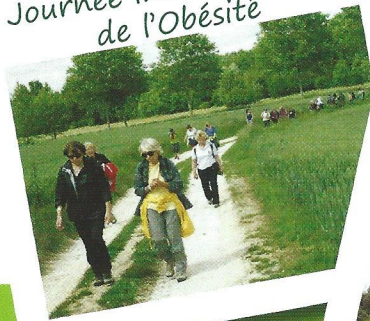


RANDO SANTÉ®

La Rando Santé® est une pratique adaptée à chacun de vous suivant votre âge, votre santé et votre condition physique. Ces randonnées se déroulent dans un cadre sécurisé et une ambiance conviviale avec des animateurs formés et compétents.

Le concept Rando Santé® est "moins vite, moins loin, moins longtemps". L'allure est modérée et adaptée à la personne du groupe marchant le plus lentement, souvent de 2 ou 3 km par heure sur de courtes distances et avec peu de dénivelé. Après cette balade, le groupe se retrouve parfois autour d'une pause gourmande.

Journée internationale de l'Obésité



Rando Santé® à Noisy-le-Grand



La Rando Santé® en Seine-Saint-Denis, c'est :

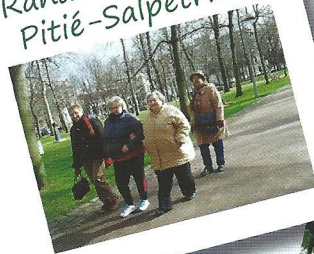
- Plus de 100 sorties par an
- 27 animateurs diplômés Rando Santé®
- 10 clubs labellisés dont le comité départemental
- 1 médecin fédéral

TOUTE NOTRE
ACTUALITÉ :

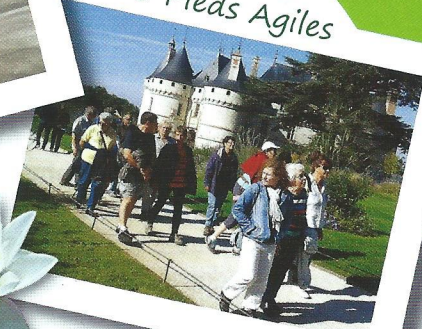
www.randopedestre93.fr



Rando Santé® à la Pitié-Salpêtrière



Week-end RS®
CRPC Pieds Agiles



Offrez la randonnée à votre santé !

La randonnée est accessible au plus grand nombre d'entre nous. A partir de 30 minutes par jour ou pratiquée régulièrement, elle maintient le bon fonctionnement de l'organisme. Quelle que soit votre condition physique, vous tirez bénéfice de la marche !

La randonnée est une activité peu coûteuse : des chaussures de sport suffisent le plus souvent.



Le label Rando Santé® est un gage de qualité.

Il vous garantit un réseau de clubs affiliés à la FFRandonnée qui suivent un cahier des charges précis en matière de sécurité et de Sport Santé. Il y a au minimum un animateur certifié Rando Santé® dans chaque club labellisé.

LE LABEL
RANDO SANTÉ®

FFRandonnée®
Rando Santé®