

# L'ADÉPÈCHE DU MIDI

## LOT

LUNDI 23 AVRIL 2018

Agence de Cahors, tél : 05 65 36 09 40 • redaction46@ladepeche.fr

**L'invitée de la semaine : Jamie Verbrugge**

# La rando n'a jamais aussi bien marché

Le comité départemental de randonnée pédestre du Lot sera en première ligne dans l'organisation de la Rando Occitane samedi et dimanche à Gourdon. Présidé par Jamie Verbrugge, le comité du Lot représente 23 clubs et 1 280 adhérents.

La randonnée dans le département du Lot a trouvé son terrain de prédilection. Les amateurs ne s'y trompent pas. Aux marcheurs qui par centaines arpentent chaque week-end les kilomètres de GR (chemins de grande randonnée) ou de PR (promenade et randonnée) viennent s'ajouter dès la fin de l'hiver des cohortes de pélerins foulant le GR 65. La randonnée n'est plus seulement la sortie du club des aînés, elle se diversifie et se dynamise pour séduire une « clientèle » plus jeune. Preuve de cet intérêt croissant pour ce sport loisir, samedi 28 et dimanche 29 avril, la Rando Occitane se déroulera à Gourdon sous l'égide de la FFRandonnée. Un rendez-vous que supervisera localement, Jamie Verbrugge, la présidente du comité départemental de randonnée pédestre du Lot.

**Quel est le rôle du comité départemental ?**

On représente les associations affiliées à la FFR. Il y a 23 clubs dans le département ce qui fait 1 280 adhérents plus tous ceux qui marchent seuls. Le nombre d'adhérents augmente d'une saison à l'autre ; au 31 août 2016, nous en avions 1238, leur nombre est passé à 1270, un an plus tard.

**Quelle est votre action auprès des clubs ?**

Nous avons un plan de développement pour les aider à former leurs animateurs afin de diversifier la pratique. On les invite par exemple à se former pour accueillir des personnes qui ont certaines pathologies, diabète, maladie cardiaque.



Jamie Verbrugge préside le comité départemental de randonnée du Lot depuis quatre ans. / Photo DDM, J.-M. F.

Avec la Rando Santé, on marche moins vite, moins longtemps.

**Y a-t-il des clubs labellisés Rando Santé dans le Lot ?**

Ils sont une demi-douzaine dans le département avec des encadrants spécialisés et formés.

**Les autres chemins de la diversification ?**

Nous incitons les animateurs et les clubs à développer la marche nordique, une marche avec un bon usage du bâton pour favoriser la propulsion et un déroulé de pas différent. La technique s'approche du geste athlétique. Quelques clubs la proposent, un seul ne fait que de la marche nordique, Les Sentiers Crays-sacois.

**Comment s'organise le suivi des sentiers et itinéraires ?**

Imaginez que nous avons dans le Lot 800 km de GR et pratiquement autant de PR. Nous avons une commission sen-

tiers et itinéraires avec un responsable qui fédère 25 baliseurs. On fonctionne en qualité d'experts sur le balisage en étroite collaboration avec Lot Tourisme. Lorsqu'on fait une veille sur un chemin, on ne laisse rien passer ; l'état des lieux est complet on le travaille comme s'il fallait à nouveau l'homologuer. Les baliseurs collecteurs comme moi, nous partons en équipe avec un GPS pour collecter toutes les données qui sont envoyées à la FFR pour la préparation du guide « Le Lot à Pied ».

**La randonnée est-elle une bonne affaire économique ?**

L'agence Lot Tourisme l'indique dans ses bilans. Le poids économique de la randonnée sont des millions d'euros, hébergement, nourriture, achats dans les commerces etc. Oui on peut parler d'une bonne affaire.

*Propos recueillis par Jean-Michel Fabre*

## GOURDON REÇOIT LA RANDO OCCITANE

La Rando Occitane fait étape à Gourdon ce week-end. **Samedi.** Rando à la journée. A 8 heures, accueil et inscriptions au stade de la Poussie. A 8 h 30, départ en covoiturage à Rocamadour ; rando Rocamadour (15 km) ou rando Abbaye Nouvelle (9 km) **Dimanche.** A 7 h 30, inscriptions stade de la Poussie. A 8 heures, départ circuit 21 km dont 15 le matin. A 10 heures, départ circuit 14 km dont 8 le matin. A 11 heures, départ circuit 10 km dont 4 le matin. A 12 heures, pique-nique à Payri-gnac. A 14 heures, départ circuit 6 km.