir la licence du club sur soi (sauf les personnes qui effectuent leur 1ère randonnée à titre d'essai).
- ▶ METEO : en cas de vigilance orange, l'animateur est en droit d'annuler la sortie. Lui seul peut apprécier la dangerosité de sa sortie.
En cas de vigilance rouge, les sorties sont annulées d'office.

Mars

Date	Lieu	Détails	Difficulté
Dimanche 1/03/26	Saverne	<u>Saut du Prince - St Vit</u> Sortie à la journée Départ à 8 h 30 Animatrice : Magali	19 km — 660 m 
Dimanche 8/03/26	Schoenenbourg	<u>D'un village à l'autre</u> Sortie à la demi-journée Départ à 13 h 30 Animatrice : Cathy	
Samedi 14/03/25 (date à confirmer)	Cleebourg	<u>Dampfnudle</u> Sortie à la journée Sur inscription auprès d'Aimé Petite marche de mise en appétit puis dampfnüdle. Prévoir environ 28 € pour le repas de midi tout compris. Cette date est susceptible d'être modifiée en fonction de la date fixée par le restaurant.	8 km — 110 m 
Dimanche 15/03/26	Windstein	<u>Cà sent le printemps au Windstein... et les chèvres</u> Visite de la chèvrerie du Windstein (à confirmer) Départ à 9 h 30 Animateurs : Nathalie et Serge	15 km — 350 m 
Dimanche 22/03/26	Molsheim	<u>Autour du fort de Mutzig</u> Sortie à la journée Départ à 8 h 30 Animatrice : Michèle	16 km – 350 m 
Dimanche 29/03/26	Zutzendorf	<u>Un dimanche à la campagne</u> Sortie à la journée Départ à 9 h 00 Animatrice : Régine	18 km - 250 m 

Avril

Date	Lieu	Détails	Difficulté
Lundi 6/04/26	Mitschdorf	<p><u>Au pas de l'âne</u> Sortie à la journée Départ à 9 h 30 Animatrice : Magali Inscription avant le 31 mars auprès de Magali Tarif : 10 € / personne</p>	12 km - 300 m 
Jeudi 9/04/26	Weyersheim	<p><u>A travers champs</u> Sortie à la journée Départ à 10 h 00 Animateur : Aimé</p>	12 km — 42 m 
Dimanche 12/04/26	Marienbronn	<p><u>D'un ancien camp celtique à un autre</u> Sortie à la journée Départ à 10 h 00 Animateur : Claude</p>	11 km - 300 m 
Dimanche 19/04/26	Wingen sur Moder	<p><u>Rando La la, la la li sans hic</u> Sortie à la journée Départ à 8 h 30 Animatrice : Laure</p>	18 km - 400 m 
Dimanche 26/04/26	Klingenthal	<p><u>Boucle du Heidenkopf et jardin de Merlin</u> Sortie à la journée Départ à 8 h 30 Animatrice : Michèle</p>	14 km—500 m 



Date	Lieu	Détails	Difficulté
Vendredi 1/05/26	Koenigsbruck - Soufflenheim	<p>Fêtons le travail en marchant</p> <p>Parcours fleuri. Qui va trouver du muguet ? Visite de l'abri du Heidenbuckel Bunker visitable : à confirmer plus tard avec le tarif - Prévoir habits + chauds pour la visite Départ à 9 h Animateurs : Nathalie et Serge</p>	12 à 15 km
Dimanche 3/05/26	Solbach	<p><u>Solbach autour du Mont St Jean</u> <u>Visite du musée Oberlin - Waldersbach</u></p> <p>Sortie à la journée Départ à 9 h 00 Animatrice : Cathy Sur inscription avant le 20 avril - Tarif : 7 €</p>	5 km - peu de dénivelée 
Jeudi 7/05/26	Eschbach	<p><u>En pleine forêt</u></p> <p>Sortie à la journée Départ à 10 h 00 Animateur : Aimé</p>	15 km — 37 m 
Dimanche 10/05/26	Michelbach (Allemagne)	<p><u>Circuit panoramique autour de Michelbach - Gaggenau</u></p> <p>Sortie à la journée Départ à 9 h 00 Animateur : Claude</p>	14 km - 350 m 
Dimanche 17/05/26	Wissembourg	<p>Sortie à la journée Départ à 9 h 30 Animateur : Aimé</p>	16 km - 17 m 
Dimanche 24/05/26	Andlau	<p><u>Les 3 châteaux : Andlau, Spesbourg et Landsberg</u></p> <p>Sortie à la journée Départ à 8 h Animatrice : Magali</p>	18 km - 750 m 
Lundi 25/05/26	Sarrebourg	<p><u>Le cimetière national des prisonniers</u></p> <p>Sortie à la demi-journée Départ à 13 h 30 Animatrice : Cathy</p>	
Dimanche 31/05/26	La Petite-Pierre	<p><u>La "Steinele" d'Laure</u></p> <p>Sortie à la journée Départ à 8 h 00 Animatrice : Laure</p>	18 km - 470 m 

Juin

Date	Lieu	Détails	Difficulté
Dimanche 7/06/26	Natzwiller	<u>Le Struthof - Champ Messin - Mer des roches</u> Sortie à la journée Départ à 9 h 00 Animateur : Claude	13 km - 410 m 
Jeudi 11/06/26	Mittelhausen	Sortie à la journée Départ à 10 h 00 Animateur : Aimé	12 km — 122 m 
Dimanche 14/06/26	Dieffenthal (près de Scherwiller)	<u>Un château en cache un autre</u> Sortie à la journée Départ à 8 h 00 Animatrice : Régine	18 km - 760 m 
Dimanche 21/06/26	Barr	<u>Ohh dis-le, qu'ça Monte...</u> Sortie à la journée Départ à 8 h 00 Animatrice : Laure	18 km - 750 m 
Dimanche 28/06/26	Hornisgrinde (Allemagne)	<u>Sentier panoramique</u> Sortie à la journée Départ à 8 h 00 Animatrice : Magali	18 km – 550 m 

Règles de bonne conduite

- L'animateur de randonnée a bien préparé sa randonnée et lui seul connaît le parcours avec son serre-file. Il mérite donc le respect et votre amitié.
- Le participant a la politesse d'écouter les propos de l'animateur rando ou ses explications et de respecter scrupuleusement ses consignes.
- Il est interdit de dépasser l'animateur sauf si ce dernier l'a autorisé.
- Il est de bon ton de prévenir **discrètement** l'animateur ou une autre personne du groupe pour solliciter un arrêt technique voir signaler un malaise.
- Il est obligatoire d'emmener sa dose de bonne humeur lors des sorties car la randonnée doit être un moyen thérapeutique pour se ressourcer dans la nature et aussi un moyen d'échanges fraternels avec d'autres individus.
- Lors des sorties, il faut prévoir de l'eau, des habits de rechange, de bonnes chaussures et des habits de pluie.
- En ce qui concerne les déchets, un bon randonneur ne laisse rien de son passage à part son sourire. Les déchets sont donc à ramener à la maison.
- On choisit toujours les randonnées en fonction de ses capacités physiques afin de ne pas trop retarder le groupe et pour que ce dernier puisse avancer à une allure raisonnable. En cas de doute prendre contact avec l'animateur du jour
- Si l'on est emmené en voiture par une autre personne, il serait fort poli de prévoir des chaussures de rechange à utiliser pour le trajet de retour en voiture. Ceci afin de ne pas souiller l'habitacle.

Juillet

Date	Lieu	Détails	Difficulté
Dimanche 5/07/26	Wangenbourg	L'homme de pierre dans les framboisiers... Sortie à la journée Départ à 8 h 00 Animatrice : Régine	18 km — 550 m 
Jeudi 9/07/26	Haguenau Walbourg	Sortie à la journée Départ à 10 h 00 Animateur : Aimé	12 km — 35 m 
Dimanche 12/07/26	Soultzerkopf	<u>Balade rando détente</u> Balade le matin et après-midi détente Sortie à la journée Départ à 9 h 30 Sur inscription—Réservé aux membres Animateurs : Cathy et Claude Organisateurs : Conseil PRA	
Dimanche 26/07/26	Champ du Feu	<u>A la fraîche des 2 sources</u> Sortie à la journée Départ à 8 h 30 Animatrice : Michèle	15 km — 700 m 

Les événements du PRA

- 4 janvier : Sortie épiphanie
- 25 janvier : Sortie raquettes
- 15 février : Rando déjeuner dansant
- 3 juin : Réunion planning
- 12 juillet : Sortie détente



Les avantages de votre licence

- une assurance adaptée et performante pour randonner dans les meilleures conditions de sécurité
- une assistance 24 h /24 et 7 j /7 en France comme à l'étranger
- un accès aux stages de formation de lecture de carte, d'orientation, d'animateurs, de baliseurs, de dirigeants associatifs
- un accès aux voyages de randonnée organisés par les clubs, les comités de la Fédération ou les partenaires privilégiés
- un accès gratuit et exclusif à MaTribu, la nouvelle fonctionnalité de l'application mobile MaRando®, destinée aux communautés de randonneurs pour échanger conseils, photos, rando, calendrier des sorties, et communiquer facilement avec les autres membres de votre club. Plus d'infos
- des tarifs préférentiels :
 - au magazine Passion Rando (10€ pour 4 numéros)
 - à l'abonnement GR @ccess (à partir de 10€) qui vous permet d'organiser votre randonnée itinérante en ligne
 - pour toute commande sur le site de la boutique FFRandonnée
 - sur les manifestations de randonnée pédestre
- des avantages auprès des différents partenaires de la FFRandonnée (avantages listés en bas de page).
- des conseils personnalisés au centre d'information FFRandonnée de 10 à 18 heures du lundi au vendredi





Comment déclarer un accident

Déclarez votre accident dans les 10 jours ouvrés :

En ligne :

- Individuel accident : [Déclaration d'accident WTW](#)
- Annulation voyage : [Déclaration de sinistre WTW](#)

Une fois sur la page de déclaration de sinistre indiquée ci-dessus « Déclaration d'accident WTW », cliquez sur « Commencer » et suivez les étapes. Pour la déclaration, une adresse mail sera nécessaire.

Par courrier :

- à Willis Towers Watson France - Département Sport et Événement - WTW GPL Fédérations - 2, rue de Gourville - 45911 Orléans Cedex 9

Vous pouvez également effectuer une déclaration de sinistre sous format papier en [cliquant ici](#).

Vous serez redirigé vers le guide d'assurance. La déclaration de sinistre se trouve aux pages 68-71 du Guide Clubs.

Nota Bene : En cas de dommages matériels ou de sinistre en Responsabilité Civile il convient de faire la déclaration sur papier libre à l'adresse indiquée ci-dessus. Indiquez le lieu précis, la date et les circonstances détaillées de cet accident et précisez en objet que le sinistre porte sur la garantie en Responsabilité Civile. Ainsi le dossier sera adressé plus facilement au bon service de l'assureur concerné.

Pour la mise en œuvre de la garantie assistance rapatriement, le numéro de MUTUAIDE ASSISTANCE à contacter en cas d'accident ou de maladie grave est le : 01 45 16 84 99 (depuis l'étranger : +33 1 45 16 84 99) puis indiquer le numéro de contrat d'assurance 8710.

Présentation du club

Le club a vu le jour en mars 1989 grâce à un groupe d'amis amateurs de marche et de découverte qui ont eu envie de partager leur passion.

L'association est ouverte à tous et représente toutes les tranches d'âge.

Les sorties "Le Sport et la santé" sont encadrées par des animateurs spécialisés et diplômés de la FFRandonnée.

A l'heure actuelle, le club compte près de 150 membres qui participent aux différentes activités du club :

- Randonnées journée, demi-journée
- Randos cool
- Marche nordique
- Séjours rando
- Rando-déjeuner dansant
- Et plein d'autres surprises encore !

À vous de choisir et bonne rando !

Présidente
Madeleine BARBIER
06 28 13 09 25



N'hésitez pas à visiter le site internet du PRA
<https://ptitsrandonneursalsace.fr>