

Toute la magie du désert... Ici, les Tassilis du Hoggar qui sont parmi les plus fabuleux paysages du Sahara.

● **Festival Eldorado** : à Accous, dans les Pyrénées-Atlantiques, du 25 au 28 mai (tél. 05 59 34 57 57).

● **Le Salon des randonnées** : à Paris, chaque année au printemps (www.randonnee-nature.com).

● **"Le Guide pratique du randonneur"** : une bible pour les marcheurs de tout niveau et de toute expérience. A la FFRP et dans les librairies, 15 € environ.

● **Fédération française de la randonnée pédestre** (et ses 120 comités locaux) : tél. 01 44 89 93 93 (ou www.ffrandonnee.fr).

● **Les voyageurs spécialisés** : en plus de ceux déjà cités, consultez aussi La Balaguère (tél. 0 820 022 021), Terres d'aventure (tél. 0 825 847 800), l'UCPA (tél. 0 825 820 830), Montagne Evasion (tél. 03 29 63 17 50), La Bes-sannaise (tél. 04 79 05 95 15) et Allibert (tél. 0 825 090 190).

Randonnée Pour le plaisir et la santé, en avant, marche !

Un bon plan et une jolie halte sur les pentes pyrénéennes.



Après l'effort, le réconfort d'un bon lit

Si vous préférez organiser tout seul votre périple, sachez que randonner n'implique plus forcément de dormir à la dure dans des hébergements spartiates ou en dortoir ! Les hôtels, gîtes, chambres d'hôtes... sont de plus en plus variés, chaleureux, confortables et sympathiques. L'engouement pour la randonnée a, en effet, contribué au développement d'un réseau rural d'hébergement et de restauration de qualité. Et même, c'est la toute dernière tendance, de petits centres de remise en forme. Pensez à poser la question quand vous réservez, car il commence à y en avoir de plus en plus dans les hôtels. Vous découvrirez que les bienfaits d'un sauna, d'un hammam ou d'un massage, après des heures de marche, sont littéralement divins.

■ **Les Hôtels au naturel** : dans les Vosges, le Verdon, le Vercors... ce sont des 2 ou 3 étoiles situés dans les parcs naturels régionaux. Vos hôtes pourront vous conseiller car

ils connaissent la randonnée, et vous prépareront le pique-nique du midi. Parfaits pour randonner en étoile avec retour chaque soir (tél. 01 44 90 86 20).

■ **Les gîtes Panda** : également installés dans les parcs naturels, ce sont des gîtes à la semaine. Bien aussi pour les balades en étoile, et en toute liberté car on se débrouille pour les repas. Sur place : jumelles, topo-guides... A noter : quelques chambres d'hôtes aussi (tél. 01 44 90 86 20).

■ **Les chambres et tables d'hôtes** : il y en a partout, de plus en plus belles et douillettes. Celles de Rando Plume sont toutes charmantes et idéales pour randonner : leurs propriétaires peuvent vous accompagner en balade et transporter vos bagages à l'étape suivante (Rando Plume, tél. 02 99 26 13 50).

■ **Le camping new-look** : sept sites en France, dont deux ouverts récemment, à Rillé, en Touraine, et à Versailles. Respect et découverte de la nature, mais aussi confort et charme caractérisent cet hébergement en roulotte, cabanes ou canadiennes. Idéal pour randonner en étoile lors de vacances en famille. Les enfants peuvent

Confortable, fonctionnel et très apprécié des enfants, ce nouveau campement à Rillé, en Touraine.



rester à la piscine et aux jeux (Huttopia, tél. 04 37 64 22 33).

■ **Les Roulettes de Campagne** : tout en bois coloré et très confortables. 21 sites en France. Pour allier contact avec la nature, liberté et raffinement bohème. Joli camp de base pour une rando en étoile (Les Roulettes de Campagne, tél. 03 86 21 09 90).

■ **Les refuges de montagne** : pour crapahuter en haute ou en moyenne

montagne en allant de refuge en refuge. Le Club alpin français en gère 133 plus ou moins spartiates (tél. 01 53 72 87 00). Toutefois, ils deviennent de plus en plus confortables, avec des chambres pour 4, parfois pour 2, et dîner préparé par le gardien. C'est le cas de ceux qui sont situés en Savoie, Haute-Savoie et Val d'Aoste (www.une-montagne-de-refuges.com).

Marie-Martine Gras

Des chemins pour tous les goûts et tous les niveaux

Bien préparer son parcours, surtout si l'on part sans guide accompagnateur, est indispensable. Pour éviter de vous perdre d'abord, mais aussi pour ne pas transformer votre rando en

équipée sauvage ou en parcours du combattant, trop long ou trop difficile. Quelle que soit la région où vous êtes, des topo-guides décrivent les par-

cours. Vous pouvez vous les procurer dans les librairies locales, les offices de tourisme et les 120 comités départementaux et régionaux de randonnée pédestre. Si tous les parcours sont bien balisés et entretenus, il est utile, pour savoir sur quel chemin on s'engage, de connaître la différence entre GR, GRP, PR et Voies vertes :

● **Le GR (grande randonnée)** : il nécessite plusieurs jours de marche. Pour marcheurs avertis et entraînés,

● **Le GRP (grande randonnée de pays)** : plusieurs jours de marche aussi mais, à la différence du GR, il est en boucle et vous ramène donc à votre point de départ.

● **Le PR (petite randonnée)** : en boucle également, il exige entre 2 heures et une journée de marche.

● **La Voie verte** : nouvelle, elle est plate, en bord de mer, de canal ou de voie ferrée et destinée à la fois aux marcheurs, aux rollers et aux

cyclistes. Il y en a 5 000 km en France. Tél. 05 34 30 05 59 (ou www.af3v.org).

Quelques petits conseils enfin : les sentiers et chemins balisés en vert sont les plus faciles et en noir les plus ardues, comme au ski, avec des bleus et des rouges intermédiaires. Renseignez-vous sur leur longueur, mais également sur leurs dénivelés. Il faut savoir, par exemple, que 100 mètres de pente raide équivalent, en fatigue, à 1 000 mètres sur du plat !

