



Calendrier
Sorties
"Sport et la santé"



1er semestre 2026

Contact et renseignements
pour le sport et la santé :

Jean Claude Daussy
Sport et Santé au PRA
06 67 17 16 35

ptitsrandonneursalsace@gmail.com



Présidente
Madeleine BARBIER
Tél. : 06 28 13 09 25



PRA Haguenau

Programme 1er semestre 2026

Il peut être modifié en fonction des phénomènes météorologiques.

Février

Date	Lieu	Détails	Animateur
Lundi 2 février	Bischwiller	6 km Départ à 9 h 30 - parking rue de la piscine	Aimé
Lundi 9 février	Brumath	8,5 km Départ à 9 h 30 - parking gare de Stéphansfeld	Claude
Lundi 16 février	Haguenau	5,5 km Départ à 9 h 30 - Parc des sports	Aimé
Lundi 23 février	Herrlisheim	Sentier de la Pomme 4,5 km Départ à 9 h 30 - parking du verger école	Jean Claude

Mars

Date	Lieu	Détails	Animateur
Lundi 2 mars	Hohatzenheim	5,5 km Départ à 9 h 30 - parking église à la sortie de Hohatzenheim	Aimé
Lundi 9 mars	Eschbach	6,5 km Départ à 9 h 30 - parking de la salle et du terrain de sports	Claude
Lundi 16 mars	Sessenheim	5,5 km Départ à 9 h 30 - parking cimetière	Aimé
Lundi 23 mars	Roeschwoog	8 km Départ à 9 h 30 - parking de l'école Weckmann	Jean Claude
Lundi 30 mars	Drusenheim	5,8 km Départ à 9 h 30 - parking terrain de boules Rte du Rhin	Aimé



Les animateurs "Le sport et la santé"

Aimé : 06-78-49-03-04

Claude : 06-87-17-74-74

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

L'association n'assure pas le transport des marcheurs.

Les marcheurs sont seuls responsables de l'organisation du covoiturage qui est à favoriser.

N'oubliez pas les chauffeurs qui mettent leurs voitures à disposition. Il y a lieu de les indemniser en répartissant équitablement les coûts (carburant, usure voiture, frais de péage s'il y a lieu) entre les bénéficiaires du covoiturage.

Avril

Date	Lieu	Détails	Animateur
Lundi 6 avril	Pâques		
Lundi 13 avril	Gunstett	6 km / 57 m de dénivelé Départ à 9 h 30 - parking Maison des associations D27 route de Haguenau	Claude
Lundi 20 avril	Wingersheim	<i>Sentier du houblon</i> modifié - 6 km / 120 m de dénivelé Départ à 9 h 30 - parking du terrain de foot	Jean Claude
Lundi 27 avril	Dauendorf	<i>Sentier des chapelles</i> - 7,5 km / 110 m de dénivelé Départ à 9 h 30 - parking du cimetière	Claude

Mai

Date	Lieu	Détails	Animateur
Lundi 4 mai	Schweighouse sur Moder	6 km Départ à 9 h 30 - parking Kaeufling	Aimé
Lundi 11 mai	Ettendorf	6 km - 90 m de dénivelé Départ à 9 h 30 - Eglise	Claude
Lundi 18 mai	Oberhoffen sur Moder	5 km Départ à 9 h 30 - terrain de foot	Aimé
Lundi 25 mai	Pentecôte		

Juin

Date	Lieu	Détails	Animateur
Lundi 1 juin	Ohlungen	6 km Départ à 9 h 30 - terrain de foot	Aimé
Lundi 8 juin	Fort Louis	<i>l'Ile de Giesenheim</i> - 7,5 km Départ à 9 h 30 - parking du fort	Jean Claude
Lundi 15 juin	Marienthal	6 km Départ à 9 h 30 - parking Basilique	Aimé
Lundi 22 juin	Lixhausen	<i>Colline du Scheuerberg</i> - 6 km / 96 m de dénivelé Départ à 9 h 30 - parking de l'Eglise	Jean Claude
Lundi 29 juin	Haguenau	5,5 km Départ à 9 h 30 - gros chêne	Aimé

Notre club de randonnée, Les Petits Randonneurs d'Alsace est membre du comité Alsace de la FFRandonnée. Pour cela le club a mis en place une équipe d'animateurs diplômés. Depuis la rentrée 2023/2024, notre club se dote d'une activité « sport et la santé » pour toutes et tous.

Cette activité via le comité Alsace de la FFRandonnée, est en liaison avec l'activité Sport Santé du CDOS67 et de la CeA (Collectivité européenne d'Alsace) pour que la marche soit un atout pour le bien être de toutes et tous dans le cadre des Sports de nature et du bien vieillir en Alsace.

Le sport et la santé, c'est quoi ?

Il est reconnu, que la marche est l'activité physique la plus accessible et adaptable à chacun pour tous les âges et son niveau sportif. La marche "sport et la santé" se pratique partout, alors que vous soyez sédentaire ou présentant une pathologie compatible avec la marche ou souhaitant reprendre une activité physique après un problème de santé, la randonnée vous aidera de manière adaptée à vos souhaits et capacités qu'elle soit recommandée ou non par votre médecin traitant.

Un certificat médical est obligatoire à l'inscription au club, puis chaque année un questionnaire joint à l'appel de cotisation vous sera demandé (plus de certificat annuel).

Infos pratiques :

- Prévoir des chaussures de sport confortables
- Vitesse de marche : 3 à 4 km/h suivant groupe
- Distance : de 5 à 9 km maxi

- Lieu : 25 km autour de Haguenau (sauf sorties à la journée)

La marche s'effectue toujours dans des conditions météorologiques optimales et dans un environnement facile et sans difficulté particulière (dénivelé).

Les événements du PRA

15 février : Rando déjeuner dansant

3 juin : Réunion planning

12 juillet : Sortie détente

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 !

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