

Étang de Thau : le jardin de la mer



5
2
0
2

50 RANDONNÉES EN AVIRON

DÉCOUVREZ LA FRANCE EN RAMANT SUR NOS MERS, LACS ET RIVIÈRES

Randonnée nautique des Gorges de la Loire



ffaviron.fr/randonaviron





50 RANDONNÉES LABELLISÉES PAR LA FÉDÉRATION POUR 2025

Qu'il s'agisse de ramer paisiblement sur des lacs cristallins, de défier les vagues en mer ou de s'aventurer à la découverte des rivières cachées, chaque itinéraire du circuit Randon'Aviron 2025 est une invitation au voyage et au dépassement.

Cette année, nous avons le plaisir de vous proposer 50 randonnées, dont 14 sont accessibles aux rameurs en situation de handicap, à travers toute la France, y compris en Outre-mer, pour une immersion totale au cœur de la diversité de nos paysages.

Parmi les nouveautés de cette édition :

- deux parcours en mer en région Provence-Alpes-Côte d'Azur, La Cassidaine et La Randonnée du Golfe d'Amour, à la découverte des calanques et de la côte méditerranéenne ;
- Le retour du Raid des Courreaux de Groix pour une aventure bretonne ;
- des tracés modifiés pour découvrir de nouvelles facettes de certains itinéraires emblématiques comme Les trois rivières, Les pertuis rochelais, Embrun-lac de Serre-ponçon, Les galères ligériennes.

Pour la randonnée de l'année, nous vous invitons à la Randonnée nautique des gorges de la Loire dont le panorama préservé ravira les amateurs de nature.

Au-delà du plaisir sportif et de la découverte touristique, je vous encourage également à travers chacun de ces rendez-vous à prendre part à la préservation des écosystèmes aquatiques, en adoptant une pratique respectueuse des rivières, lacs et mers sur lesquels nous avons la chance de naviguer.

Nous savons que nous pouvons compter sur l'engagement des organisateurs et de leur équipe de bénévoles pour vous offrir des moments de partage, de convivialité et de découverte dans les meilleures conditions de sécurité qu'exigent notre activité.

Bonne rame à toutes et tous !

Christian Vandenberghe

PRÉSIDENT DE LA FÉDÉRATION FRANÇAISE D'AVIRON

LA FRANCE EN RAMANT

Nous vous invitons à découvrir ou à redécouvrir les 50 itinéraires retenus cette année en feuilletant les pages de ce catalogue. Il vous restera à faire votre choix, puis à prendre part aux randonnées qui, en fin de compte, auront trouvé grâce à vos yeux. Pour naviguer en toute sécurité, il est recommandé d'être titulaire du brevet d'aviron de niveau 2 et/ou du brevet d'endurance semi-marathon-équipage. Ces brevets certifient votre niveau d'autonomie auprès des organisateurs.



AVIS AUX LECTEURS

Les informations que vous trouverez dans ces pages nous ont été transmises par les organisateurs plusieurs mois à l'avance. Eux seuls sont à même de vous confirmer les indications contenues dans cette brochure. Les tarifs ont été donnés à titre indicatif, dans certains cas, ils ne prennent pas en compte les éventuels suppléments au programme : dîners particuliers, visites, soirées festives... Par ailleurs, le nombre de places étant limité, il est nécessaire de s'inscrire à l'avance ou, tout au moins, de prendre contact auparavant avec l'organisateur. Pour en savoir davantage, demandez le programme auprès de l'organisateur ou téléchargez-le à partir du site internet de la FFA : www.ffaviron.fr rubrique > Pratiquer l'aviron > Programmes fédéraux > Circuit Randon'Aviron



LOCATION DE SIÈGES

L'organisateur met à disposition un certain nombre de sièges en location ce qui offre la possibilité aux rameurs de venir sans matériel (bateau et avirons). Attention le nombre de sièges étant limité, effectuez vos réservations le plus tôt possible.

3 CATÉGORIES DE RANDONNÉES

- ESCAPADE : 1 JOUR
- WEEK-END : 2 JOURS
- SÉJOUR : PLUS DE 2 JOURS

NIVEAU DU RAMEUR

RAMEUR AUTONOME

Il sait ramer mais n'est pas obligatoirement entraîné. Il a le niveau 2 en mer ou en eaux intérieures.

RAMEUR CONFIRMÉ

Il a au moins un an de pratique régulière.

RAMEUR ENTRAÎNÉ

Il a plus d'un an d'expérience et pratique l'aviron plusieurs fois par semaine.



LA RANDO DE L'ANNÉE

Au fil des années, une communauté « Randon'Aviron », dont les rôles principaux sont tenus par les participants et les organisateurs de randonnées, s'est créée. Il existe toutefois peu d'occasions pour ces rameurs randonneurs de se retrouver au niveau national pour échanger et partager leur passion et leurs expériences. Pour cela, la FFAviron a décidé de désigner, chaque année sur candidature, « La Randonnée de l'Année », manifestation qui a vocation à devenir chaque année l'événement phare de la pratique de randonnée à l'aviron en France.

LES OBJECTIFS

- Créer un rendez-vous annuel de renommée nationale autour de l'aviron de randonnée.
- Fédérer tous les acteurs intéressés par cette pratique (licenciés, clubs organisateurs, dirigeants fédéraux, fournisseurs, partenaires publics ou privés, usagers de la voie d'eau...).
- Valoriser une randonnée qui présente un projet ambitieux sur l'année de référence.
- Promouvoir la pratique de l'aviron de randonnée en mobilisant les outils de communication fédéraux sur un temps fort dans l'année.

LES CRITÈRES DE SÉLECTION

- Respecter tous les critères d'une randonnée labellisée Randon'Aviron.
- Organiser l'événement sur deux jours minimum avec une soirée festive obligatoire.
- S'appuyer sur un événement local, régional ou national, pour donner une dimension particulière à la randonnée.
- Proposer d'autres pratiques sportives, nautiques ou non, en lien avec l'activité de randonnées (à pied, en canoë, en roller, à vélo, à cheval,...) pour fédérer d'autres participants et accompagnateurs.
- Mettre en place un village pour les rameurs randonneurs : stands de matériel d'aviron, stands de produits locaux, présentation d'autres randonnées, stands d'animation et de débats.
- Organiser la randonnée de façon responsable en s'appuyant sur l'outil « Manifestation Durable » de la FFAviron.



RANDONNÉE 2025

En 2025, la manifestation désignée Randonnée de l'année est la « Randonnée Nautique des Gorges de la Loire » organisée par le club de l'Aviron Stéphanois, les 14 et 15 juin. Cette organisation fait partie des plus anciennes du circuit Randon'Aviron et fêtera son 30^e anniversaire.

À cette occasion, le club vous invite à vous replonger dans l'histoire des bords de Loire et vous propose des festivités à la hauteur de cet événement. Parcours d'une quarantaine de kilomètres situé en zone Natura 2000, vous serez enchantés par la richesse de sa biodiversité et de son patrimoine.

À vos rames pour découvrir ce petit coin de France encore trop méconnu du grand public !

Palmarès des randonnées de l'année :

- 2021 : La Pelle du Pied
- 2022 : Destination Léman
- 2023 : Ram'nJazz du Pays de Fontainebleau
- 2024 : Descente du Lot

| N° | RANDO | DÉBUT | FIN | KM | JOUR | NIVEAU | RIV/MER | |
|----|--|----------|----------|----------|------|--------|----------|---------------|
| 01 | RANDO DES MIMOSAS | 15/02/25 | 16/02/25 | 30 | 2 | 🔒 | confirmé | lac p.8 |
| 02 | LA BRESSANNE | 05/04/25 | 05/04/25 | 26 | 1 | 🔒 | autonome | rivière p.10 |
| 03 | RANDONNÉE DU LAC DE VILLEREST | 06/04/25 | 06/04/25 | 42 | 1 | 🔒 | autonome | lac p.12 |
| 04 | LA PELLE DE LA DORDOGNE | 12/04/25 | 12/04/25 | 28 | 1 | 🔒 | autonome | rivière p.14 |
| 05 | RANDO BROUILLARTA COTE BASQUE | 19/04/25 | 20/04/25 | 65 | 2 | 🔒 | entraîné | mer p.16 |
| 06 | L'APPEL DE LA MOSELLE À METZ | 26/04/25 | 26/04/25 | 57 ou 25 | 1 | 🔒 | entraîné | rivière p.18 |
| 07 | RANDONNÉE DES PICANTINS | 26/04/25 | 27/04/25 | 20 | 2 | 🔒 | confirmé | rivière p.20 |
| 08 | TRAVERSÉE DE LYON | 01/05/25 | 01/05/25 | 28 | 1 | 🔒 | confirmé | rivière p.22 |
| 09 | RANDONNÉE DES NÉNUPHARS | 03/05/25 | 04/05/25 | 25 | 1 | 🔒 | confirmé | rivière p.24 |
| 10 | ÉTANG DE THAU : LE JARDIN DE LA MER | 03/05/25 | 04/05/25 | 50 | 2 | 🔒 | confirmé | mer p.26 |
| 11 | YOL'ERDRE | 17/05/25 | 18/05/25 | 50 | 2 | 🔒 | confirmé | rivière p.28 |
| 12 | RANDONNÉE CARRY LE ROUET | 18/05/25 | 18/05/25 | 30 | 1 | 🔒 | autonome | mer p.30 |
| 13 | RONDE DES CASTORS | 18/05/25 | 18/05/25 | 23 | 1 | 🔒 | confirmé | rivière p.32 |
| 14 | LA SEURROISE | 24/05/25 | 24/05/25 | 25 | 1 | 🔒 | autonome | rivière p.34 |
| 15 | RAID DES COURREAUX DE GROIX | 24/05/25 | 25/05/25 | 37 | 2 | 🔒 | entraîné | mer p.36 |
| 16 | DESTINATION LÉMAN | 31/05/25 | 01/06/25 | 48 | 2 | 🔒 | confirmé | lac p.38 |
| 17 | LES TROIS RIVIÈRES | 07/06/25 | 09/06/25 | 63 | 3 | 🏠 | entraîné | rivière p.40 |
| 18 | LES PERTUIS ROCHELAIS | 14/06/25 | 15/06/25 | 60 | 2 | 🔒 | entraîné | mer p.42 |
| 19 | RANDO COTENTIN AVENTURE | 14/06/25 | 15/06/25 | 40 | 2 | 🔒 | entraîné | mer p.44 |
| 20 | RANDONNÉE NAUTIQUE DES GORGES DE LA LOIRE | 14/06/25 | 15/06/25 | 47 | 2 | 🔒 | autonome | rivière p.46 |
| 21 | DESCENTE DU LOT | 20/06/25 | 22/06/25 | 47 | 3 | 🏠 | autonome | rivière p.48 |
| 22 | TOUR DU GOLFE DU MORBIHAN | 20/06/25 | 22/06/25 | 58 | 2 | 🔒 | entraîné | mer p.50 |
| 23 | LA SAINTONGEISE | 21/06/25 | 22/06/25 | 44 | 2 | 🔒 | confirmé | rivière p.52 |
| 24 | RAMN JAZZ DU PAYS DE FONTAINEBLEAU | 28/06/25 | 29/06/25 | 42 | 2 | 🔒 | autonome | rivière p.54 |
| 25 | EMBRUN-LAC DE SERRE PONÇON | 28/06/25 | 29/06/25 | 55 | 2 | 🔒 | autonome | lac p.56 |
| 26 | LES ROSELIÈRES | 29/06/25 | 29/06/25 | 25 | 1 | 🔒 | autonome | rivière p.58 |
| 27 | RANDONNÉE DES PASSERELLES DE MONTEYNARD | 06/07/25 | 06/07/25 | 28 | 1 | 🔒 | autonome | lac p.60 |
| 28 | LES CASTILLONNADES | 12/07/25 | 13/07/25 | 40 | 2 | 🔒 | autonome | lac p.62 |
| 29 | LA MEUSE ET SES CITADELLES | 26/07/25 | 02/08/25 | 180 | 7 | 🏠 | confirmé | rivière p.64 |
| 30 | RALLYE DU CANAL DU MIDI | 18/08/25 | 23/08/25 | 164 | 6 | 🏠 | confirmé | rivière p.66 |
| 31 | JURAVIRON | 23/08/25 | 23/08/25 | 35 | 1 | 🔒 | autonome | lac p.68 |
| 32 | LA PELLE DU PIED | 30/08/25 | 30/08/25 | 29 | 1 | 🔒 | confirmé | rivière p.70 |
| 33 | RAMER AVEC LES BALEINES | 30/08/25 | 30/08/25 | 20 | 1 | 🔒 | confirmé | mer p.72 |
| 34 | RANDO GOURMANDE | 05/09/25 | 07/09/25 | 40 | 3 | 🏠 | autonome | rivière p.74 |
| 35 | LA BONNE MÈRE | 06/09/25 | 06/09/25 | 25 | 1 | 🔒 | autonome | mer p.76 |
| 36 | DESCENTE DU CHER | 06/09/25 | 07/09/25 | 42 | 2 | 🔒 | autonome | rivière p.78 |
| 37 | TRAVERSÉE DE PARIS ET DES HAUTS-DE-SEINE | 14/09/25 | 14/09/25 | 26 | 1 | 🔒 | confirmé | rivière p.80 |
| 38 | LES GALÈRES LIGÉRIENNES | 20/09/25 | 21/09/25 | 44 | 2 | 🔒 | autonome | rivière p.82 |
| 39 | LA CASSIDAINE | 27/09/25 | 27/09/25 | 23 | 1 | 🔒 | entraîné | mer p.84 |
| 40 | RANDONNÉE DU CHASSELAS | 27/09/25 | 28/09/25 | 41 | 2 | 🔒 | autonome | rivière p.86 |
| 41 | LES COULEURS DE LA MARNE | 04/10/25 | 04/10/25 | 40 | 1 | 🔒 | confirmé | rivière p.88 |
| 42 | RAND'EAU DU BEAUJOLAIS | 05/10/25 | 05/10/25 | 28 | 1 | 🔒 | autonome | rivière p.90 |
| 43 | DESCENTE DE L'AA | 05/10/25 | 05/10/25 | 25 | 1 | 🔒 | confirmé | rivière p.92 |
| 44 | RANDONNÉE AVIRON DES ILES DE LÉRINS | 05/10/25 | 05/10/25 | 25 | 1 | 🔒 | confirmé | mer p.94 |
| 45 | RANDONNÉE DU GOLFE D'AMOUR | 11/10/25 | 11/10/25 | 23 | 1 | 🔒 | confirmé | mer p.96 |
| 46 | RAND'EAU ANCIÉVENNIENNE | 12/10/25 | 12/10/25 | 38 | 1 | 🔒 | confirmé | lac p.98 |
| 47 | LES 3 RIVIÈRES D'AUTOMNE | 25/10/25 | 26/10/25 | 40 | 2 | 🔒 | entraîné | rivière p.100 |
| 48 | LA TRAVERSÉE DU SUD | 01/11/25 | 01/11/25 | 50 | 1 | 🔒 | entraîné | mer p.102 |
| 49 | BOUCLE DU VIDOURLE | 08/11/25 | 09/11/25 | 30 | 2 | 🔒 | confirmé | rivière p.104 |
| 50 | TRAVERSÉE DE LA BAIE DES ANGES | 06/12/25 | 07/12/25 | 37 | 2 | 🔒 | confirmé | mer p.106 |

50 RANDONNÉES RANDON'AVIRON 2025



01

week-end

15 > 16 février

2 jours

30 km



La Rando des Mimosas vous offre la première occasion de ramer au grand soleil en ce début d'année. Eaux bleues avec en fond les Alpes enneigées et les forêts de mimosas en fleurs, le lac de Saint-Cassien vous offre un paysage enchanteur et un avant goût du printemps. Déjeuners sur la terrasse ensoleillée, visite des massifs de mimosas, dîner provençal préparé par un chef local, les saveurs et les senteurs de Provence se mêlent pour vous laisser le souvenir d'un week-end de rêve.

PROGRAMME PRÉVISIONNEL

JOUR 1

15 km

9h00-12h00 : rando, repas sur place.

•

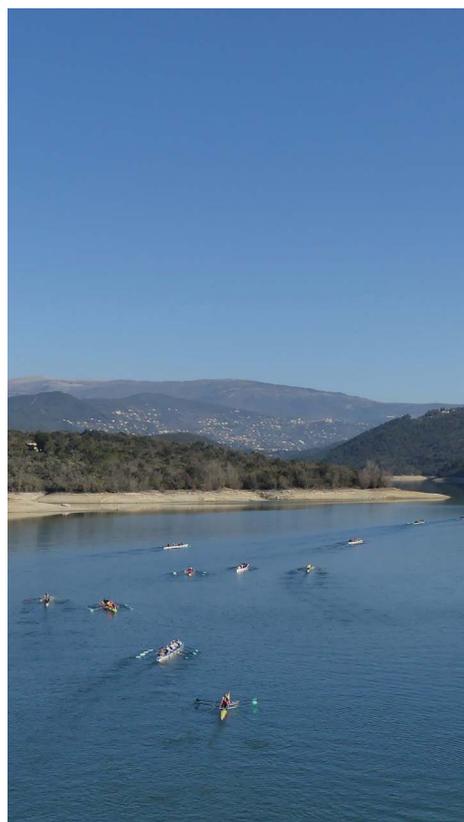
Visite d'une forêt de mimosas, puis dîner provençal.

↓

JOUR 2

15 km

9h00-12h00 : rando, repas sur place.



RANDO DES MIMOSAS

DÉPART-ARRIVÉE

Club aviron Saint-Cassien



Lac



Double canoë, yolette



• RAMEURS :

110 € sans hébergement, 3 repas

• ACCOMPAGNATEURS :

tarifs identiques

• LOCATION DE SIÈGES : 50 sièges, 16€



AVIRON SAINT-CASSIEN

Olivier Descamps

06 89 32 39 72

presidentaviron saintcassien@gmail.com

HANDI-AVIRON

Olivier Descamps

olivier.descamps7@orange.fr



OFFICE DE TOURISME DE FAYENCE

04 94 76 01 02

www.paysdefayence.com



Au cœur de la Bresse, vous naviguerez sur la Seille. Au départ de Louhans, ville aux 157 arcades, vous traverserez le bocage bressan entre les 2 écluses de Branges et Loisy (avec son château sur les hauteurs), avant d'arriver à Cuisery, village du livre. Soit 26 km de balade en pleine nature. Si vous souhaitez prolonger votre séjour, vous avez, le dimanche matin, le marché du livre à Cuisery et le rassemblement de vieilles voitures à Louhans. Et le lundi matin, le marché de Louhans et sa traditionnelle tête de veau.

PROGRAMME PRÉVISIONNEL

12h30 : départ de Louhans.

- Passage de l'écluse de Branges à 3 km du départ.
- Passage de l'écluse de Loisy à 3 km de l'arrivée.
- Arrivée à Cuisery.

-

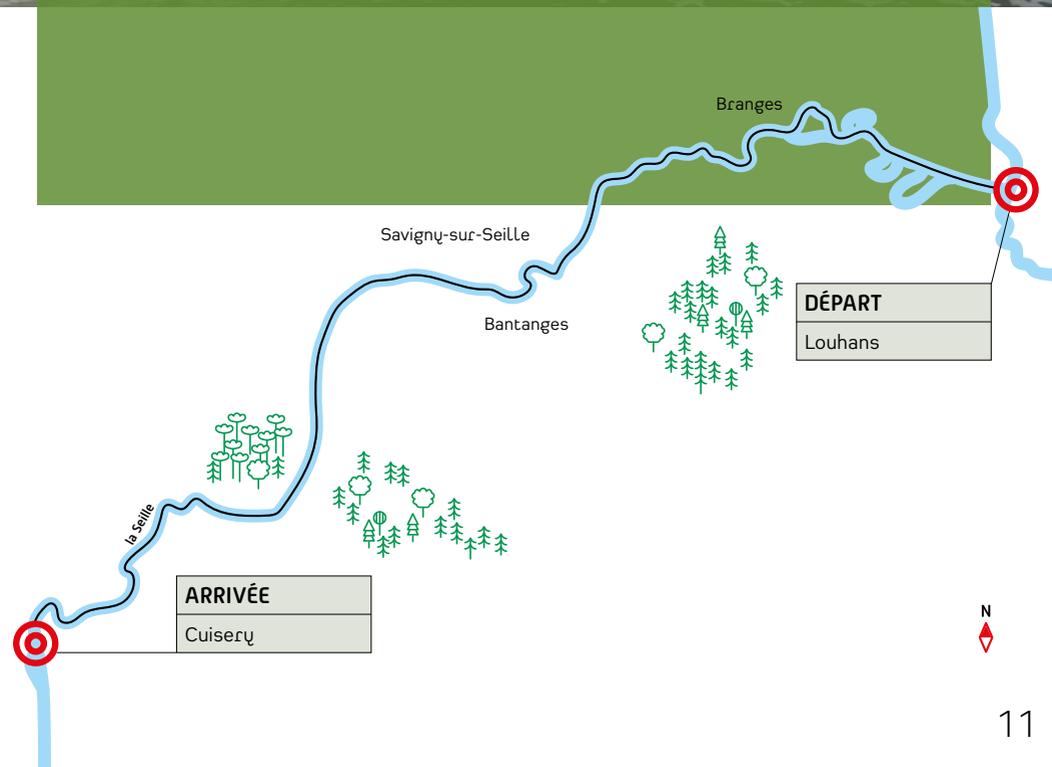
Gîte de groupe 3 épis.

-

Visite des communes de Cuisery et Louhans, marché artisanal, randonnée en bord de Seille.



LA BRESSANNE



Rivière



Yolote



RAMEURS :

- 60 € avec hébergement, 1 repas, 1 nuit
- 25 € sans hébergement, 1 repas

ACCOMPAGNATEURS :

tarifs identiques

LOCATION DE SIÈGES : 30 sièges, 22 €



**CERCLE D'AVIRON
BRESSE LOUHANNAISE**

Xavier Faria

06 63 07 01 78

cabresse.louhannaise@gmail.com



**OFFICE DE TOURISME
DE LA BRESSE BOURGUIGNONNE**

03 85 75 05 02

www.bresse-bourguignonne.com



Le lac de Villerest se situe sur la Loire, retenue entre Roanne et Saint-Étienne. Les gorges initiales y ont certes perdu de la profondeur, mais leur métamorphose propose un plan d'eau long, calme et sinueux entre villages et châteaux. Ensermée entre les monts du Lyonnais et ceux du Forez, la vallée de la Loire recèle de trésors architecturaux comme le château de La Roche, à découvrir sur le parcours !

PROGRAMME PRÉVISIONNEL

La veille : possibilité d'activités nautiques sur la base nautique de Cordelle ou visite touristique sur la région Roannaise, possibilité de repas le soir.

• **30 à 42 km**

8h00 : accueil à la base nautique de Cordelle.

9h00 : départ.

12h30-13h00 : retour et repas.



Lac



Volette



- **RAMEURS** : 35 € sans hébergement, 1 repas
- **ACCOMPAGNATEURS** : tarifs identiques
- **LOCATION DE SIÈGES** : 60 sièges, 30 €



AVIRON ROANNE - LE COTEAU

Catherine Forot
06 03 62 45 27
randovillerest@avironroannelecoteau.net

HANDI-AVIRON
Catherine Forot



OFFICE DE TOURISME DU ROANNAIS

Tel : 04 77 71 51 77
accueil@ot-roanne.fr
www.roannais-tourisme.com



DEMI-TOUR

Barrage de Villerest

RANDONNÉE DU LAC DE VILLEREST



village médiéval
Saint-Maurice
-sur-Loire

Bully

DÉPART-ARRIVÉE

Base d'Aviron
départementale de Cordelle

Saint-Priest-La-Roche

DEMI-TOUR

Château de La Roche





Vous naviguerez sur la Dordogne, rivière classée réserve mondiale de biosphère par l'UNESCO, que les Celtes nommaient jadis "Du Unna" L'eau rapide ! Mais ici, le parcours de cette belle randonnée en aviron sinue paisiblement entre les grands crus de vin de Sainte-Foy et ceux des Castillon Côtes de Bordeaux. La rivière est large, calme et peu sinueuse. Vous admirerez depuis le fleuve les châteaux vinicoles aux rèses bien alignées et les belles demeures du XVIII^e siècle en pierre calcaire couleur sable. Enfin, pour compléter votre week-end, prenez

le temps de vous rendre à Saint-Émilion ou de visiter Sainte-Foy-La-Grande et Castillon-La-Bataille. Immersion au Moyen-Âge garantie !

À votre appontage au club d'aviron de Castillon-La-Bataille, après une bonne douche, le pot d'accueil de l'arrivée sera suivi d'un sympathique repas avec animation musicale compris dans l'inscription.



LA PELLE DE LA DORDOGNE



Rivière



Double canoë, double de mer, yole de mer à 4, yolette



• RAMEURS :

46 € sans hébergement, 1 repas

• ACCOMPAGNATEURS :

26 € sans hébergement, 1 repas

• LOCATION DE SIÈGES : 40 sièges, 30 €



ROWING CLUB DE CASTILLON

Jean Chenu
06 28 04 79 64
avironcastillon@gmail.com
www.avironcastillon.com/
[avirondordogne](http://avirondordogne.com/)



OFFICE DE TOURISME DE CASTILLON-LA-BATAILLE

05 57 40 27 58
castillontourisme@castillonpujols.fr
www.tourisme-castillonpujols.fr

OFFICE DE TOURISME DU PAYS FOYEN

05 57 46 03 00
tourisme@paysfoyen.fr
www.tourisme-dordogne-paysfoyen.com

PROGRAMME PRÉVISIONNEL

10h30 : rendez-vous à Port-Sainte-Foy pour le montage des bateaux.

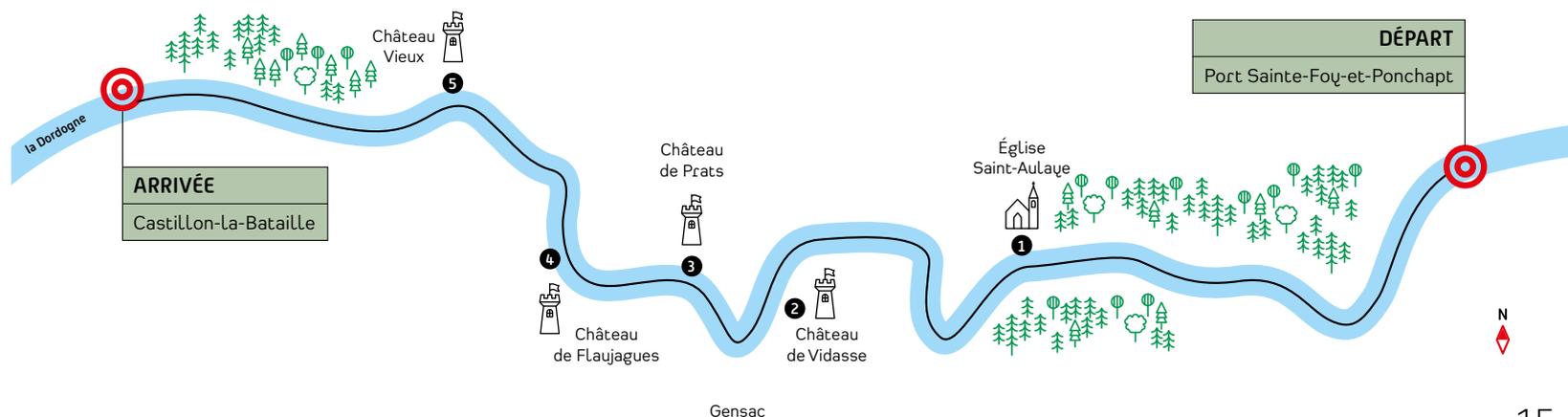
11h30 : apéritif offert et déjeuner tiré du sac.

13h00 : départ de la randonnée.

16h30 : arrivée à Castillon-La-Bataille, démontage des bateaux et installation sur les remorques.

18h00 : pot d'arrivée.

19h30 : dîner avec animation musicale.





Cette randonnée, en trois étapes, sur deux jours, le long de la côte basque, entre Hendaye, la frontière espagnole et Biarritz est destinée aux rameurs confirmés en mer, ayant une bonne condition physique. Deux types de paysages s'offriront aux participants tout au long du parcours : la chaîne pyrénéenne et la côte espagnole avec notamment la baie de Txingudi à Hendaye et celle de Saint-Jean-de-Luz sans oublier leurs ports de pêche. Le parcours vous emmènera également à proximité de l'incontournable rocher de La Vierge.

PROGRAMME PRÉVISIONNEL

JOUR 1

35 km

9h30 : départ de Saint-Jean-de-Luz, direction Hendaye.

12h00 : pique-nique, baie de Xingudi.

Vers 16h00 : retour à la baie de Saint-Jean-de-Luz.

19h30 : apéro et dîner animé au club.

•

Nuit à l'internat du lycée Ramiro Arrue juste à coté, avec petit-déjeuner inclus.

↓

JOUR 2

30 km

8h30 : départ de Saint-Jean-de-Luz, direction Biarritz.

12h00 : retour au club, apéritif, déjeuner-buffet et plancha au club.

•

Possibilité de réserver le dîner vendredi soir au restaurant pour ceux qui arrivent la veille, prix non compris dans la formule et sous inscription préalable. Possibilité une nuit supplémentaire le dimanche soir, 40€ la nuit non comprise dans la formule et sous inscription préalable.



Mer



Double de mer, yole de mer à 4



• RAMEURS :

- 240 € avec hébergement, 3 repas, 2 nuits

- 180 € sans hébergement, 3 repas

• ACCOMPAGNATEURS :

tarifs identiques

• LOCATION DE SIÈGES : 30 sièges, 30 €



UR YOKO AVIRON TRAINIÈRE

UR YOKO ARRAUN ELKARTEA

Lydia Raboisson

06 22 62 62 80

randobrouillacta@gmail.com



OFFICE DE TOURISME

SAINT-JEAN-DE-LUZ

05 59 26 03 16

www.saint-jean-de-luz.com

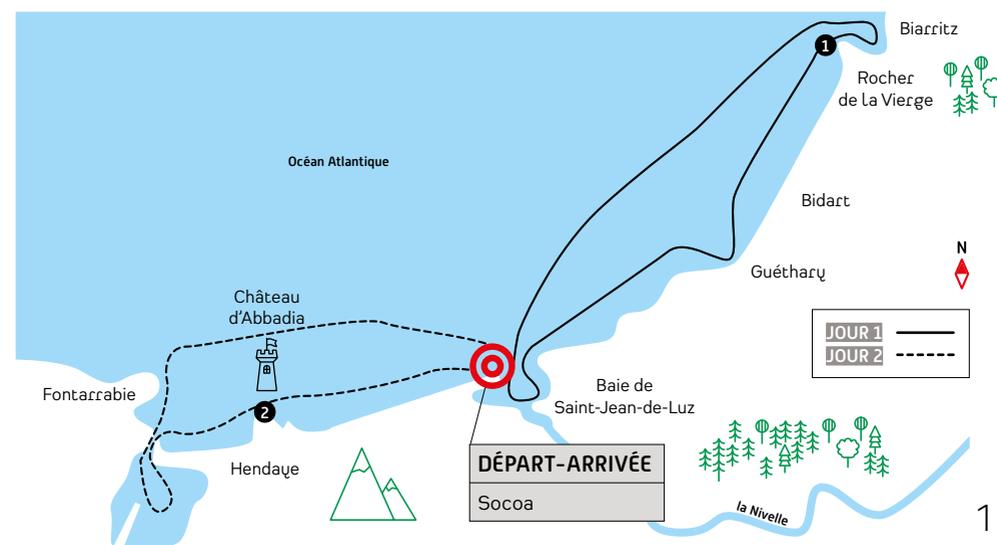
CAMPING À LA FERME

05 59 26 34 26

contact@camping-erromardi.com



RANDO BROUILLARTA CÔTE BASQUE





Notre randonnée vous fait découvrir la ville de Metz et ses environs mosellans grâce à deux parcours imbriqués l'un dans l'autre: 57 km pour les plus ambitieux ou 25 km pour les moins chevronnés. La mise à l'eau s'effectue sur le canal de Jouy, un « corridor vert » qui fait le bonheur des promeneurs et sportifs. Vous rejoignez la Moselle à Jouy-aux-Arches, fier de son aqueduc romain, pour y naviguer jusqu'à Pagny-sur-Moselle. La suite du parcours se fait en totalité sur la rivière emblématique du département et ses différents bras qui alimentent le plan d'eau de Metz et sa surprenante vue sur notre ville et notre club.

PROGRAMME PRÉVISIONNEL

- 7h00** : rendez-vous à la Société des Régates Messines (SRM), café d'accueil et réunion d'information des chefs de bord et représentants des clubs.
- 7h45** : mise à l'eau sur le canal de Jouy, parcours de 37/57 ou 25 km.
- 13h00** : repas sur le site de La SRM.
- 14h45** : départ des pontons du club, parcours de 20/57 km ou visite guidée de Metz offerte pour les participants aux 25 km.
- 17h30** : arrivée sur le plan d'eau de Metz et verre de l'amitié offert à tous.

Pour les accompagnateurs :

promenade en bateau électrique le matin, visite pédestre guidée de Metz l'après-midi.



L'APPEL DE LA MOSELLE À METZ



Rivière



Yolette



- **RAMEURS** : 50 € sans hébergement, 1 repas
- **ACCOMPAGNATEURS** : Tarifs identiques
- **LOCATION DE SIÈGES** : 60 sièges, 30 €



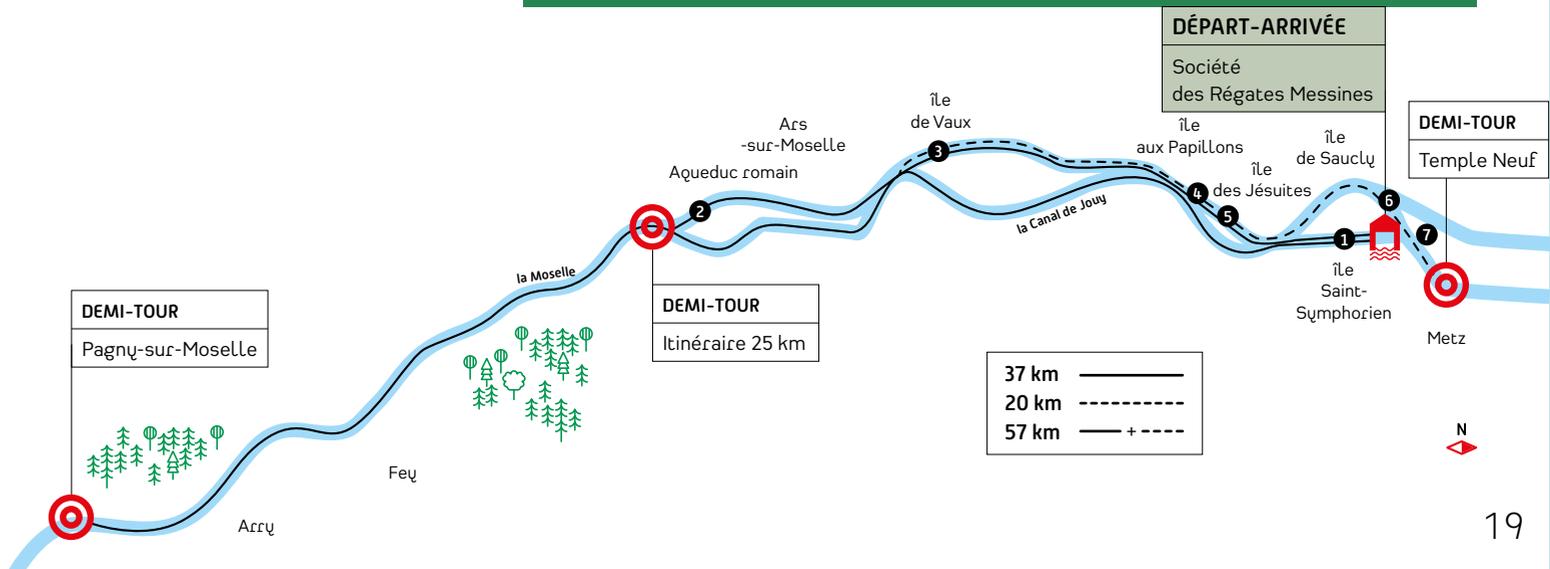
SOCIÉTÉ DES RÉGATES MESSINES

Alain Courvoisier
06 85 28 56 31
alain.courvoisier@regatesmessines.fr



OFFICE DU TOURISME

AGENCE INSPIRE METZ
03 87 39 00 00
contact@tourisme-metz.com
www.tourisme-metz.com
www.inspire-metz.com





La Randonnée des Picantins vous fera passer de l'Oise à l'Aisne avec passage d'une écluse. Un week-end qui vous fera également traverser l'histoire au cours de deux visites du patrimoine des environs de Compiègne: Pierrefonds et Rethondes. Vous pourrez également flâner dans le centre-ville de Compiègne grâce à un parcours qui vous fera emprunter les remparts de la ville et découvrir ses principaux recoins historiques, à la recherche des Picantins. Parcours agréablement d'explications captivantes. Côté sportif, outre l'aviron, vous découvrirez la pratique du *dragon boat*. Alors à vos rames !

PROGRAMME PRÉVISIONNEL

JOUR 1

8h30 : accueil et visite du château de Pierrefonds, musée de l'armistice de Rethondes, découverte du *dragon boat* en activités tournantes.

13h00 : repas.

14h00-18h00 : activités tournantes.

20h00 : repas et hébergement en chambres de 2 à 6 personnes dans une résidence privatisée.



JOUR 2

8h00-9h00 : petit-déjeuner.

9h00-12h30 : rando 20 km et temps libre pour les accompagnateurs.

12h30 : repas.



14h00 : option facultative : visite du centre-ville historique de Compiègne.



RANDONNÉE DES PICANTINS

Rivière

Yolette



• RAMEURS :

- 155 € avec hébergement, 3 repas, 1 nuit

- 140 € sans hébergement, 3 repas

• ACCOMPAGNATEURS :

- 135 € avec hébergement, 3 repas, 1 nuit

- 120 € : sans hébergement, 3 repas

• LOCATION DE SIÈGES : 35 sièges, 20 €



SPORT NAUTIQUE COMPIÉGNOIS

Magali Giaume

09 51 41 41 43

magaligiaume06@gmail.com

DÉPART-ARRIVÉE

Aviron Compiégnois



Palais
de Compiègne

Compiègne

Mémorial
de l'Armistice

2

DEMI-TOUR JOUR 1

Rethondes

Château
de Pierrefonds





Au départ de l'île Barbe, où trône la chapelle Notre-Dame fondée au XII^e siècle, partez à la découverte de la ville de Lyon et de ses quartiers Saint-Jean, Presqu'île et Confluence, depuis la Saône et le Rhône. Vous admirerez notamment la basilique Notre-Dame-de-Fourvière qui surplombe le Palais de Justice et ses 24 colonnes et une fois à quai, arrêtez-vous devant la fresque des Lyonnais, inscrite au patrimoine mondial de l'UNESCO.

PROGRAMME PRÉVISIONNEL

- 8h00 : accueil autour d'un café, pointage des inscriptions, distribution du sac randonneur, préparation des bateaux.
 9h00 : embarquement.
 9h30 : départ de la randonnée face à l'île Barbe, en direction du centre de Lyon.
 13h00 : retour des premiers bateaux, apéritif.
 13h30 : repas.



TRAVERSÉE DE LYON

Rivière

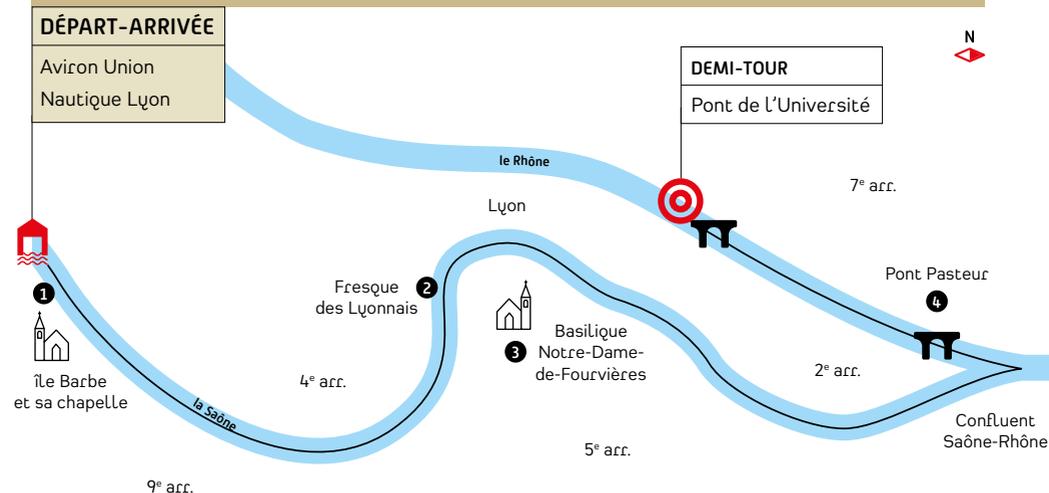
Yolette

- **RAMEURS :**
42 € sans hébergement, 1 repas
- **ACCOMPAGNATEURS :**
21 € sans hébergement, 1 repas
- **LOCATION DE SIÈGES :** 100 sièges, 21 €

AVIRON UNION NAUTIQUE DE LYON
 Jehan-Nicolas Pacquot
 06 71 14 99 00
 contact@aunlyon.com

ONLYLYON TOURISME ET CONGRÈS (MÉTROPOLE DE LYON)
 Tel : 04 72 77 69 69
 info@lyon-france.com
 www.onllyon.com

AUVERGNE RHÔNE-ALPES TOURISME
 04 26 73 31 59
 www.auvergnherhonealpes-tourisme.com





La Randonnée des Nénuphars traverse le marais audomarois, seul marais encore exploité et habité de France. Avec ses 700 km de cours d'eau sur 4000 ha, il abrite quelque 1700 espèces animales et végétales et offre des paysages sauvages exceptionnels. Le long du parcours vous croirez bacs à chaînes, escutes ou encore bacôves, ces bateaux en bois à fond plat, témoignages d'une longue tradition de maraîchage.

PROGRAMME PRÉVISIONNEL

8h00 : accueil, petit-déjeuner, présentation des particularités de la randonnée, remise du plan du parcours.

9h30 : 25 km dans le marais audomarois.

13h30 : apéritif et repas chaud avec spécialités locales servi sous chapiteau en bordure de La Houlle.

Pour les accompagnateurs :

balade à pied ou à vélo Le Long de La Houlle.



RANDONNÉE DES NÉNUPHARS

Rivière

Volette



- **RAMEURS** : 38 € sans hébergement, 1 repas
- **ACCOMPAGNATEURS** : 23 € sans hébergement, 1 repas
- **LOCATION DE SIÈGES** : 110 sièges, 25 €



AVIRON AUDOMAROIS

Annick Gesquiere
06 75 46 42 67
randonnephars@gmail.com



OFFICE DU TOURISME DE SAINT-OMER

03 21 98 08 51
www.tourisme-saintomer.com

MAISON DU MARAIS

03 21 11 96 10
www.lamaisondumarais.com



DÉPART-ARRIVÉE

Houlle





Le club à l'Hippocampe vous accueille sur son plan d'eau classé Natura 2000 : l'étang de Thau qui est le plus grand plan d'eau de la région Occitanie. Véritable mer intérieure, dont la principale ressource est l'élevage de coquillages (huîtres et moules), ce milieu naturel possède une exceptionnelle diversité écologique.



Rivière et mer



Double de mer, yole de mer à 4



- **RAMEURS :**
150 € sans hébergement, 2 repas
- **ACCOMPAGNEURS :**
tarifs identiques
- **LOCATION DE SIÈGES :** 40 sièges, 50 €



AVIRON BALARUC

Julien Olmi
06 60 78 44 99
jules.orion@yahoo.com

HANDI-AVIRON

Josiane Velau
06 19 75 51 80
jvelau@sfr.fr



OFFICE DE TOURISME BALARUC LES BAINS

04 67 46 81 46
www.balaruc-les-bains.com

CENTRE D'ACCUEIL LE TAURUS

04 67 18 34 34
letaurus@ville-meze.fr
www.le-taurus.fr

OFFICE DE TOURISME DE SÈTE

04 86 84 04 04
www.tourisme-sete.com

PROGRAMME PRÉVISIONNEL

JOUR 1

boucle de 25 km

- 8h00 :** accueil des équipages avec café et réunion de sécurité en présentiel.
- 9h00 :** mise à l'eau des bateaux, traversée de l'étang puis des canaux en direction de Sète puis direction la mer.
- 13h00 :** retour au club, sortie, lavage des bateaux.
-
- Repas traiteur.
-
- 16h00 :** possibilité de visiter des chais du Château de Stony ou quartier libre.
-
- 20h30 :** repas dansant au restaurant La Table de La Lauze (montant en sus qui vous sera communiqué à l'inscription).



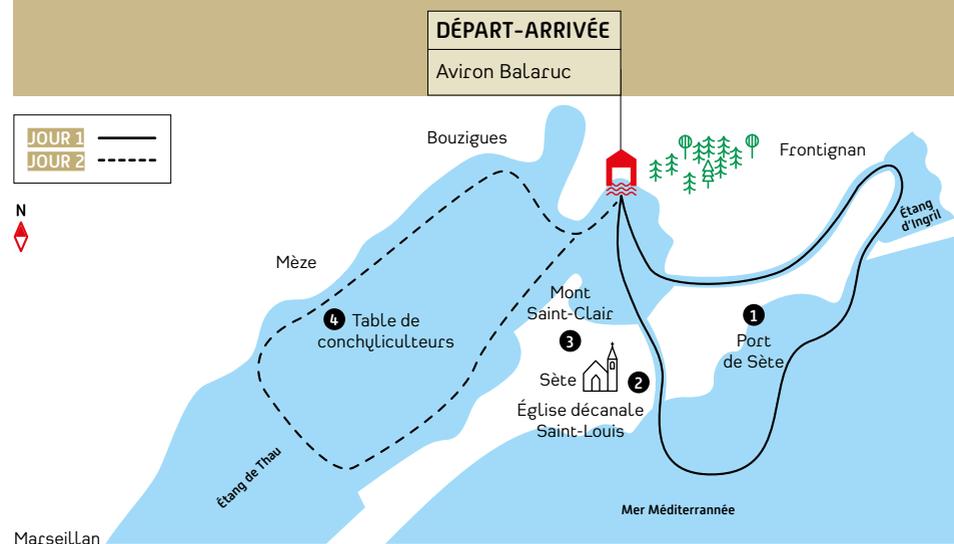
JOUR 2

parcours d'environ 20 km

- 8h30 :** accueil des rameurs avec un café et réunion de sécurité.
- 9h30 :** mise à l'eau des bateaux et départ vers l'étang.
- 10h00 :** traversée de l'étang de Thau en longeant les tables conchylicoles.
- 13h30 :** repas traiteur et dégustation d'huîtres de Bouzigues.



ÉTANG DE THAU : LE JARDIN DE LA MER





À quelques kilomètres de Nantes, vous pourrez vous embarquer sur l'Erdre, la plus belle rivière de France selon François 1^{er}. D'un départ urbain, presque au cœur de la ville, à des méandres dignes des plus beaux marais que la France peut compter, en passant par de somptueux manoirs des folies nantaises qui ajoutent une touche très romantique, de petits ports de plaisance et aux immensités des plaines de Mazerolles, nous vous ferons découvrir notre rivière paisible.

PROGRAMME PRÉVISIONNEL

JOUR 1

12h00 : accueil des pratiquants
(possibilité de restauration sur place).

14h00 : départ du club de Nantes et amorcer le début de la randonnée, pause à mi-chemin.

18h00 : arrivée à Nort-sur-Erdre.

•
Repas festif le soir.

Hébergement en internat (nombre de places limitées) et mobil home (prix sur demande).



JOUR 2

8h30 : départ après le petit-déjeuner.
Pause à mi chemin si besoin.

12h30 : arrivée prévue au club de Nantes.

•
Buffet froid à l'arrivée.



YOL'ERDRE



Rivière



Yolette



- **RAMEURS** :
- 178 € avec hébergement, 2 repas, 1 nuit
- 151 € sans hébergement, 2 repas
- **ACCOMPAGNATEURS** :
tarifs identiques
- **LOCATION DE SIÈGES** : 100 sièges, 22 €



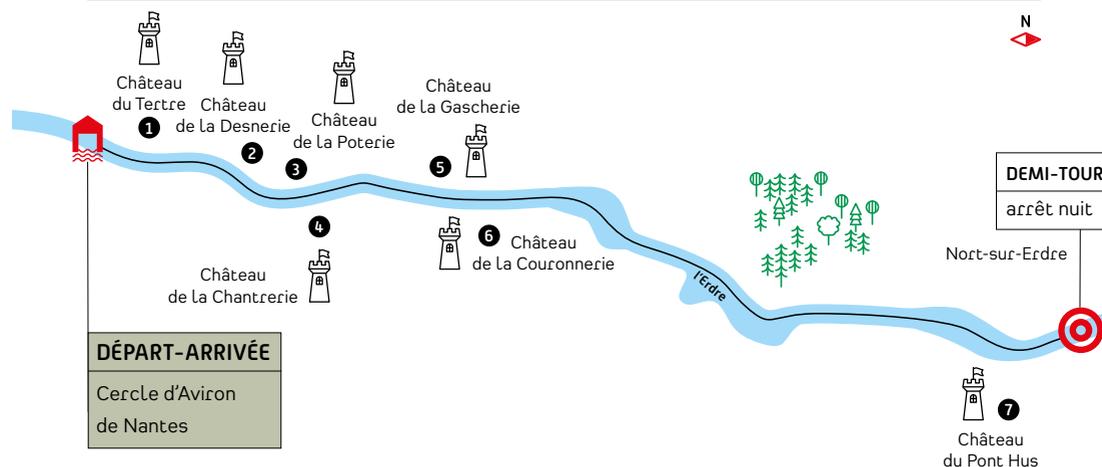
CERCLE AVIRON DE NANTES

Marc Boursier
02 40 50 67 45
secretariat@canantes.com



HANDI-AVIRON

Brice Huaulme
02 40 50 67 45
bhuaulme@canantes.com





Randonnée sur une partie de la côte bleue avec une vue imprenable sur Marseille et la bonne mère, vue sur le Frioul et des criques à couper le souffle. Pour les passionnés d'histoire, vous pourrez voir des bunkers tout au long de la randonnée. Nous passerons plusieurs lieux que vous ne regretterez pas d'avoir vu !

PROGRAMME PRÉVISIONNEL

- 7h45** : rendez-vous à la base nautique pour un petit-déjeuner convivial, mise en place du matériel.
- 8h30** : mise à l'eau et départ
- 11h30** : arrivée à la plage de la couronne pour un repas Les pieds dans l'eau.
- 13h30** : retour vers la base nautique.
- Vers 16h30** : arrivée, nettoyage et rangement du matériel.



RANDONNÉE CARRY LE ROUET



Mer



Yole de mer à 4



• RAMEURS :

50 € sans hébergement, possibilité de commander un panier repas à 10 € supplémentaire

• ACCOMPAGNATEURS :

20 € sans hébergement

• LOCATION DE SIÈGES : 30 sièges, 30 €



ASSOCIATION L'AVI SOURIRE

Fatima Masci
06 80 35 97 70
benevoles@lavisourire.com

HANDI-AVIRON

Dominique Guende
06 17 50 29 83
lavisourire13@gmail.com



OFFICE DE TOURISME MARSEILLE

08 26 50 05 00
information@marseille-tourisme.com



Viaduc
de Corbière

1





La randonnée démarre du port de L'Épervière qui est le premier port en eaux intérieures de France; il mérite à lui seul une visite. Le parcours permet de rencontrer des conditions de navigation très contrastées : calme et bucolique sur le vieux Rhône, plus animé et parfois un peu venté (Mistral) sur la partie navigable mais les efforts sont récompensés par une partie festive qui fait la renommée de la randonnée depuis plus de 20 ans.

PROGRAMME PRÉVISIONNEL

9h00 : départ du port de L'Épervière.

•

12h30 : retour au club pour un repas convivial.

•

Pour les accompagnateurs :

ils pourront suivre les embarcations en se baladant à pied au bord du Rhône.



Rivière



Double canoë, yolette



• RAMEURS :

35 € sans hébergement, 1 repas

• ACCOMPAGNATEURS :

25 € sans hébergement, 1 repas

• LOCATION DE SIÈGES : 30 sièges, 25 €



AVIRON VALENTINOIS

Christine Villeseche

06 03 30 38 42

contact@avironvalentinois.fr



VALENCE ROMANS TOURISME

04 75 44 90 40

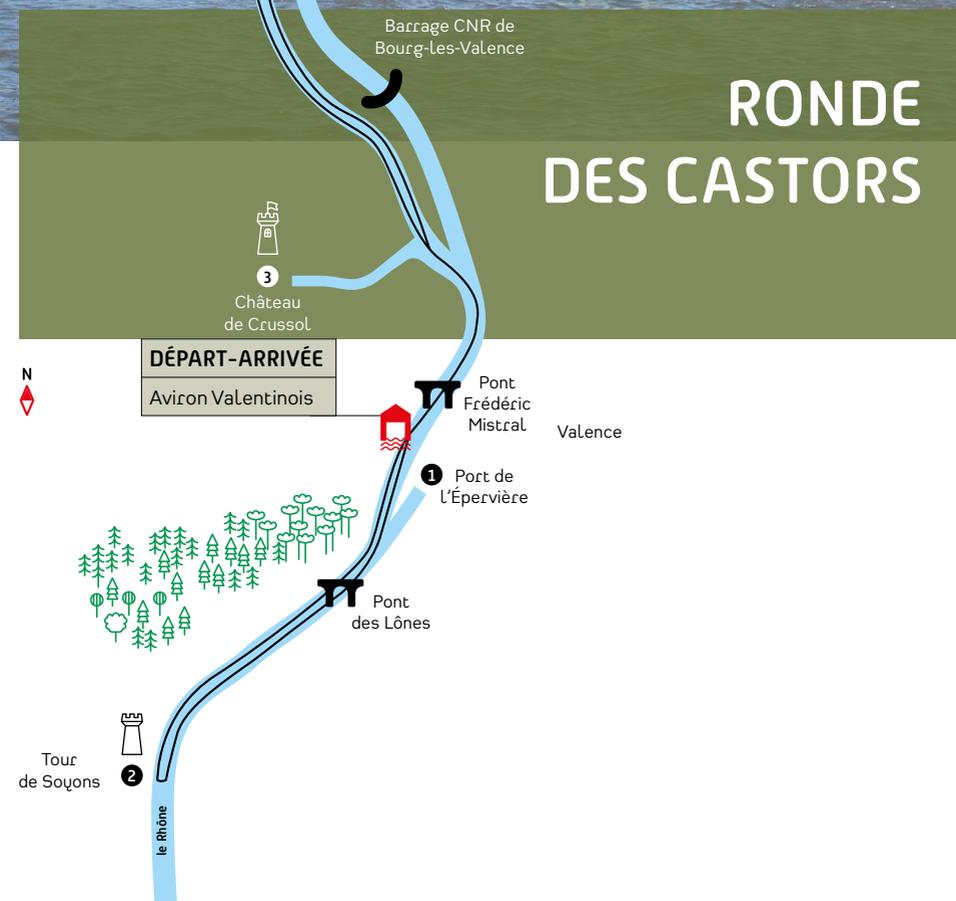
www.valence-romans-tourisme.com

MAISON DES VINS ET DU TOURISME

RHÔNE CRUSSOL

04 75 40 46 75

www.rhone-crussol-tourisme.com



À partir du camping de la plage, direction aval vers l'île du pont puis contourner l'île aux Bœufs, vous longerez l'hôtel Dieu, l'église Saint-Martin et les quais de la ville. Après avoir viré de bord, vous naviguerez sur un bras de la Saône libéré de toute navigation commerciale. Une fois les îles Boileau et Fourmi dépassées vous découvrirez le château de Pouilly puis le château d'Auvillars. Quelques kilomètres plus tard vous accéderez au charmant village de Lechâtelet

et au pied de l'ancienne écluse. Vous ferez demi-tour et reviendrez sur le site du camping de la plage pour se retrouver autour d'un repas champêtre et convivial au bord de la Saône.

PROGRAMME PRÉVISIONNEL

8h00 : petit-déjeuner.

8h45 : départ du camping de la plage Seurre, parcours 25 km aller-retour jusqu'à Lechâtelet.

13h : retour au camping de la plage Seurre et repas du midi au restaurant de la plage.

Pour les accompagnateurs :

suivi de la randonnée en vélo via le chemin de halage. Visite de la ville : musée bossuet, église Saint-Martin, étang Rouge.

Liste des hébergements possible :

- Maison d'Anne-Marie à Chamblanc
06 69 11 60 15 - lamaisondannemarie@gmail.com
- Location de roulotte au camping de la plage
03 80 20 49 22 - camping@mairie-seurre.fr



Rivière



Volette



RAMEURS :

40 € sans hébergement, petit-déjeuner, 1 repas

ACCOMPAGNATEURS :

30€ € sans hébergement, petit-déjeuner, 1 repas

LOCATION DE SIÈGES : 70 sièges, 25 €



AVIRON CLUB SEUROIS

Pascale Schleuniger

06 40 12 26 41

randoavironacs@gmail.com



OFFICE DU TOURISME

RIVES DE SAÔNE

09 61 58 36 11

contact@saone-tourisme.fr

www.saone-tourisme.fr

OFFICE DU TOURISME DE BEAUNE

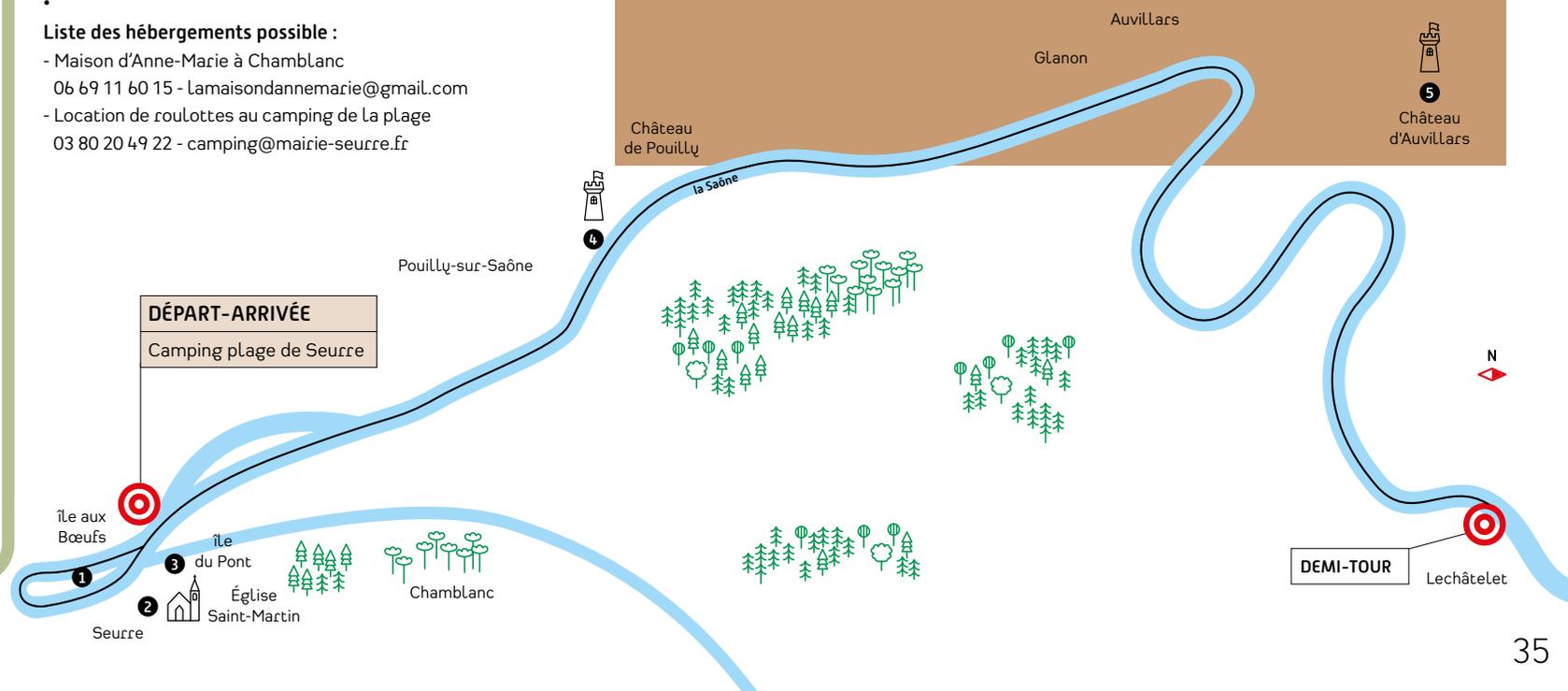
www.beaune-tourisme.fr

OFFICE DU TOURISME

DE NUITS SAINT GEORGES

03 80 62 11 17

www.ot-nuits-st-georges.fr



LA SEURROISE



Partez à la découverte de l'île de Groix, charmante, digne, belle, inoubliable! Le thon présent sur le clocher de l'église du bourg et non un coq marque son identité! Au départ de Kerguelen, vous mettrez le cap sur l'extrémité ouest de l'île... et le phare de Pen Men. C'est la côte sauvage dans toute sa splendeur. Vous longerez ensuite la côte sud d'où vous apercevrez le «trou de l'enfer», faille profonde et vertigineuse, avant d'arriver à Locmaria, village paisiblement lové autour d'une petite baie. Vous passerez la pointe des Chats, somptueux plateau rocheux aux éclats argentés, et son phare du même nom. Vous poursuivrez en longeant la côte est et ses petites plages avant de raser la vaste plage des Grands Sables, qui est une des rares plages convexes d'Europe

avant d'arriver à Port Tudy. Le lendemain, vous prendrez la direction des Errants, plateau rocheux posé au milieu de la rade, avant de rejoindre Kerguelen.



RAID DES COURREAUX DE GROIX

Mer

Double de mer, yole de mer à 4

• **RAMEURS :**
- 140 € avec hébergement, 2 repas, 1 nuit
- 105 € sans hébergement, 2 repas

• **ACCOMPAGNEURS :**
tarifs identiques

• **LOCATION DE SIÈGES :** 25 sièges, 30 €

CENTRE NAUTIQUE DE LORIENT
Marine Dano
06 84 36 75 05
courreauxdegroix@gmail.com

LORIENT BRETAGNE SUD TOURISME
02 97 84 78 00
accueil@lorient-tourisme.fr
www.lorientbretagnesudtourisme.fr

PROGRAMME PRÉVISIONNEL

JOUR 1

Étape 1 : 18 km

Kerguelen > Locmaria (sur l'île de Groix),
halte de 1 heure à Locmaria (repas non compris).

Étape 2 : 8 km

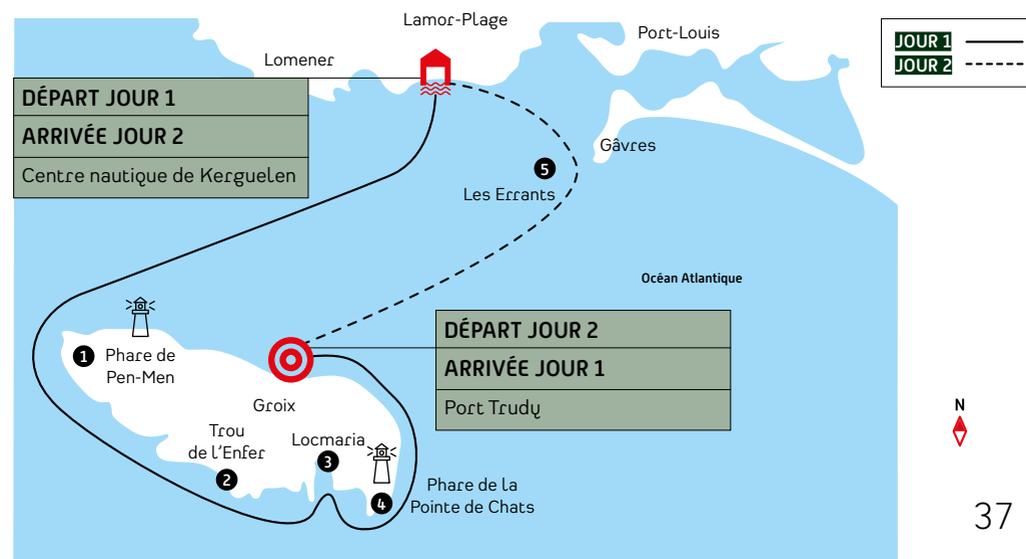
Locmaria > Port Tudy.

Dîner avec spécialités bretonnes et nuit en gîte,
chambres de 2 à 6 personnes, draps non fournis
(supplément si demande de draps).

JOUR 2

Étape 3 : 11 km

Port Tudy > Kerguelen en via Les Errants.
Petit-déjeuner et pique-nique fournis.





Paradis terrestre, si l'on en croit l'autochtone à qui vous ne pourrez donner tort... venez donc vous faire votre propre opinion! Présenter le Chablais ou «tête du lac» après une telle introduction... pas facile : lac et montagne, perches et marmottes, galets et sable, reblochon et abondance... il y en a pour tous les goûts tant les milieux sont contrastés! Votre randonnée Lémanique n'échappe pas à cette variété : vers l'ouest, le château de Coudrée et de Beauregard, les villages médiévaux d'Yvoire et Nernier; à l'est, le château de Montjoux et de Ripaille... C'est avec un plaisir toujours renouvelé que nous vous ferons partager les délices Lémaniques depuis la flambant neuve base nautique de Sciez. À tout bientôt !

PROGRAMME PRÉVISIONNEL

JOUR 1

23 km

12h00 : montage des bateaux (clés de 10).

14h30-17h00 : aller-retour Sciez > Saint-Disdille.

19h30 : apéritif et repas à la base nautique.

↓

JOUR 2

25 km

7h30 : petit-déjeuner à la base nautique.

9h00-12h00 : aller-retour Sciez > Tougues.

13h00 : apéritif et repas de clôture à la base nautique.



Lac



Yolette



• RAMEURS :

100 € sans hébergement, 2 repas

• ACCOMPAGNEURS :

tarifs identiques

• LOCATION DE SIÈGES : 100 sièges, 44 €



BASE NAUTIQUE DE SCIEZ

Gilles Drocourt

06 30 08 10 85

bns.randolemanique@gmail.com



OFFICE DE TOURISME DE SCIEZ-SUR-LEMAN

04 50 72 80 21

www.destination-leman.com

CAMPING DU CHATELET

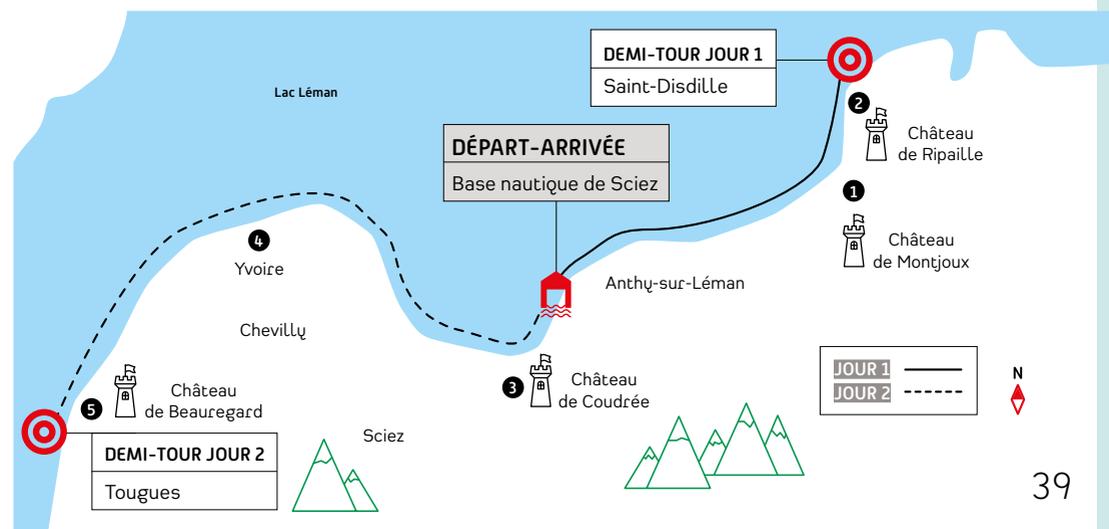
04 50 72 52 60

www.camping-chatelet.com



DESTINATION LÉMAN

RANDONNÉE DE L'ANNÉE 2023





Randonnée à travers les barthes des Landes et du Pays-Basque, vous naviguerez sur trois cours d'eau : L'Adour, la Bidouze et la Nive. L'accès au club de L'Aviron Bayonnais vous fera traverser le centre historique et atypique de Bayonne. Une ambiance festive est garantie dans des casemates édifiées dans les remparts construits par Vauban le samedi soir à Bayonne. La météo changeante en bord d'océan et l'influence des marées sur nos cours d'eau peuvent rendre la randonnée sportive. Le repas de clôture sera animé par les chants basques d'une chorale locale.

PROGRAMME PRÉVISIONNEL

JOUR 1

23 km

9h00 : petit-déjeuner au club.

11h00 : départ en bus depuis L'Aviron Bayonnais vers Saubusse.

Accueil et pique-nique.

14h00-17h00 : Saubusse - Guiche.

Retour à Bayonne en bus.

• Repas dans une cidrerie de Bayonne.



JOUR 2

26 km

11h00 : brunch au club.

12h30 : départ en bus vers Guiche.

13h30-17h30 : Guiche - Bayonne.

• Repas et soirée festive dans une peña de Bayonne.



JOUR 3

14 km

7h30 : petit-déjeuner.

9h00-11h00 : boucle Bayonne - Villefranque.

12h30 : repas de clôture au club.

• Hébergement en internat, accessible à pied depuis le club.



Rivière



Yolette



• RAMEURS :

290 € avec hébergement, 3 nuits, 5 repas

• ACCOMPAGNATEURS : tarifs identiques

• LOCATION DE SIÈGES : 120 sièges, 60 €



AVIRON BAYONNAIS

Sophie Girard / Mélanie Harrault
06 45 72 57 86 / 06 76 38 44 88
les3rivieresbayonne@gmail.com

HANDI-AVIRON

Christine Celhaiguibel
06 72 00 46 17

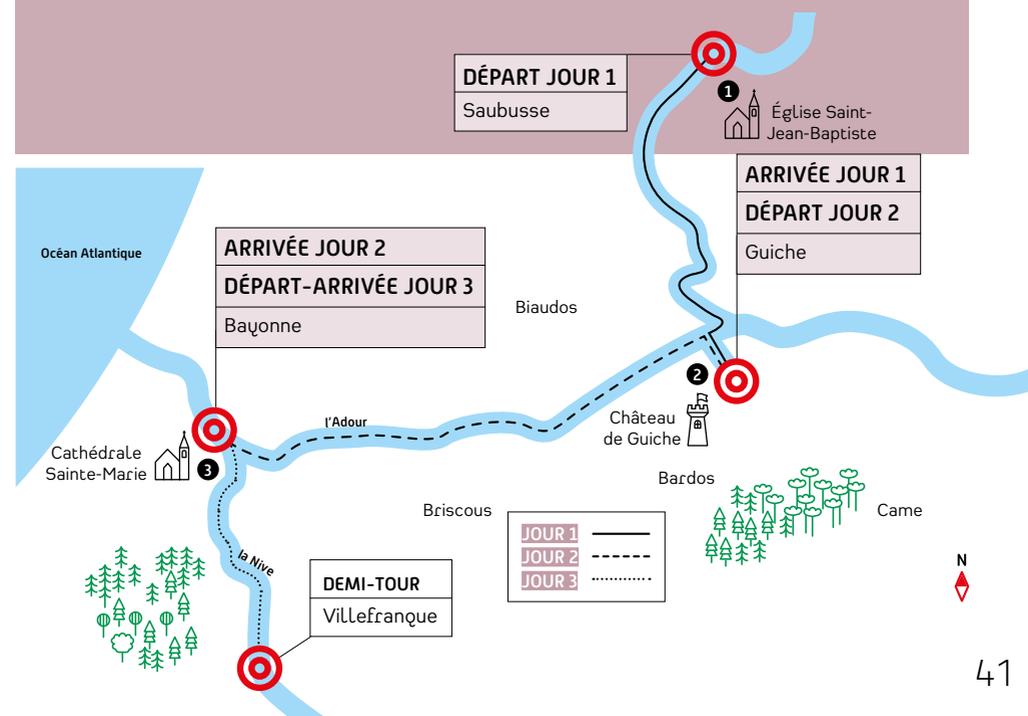


OFFICE DE TOURISME DE BAYONNE

05 59 46 06 00
info@visitbayonne.com
www.visitbayonne.com



LES TROIS RIVIÈRES





Participer à la randonnée « Les Pertuis rochelais » est une manière unique de découvrir les côtes et le patrimoine maritime charentais. Cette randonnée en 3 étapes et sur 2 jours est destinée aux rameurs confirmés en mer ayant une bonne condition physique alliant endurance et puissance. Elle permet de parcourir un paysage entre terre et mer où vous profiterez d'un cadre patrimonial et naturel exceptionnel qui fait la renommée internationale de La Rochelle et de ses îles voisines.



Mer



Yole de mer à 4



• RAMEURS :

- 195 € avec hébergement, 1 nuit, 3 repas
- 165 € sans hébergement, 3 repas

• ACCOMPAGNATEURS :

tarifs identiques

• LOCATION DE SIÈGES : 60 sièges, 45 €

CLUB D'AVIRON
DE MER DE LA ROCHELLEAgnès Beauvilliers
06 13 20 18 56
avironlarochelle@gmail.comOFFICE DE TOURISME
DE LA ROCHELLE05 46 41 14 68
www.larochelle-tourisme.com

OFFICE DE TOURISME ANGOULINS

05 46 56 80 25
www.angoulins.fr/mon-village/presentation/territoire-daccueil/

OFFICE DE TOURISME DE RIVEDOUX

05 46 09 00 55
www.iledere.com/decouvrir/10-villages-1-ile/rivedoux-plage

PROGRAMME PRÉVISIONNEL

La veille, 17h-20h : accueil possible.
Possibilité d'une nuitée supplémentaire à 30 € (petit-déjeuner inclus).

JOUR 1

Étape 1 : 19 km

La Rochelle (port des Minimes) > plage Rivedoux sud via le port du Plomb et Le fort de la Prée.

7h30 : accueil.

8h45 : briefing sécurité puis mise à l'eau.

9h30 : départ de la randonnée.

12h30 : pique-nique sur la plage.

Étape 2 : 16 km

Rivedoux sud > La Rochelle (port des Minimes) via le phare de Chauveau

16h30 : arrivée à La Rochelle (Port des Minimes).

19h00 : apéritif et dîner festif à la base nautique de La Rochelle.

Nuit à l'auberge de jeunesse de La Rochelle Les Minimes.

JOUR 2

Étape 3 : 25 km

Port des Minimes > Vieux Port > Pointe du Chay > Port du Loiron et retour aux Minimes via le phare du Bout du monde.

8h00 : accueil.

9h00 : briefing sécurité.

9h30 : départ de la randonnée.

12h30 : arrivée au Port des Minimes, nettoyage et rangement des yoles.

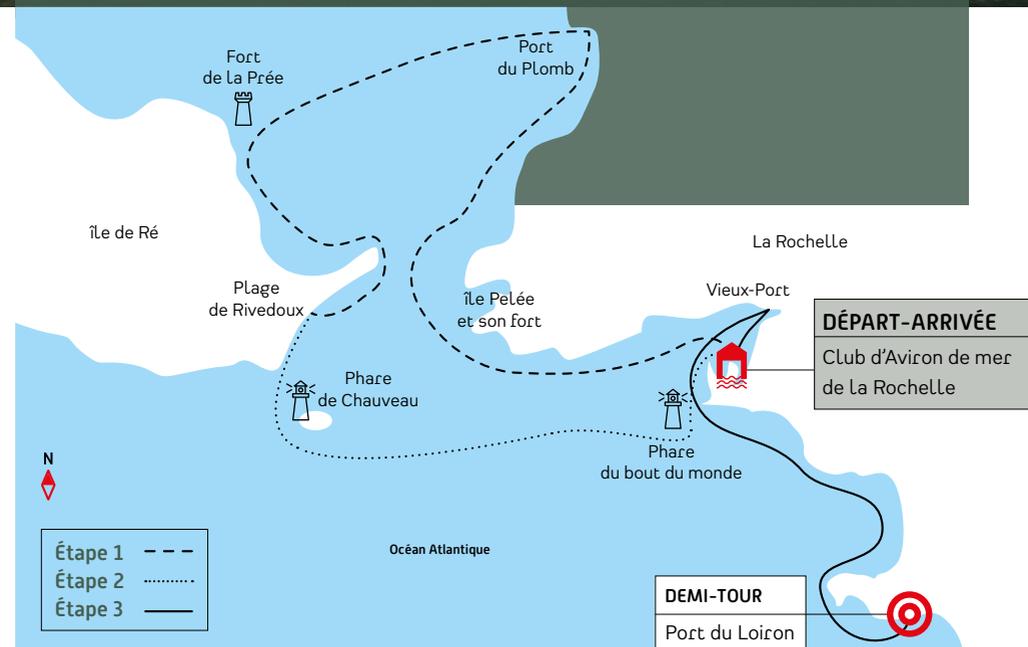
13h30 : apéritif et buffet à la base nautique de La Rochelle.

Pour les accompagnateurs :

Le club proposera une balade à vélo sur l'île de Ré le premier jour et le lendemain, le long de la côte jusqu'au port du Loiron à Angoulins (vélo non fourni).



LES PERTUIS ROCHELAIS





Cap à l'ouest !

La Rando Cotentin commencera à Cherbourg par une visite commentée de notre terrain de jeu, la 2^e plus vaste rade artificielle du monde.

Vous traverserez la Grande Rade d'est en ouest puis vous longerez la côte pour rejoindre Omonville-la-Rogue dans la Hague.

Exposée aux vents, la Hague offre des paysages côtiers impressionnants. Les landes étendues, les côtes escarpées et les hautes falaises contrastent avec le bocage intérieur, bordé de talus, haies et murs de pierre. Venez voir par vous-même ces splendides panoramas qui ont inspiré de nombreux artistes.

PROGRAMME PRÉVISIONNEL

JOUR 1

20 km

Début d'après-midi : départ de Cherbourg jusqu'à Omonville, étape à Omonville pour la nuit.



JOUR 2

20 km

Matin : retour à Cherbourg, arrivée prévu Le midi.



Mer



Yole de mer à 4



RAMEURS :

- 150 € avec hébergement, 1 nuit, 3 repas
- 140 € sans hébergement, 3 repas

ACCOMPAGNATEURS :

- 95 € avec hébergement, 1 nuit, 3 repas
- 85 € sans hébergement, 3 repas

LOCATION DE SIÈGES : 50 sièges, 20€



CHERBOURG CLUB AVIRON DE MER

Lydie Gondet
06 74 47 72 72
randocotentin@cherbourg-aviron.fr



OFFICE DE TOURISME DU COTENTIN

Tel : 0805 320 200
www.encotentin.fr/cherbourg



RANDO COTENTIN AVENTURE





Cette randonnée sur la retenue de Grangent fête son 30^e anniversaire. À cette occasion, un repas festif sera organisé dans une ambiance Guinguette au bord de l'eau, dans l'esprit originel de la base nautique Vigie Mouette. Possibilité de faire la randonnée sur 1 jour (32 km) ou 1,5 jours (47 km). Le parcours se déroule presque exclusivement sur le site classé NATURA 2000 des gorges de la Loire, cadre naturel somptueux où le fleuve s'assagit dans l'écrin

vert des forêts environnantes. Vous pourrez admirer, sur les hauteurs, les châteaux surplombant la Loire : la tour de Chambles, Saint-Victor-sur-Loire, Essalois et plus près de l'eau, l'île et le château de Grangent.

PROGRAMME PRÉVISIONNEL

JOUR 1

12h00 : pique-nique tiré du sac.

Après-midi : au choix :

- sortie libre sur le plan d'eau correspondant à une partie de la randonnée en amont du club : demi-tour au niveau de l'embouchure de la Semène (10 km) ou sous le pont d'Aurec-sur-Loire (15 km).
- randonnée pédestre au départ du club à 13h45, guidée par un adhérent du club.
- visite libre du site « Le Corbusier » à Firminy (non inclus) www.sitelecorbusier.com
- visite libre du centre d'interprétation du Château d'Essalois (non inclus).

17h00 : visite de la miellerie des Gorges de la Loire, route de Saint-Victor à La Roche-la-Molière.

18h45 : apéritif musical suivi du repas et d'une soirée Guinguette en bord de Loire, sur la base de Loisirs Les Rives d'Aurec.

Hébergement possible au gîte des Gorges de la Loire à Aurec sur Loire.



JOUR 2

7h30 : accueil.

8h30 : réunion des chefs de bord.

9h00 : départ de la base nautique.

- 1^{er} boucle - 22 km** : en aval du club jusqu'au barrage de Grangent avec contournement de l'île.
- 2^e boucle - 10 km** : en amont du club en direction d'Aurec sur Loire, demi-tour au niveau de l'embouchure de la rivière « La Semène ».

13h00 : apéritif puis repas.

Pour les accompagnateurs :

un parcours pédestre et VTT Le Long de la Loire permet de suivre la randonnée.



Rivière



Double canoë, yolette



RAMEURS :

- 125 € avec hébergement, 1 nuit, 2 repas
- 45 € sans hébergement, 1 repas (jour 2)

ACCOMPAGNATEURS :

- 125 € avec hébergement, 1 nuit, 2 repas
- 35 € sans hébergement, 1 repas (jour 2)

LOCATION DE SIÈGES : 114 sièges, 25 €



AVIRON STÉPHANOIS

Jérôme Delebecque

06 22 09 22 04

randonnautique@avironstephanois.fr

Pour les inscriptions, indiquer dans l'objet du mail : « RGL 2025 - Nom du club »

www.gorgesdelaloire.fr



LOIRE TOURISME

04 77 43 59 17

www.loiretourisme.com

SYNDICAT MIXTE D'AMÉNAGEMENT DES GORGES DE LA LOIRE

04 77 43 24 46

www.smagl.com



RANDONNÉE NAUTIQUE DES GORGES DE LA LOIRE

DEMI-TOUR JOUR 1

Aurec-sur-Loire

DEMI-TOUR 10 KM

Semène

DÉPART-ARRIVÉE

US Vigie Mouette-Aviron Stéphanois

JOUR 1
JOUR 2

DEMI-TOUR JOUR 2

Barrage de Grangent



Cette descente du Lot débutera au pied du village Saint-Cirq-Lapopie, site majeur de la vallée du Lot, en remontant la rivière jusqu'à Crégols petit village représentatif de l'architecture rurale quercynoise. Entre falaises abruptes et versants arides et caillouteux, vous traverserez des villages de caractère jusqu'à l'arrivée à Cahors, ville gallo-romaine et médiévale avec en point de mire le pont Valentré, âgé de 700 ans et classé au patrimoine mondial de l'UNESCO.

PROGRAMME PRÉVISIONNEL

JOUR 1

10 km

Midi : accueil au club (repas midi non compris).

Trajet en bus jusqu'au point de départ.

15h00-17h00 : Saint-Cirq-Lapopie > Crégols > Bouziès.

• Apéritif avant dîner au restaurant de l'hôtel.

Hébergement hôtelier.



JOUR 2

14 km + 12,6 km

8h30-12h30 : Bouziès > Vers.

Pique-nique sur les berges du Lot.

14h30-18h30 : Vers > Cahors.



Dîner au restaurant La Chartreuse sur les berges du Lot.

Hébergement hôtelier.



JOUR 3

10,4 km

9h00-12h00 : Cahors > Cahors.

Prise de photos au pied du pont Valentré.

Déjeuner au restaurant La Chartreuse.



Pour les accompagnateurs : marche et visites.



Rivière



Volette



• RAMEURS :

- 330 € avec hébergement, 2 nuits, 4 repas

- 140 € sans hébergement, 4 repas

• ACCOMPAGNATEURS :

tarifs identiques

• LOCATION DE SIÈGES : 90 sièges, 60 €



AVIRON CADURCIEN

Nathalie Mateo / Didier Andrieu
descentedulot@gmail.comOFFICE DU TOURISME
DU GRAND CAHORS

05 65 53 20 65

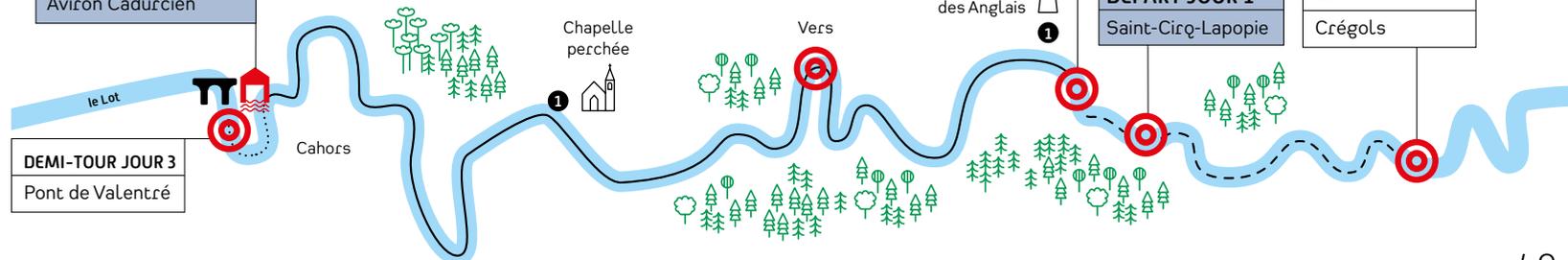
officetourismecahors@mairie-cahors.fr

www.tourisme-cahors.com

OFFICE DE TOURISME
DE SAINT-CIRQ-LAPOPIE

05 65 31 31 31

www.cahorsvalleedulot.com

ARRIVÉE JOURS 2 ET 3
DÉPART JOUR 3
Aviron CadurcienDEMI-TOUR JOUR 3
Pont de Valentré

| | |
|--------|-----|
| JOUR 1 | --- |
| JOUR 2 | --- |
| JOUR 3 | --- |

ARRIVÉE JOUR 1
DÉPART JOUR 2
BouzièsChâteau
des AnglaisDÉPART JOUR 1
Saint-Cirq-LapopieDEMI-TOUR JOUR 1
CrégolsDESCENTE
DU LOT

RANDONNÉE DE L'ANNÉE 2024



Cette randonnée vous propose un parcours au cœur du golfe du Morbihan, mer aux 42 îles ! Toutes différentes offrant un décor unique. Mêlant terre et mer, vous longerez plusieurs d'entre elles, vous naviguerez bord à bord avec des bateaux historiques du golfe (sinagots, guépards). Vous découvrirez au gré de la balade un patrimoine unique, chapelles, moulins ou la tour carrée qui domine les eaux du golfe.

PROGRAMME PRÉVISIONNEL

Possibilité d'arriver la veille, accueil des rameurs et nuit en centre UCPA.

JOUR 1

40 km

7h00 : accueil avec petit-déjeuner.

10h00 : tour du golfe par l'est.

Pique-nique au déjeuner sur une des îles du golfe.

18h00 : retour.

Dîner avec dégustation d'huîtres et produits locaux et spécialités régionales, animations.

Nuit en centre UCPA.



JOUR 2

18 km

7h00 : petit-déjeuner.

9h00 : tour de l'île d'Arz.

13h00 : retour, déjeuner.



Mer



Volette, double de mer, yole de mer à 4



• RAMEURS :

- 250 € avec hébergement, 2 nuits, 3 repas

• ACCOMPAGNATEURS :

180 € avec hébergement, 2 nuits, 3 repas

• LOCATION DE SIÈGES : 40 sièges, 40 €



CERCLE DE L'AVIRON DE VANNES

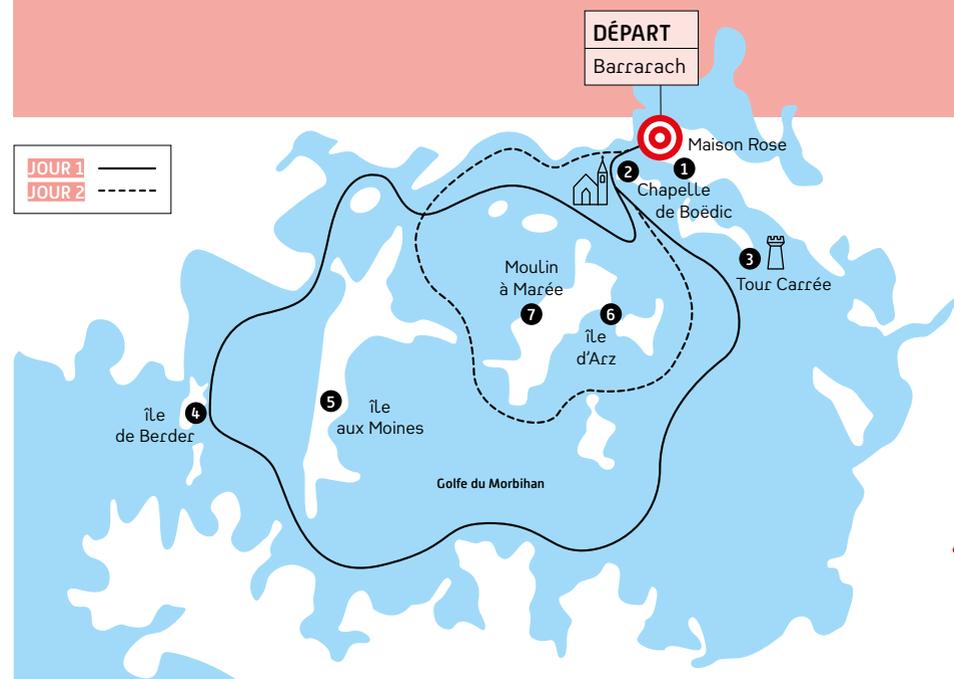
Isabel Pugniere-Saavedra

06 78 82 54 90

cavannes.tdg@gmail.com



TOUR DU GOLFE DU MORBIHAN





Une randonnée sur le fleuve le « plus beau du royaume » selon Henri IV, au cœur de la verdure, où les amateurs sauront débusquer loutres, cigognes ou encore martins-pêcheurs et apprécier les prairies humides inondables et les rives coiffées d'aulnes et de frênes. Au gré des méandres de la Charente, vous découvrirez de nombreux monuments et vestiges allant du XI^e siècle jusqu'au XX^e siècle.

PROGRAMME PRÉVISIONNEL

Possibilité d'arrivée la veille.

JOUR 1

23 km

12h00 : accueil, pique-nique au club.

14h00 : aller, étape à mi-parcours, si besoin.

17h30 : arrivée Saint-Savinien-sur-Charente.

18h30 : visite guidée de Saint-Savinien ou parcours libre Terra Aventura.

Dîner-dégustation le soir et nuit mobil home à Saint-Savinien.



JOUR 2

21 km

9h00 : retour, départ Saint-Savinien-sur-Charente.

12h00 : arrivée Saintes.

Déjeuner dimanche au club de Saintes.



Rivière



Double canoë, yolette



• RAMEURS :

- 150 € avec hébergement, 1 nuit, 3 repas

- 110 € sans hébergement, 3 repas

• ACCOMPAGNATEURS :
tarifs identiques

• LOCATION DE SIÈGES : 35 sièges, 25 €



CLUB D'AVIRON SAINTAIS

Lionel Dumas-Lattaque

07 72 14 58 93

dumas.saintes@wanadoo.fr



OFFICE DE TOURISME DE SAINTES

05 46 74 23 82

accueil@saintes-tourisme.fr

www.saintes-tourisme.fr/

[office-de-tourisme](#)

OFFICE DE TOURISME

DE SAINT SAVINIEN/LE MUNG

05 46 90 21 07

accueil@destinationvalsdesaintonge.com

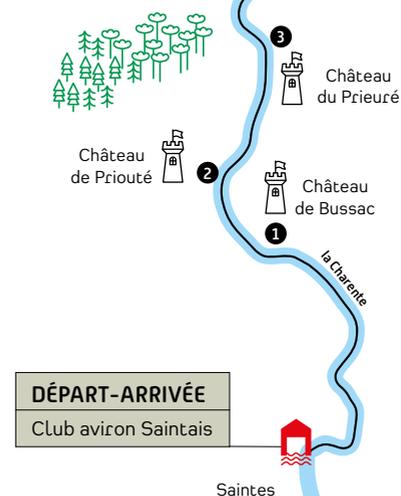
www.destinationvalsdesaintonge.com/

[destination/que-faire-a-saint-savinien-sur-charente/](#)

[office-de-tourisme](#)



| |
|----------------|
| DEMI-TOUR |
| ARRÊT NUIT |
| Saint-Savinien |





Il s'agit d'une randonnée, dans un cadre forestier étonnamment préservé de l'Île-de-France. Vous embarquerez et débarquerez « Les pieds dans l'eau » sur les sites d'Héricy et Moret-sur-Loing. Depuis la Seine vous découvrirez les histoires très particulières des villages traversés : Samois-sur-Seine, village de Django Reinhardt, Thomerçy et son chasselas doré, Champagne-sur-Seine et son écluse à grands gabarits, Saint-Mammès cité des mariners, Moret-sur-Loing, ville médiévale fréquentée par les impressionnistes où vous accosterez à l'anglaise pour un déjeuner sur l'herbe. Le samedi soir, vous passerez la soirée au festival « Jazz Django Reinhardt » animé par des musiciens de renom dans le cadre du château de Fontainebleau. À proximité pour compléter votre séjour : la forêt de Fontainebleau, ses circuits de randonnées et ses fameux cochers d'escalade ; le château de Vaux-Le-Vicomte.

Rivière

Yolette

- **RAMEURS** : 150 € sans hébergement, 2 repas
- **ACCOMPAGNATEURS** : tarifs identiques
- **LOCATION DE SIÈGES** : 85 sièges, 40€

AVIRON DU PAYS DE FONTAINEBLEAU
Michel Sequier
06 31 31 64 82
ramjazz.anfa@gmail.com

OFFICE DE TOURISME DE FONTAINEBLEAU
01 60 74 99 99
info@fontainebleau-tourisme.com

PROGRAMME PRÉVISIONNEL

JOUR 1

- 20 km** : navigation vers l'aval, aller-retour.
- 07h00** : accueil des participants à Héricy.
- 09h15** : mise à l'eau.
- 10h00** : départ.
- 12h30** : retour à Héricy et repas festif en bord de Seine.
- 16h30** : entrée au Festival Django Reinhardt.

• Soirée libre et repas sur place dans l'enceinte du festival.



JOUR 2

- 24 km** : navigation vers l'amont, aller-retour.
- 08h00** : accueil, petit-déjeuner et mise à l'eau à Héricy.
- 09h15** : départ.
- 11h00** : passage de l'écluse de Champagne-sur-Seine.
- 12h00** : accostage « pieds dans l'eau », déjeuner sur l'herbe à Moret-sur-Loing.
- 13h45** : embarquement pour le retour.
- 14h15** : passage écluse de Champagne-sur-Seine.
- 17h00** : arrivée au club ou à Héricy.

Pour les accompagnants :

JOUR 1

Promenade guidée en forêt (10 km pour marcheurs entraînés).



JOUR 2

Possibilité de location de vélo (15 €) pour suivre la randonnée aviron avec un guide.

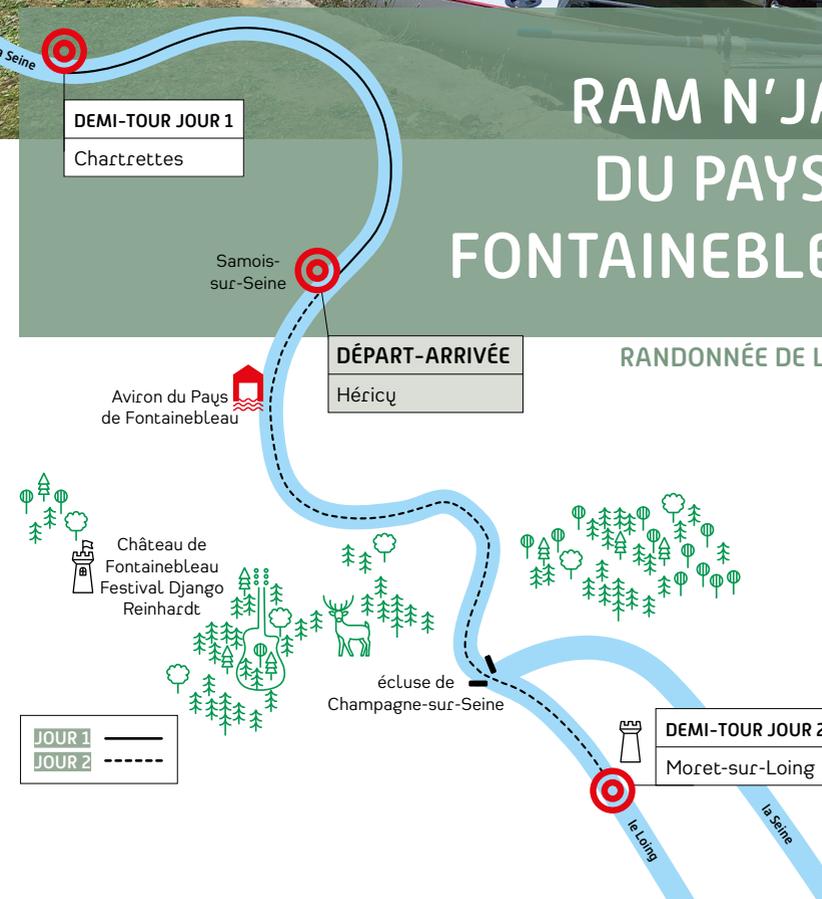


Le club se réserve le droit de modifier son organisation en cas d'événement hydrologique particulier.



RAM N'JAZZ DU PAYS DE FONTAINEBLEAU

RANDONNÉE DE L'ANNÉE 2023





Au pied du Parc national des Écrins, le lac de Serre-Ponçon, plus grand lac artificiel d'Europe, s'étend de la ville d'Embrun jusqu'à l'Ubaye. Le départ se réalise directement au pied du lac à la baie Saint-Michel. Vous randonnerez sur les deux rives du lac. Vous passerez à proximité de la chapelle Saint-Michel, îlot incontournable du lac.

PROGRAMME PRÉVISIONNEL

JOUR 1

25 ou 30 km : parcours le plus sauvage du lac l'Ubaye.

7h00 : petit-déjeuner-réunion des chefs de bord.

8h30 : départ de la baie Saint-Michel.

- Direction baie de Chanteloube puis baie des Lionnets (arrêt possible).

- Poursuite vers la baie de La Bréole (étape 25 km) ou la plage de Saint-Vincent-Les-Forts (étape 30 km) puis rejoindre la rive gauche direction Le-Sauze-du-Lac et retour vers la baie Saint-Michel.

19h00 : apéro et dîner à la baie Saint-Michel.



JOUR 2

20 ou 25 km : parcours historique.

7h00 : petit déjeuner-réunion des chefs de bord.

8h30 : départ de la baie Saint-Michel.

- Traversée en rive gauche.

- Direction Savines-Le-Lac.

- Passage sous le pont puis longer la plage de Chanterenne.

- Direction embouchure de la Durance pour repasser rive droite au niveau de Chadenas (ou plus tôt si besoin) et retour à la baie Saint-Michel.

Liste des hébergements possible :

- Camping municipal de la baie Saint-Michel

04 92 50 67 72

- Camping Le Serre du Lac

resa@campingleserredulac.fr

- Camping 4* Sunêlia de La Presqu'île

04 92 50 62 63

- Camping 3* Le Nautic

04 92 50 62 49

- Village Club Les Hyvans

04 92 55 50 00

- Ax'Hotel 3*

04 92 21 45 17 - reception@ax-hotel.com



Lac



Yolette



RAMEURS :

140 € sans hébergement, 3 repas, animations + 2 petit-déjeuners

ACCOMPAGNATEURS :

tarifs identiques

LOCATION DE SIÈGES : 100 sièges, 40 €



CLUB D'AVIRON D'EMBRUN

Isabelle Bigeon

06 01 87 94 47

bureau.avironembrun@gmail.com



OFFICE DE TOURISME

INTERCOMMUNAL DE SERRE PONÇON

04 92 43 72 72

www.ville-embrun.fr/office-tourisme-intercommunal-serre-poncon

MUSÉOSCOPE DU LAC

04 92 54 50 00

www.museoscope-du-lac.com

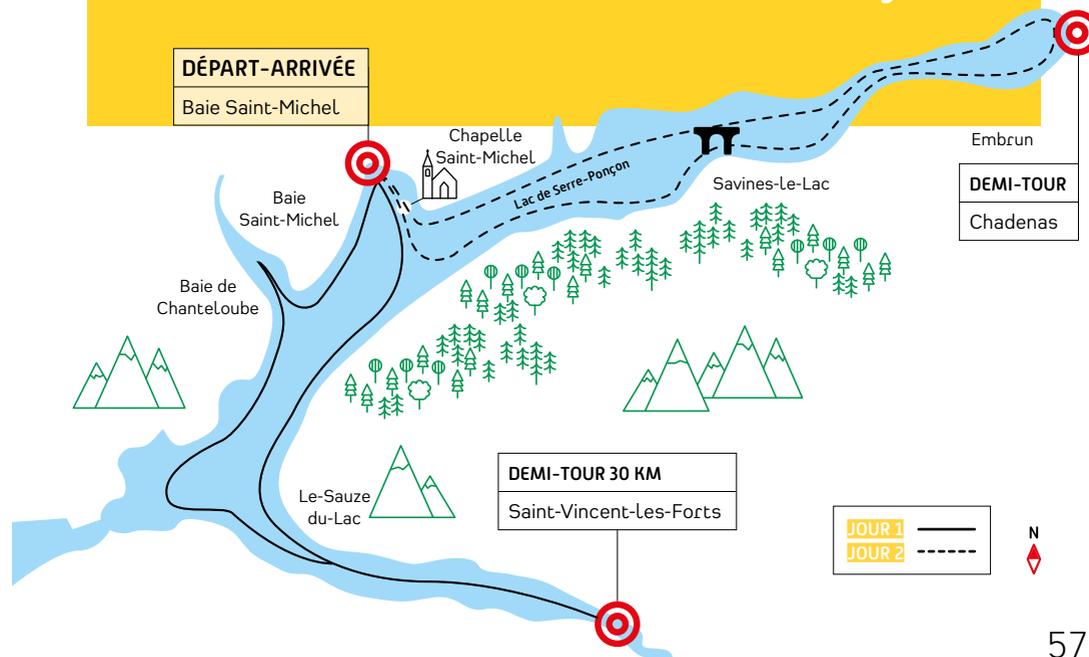
VILLAGE FORTIFIÉ DE MONT DAUPHIN

04 92 45 42 40

www.village-fortifie-montdauphin.fr



EMBRUN-LAC DE SERRE PONÇON





Au pied du Vercors, entre Valence et Grenoble, vous naviguerez sur les eaux apaisées de l'Isère, jusqu'à son affluent La Bourne, petite rivière qui prend sa source dans ce massif calcaire. Après avoir remonté l'Isère sur quelques kilomètres pour admirer le château de La Sône surplombant la cascade du jardin des fontaines pétrifiantes, vous prendrez la direction plein sud pour suivre le cours de la rivière bordée des roselières et de noyeraies jusqu'à la confluence et arriver à Saint-Nazaire-en-Royans pour ses rivages d'ocres rouges et son aqueduc. Un bateau à roue pourra faire découvrir ce même parcours à vos accompagnateurs.

PROGRAMME PRÉVISIONNEL

La veille : sortie kayak.

•

8h30 : accueil.

9h30 : embarquement.

12h30 : retour et repas de spécialités régionales.

•

Pause à mi-parcours (12 km) à Saint-Nazaire-en-Royans.

Rivière

Double canoë, yolette



• RAMEURS :

32 € sans hébergement, 1 repas

• ACCOMPAGNATEURS :

25 € sans hébergement, 1 repas

• LOCATION DE SIÈGES : 60 sièges, 25 €



CLUB D'AVIRON DU SUD GRÉSIVAUDAN

Danièle Macreaud

06 11 62 08 36

danièle.macreaud@orange.fr



OFFICE DE TOURISME COMMUNAUTAIRE SAINT-MARCELLIN VERCORS ISÈRE

04 76 38 53 85

tourisme@smvic.fr

www.tourisme.saintmarcellin-vercors-isere.fr

OFFICE DU TOURISME

DE SAINT-NAZAIRE-EN-ROYANS

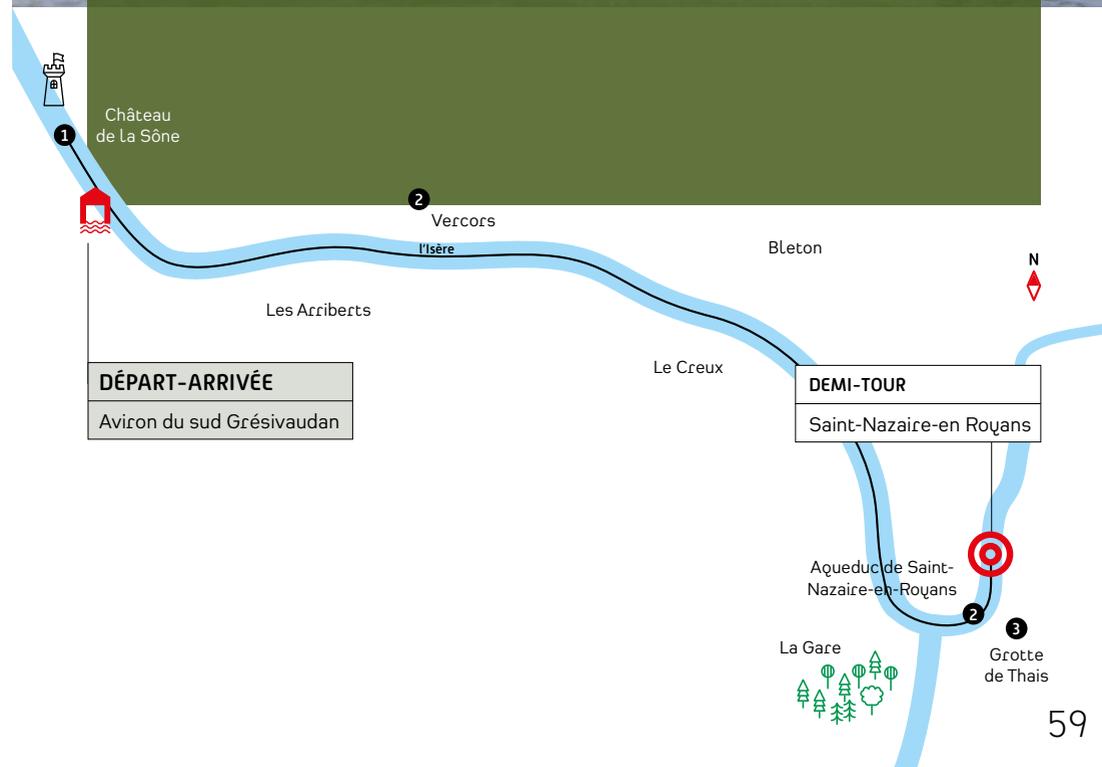
04 75 48 61 39

ot.royans@wanadoo.fr

www.vercors-drome.com



LES ROSELIÈRES





À 1h au sud de Grenoble, 15 minutes de La Mure sur le plateau Mateysin, le lac de Monteynard est une retenue d'eau artificielle de 10 km de long sur 300 m de large, alimenté par le Drac et l'Ébron. Il se trouve dans un site naturel exceptionnel, entre Trièves et Mateysine. Dans ce monde à part, et tout au long du parcours, la vue est époustouflante, sans cesse changeante, sur les montagnes environnantes – la couleur turquoise de son eau nous emmène ailleurs. Les passerelles himalayennes sont une véritable curiosité, saisissantes depuis les yoles.

PROGRAMME PRÉVISIONNEL

8h45 : départ de la plage.

- Jusqu'au barrage sur la rive droite, puis retour par la rive gauche.
- Les équipages remontent l'Ébron jusqu'à la 1^{re} passerelle himalayenne.
- Puis rejoignent le Drac jusqu'à la 2^e passerelle himalayenne, et retour à la plage, après avoir parcouru 30 km.

• Possibilité de revenir sans aller jusqu'à la 2^e passerelle (parcours de 28 km).



Lac



Yolote, double de mer, yole de mer à 4



- RAMEURS : 44 € sans hébergement, 1 repas
- ACCOMPAGNATEURS : 26 € sans hébergement, 1 repas
- LOCATION DE SIÈGES : 60 sièges, 26 €



CLUB DE VOILE ET D'AVIRON DE LAFFREY

Bruno Cuinet
06 89 18 81 18
bruno.cuinet@orange.fr

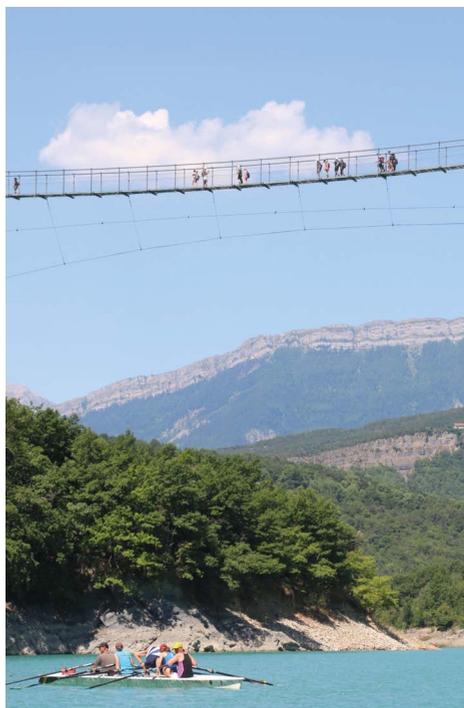
HANDI-AVIRON

Hubert Jouvel
06 26 07 56 34
hubert.jouvel@gmail.com

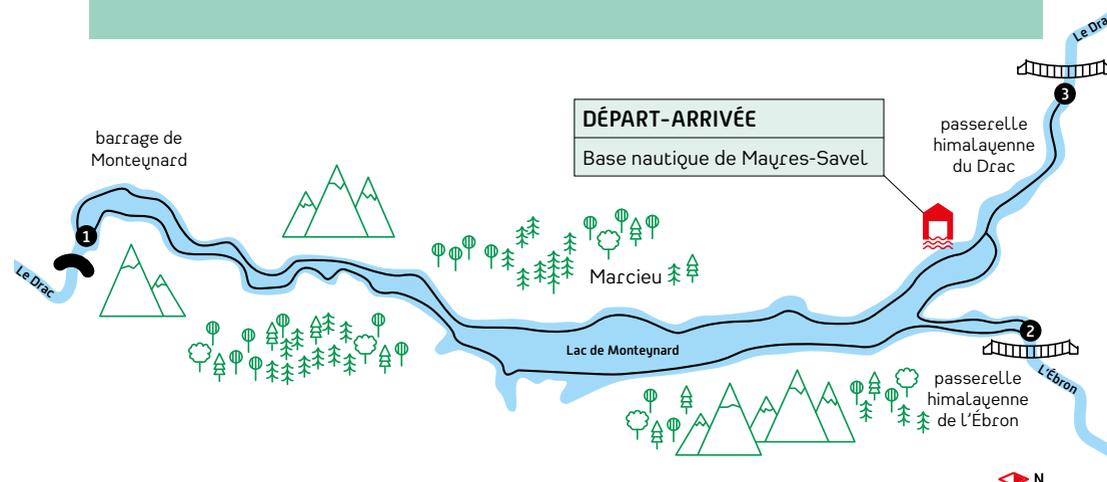


OFFICE DE TOURISME LA MURE

04 76 81 05 71
www.mateysine-tourisme.com



RANDONNÉE DES PASSERELLES DE MONTEYNARD





Le lac de Castillon est situé à Saint-Julien-du-Verdon, petit village provençal, entre les montagnes du val d'Allos et les gorges du Verdon. Le club nautique de Castillon vous accueille pour une balade le long des 8 kilomètres du bassin, aux eaux turquoise et protégé des grands vents par ses hautes montagnes environnantes.

PROGRAMME PRÉVISIONNEL

La veille, 17h : pot d'accueil et montage des bateaux.

JOUR 1

18 km

8h00 : petit-déjeuner, briefing et randonnée (18 km).

12h00 : buffet pique-nique au bord de l'eau, activités rando nature : nage aquatique dans le Verdon, vélo à assistance électrique sur la route des Crêtes ; rando nature avec un guide aux abords du lac d'Allos.

•
Apéro pétanque et dîner à l'hôtel du Pidanoix et soirée festive.



JOUR 2

22 km

9h00 : petit-déjeuner, briefing, randonnée à l'orientation.

•
Buffet champêtre, activités hors aviron (catamarans, SUP, pàv, kayak, ...).



LES CASTILLONNADES



Lac



Yolette



- **RAMEURS** : 120 € sans hébergement, 3 repas, activités selon options
- **ACCOMPAGNATEURS** : tarifs identiques
- **LOCATION DE SIÈGES** : 50 sièges, 25 €



CLUB NAUTIQUE DE CASTILLON

Daniel Techy
0032 472 49 02 55
club.nautique.castillon@gmail.com

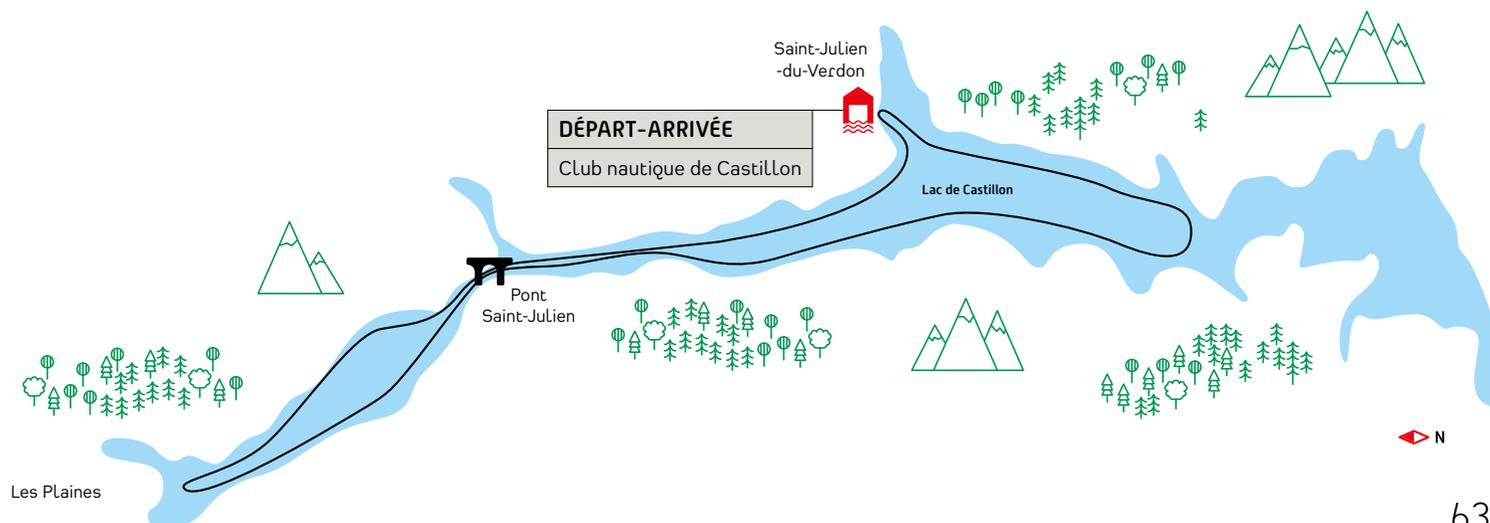


HANDI-AVIRON

Frédéric Dieudonné
06 03 44 46 22
sabine.dieudonne0146@orange.fr

OFFICE TOURISME SAINT-ANDRÉ-LES-ALPES

04 92 89 02 39
info@ot-st-andre-les-alpes.fr
www.verdontourisme.com





Périple sur la Meuse et découverte des citadelles qui jalonnent le parcours « La Meuse et ses citadelles », une semaine de vacances à l'aviron. Randonnée itinérante connue pour son ambiance et son organisation, c'est avant tout la traversée des Ardennes à la rame et l'occasion de découvrir des lieux chargés d'histoire et des paysages sauvages. La "formule duo" vous permet d'alterner rame et vélo. La Voie Verte côté France, la Trans-Ardennaise, laisse place au Réseau Autonome des Voies Lentes, le RAVeL, côté belge et offre aux rameurs l'opportunité de passer cette semaine accompagnés !

PROGRAMME PRÉVISIONNEL

- JOUR 1** Accueil des participants, visite du Château Fort de Sedan.
↓
- JOUR 2** Étape Sedan > Charleville-Mézières.
↓
- JOUR 3** Visite de Charleville.
Étape Charleville-Mézières > Deville.
↓
- JOUR 4** Étape Deville > Haybes.
↓
- JOUR 5** Étape Haybes > Givet. Visite de Givet.
↓
- JOUR 6** Étape Givet > Anhée (Belgique).
↓
- JOUR 7** Étape Anhée > Namur-Wépion.
↓
- JOUR 8** Régate de clôture.

• Repas froid le midi et repas chaud le soir, nuit en salle de sport.



LA MEUSE ET SES CITADELLES

Rivière

Yolette

- € **RAMEURS :**
460 € avec hébergement, 7 nuits,
14 repas
- **ACCOMPAGNATEURS :**
440 € avec hébergement, 7 nuits,
14 repas
- **LOCATION DE SIÈGES :** 60 sièges, 5 €

AVIRON SEDANAIS

Clotilde Averlant
06 81 24 60 50
randosedannamur@yahoo.fr

HANDI-AVIRON

Clotilde Averlant
caveclant@yahoo.fr



30

séjour

18 > 23 août

6 jours

164 km



Vous venez au Rallée du Canal du Midi parce qu'au fil de l'eau, au fur et à mesure des coups d'aviron, des kilomètres parcourus, des écluses franchies (hors de l'eau sur un chariot), des journées particulières passées en groupe, vous serez émerveillés par le cadre majestueux du plan d'eau, par la beau-

té des arbres qui le bordent, par le charme des maisons des éclusiers, par l'accueil des populations rencontrées, par l'ingéniosité des écluses et par le calme des lieux traversés, par une organisation soucieuse des détails et du confort de ses hôtes.



Rivière



Double canoë, yolette



• RAMEURS :

- 640 € avec hébergement (315 € pour les moins de 25 ans), 5 nuits, 10 repas
- 210 € sans hébergement (105 € pour les moins de 25 ans), déjeuner 17 € par jour

• ACCOMPAGNATEURS :

- tarifs identiques
- LOCATION DE SIÈGES : 76 sièges, 90 €
- LOCATION DE VÉLO : 44 €



TOULOUSE PIERRE-PAUL RIQUET

Marie-Christine Trigo
06 77 54 97 03
atppr.canaldumidi@gmail.com

HANDI-AVIRON

André Perrot
06 70 81 33 74
arm.perrot@orange.fr



COMITÉ DÉPARTEMENTAL
DU TOURISME DE LA HAUTE-GARONNE
www.hautegaronnnetourisme.com

COMITÉ DÉPARTEMENTAL
DU TOURISME DE L'AUDE
www.audetourisme.com

COMITÉ DÉPARTEMENTAL
DU TOURISME DE L'HÉRAULT
www.office-de-tourisme.net/34-Herault

PROGRAMME PRÉVISIONNEL

JOUR 1

Matin : Toulouse – Aÿguesvives 23 km.
Après-midi : Aÿguesvives – Port Lauragais 21,8 km.
↓

JOUR 2

Matin : Port Lauragais – Viviers 18,8 km.
Après-midi : Viviers – Bram 12,1 km.
↓

JOUR 3

Matin : Bram – Carcassonne 24,4 km.
Après-midi : portage puis visite guidée de la cité de Carcassonne sur réservation.
↓

JOUR 4

Matin : La Redorte – Ventenac 21,5 km.
Après-midi : Ventenac – Lieu-dit Pain de sucre 19,9 km.
↓

JOUR 5

Matin : Lieu-dit Pain de sucre – Béziers 25,8 km.
Après-midi : chargement remorques.
Retour Carcassonne pour soirée festive.
↓

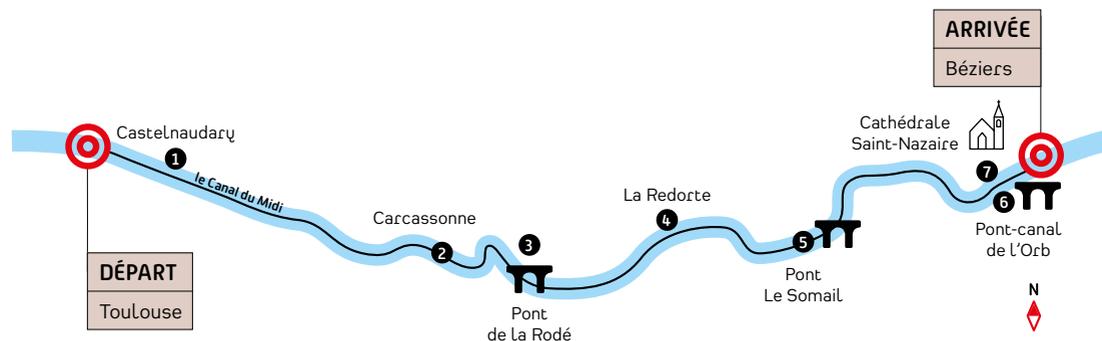
JOUR 6

Départ des bus de Carcassonne.

Tous les jours : le repas de midi est pris sur les bords du canal et le repas du soir, la nuit et petit-déjeuner en centre international de séjour Lamourelle à Carcassonne.



RALLYE DU CANAL DU MIDI





Au cœur du Jura, la Juraviron vous permettra de naviguer sur le lac de Vouglans long de 35 kilomètres et de découvrir le centre sportif de Bellecin, site d'entraînement de l'équipe de France d'aviron. Au cours du parcours vous pourrez admirer le Pont de la Pyle, les plages de Bellecin, de La Mercantine ainsi que le site de la Chartreuse, village englouti lors de la mise en eau du lac et la cascade de La Pèle, avant d'apercevoir le barrage de La Pèle, avant d'apercevoir le barrage.

PROGRAMME PRÉVISIONNEL

7h30 : accueil + réunion des délégués.

8h00 : départ de la randonnée.

13h30 : verre de l'amitié + repas.



Lac

Volette

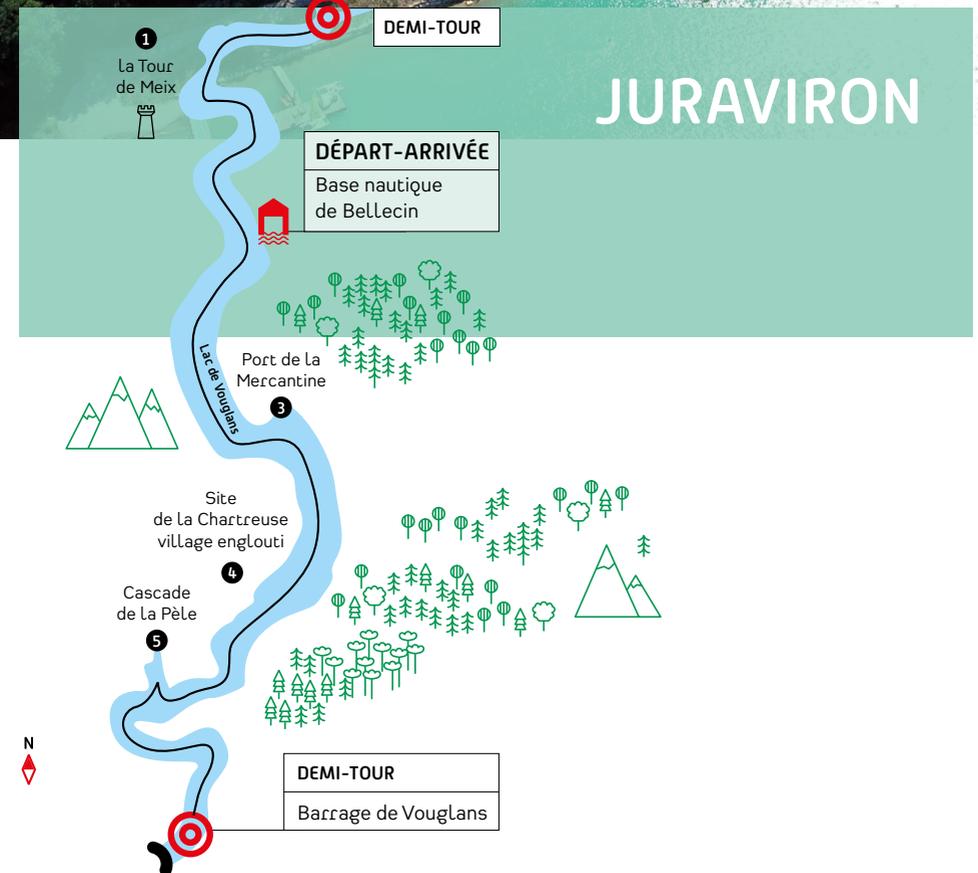
- RAMEURS : 35 € sans hébergement, 1 repas
- ACCOMPAGNATEURS : tarifs identiques
- LOCATION DE SIÈGES : 55 sièges, 23 €

CLUB D'AVIRON DE VOUGLANS

Daniel Messi
06 02 35 21 41
avironvouglsans@orange.fr

INFORMATION TOURISTIQUE ORGELET

09 70 71 77 05
www.terredemeraudetourisme.com





La randonnée « La Pelle du Pied » fera découvrir aux randonneurs le charme des Ardennes françaises. Version courte de « La Meuse et ses citadelles », le parcours relie trois des clubs d'aviron ardennais : départ de l'Aviron Sedanais à Sedan, pause repas au club de Flize et arrivée au club de Charleville-Mézières. Vous profiterez d'un séjour unique sur les eaux et les berges de la Meuse. Pour les accompagnants, la Voie Verte, la Trans-Ardennaise, permet de suivre les rameurs en vélo.

PROGRAMME PRÉVISIONNEL

7h30 : accueil, café, thé, jus de fruit, pâtisseries.
9h30 : départ, randonnée de Sedan à Charleville.

- Barbecue à mi-étape au club de Flize.
- Goûter à l'arrivée.



Rivière



Yolette



- **RAMEURS** : 55 € sans hébergement, 1 repas
- **ACCOMPAGNATEURS** : tarifs identiques
- **LOCATION DE SIÈGES** : 60 sièges, 5 €



AVIRON SEDANAIS

Clotilde Averlant
 06 81 24 60 50
 avironsedanais@hotmail.fr

HANDI-AVIRON

Clotilde Averlant
 caverlant@yahoo.fr



LA PELLE DU PIED

ARRIVÉE

Base nautique
de Charleville-Mézières

RANDONNÉE DE L'ANNÉE 2021





Une journée exceptionnelle à la rencontre des baleines à bosse, des mamans et leurs bébés et des sauts exceptionnels. Possibilité de se mettre à l'eau en respectant la "charte Cétacés".

PROGRAMME PRÉVISIONNEL

8h30 : départ de la base Nautique des Mascareignes au port.

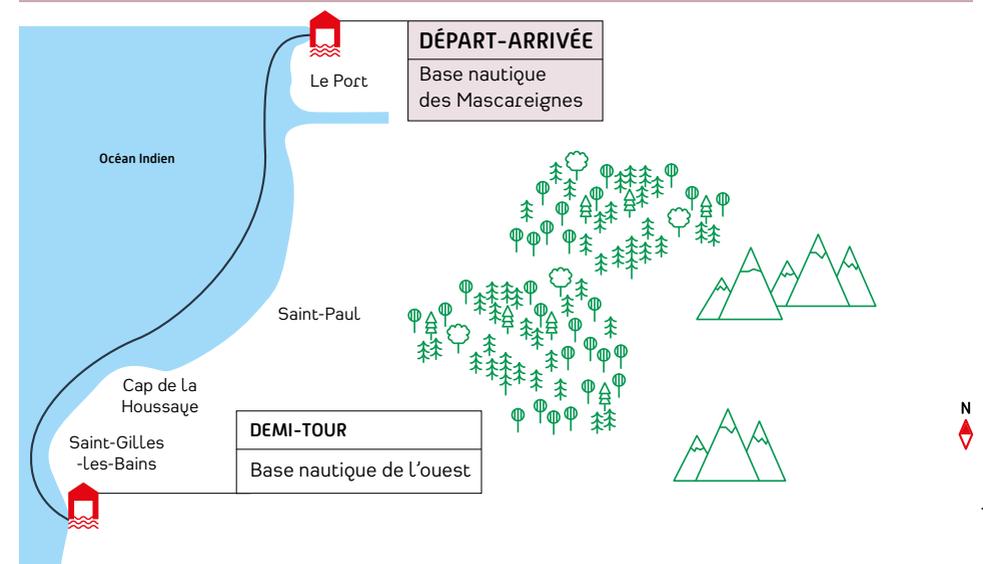
Entre 2h et 3h pour rejoindre la base nautique de l'ouest à Saint-Gilles.

- Pique-nique dans le port de Saint-Gilles.

- Retour l'après-midi dans les conditions de vent, houle et courant opposés.



RAMER AVEC LES BALEINES



Mer



Double de mer, yole de mer à 4



- **RAMEURS** : non communiqué
- **ACCOMPAGNATEURS** : non communiqué
- **LOCATION DE SIÈGES** : 5 sièges, 52 €



BASE NAUTIQUE DES MASCAREIGNES

Benjamin Scribe
2626 92 88 01 98
president@aviron.re



Le club Aviron Sainte-Livrade a le plaisir de vous inviter à ramer sur Le Lot dans sa large partie aval et amont. Balade au fil d'une nature paisible à la découverte du confluent du Lot en Garonne, de village typique tel que Castelmoron-sur-Lot et des plaines lotoises caractérisées par une mosaïque de polyculture : légumes, céréales, tabac, noisetier et le célèbre prunier d'Ente. Une joyeuse équipe de bénévoles vous accompagne tout au long de ce week-end sportif, festif et convivial.

PROGRAMME PRÉVISIONNEL

La veille, 17h30 : accueil avec découverte du site, repas à thème.

JOUR 1

14 km

Sainte-Livrade-sur-Lot > Castelmoron, (A-R) ravitaillement à mi-parcours.

- 8h30 : petit-déjeuner au club.
- 9h30 : visite touristique.
- 12h30 : accueil des participants, buffet froid.
- 15h00 : départ vers Castelmoron.
- 19h30 : apéritif-repas gourmand et soirée animée.

Nuit à l'internat Lycée Étienne Restat.



JOUR 2

26 km :

Sainte-Livrade-sur-Lot > Bias (A-R).
Ravitaillement au pont des Martinets (surprise).

- 7h30 : petit-déjeuner au club.
- 8h30 : accueil des nouveaux participants.
- 9h00 : embarquement vers le pont des Martinets.
- 12h30 : déjeuner au club.



RANDO GOURMANDE



Rivière



Yolette



• RAMEURS :

- 200 € avec hébergement, 2 nuits, 4 repas
- 150 € avec hébergement, 1 nuit, 3 repas

• ACCOMPAGNEURS :
tarifs identiques

• LOCATION DE SIÈGES : 100 sièges, 30 €



AVIRON SAINTE-LIVRADE

Lionel Jouffreau
06 99 52 52 20
randogourmande@avironsaintlivrade.fr



MAIRIE DE SAINTE-LIVRADE-SUR-LOT

05 53 49 69 00
www.ville-ste-livrade47.fr

JOUR 1
JOUR 2

DEMI-TOUR

Barrage de Castelmoron



Église
Saint-Léger-
de-Fongrave

DÉPART-ARRIVÉE

Aviron Sainte-Livrade

DEMI-TOUR

Bias



Pont
du Martinet





Le parcours s'effectue dans la rade de Marseille, site naturel exceptionnel qui offre une diversité de lieux extraordinaires, du vieux port jusqu'à l'entrée du Parc National des Calanques. Vous apercevrez notamment la basilique Notre-Dame-de-La-Garde (La Bonne Mère), les forts Saint-Jean et Saint-Nicolas conçus par Vauban, l'abbaye de Saint-Victor, le Palais du Pharo, la cathédrale de La Major puis le château d'If et les îles du Frioul. Vous voguerez vers le quartier des Goudes en direction de l'île Maire et la fameuse Baie des Singes avant un retour au club en longeant la côte marseillaise.

PROGRAMME PRÉVISIONNEL

- 8h00** : accueil et petit-déjeuner.
- 9h00** : départ pour un parcours de 25 km environ.
- 13h30** : déjeuner.
- 15h00** : sortie optionnelle suivant les conditions.
- 20h00** : dîner au restaurant du club.



LA BONNE MÈRE



Mer



Yole de mer à 4



- **RAMEURS** : 80 € sans hébergement, 2 repas
- **ACCOMPAGNATEURS** : tarifs identiques
- **LOCATION DE SIÈGES** : 40 sièges, 30 €



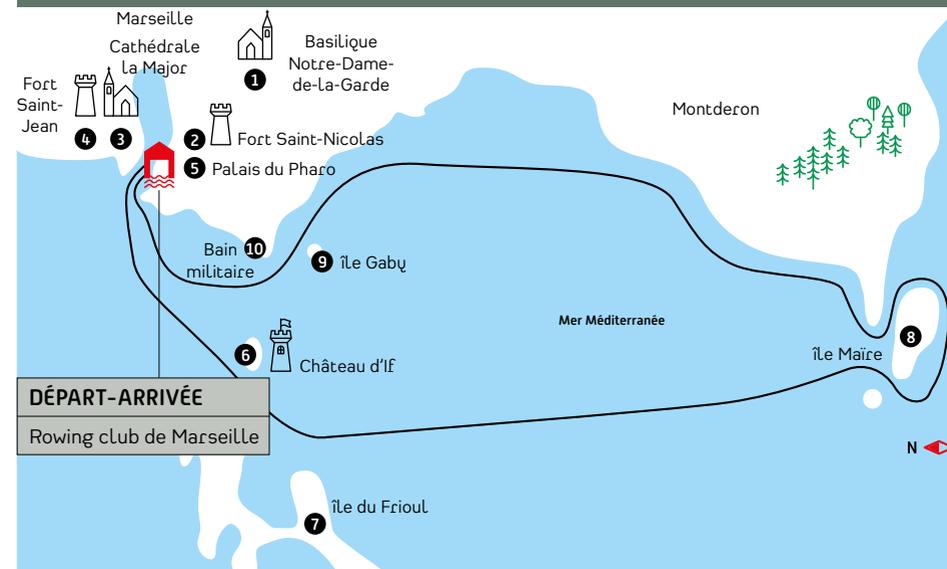
ROWING CLUB MARSEILLE

Marie-Claude Blanc
06 84 78 17 60
rcmarseille.avironfrance@gmail.com



OFFICE DE TOURISME DE LA VILLE DE MARSEILLE

04 91 13 89 00
info@marseille-tourisme.com
www.marseille-tourisme.com





La Descente du Cher vous propose un parcours bucolique le long de ses rives, riches de châteaux, belles demeures et moulins de la vallée du Cher. Navigant sur des eaux paisibles, vous serez enchantés par le passage sous les arches du château de Chenonceau, un moment inoubliable à l'aller et au retour! D'autres belles surprises vous

attendent comme le Moulin Fort, un moulin à eau, datant du XVI^e siècle, les barrages à aiguilles datant du XIX^e siècle. Les rameurs de l'association « voiles de Loire », habillés en costumes d'époque, viendront à votre rencontre! Les accompagnateurs pourront suivre la randonnée en vélo sur le parcours « Le Cher à vélo ».



DESCENTE DU CHER

Rivière

Volette

- **RAMEURS :**
135 € sans hébergement, 3 repas
- **ACCOMPAGNATEURS :**
tarifs identiques
- **LOCATION DE SIÈGES :** 90 sièges, 52 €

AVIRON TOURS MÉTROPOLE

Danièle RousselLe
06 12 53 91 04
rando.atm@gmail.com

OFFICE DE TOURISME DE TOURS LOIRE VALLEY

02 47 70 37 37
contact@tourstourisme.fr
www.tours-tourisme.fr

OFFICE DE TOURISME « AUTOUR DE CHENONCEAUX » VALLÉE DU CHER

02 47 23 94 45
contact@autourdechenonceaux.fr
www.autourdechenonceaux.fr

MAISON DU TOURISME DE MONTRICHARD

02 54 32 05 10
info@sudvaldeloire.fr
www.sudvaldeloire.fr

PROGRAMME PRÉVISIONNEL

JOUR 1

22 km : Montrichard-Vallagon-passage sous le château de Chenonceau-Bléré.

9h00-17h00 : randonnée.

• Pique-nique à Chisseaux avec spécialités locales, dîner avec ambiance musicale, hébergement possible au bord du Cher au camping de Bléré (hébergement locatif ou tente).

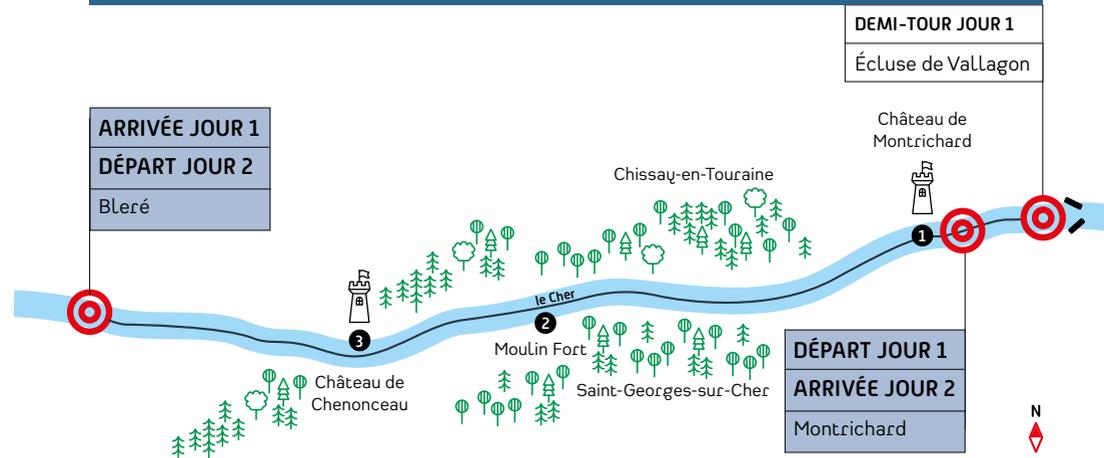


JOUR 2

20 km : Bléré- passage sous Le château de Chenonceau-Montrichard.

8h00-14h00 : randonnée.

• Déjeuner en fin de randonnée au restaurant du parc-plage de Montrichard avec ambiance festive (Banda Jean).





Le temps d'une demi-journée, vous serez les heureux privilégiés d'un parcours unique en aviron ! C'est la seule fois dans l'année où il est autorisé de ramer dans Paris ! Un parcours sur la Seine jusqu'au cœur de la Capitale, qui rassemble plus de 1000 rameurs pour une visite touristique originale et inoubliable : L'esplanade des Invalides, la

Tour Eiffel, l'Assemblée Nationale, le Quai d'Orsay, la Cathédrale Notre-Dame... et sans oublier les 33 ponts chargés d'histoire qui décorent la Seine par leurs architectures particulières et variées. La Traversée de Paris et des Hauts-de-Seine se terminera par un repas convivial et festif.

PROGRAMME PRÉVISIONNEL

5h30 : petit-déjeuner des participants.

7h15 : départ officiel depuis le pont de Sèvres, demi-tour à la sortie des îles de La Cité au niveau du quai Saint-Bernard pour une arrivée à L'île de Monsieur.

10h30 : arrivée des participants.

11h30 : Les rameurs peuvent prendre leur déjeuner (horaire susceptible d'être modifié).



Rivière



Yolette, yole de mer à 4, trainières



- **ÉQUIPAGE (pour 5 rameurs)** :
260 € sans hébergement avec repas
460 € avec location de bateau
- **ACCOMPAGNEURS** :
25 € sans hébergement, 1 repas
- **LOCATION DE SIÈGES** : 120 sièges



LIGUE AVIRON ILE-DE-FRANCE

Tifenn Gleonnec
06 01 88 75 35
traverseedeparis@aviron-iledefrance.org

Informations et billetterie
www.traverseedeparis-aviron.com

HANDI-AVRON

Pedro Ferreira
06 42 75 43 87
pedrob311@gmail.com



OFFICE DE TOURISME PARIS

www.parisjetaime.com

OFFICE DE TOURISME HAUTS-DE-SEINE

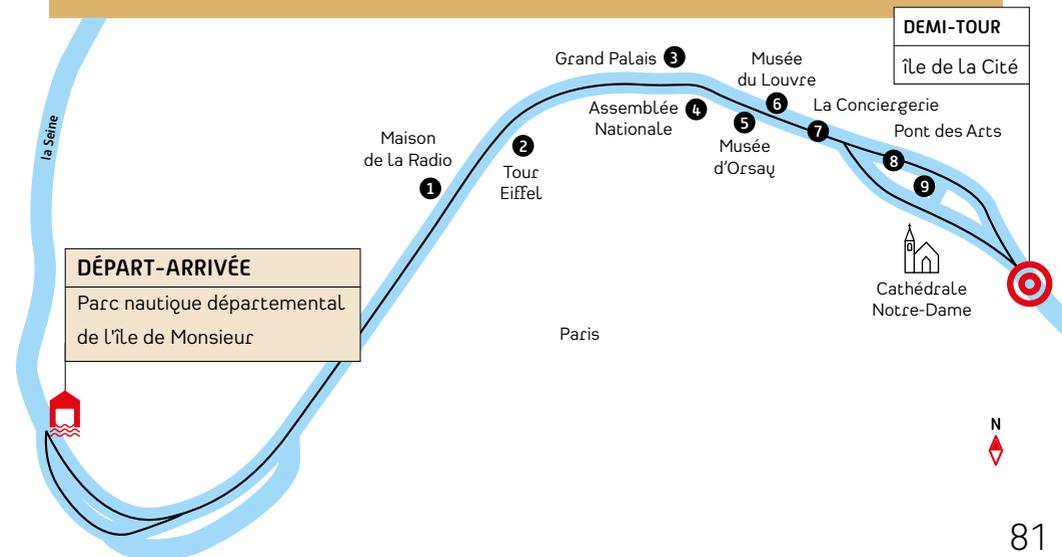
destinationhautsdeseine@gmail.com
www.destination.hauts-de-seine.fr

PARC NAUTIQUE ILE DE MONSIEUR

iledemonsieur@hauts-de-seine.fr
www.ile-de-monsieur.hauts-de-seine.fr



TRAVERSÉE DE PARIS ET DES HAUTS-DE-SEINE





Partant de Chouzé-sur-Loire, les premiers kilomètres se parcourent au cœur de la Loire sauvage peuplée d'oiseaux jusqu'à la confluence avec la Vienne où se dévoile successivement la prieurale de Saint-Martin et le château de la Dame de Montsoreau. Vous longerez des villages troglodytiques et traverserez la ville de Saumur, sous la surveillance de son château, jusqu'à l'embouchure du Thouet où se situe le club, étape de la 1^{re} journée.

Le lendemain, vous poursuivrez votre parcours le long du fleuve royal, passerez sous le pont suspendu entre Gennes et Les Rosiers pour une arrivée sur un banc de sable devant l'ancienne abbaye de Saint-Maur après le charmant village de Thoureil.



Rivière



Yolette



- RAMEURS :

- 170 € avec hébergement, 1 nuit, 3 repas
- 140 € sans hébergement, 3 repas

- ACCOMPAGNEURS :

tarifs identiques

- LOCATION DE SIÈGES : 90 sièges, 40 €

SOCIÉTÉ NAUTIQUE
DE SAUMUR AVIRONPatrick Morineau
07 85 23 63 83
pnmorineau@yahoo.fr

OFFICE DE TOURISME DE SAUMUR

02 41 40 20 60
www.ot-saumur.frOFFICE DE TOURISME
DE DOUÉ-EN-ANJOU02 41 59 20 49
douelaonfaine@ot-saumur.frOFFICE DE TOURISME
DE GENNES-VAL-DE-LOIRE02 41 51 09 10
gennes@ot-saumur.fr

PROGRAMME PRÉVISIONNEL

JOUR 1

22 km

10h00 : accueil et montage des bateaux.

11h30 : apéritif suivi d'un barbecue sur le site de départ.

14h00 : départ de la 1^{re} étape de la randonnée.

16h30 : arrivée de la randonnée au club de Saumur et collation.

17h00 : visite d'un site touristique.

19h30 : apéritif puis dîner de spécialités locales en cave troglodytique.

Nuit en hôtel.



JOUR 2

22 km

7h00 : petit-déjeuner au club.

9h00 : départ de la 2^e étape de la randonnée.

11h30 : arrivée à Saint-Maur, démontage et chargement des bateaux.

13h15 : repas champêtre au club.

LES GALÈRES
LIGÉRIENNES



La randonnée La Cassidaine se déroule dans le Parc National des Calanques. Sa spécificité, une navigation en mer qui requiert une bonne condition physique et un niveau 3 en aviron.

Au départ du port de Cassis, vous profiterez d'une magnifique randonnée au cœur même du site des calanques avec une approche par la mer, au pied des majestueuses falaises, dans un décor exceptionnel. Vous longerez les falaises de calcaire blanc en direction des calanques de Sugiton, Morgiou en passant par les calanques de L'Oule et de Devenson. Puis depuis le cap Morgiou, vous naviguerez en pleine mer jusqu'à la calanque d'En Vau avant d'atteindre les falaises rouges du cap Canaille. Vous prendrez ensuite la direction de la plage sauvage de l'Arène où les plus courageux pourront se baigner avant le retour à Cassis.

PROGRAMME PRÉVISIONNEL

La veille, 18h00-19h30 : accueil des remorques (facultatif).

- **7h00-8h00** : accueil des participants, enregistrement et petit-déjeuner.
- 8h00-8h15** : briefing des équipages, parcours.
- 8h15-8h50** : mises à l'eau des voiles.
- 9h00** : départ de la randonnée.
- 12h15-13h** : retour au port et rangement des bateaux.
- 13h00-13h30** : apéritif sur l'esplanade de L'Oustau.
- 13h30-15h00** : déjeuner sur l'esplanade.
- 15h00-15h30** : départ des équipages.

Liste des hébergements possible :

- Hôtels Cap Canaille
04 42 01 70 10
www.hotels-capcanaille.com
(remise sur la chambre et petit-déjeuner offert sur les 3 hôtels du groupe à Cassis code : AVIRONCASSIS2025)

Découvrir le parcours en vidéo :



Mer



Double de mer, yole de mer à 4



• RAMEURS :

55 € sans hébergement, 1 repas

• ACCOMPAGNATEURS :

45 € sans hébergement, 1 repas

• LOCATION DE SIÈGES : 30 sièges, 20 €



AVIRON CLUB DE CASSIS

Frédéric Séméria - 06 62 81 36 17

Inscription à partir du 15 mai 2025

uniquement sur le site :

www.avironclubcassis.fr

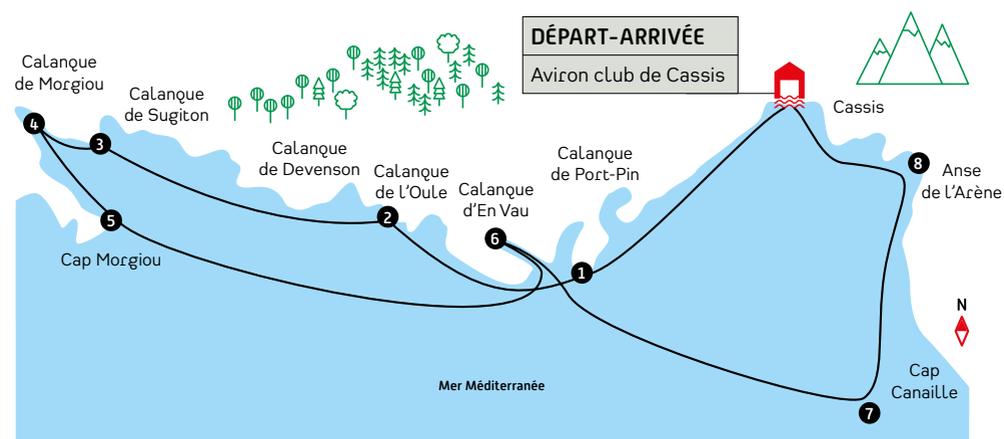


OFFICE DU TOURISME

04 28 01 01 03



LA CASSIDAINÉ





Moissac, grand site de Midi-Pyrénées, est riche de mille ans d'histoire. Son cloître roman et le tympan de son abbatale Saint-Pierre classé au patrimoine de l'UNESCO sont une escale obligatoire au programme de votre séjour. Vous naviguez sur le Tarn et la Garonne à la découverte notamment de la réserve naturelle de l'île aux Oiseaux pour un parcours silencieux et verdoyant, avant de rejoindre Sainte-Livrade, le lendemain. Nous aurons le plaisir de vous faire déguster un autre fleuron de Moissac : le Chasselas, raisin de table, premier fruit à obtenir une AOC et les melons Philibon mûris sur les coteaux entourant Moissac.

PROGRAMME PRÉVISIONNEL

JOUR 1

25 km

Dégustation de chasselas.

10h00 : départ direction Saint-Nicolas-de-La-Grave et l'île aux Oiseaux.

12h30 : pique-nique.

14h00 : départ vers Malause, l'embouchure de la Garonne.

17h00 : retour à Moissac.

19h00 : départ en bus pour le repas et soirée dansante.

↓

JOUR 2

16 km

10h00 : départ direction le château de Sainte-Livrade aller-retour : 16 km.

•

Repas chaud avec animations.



Rivière



Yolette



RAMEURS :

- 180 € avec hébergement, 1 nuit, 3 repas

- 150 € sans hébergement, 3 repas

ACCOMPAGNATEURS :

tarifs identiques

LOCATION DE SIÈGES : 80 sièges, 20 €



AVIRON CLUB MOISSAC

Joseph Gea

06 23 33 61 27

randonneeduchasselas@gmail.com



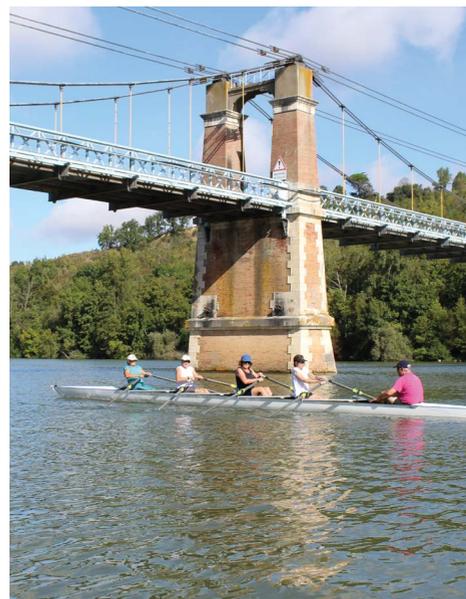
OFFICE DE TOURISME

05 32 09 69 36

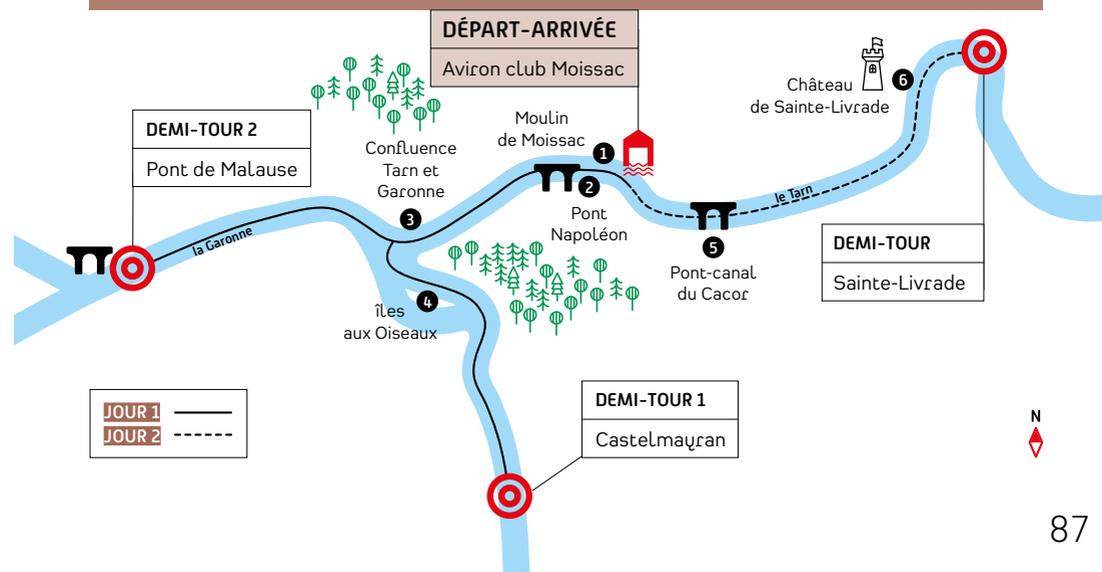
accueil@tourisme-moissacconfluences.fr

www.tourisme-moissac

-terresdesconfluences.fr



RANDONNÉE DU CHASSELAS





Le parcours se déroule dans une campagne automnale, dans Les méandres pittoresques de la Marne, la plus longue rivière de France avec ses 525 km et peuplée de nombreuses espèces d'oiseaux. Au cours de cette balade, vous découvrirez des sites inattendus : Le Moulin de Quincangrogne, Le jardin des sculptures monumentales de la Dhuy, bestiaire fantasmagorique... À votre arrivée vous serez contraint par le barrage infranchissable de Trilbardou pour débarquer sur le site de l'usine élévatrice, superbe machine hydraulique de 1869, que vous pourrez visiter accompagné d'un conférencier.

Hébergement possible chez les rameurs du club.

PROGRAMME PRÉVISIONNEL

- 7h00** : accueil, petit-déjeuner au club de Lagny.
- 8h00** : réunion avec tous les rameurs, consignes de sécurité.
- 8h30** : embarquement pour un départ au pont Maunoury et direction Trilbardou.
- 12h00** : apéritif avec orchestre puis repas chaud à Trilbardou.
- 14h00** : visite de l'usine élévatrice.
- 15h45** : photo générale.
- 16h00** : retour vers le club.
- 17h45** : arrivée au club et chargement des remorques.
- 18h15** : remise de cadeaux surprise et verre de l'amitié.

• Possibilité de suivre en vélo.

Rivière

Yolette

- € - **RAMEURS** : 55 € sans hébergement, 1 repas
- **ACCOMPAGNATEURS** : 45 € sans hébergement, 1 repas
- **LOCATION DE SIÈGES** : 30 sièges, 30 €

SOCIÉTÉ NAUTIQUE DE LAGNY

Fabienne Pêché
06 89 58 02 26
fab.aviron@gmail.com

MARNE ET GONDOIRE

01 60 35 43 50
accueil@marneetgondaire.fr
www.marneetgondaire.fr

OFFICE DE TOURISME

01 64 02 15 15
officedetourisme@marneetgondaire.fr
www.marneetgondaire-tourisme.fr



DÉPART-ARRIVÉE

Société nautique de Lagny

LES COULEURS DE LA MARNE





Au cœur de la zone Beaujolais UNESCO Global Geopark, mondialement connue pour ses vins et sa diversité géologique exceptionnelle, vous profiterez de la faune et de la flore. Vous naviguerez sur la Saône depuis le pont de Beauregard, en passant entre la Grange du diable et la maison du passeur avant de longer le petit village de Port-Rivière et celui de Montmerle, jusqu'après

celui de Belleville. Les accompagnateurs pourront emprunter le chemin de halage à pieds, à cheval ou à vélo tout le long de la randonnée.

**Rivière****Volette**

- **RAMEURS :**
37 € sans hébergement, 1 repas
- **ACCOMPAGNATEURS :**
tarifs identiques
- **LOCATION DE SIÈGES :** 105 sièges, 22 €

**AVIRON UNION NAUTIQUE DE VILLEFRANCHE**

Christine Ezerzer
06 76 76 77 87
randodubeaujolais@gmail.com

HANDI-AVIRON

Christine Ezerzer

**OFFICE DU TOURISME DE VILLEFRANCHE**

04 74 07 27 40
info@villefranche-beaujolais.fr
www.destination-beaujolais.com

GÎTES DE FRANCE DESTINATION BEAUJOLAIS

04 72 77 17 50
accueil.reservation
@gites-de-france-rhone.com
www.gites-de-france.com/fr/destinations-en-france/vacances-beaujolais

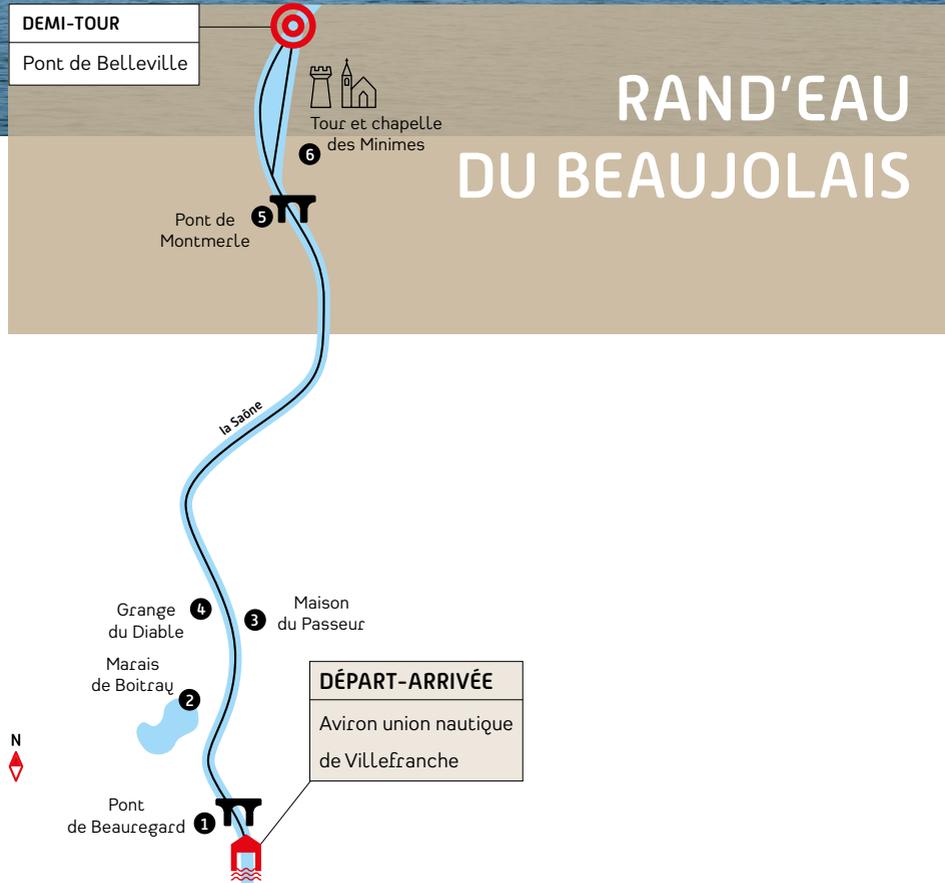
PROGRAMME PRÉVISIONNEL

8h00 : accueil des participants au club d'aviron de Villefranche-sur-Saône, petit déjeuner, préparation des embarcations.

9h00 : mise à l'eau.

9h30-13h00 : randonnée de Villefranche à Belleville, aller-retour, PK 42 à 55.

13h00 : apéritif et repas convivial au club.





La Descente de L'Aa est une randonnée de 25 km de Houlle à Gravelines. Le départ a lieu sur la Houlle, au plein cœur du marais Audomarois. Le pont-Levis de la Bistade est levé au passage des bateaux, à grand renfort de klaxon, pour le plaisir des curieux qui accourent à chaque passage. Les rameurs pourront contempler la faune (canards colverts, hérons, cygnes,...) et la flore tout au

long de la descente de ce petit fleuve. La randonnée se soldera par un pot de l'amitié et un repas pris dans l'enceinte des locaux du club de Gravelines Aviron situés sur le bord du stade nautique Olympique d'Aviron.



Rivière



Volette



- RAMEURS :

- 80 € avec hébergement, 1 nuit, 1 repas
- 35 € sans hébergement, 1 repas

- ACCOMPAGNATEURS :

- 70 € avec hébergement, 1 nuit, 1 repas
- 25 € sans hébergement, 1 repas

• LOCATION DE SIÈGES : 35 sièges, 15 €



GRAVELINES AVIRON

03 28 23 36 03
Arnaud Blocklet
06 01 43 20 49
descentedelaa@gmail.com

HANDI-AVIRON

Arnaud Blocklet
blocklet.arnaud@gmail.com



DUNKERQUE TOURISME

03 28 51 94 00
gravelines@dunkerque-tourisme.fr
www.tourisme-gravelines.fr

MAIRIE GRAVELINES

03 28 23 59 00
contact@ville-gravelines.fr
www.ville-gravelines.fr

PROGRAMME PRÉVISIONNEL

La veille : possibilité d'activités moyennant une participation financière supplémentaire. Visite « nature » du Parc, initiation au longcôte, randonnée pédestre à la découverte de Gravelines (en autonomie), repas du soir libre, puis nuit en hôtel ou centre d'hébergement.

•
8h00 : rendez-vous au club de Gravelines pour un départ groupé vers Houlle où aura lieu le départ de la randonnée.

8h45 : montage des bateaux sur le lieu de départ à Houlle.

9h30 : départ.

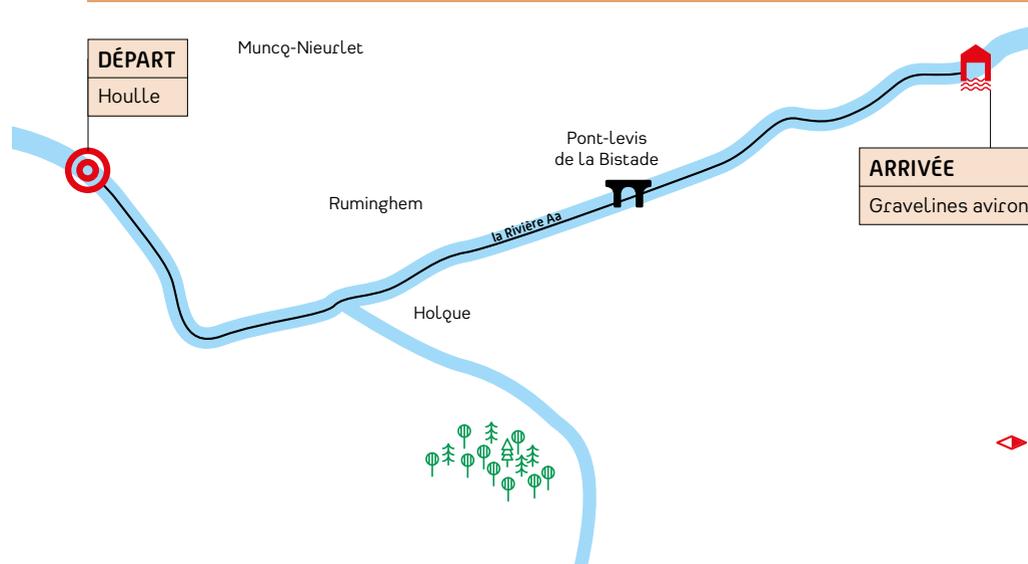
Parcours de 4 km sur la Houlle avant de rejoindre l'Aa d'abord sur le canal à grand gabarit puis 2 km plus loin, une partie un peu plus sauvage jusqu'à Gravelines.

Pour les accompagnants :

possibilité de suivre la randonnée à vélo (vélo non fourni) ou en accompagnant une sécurité (places limitées).



DESCENTE DE L'AA





Au départ de « Bijou Plage », vous vous dirigerez vers le fort du « masque de fer » sur l'île Sainte-Marguerite. Vous longerez l'île jusqu'à la pointe est, puis vous passerez entre les deux îles de Lérins et ses eaux turquoises. Retour en baie de Cannes puis direction ouest vers les rochers rouges de l'Esterel et le club de Cannes-Mandelieu. Pour agrémenter votre séjour, vous pouvez visiter le Fort de l'île Sainte-Marguerite ou l'île Saint-Honorat et son monastère, flâner sur la Croisette avec son Palais des Festivals ou faire un tour au « Suquet », la vieille ville avec son musée de la Castre et tous les petits restaurants typiques de la rue Saint-Antoine.

PROGRAMME PRÉVISIONNEL

- 8h00** : rendez-vous à Bijou Plage pour un petit-déjeuner d'accueil.
- 8h30** : mise à l'eau, direction Pointe du palm beach > Cannes.
- Passage entre les îles de Lérins (îles Sainte-Marguerite et Saint-Honorat).
 - Retour vers La Croisette puis direction l'Esterel et l'embouchure de La Siagne dans le golfe de la Napoule.



RANDONNÉE AVIRON DES ILES DE LÉRINS



Mer



Double de mer, yole de mer à 4



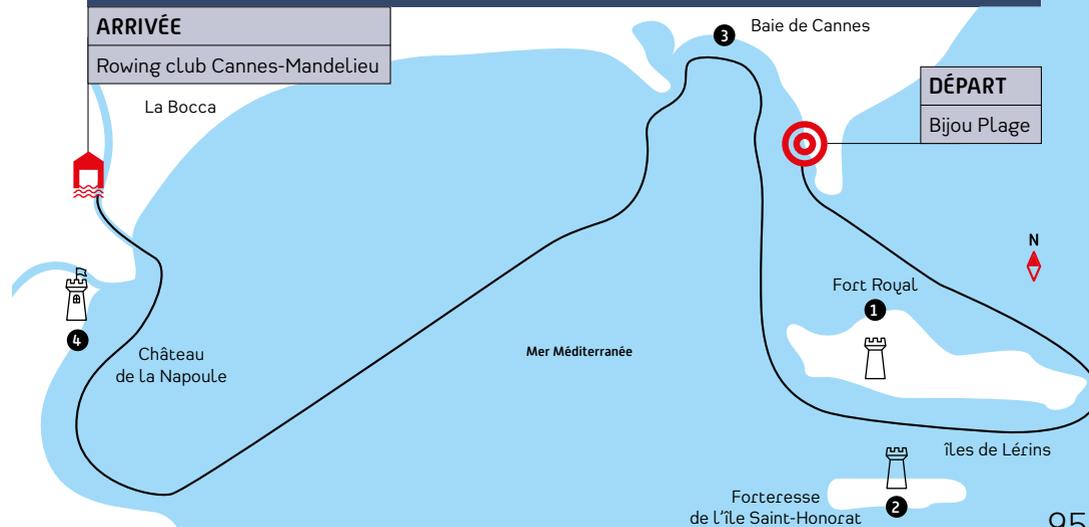
- **RAMEURS** : 47 € sans hébergement, 1 repas
- **ACCOMPAGNATEURS** : tarifs identiques
- **LOCATION DE SIÈGES** : 45 sièges, 32 €



ROWING CLUB CANNES-MANDELIEU

Lydie Jouvray
06 03 17 38 70

aviron@rccannesmandelieu.com





Rejoignez-nous pour une aventure unique alliant la beauté de la mer, la puissance de l'aviron et la délicieuse saveur des produits locaux de notre région. Notre randonnée nautique en aviron promet une expérience inoubliable où vous pourrez explorer les eaux scintillantes de La Ciotat élue plus belle baie du monde en 2019, tout en vous régaland de délices locaux. Sur l'eau, vous vous aventurerez le long de la côte pittoresque de La Ciotat où vous pourrez admirer ses paysages côtiers, des falaises escarpées aux criques isolées bordées de pins méditerranéens au cœur du Parc des Calanques. Ce n'est pas moins de 20 points remarquables à découvrir tout au long de ces 23 km en mer.

PROGRAMME PRÉVISIONNEL

- 8h30** : accueil, petit-déjeuner et consignes de sécurité.
- 9h30** : mise à l'eau
(bateau déjà équipé par les bénévoles).
- 10h00** : départ vers le vieux port de La Ciotat et le chantier naval.
- 10h30** : arrivée au pied du bec de l'aigle et calanque du Mugel.
- 11h00-12h00** : passage devant l'anse Gaméou, le trou du diable, la calanque de Figuerolles, anse du panier et trou de Jeannette.
- 12h30** : direction l'île Verte en passant devant le phare Cannonier, les calanques Saint-Pierres, Seynerolle, Isserot.
- 13h00** : retour vers la société nautique de La Ciotat pour prendre le déjeuner.
- 15h00** : mise à l'eau pour la deuxième partie de la randonnée, direction la plage Lumière, la baie de La Vierge et le Liouquet.
- 16h30** : retour vers le club.
- 19h30** : dîner au flot bleu à côté du club.



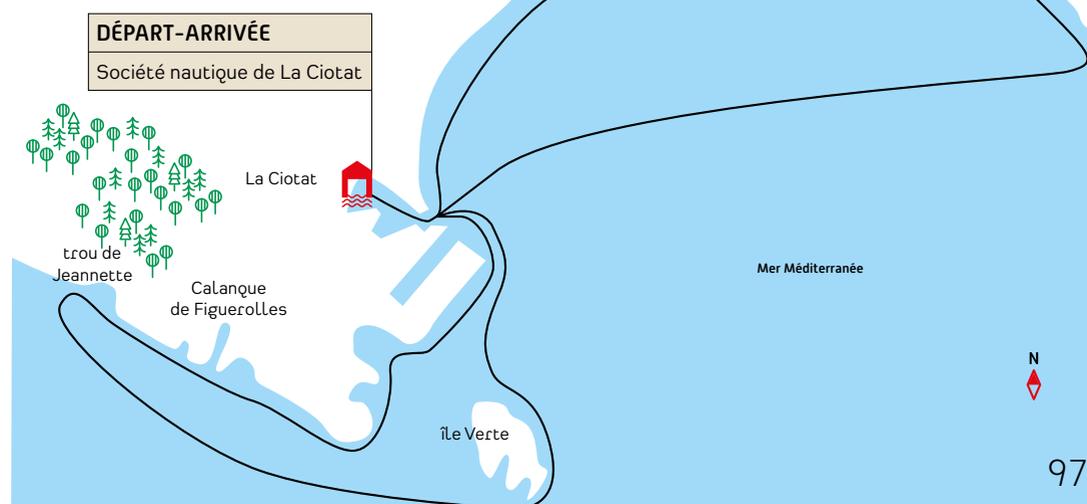
RANDONNÉE DU GOLFE D'AMOUR

Baie
de La Vierge

Le
Liouquet

DÉPART-ARRIVÉE

Société nautique de La Ciotat



Mer



Yole de mer à 4



- **RAMEURS** : 80 € sans hébergement, 2 repas
- **ACCOMPAGNATEURS** : tarifs identiques
- **LOCATION DE SIÈGES** : 60 sièges, 30 €



SOCIÉTÉ NAUTIQUE DE LA CIOTAT

Guillaume Blanc
07 50 23 70 83
guillaume_blanc_1997@hotmail.fr



OFFICE DU TOURISME

04 42 08 61 32
www.destinationlaciostat.com



La randonnée consiste en un tour du lac d'Annecy. C'est un des lacs les plus purs d'Europe, entouré des montagnes des massifs des Aravis et des Bauges dont les couleurs à cette saison sont somptueuses. Outre ces curiosités naturelles, de nombreux monuments, châteaux et villas sont à observer le long du parcours : Les jardins de l'Impérial Palace, l'esplanade du Paquier, l'île aux Cygnes, le pont des amours, le château d'Annecy, le château de Duingt sur sa presqu'île et enfin le célèbre château de Menthon Saint-Bernard. Cette année, la Rand'eau est organisée le week-end de la traditionnelle Descente des Alpages, à laquelle vous pourrez participer la veille, dans la vieille ville d'Annecy.

PROGRAMME PRÉVISIONNEL

- 9h00** : départ du Petit Port d'Annecy-Le-Vieux.
- Direction Annecy, Sévrier, puis Duingt.
 - Traversée du Lac jusqu'à Angon.
 - Retour par Talloires, Menthon et Veuryer et arrivée au Petit Port d'Annecy-Le-Vieux.
- 13h00** : un repas savoyard.



Lac



Volette



• **RAMEURS** :

50 € sans hébergement, 1 repas

• **ACCOMPAGNATEURS** :

40 € sans hébergement, 1 repas

• **LOCATION DE SIÈGES** : 120 sièges, 27 €



CLUB DES SPORTS ANNECY-LE-VIEUX

Selim Boulénouar

04 50 27 77 69

la_randeau@yahoo.fr



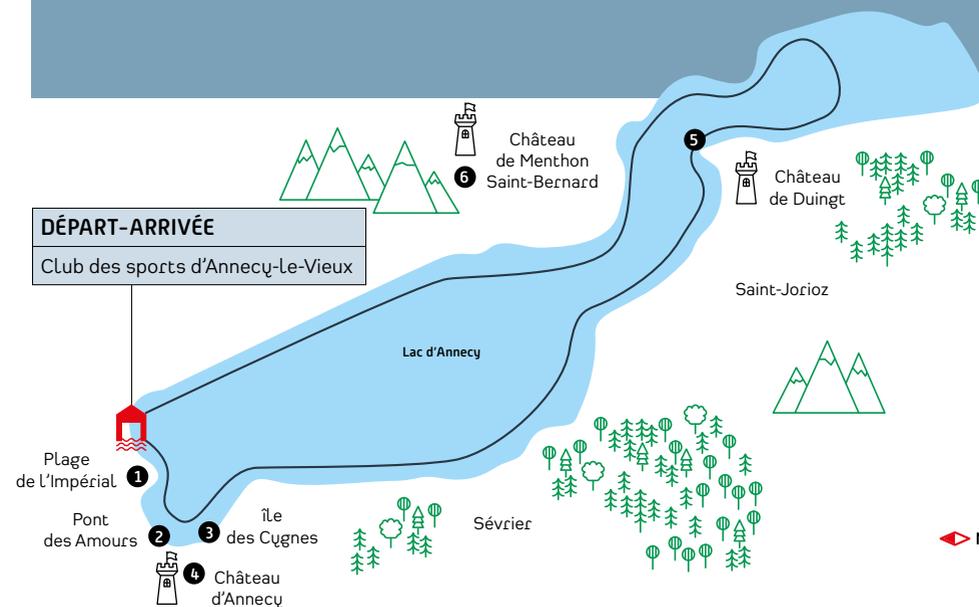
OFFICE DU TOURISME D'ANNECY

04 50 45 00 33

www.lac-annecy.com



RAND'EAU ANCILEVIENNE





Vous n'avez pas pu vous rendre à la traditionnelle randonnée des Trois Rivières au printemps ? Qu'à cela ne tienne, le club vous propose de retrouver le val d'Adour, les paysages et l'ambiance festive des barthes des Landes et du Pays Basque en automne. Sur un parcours de deux jours débutant au port de Guiche, vous découvrirez les trois cours d'eau (Bidouze, Adour et Nive) parés de leurs couleurs automnales. Une soirée dans les casemates construites dans les remparts de Vauban et un repas de clôture animé par les chants basque d'une chorale locale sont également au programme. La météo changeante en bord d'océan et l'influence des marées sur nos cours d'eau peuvent rendre la randonnée sportive.

PROGRAMME PRÉVISIONNEL

JOUR 1

26 km

9h00 : petit-déjeuner au club.

11h00 : départ en bus depuis L'Aviron Bayonnais vers Guiche.

Accueil et pique-nique.

13h30-17h30 : Guiche - Bayonne.

•

Repas et soirée festive dans une Peña de Bayonne

↓

JOUR 2

14 km

7h30 : petit-déjeuner au club.

9h00-11h00 : boucle Bayonne - Villefranque.

12h30 : repas de clôture au club.

•

Hébergement en internat, accessible à pied depuis le club.



Rivière



Yolette



• RAMEURS :

200 € avec hébergement, 2 nuits, 3 repas

• ACCOMPAGNATEURS :

tarifs identiques

• LOCATION DE SIÈGES : 120 sièges, 40 €



AVIRON BAYONNAIS

Sophie Girard / Mélanie Haraault

06 45 72 57 86 / 06 76 38 44 88

les3rivieresbayonne@gmail.com

HANDI-AVIRON

Christine Celhaiguibel

06 72 00 46 17



OFFICE DE TOURISME DE BAYONNE

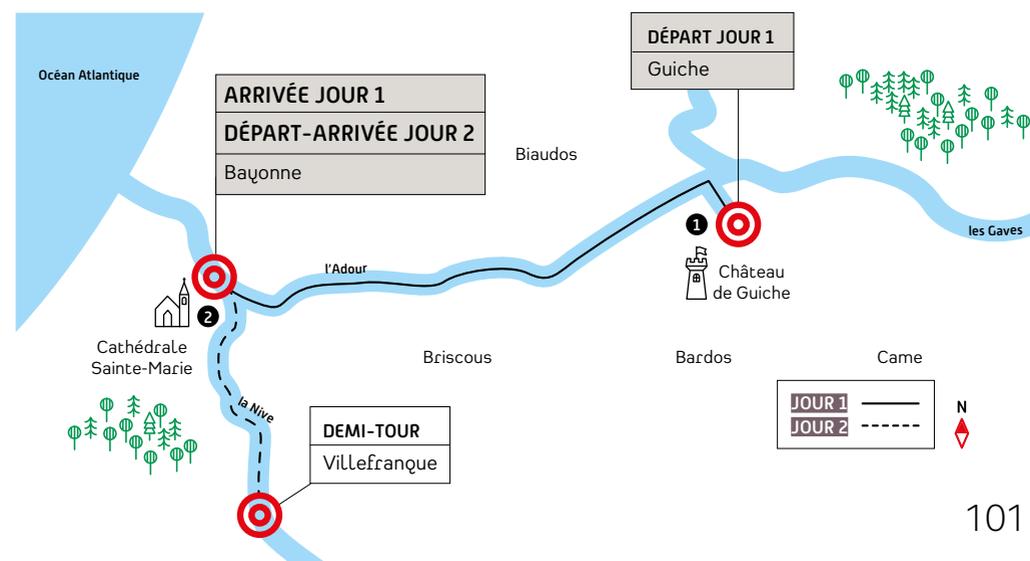
05 59 46 06 00

info@visitbayonne.com

www.visitbayonne.com



LES 3 RIVIÈRES D'AUTOMNE





Au départ de la plage touristique de Pointe Marin à Sainte-Anne, on longe la côte Sud Caraïbe, une côte découpée dévoilant des îlots, vestiges de la structure volcanique de l'île. Vous pourrez choisir d'embarquer sur un aviron classique ou le twa zaviwon, propre à la pratique nautique ancestrale de La Martinique. Le must de cette randonnée est la traversée de la Passe des Fours, devant le majestueux Rocher du Diamant, espace jouissant de l'appellation « espace naturel protégé » et la traversée de la baie des flamands, classée parmi les plus belles baies du monde. Chacun n'aura de cesse d'écarquiller les yeux devant la beauté des différents paysages.

PROGRAMME PRÉVISIONNEL

- 6h00** : départ de Sainte-Anne.
- 9h30** : première escale, Anses d'Arlets.
- 11h30** : deuxième escale Trois îlets.
- 14h00** : arrivée à Fond Lahaye.
- 16h00-23h00** : soirée festive.



Mer



Yole de mer à 4



- **RAMEURS** : 70 € sans hébergement, 2 repas
- **ACCOMPAGNATEURS** : tarifs identiques
- **LOCATION DE SIÈGES** : 30 sièges, 20 €



AVIRON CLUB 233
Daniel Joseph-Monrose
06 96 32 90 15
avironclub233@gmail.com



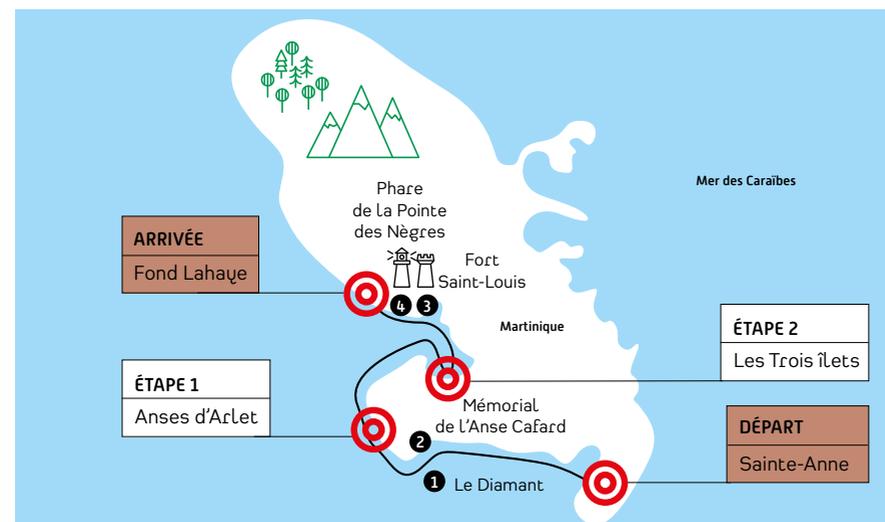
**OFFICE DE TOURISME
CENTRE MARTINIQUE**
05 96 80 00 70
tourisme-centre.fr

**BUREAU D'INFORMATION
TOURISTIQUE DE SCHOELCHER**
05 96 80 00 71
tourisme-centre.fr

OCARTOUR
05 96 76 61 42



LA TRAVERSÉE DU SUD





Ce week-end en Camargue se décompose en une journée de randonnée sur les canaux et une journée de navigation découverte de l'aviron de mer et vous fera croire à l'été persistant car à cette époque, en ces contrées, l'hiver est seulement pour les autres. Au départ du pittoresque port de pêche du Grau-du-Roi, vous remonterez le cours de ce fameux « Vidourle » pour être plongé au milieu des magnifiques espaces de La Camargue sauvage, puis vous remonterez le canal du Rhône à Sète jusqu'à la Tour Carbonnière, avant d'emprunter le « petit canal » pour rejoindre Aigues-Mortes, dont le panorama sur la tour de Constance et les remparts est remarquable.

PROGRAMME PRÉVISIONNEL

JOUR 1

21 ou 25 km

2 parcours possibles, petite boucle grande boucle.

9h00 : départ du club du Grau du Roi.

12h00-13h00 : retour au club par le canal d'Aigues Mortes.

- Dîner.



JOUR 2

10 km

Petit-déjeuner.

Suivant les conditions météo, initiation aviron de mer.

8h00 : départ pour 2 rotations de 10 km dans la baie d'Aigues Mortes.

- Déjeuner.



Rivière et mer

Double canoë, yolette, yole de mer à 4



- RAMEURS : 152 € sans hébergement, 3 repas
- ACCOMPAGNATEURS : tarifs identiques
- LOCATION DE SIÈGES : 110 sièges, 25 €



AVIRON TERRE DE CAMARGUE LE GRAU-DU-ROI

Hubert Baquié / Fabien Diot
06 66 46 79 45 / 06 17 47 12 13
bouclereduvidourle@yahoo.com



BOUCLE DU VIDOURLE



DÉPART-ARRIVÉE JOUR 2

Port Camargue

DÉPART-ARRIVÉE JOUR 1

Ancien port du Grau du Roi

Mer Méditerranée

50

week-end

6 > 7 décembre

2 jours

37 km



Depuis maintenant plus de 20 ans, la randonnée de la baie des Anges est le rendez-vous incontournable du mois de décembre. Le parcours permet à tous ceux qui ne connaissent pas encore Nice de découvrir la ville sous son plus bel angle, la mer ! Et pour ceux qui la connaissent déjà, ils pourront s'émerveiller des conditions atmosphériques dont jouit la Côte d'Azur à cette époque de l'année. Les deux parcours vous permettront de découvrir le premier jour, en partant vers Saint-Jean-Cap-Ferrat, une côte plus sauvage abritant les magnifiques demeures de la Belle Époque nichées au cœur de la très belle rade de Villefranche-sur-Mer. Le deuxième jour, vous pourrez dé-

couvrir la célèbre baie des Anges avec la vue sur les montagnes enneigées. Les plus courageux pourront même se baigner dans la Méditerranée.



TRAVERSÉE DE LA BAIE DES ANGES



Mer



Double de mer, yole de mer à 4



- **RAMEURS :** 110 € sans hébergement, 3 repas
- **ACCOMPAGNATEURS :** tarifs identiques
- **LOCATION DE SIÈGES :** 90 sièges, 50 €



CLUB NAUTIQUE DE NICE

Martine Audoire
06 14 13 59 23
martine.audoire@gmail.com

HANDI-AVIRON

Martine Audoire



OFFICE DU TOURISME DE LA VILLE DE NICE

04 92 14 46 14
info@otcnice.com
www.nicetourisme.com

PROGRAMME PRÉVISIONNEL

JOUR 1

25 km

- 8h00 : accueil des participants.
- 9h30 : départ du club pour la découverte de la Côte en direction de Saint-Jean-Cap-Ferrat en passant par la rade de Villefranche.
- 11h30-12h00 : retour au club.

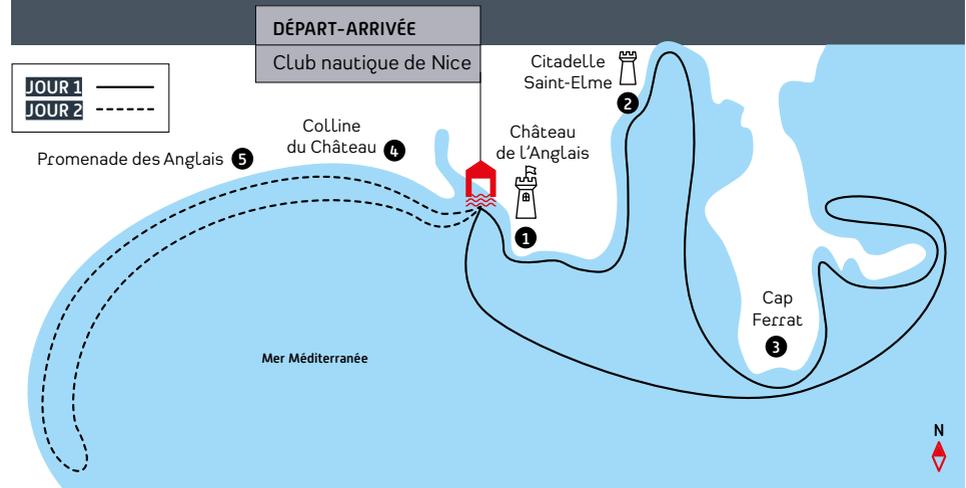
- Déjeuner et dîner au restaurant.

JOUR 2

12 km

- 8h00 : accueil des participants.
- 9h30 : départ du club pour la découverte de la ville de Nice par la mer en naviguant en baie des Anges.
- 11h30-12h00 : retour au club.

- Déjeuner au restaurant.



HANDI-AVIRON ET RANDONNÉES



Certaines randonnées sont proposées aux rameuses et rameurs en situation de handicap. Les différents lieux de pratique des randonnées ne sont pas tous adaptés, cependant l'organisateur fera de son mieux pour vous accueillir et vous faciliter l'accès tout au long de la randonnée.

Mais attention, s'il vous facilite l'accès, il ne dispose pas obligatoirement du matériel adapté et ne sera pas forcément en mesure d'accueillir tous les types de handicap.

Si l'envie de parcourir la France en ramant vous démange, n'hésitez pas à vous rapprocher des clubs et des organisateurs pour connaître leurs possibilités. Ils seront ravis de vous accueillir !



EN 2025, 14 RANDONNÉES PROPOSENT D'ACCUEILLIR DES RAMEUSES ET DES RAMEURS EN SITUATION DE HANDICAP

01 RANDONNÉE DES MIMOSAS

Olivier Descamps : olivier.descamps7@orange.fr

10 ÉTANG DE THAU : LE JARDIN DE LA MER

Josiane Velay : 06 19 75 51 80 - jvelay@sfr.fr

12 RANDO'CARRY LE ROUET

Dominique Guende : 06 17 50 29 83 - lavisourire13@gmail.com

17 LES 3 RIVIÈRES

Christine Celhaiguibel : 06 72 00 46 17

27 RANDONNÉE DES PASSERELLES DE MONTEYNARD

Hubert Jouvel : 06 26 07 56 34 - hubert.jouvel@gmail.com

28 LES CASTILLONNADES

Frédéric Dieudonné : 06 03 44 46 22 - sabine.dieudonne0146@orange.fr

29 LA MEUSE ET SES CITADELLES

Clotilde Averlant : 06 81 24 60 50 - caverlant@yahoo.fr

30 RALLYE DU CANAL DU MIDI

André Perrot : 06 70 81 33 74 - arm.perrot@orange.fr

32 LA PELLE DU PIED

Clotilde Averlant : 06 81 24 60 50 - caverlant@yahoo.fr

37 TRAVERSÉE DE PARIS ET DES HAUTS-DE-SEINE

Pedro Ferreira : 06 42 75 43 87 - pedrob311@gmail.com

42 RAND'EAU DU BEAUJOLAIS

Christine Ezerzer : 06 76 76 77 87 - randodubeaujolais@gmail.com

43 DESCENTE DE L'AA

Arnaud Blocklet : 06 01 43 20 49 - blocklet.arnaud@gmail.com

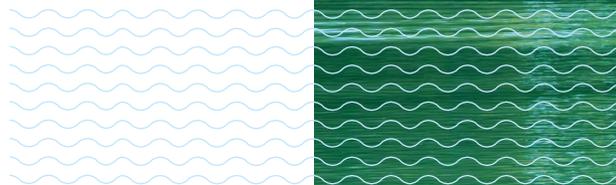
47 LES 3 RIVIÈRES D'AUTOMNE

Christine Celhaiguibel : 06 72 00 46 17

50 TRAVERSÉE DE LA BAIE DES ANGES

Martine Audoire : 06 14 13 59 23 - martine.audoire@gmail.com

LA CHARTE DE LA RANDONNÉE



Organiser une randonnée demande de mettre en place un certain nombre de règles et de moyens afin d'assurer les conditions d'une promenade aussi sûre que possible. Les organisateurs retenus pour le circuit Randon'Avicon assurent mettre en place ces conditions en remplissant au minimum les engagements énoncés ci-dessous. En échange, il est demandé aux participants de se tenir informés des caractéristiques de la manifestation à laquelle ils s'inscrivent et de souscrire aux conditions appelées dans cette charte.

LES ENGAGEMENTS DU RANDONNEUR

Le rameur randonneur reconnaît :

- Être en possession d'une licence de la FFA en cours de validité. (Les rameurs pratiquant à l'étranger et licencié d'une fédération nationale doivent être couverts en prenant un titre initiation, ainsi que les accompagnateurs non rameurs.)
- Savoir bien nager.
- Avoir un niveau de forme physique et de pratique en aviron suffisant pour accomplir le parcours (être au minimum titulaire du brevet aviron d'argent et brevet d'endurance de 25 km en bateau long).
- Respecter le code de la navigation en vigueur, les règles et consignes mises en place par l'organisateur.

À bord de chaque embarcation :

- Chaque rameur doit avoir à sa disposition une brassière de sécurité.
- L'équipage est muni d'écoques et d'une corde de 10 m de longueur et d'un diamètre de 10 mm pour amarage et remorquage éventuel. Selon la manifestation, une gaffe ou un compas peuvent être exigés.
- L'équipage nomme en son sein un chef de bord (qualifié et majeur) qui doit :
 - Veiller à la sécurité de l'équipage et au respect de la réglementation fluviale ou maritime.
 - Connaître le programme de la randonnée et les consignes de sécurité. Il assiste aux éventuelles réunions.
 - Vérifier l'état du matériel avant le départ.
 - S'assurer de l'expérience et de la compétence de ses équipiers et du barreur.

LES ENGAGEMENTS DE L'ORGANISATEUR

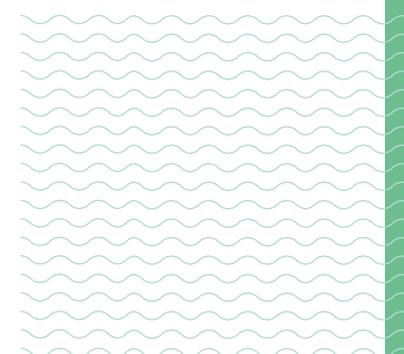
L'organisateur est une association membre de la FFA.

L'organisateur de randonnée s'engage à :

- Être en possession des autorisations administratives nécessaires.
- Avoir vérifié que tous les véhicules et installations fixes ou mobiles utilisés soient bien couverts par un contrat d'assurance.
- Mettre en place et maintenir durant toute la durée de l'épreuve une logistique et un dispositif de sécurité adapté en accord avec les autorités compétentes (police fluviale, affaires maritimes...).
- Préciser dans le programme envoyé aux participants, le caractère de l'épreuve (non compétitif), le type d'embarcations adapté au plan d'eau (mer, rivière, mixte...) ainsi que les aménagements éventuels à réaliser sur les embarcations (pontages, etc.).
- Avertir les participants des horaires et caractéristiques du parcours, des consignes de sécurité. Consigner ces informations dans un document écrit à transmettre aux chefs de bord avant le départ.
- Afficher et rappeler les informations concernant le parcours.
- Pour les randonnées en rivière, lac et mer, ainsi que sur les canaux sur lesquels on procède à l'éclusage, un nombre minimum de bateaux à moteur doivent assurer la sécurité.
- Sur les canaux de faible largeur, en l'absence d'éclusage des embarcations (le franchissement des écluses se faisant par portage), une sécurité « mobile » pourra être assurée depuis le chemin de halage.

10 RÈGLES SIMPLES POUR VOTRE SÉCURITÉ

- 01** Avant de partir vérifiez l'état de votre bateau ainsi que celui de l'ensemble du matériel embarqué (brassières, écoques, gaffe, bouts, etc.).
- 02** Prenez connaissance du parcours et des caractéristiques du bassin.
- 03** Respectez le code de la navigation et n'oubliez pas :
 - qu'en règle générale, dans les chenaux, la navigation s'effectue en tenant sa droite comme sur route ;
 - que la navigation commerciale et la navigation à voile sont prioritaires ;
 - que la navigation est interdite de nuit et par temps de brouillard.
- 04** Soyez vigilants à l'approche des barrages et respectez scrupuleusement les consignes données par les organisateurs pour le franchissement des écluses.
- 05** Quand vous circulez sur le chemin de halage, n'oubliez pas les autres promeneurs.
- 06** Évaluez régulièrement la force du courant et la profondeur de l'eau, ces deux facteurs peuvent varier d'un bief à l'autre.
- 07** Embarquez et débarquez contre le courant ou le vent dominant. Munissez votre barreur d'une pagaie pour pouvoir manœuvrer votre bateau lorsque les avirons sont "rentrés".
- 08** Quand vous croisez une embarcation qui crée une vague dans son sillage, si votre bateau n'est pas autovideur, placez-le parallèlement à la vague afin d'embarquer un minimum d'eau.
- 09** Si vous n'avez pas de barreur, retournez-vous régulièrement.
- 10** Ne perdez jamais les autres embarcations de vue.



Voies Navigables de France (VNF) est un établissement public, gestionnaire de la majeure partie du réseau fluvial français, qui exploite, modernise et développe 6 700 kilomètres de fleuves, rivières, canaux, près de 4 000 ouvrages d'art (écluses, barrages...) et 40 000 hectares de domaine public fluvial.

Les rameurs pratiquent sur ces voies d'eau et peuvent emprunter ces ouvrages, qui sont parfois des composantes de l'attractivité touristique de nos régions.

Voies Navigables de France et la Fédération Française d'Aviron œuvrent conjointement à développer la pratique de l'aviron de loisirs et de randonnée, tout en sensibilisant les rameurs à l'univers fluvial des voies d'eau, notamment par sa valorisation et sa protection. Par l'organisation de nos randonnées, nous nous attachons à développer l'offre touristique de nos territoires et à contribuer à la mise en valeur de l'utilisation de la voie d'eau.

LES POINTS RANDON'AVIRON

Vous n'avez pas pu vous libérer pour la randonnée du Chasselas ? Ou bien, vous rêvez de découvrir la Bretagne par la mer du côté de Trégunc ?

Rendez-vous dans les clubs Labellisés Point Randon'Aviron et profitez librement de leurs bassins et des curiosités offertes par leur région.

Il existe à ce jour 17 Points Randon'Aviron dans toute la France :

- 01 Cherbourg : Cherbourg Club Aviron de Mer
- 02 Fontainebleau-Avon :
Aviron du Pays de Fontainebleau
- 03 Hendaïe : Endaïka
- 04 Moissac : Association Nautique de Moissac
- 05 Nantes : Cercle de L'Aviron de Nantes
- 06 Saint-Cassien : Base de Saint-Cassien
- 07 Saintes : Club d'Aviron Saintais
- 08 Trégunc : Trégunc Aviron
- 09 Vouglans : Club d'Aviron de Vouglans
- 10 Embrun : Club d'Aviron d'Embrun
- 11 Sevrier : Aviron Sevrier Lac d'Annecy

FÉDÉRATION FRANÇAISE D'AVIRON

17 boulevard de la Marne
94736 Nogent-sur-Marne CEDEX
Tél. : +33 (0)1 45 14 26 40
Fax : +33 (0)1 48 75 78 75
contact@ffaviron.fr
www.ffaviron.fr

- 12 La Seyne-sur-mer : Aviron Seynois
- 13 Mulhouse : Rowing Club de Mulhouse
- 14 Cannes : Rowing Club Cannes-Mandelieu
- 15 Nogent-sur-Seine : Cercle de L'Aviron Nogentais
- 16 Strasbourg : Cercle de L'Aviron de Strasbourg
- 17 Cordelle : Comité départemental de La Loire

Toutes les informations sur les différents Points Randon'Aviron sur le site www.ffaviron.fr rubrique > Pratiquer l'aviron
> Programmes Fédéraux
> Point Randon'Aviron.