

VERNIS À ONGLES 16 testés, 8 à éviter

P. 52

TEST LABO

**Trop d'ingrédients
indésirables**



TESTS LABO

**APPAREILS
PHOTO
COMPACTS ET
TOUT-TERRAIN** P. 38



SALADES EN SACHET
p. 46



**SIÈGES
AUTO
ENFANTS**
p. 35



CRÈMES SOLAIRES

Les plus protectrices
pour les enfants P. 40



TEST LABO

LITTORAL

Des sentiers
à défendre P. 56



RANDONNÉE

DOSSIER
SPÉCIAL

TEST LABO

CHAUSSURES P. 32



Tests de produits, conseils, état des lieux...
tout sur la randonnée sur
url.quechoisir.org/rando549



P. ROYER/SAGAPHOTO

Cet été, des centaines de milliers de randonneurs se jeteront sur les 180 000 kilomètres de sentiers balisés que compte la France. Marcheurs du dimanche ou randonneurs chevronnés, ils sont attendus de pied ferme par de nombreux professionnels.

Mais attention, car si certains ont une vraie utilité pour tous, d'autres ne s'adressent qu'aux randonneurs réguliers. Pour vendre toujours plus de matériel, les pros du marketing ont une autre technique infailible : inventer de nouvelles activités et convaincre les nouveaux adeptes de la nécessité d'acquérir du matériel spécifique. Après le succès de la marche nordique, leur dernière trouvaille s'appelle le « fast-hiking ». Il s'agit d'un genre de marche rapide à mi-chemin entre la randonnée active et le trail (course à pied en pleine nature) qui, à en croire les fabricants, nécessiterait l'achat de chaussures adaptées et de sacs à dos spécifiques.

Des randonneurs chouchoutés

Les collectivités locales aussi ont vu tout l'intérêt qu'elles pouvaient retirer de la venue de randonneurs sur leurs territoires. Autour du lac d'Annecy, par exemple, le conseil départemental de Haute-Savoie a investi. Le balisage des sentiers a été refait, des aires de pique-nique ont été créées, des parkings aménagés. Un grand choix de documentation est mis à la disposition du public. Et ça marche. Selon l'office de tourisme, 53 % des touristes venant dans la région en profiteraient pour randonner. Hôteliers, restaurateurs, vendeurs de souvenirs, guides, musées... tout le monde en profite, dans les villes comme dans les endroits les plus reculés. « Des villages isolés réussissent à garder une épicerie ou un café ouvert grâce aux marcheurs et des producteurs locaux voient dans la randonnée de nouveaux débouchés », se félicite Robert Azaïs, le président de la FFRandonnée.

Les refuges de montagne sont également pris d'assaut, même si de nombreux randonneurs déplorent une hausse générale des prix. « C'est vrai que les

Les tarifs des refuges de montagne ont pris de l'altitude

tarifs des nuitées ont tendance à augmenter, reconnaît Jacques Piétu, fin connaisseur des refuges de montagne au Club alpin français, mais ces dernières années, un grand plan de réfection a été lancé et construire en montagne coûte cher. Il faut acheminer les matériaux par hélicoptère et les équipes travaillent dans des conditions difficiles. En plus, nous essayons d'apporter un peu plus de confort aux usagers en réduisant la taille des dortoirs, en proposant des cabines de douche fermées ou en augmentant le nombre de couchettes individuelles. Si l'argent est important, nous ne cherchons pas la rentabilité à tout prix. D'ailleurs, si certains refuges nous rapportent de l'argent, d'autres nous en coûtent. C'est une question d'équilibre. »



RANDONNÉE

Une affaire qui marche

CYRIL BROSSET

Il est 8 heures ce jeudi 12 mai. Ce matin, ils sont trois marcheurs du Club alpin français (CAF) d'Annecy (74) à s'être donné rendez-vous sur le parking du Petit-port, à la sortie de la ville. « Nous devions être plus nombreux, mais la pluie annoncée a engendré quelques défections », explique Martine Piétu. Randonneuse depuis toujours, cette jeune retraitée est devenue encadrante bénévole au CAF d'Annecy il y a cinq ans. C'est elle qui a organisé cette sortie en montagne. Un peu plus de deux heures et 800 mètres de dénivelé plus tard, le petit groupe rejoint le mont Veyrier avant de continuer son chemin vers le col des Sauts puis d'atteindre le mont Baron, point culminant de la randonnée à 1 299 mètres d'altitude. Après un bref arrêt à la plate-forme de l'ancien téléphérique, d'où se dévoile le Mont-Blanc par temps clair, le moment est venu de redescendre vers le point de départ. D'une durée de

6 heures mais sans grande difficulté, la traversée des arêtes du mont Veyrier est l'un des itinéraires les plus courus de la région.

Un gros gâteau à partager

« Découvrir de nouveaux paysages et prendre conscience de la beauté qui m'entoure sont les deux moteurs qui me poussent à randonner, confie Martine Piétu. Quand je marche, mon esprit s'évade, je me sens dans un état proche de la méditation. » Bonne pour le corps et l'esprit, la randonnée séduit aussi par son accessibilité. Pas moins de 180 000 km de sentiers balisés par la Fédération française de la randonnée pédestre (FFRandonnée) s'offrent aux marcheurs. De la balade de deux heures à la grande randonnée itinérante, avec ou sans dénivelé, en montagne ou au bord de la mer (lire l'article sur le sentier du littoral, p. 56), il y en a pour tous les goûts et tous les niveaux. En plus, itinéraires, temps de marche, voire tracés GPS sont disponibles sur Internet, dans les offices de tourisme ou dans les topoguides édités par la FFRandonnée.

Près de 20 millions de Français seraient adeptes de la randonnée. Parmi eux, une grande majorité de marcheurs du dimanche, mais aussi plus d'un million de randonneurs itinérants, prêts à marcher plusieurs jours. Même si la pratique n'impose pas un gros investissement de départ, la majorité d'entre eux, issus des CSP + (catégories socioprofessionnelles plutôt favorisées), seraient prêts à dépenser des sommes importantes pour assouvir leur passion. Cette manne attire de nombreuses convoitises. Notamment celle des équipementiers et des grandes surfaces spécialisées.

Dans les interminables rayons dédiés à la randonnée, il y en a vraiment pour tous les styles, tous les profils et toutes les bourses avec des produits toujours plus résistants, plus confortables, plus légers, plus pratiques. De nouveaux accessoires plus indispensables les uns que les autres font également leur apparition. « En ce moment, la tendance est aux objets connectés », commente Michaël Anthoine, conseiller technique à la FFRandonnée.

GRANDE RANDONNÉE

Des chemins qui valent de l'or
pp. 18-19

EN PRATIQUE

Remplir son sac
pp. 20-21

SECOURS EN MONTAGNE

Le prix de la gratuité p. 22

ORIENTATION

Les cartes et le territoire
p. 23

GRANDE RANDONNÉE

Des chemins qui valent de l'or

La marque Grande randonnée (GR) est le sésame qualité de la Fédération française de la randonnée pédestre. Balisés par 8 000 bénévoles et entretenus par les collectivités, ces itinéraires sont de véritables mannes économiques pour les territoires.

MORGAN BOURVEN

Qu'ils veuillent mettre leurs pas dans ceux de pèlerins, de personnages historiques ou de contrebandiers, les marcheurs peuvent toujours compter sur le balisage des itinéraires de Grande randonnée (GR) et Grande randonnée de pays (GRP). De foulée en foulée, 90 000 kilomètres de chemins s'ouvrent aux Français – l'équivalent de deux fois le tour de la Terre. En y ajoutant les itinéraires de Promenade et de randonnée (PR), le terrain de jeu double : 180 000 kilomètres de chemins sont balisés. Marque déposée par la Fédération française de la randonnée pédestre (FFRandonnée), les GR sont nés en 1947 à l'initiative de véritables pionniers, « à une époque où les Français avaient d'autres préoccupations que la marche », souligne Robert Azais, président de la FFRandonnée.

Le label GR est reconnu à l'étranger, où l'on réclame l'expertise française

L'objectif était de « remettre en valeur des chemins porteurs d'histoire » : le Sentier des douaniers, en Bretagne (GR 34) ; le Chemin des bonshommes, par lequel les Cathares persécutés s'enfuirent en Espagne (GR 107) ; l'itinéraire emprunté par l'écrivain écossais Robert Louis Stevenson dans les Cévennes (GR 70) ou encore la route Napoléon, dans les Alpes (GR 406)... 70 ans après sa création, le « label » GR est reconnu au-delà de nos frontières. La portion québécoise du Sentier

international des Appalaches (SIA) est devenue officiellement, en octobre 2015, le premier parcours homologué GR en Amérique du nord. L'expertise développée en France est également réclamée en Afrique du Nord ou en Corée du Sud, se félicite la fédération, qui y dispense des formations.

Un patrimoine à entretenir

« Il se crée moins d'itinéraires aujourd'hui, car un chemin est comme un équipement sportif : il doit être entretenu », observe Robert Azais. La FFRandonnée a défini des normes techniques nationales en matière de création et d'aménagement d'itinéraires : un cahier des charges évalue l'intérêt du parcours, sa diversité paysagère et culturelle, mais aussi la qualité du balisage et de l'entretien, la sécurité de l'itinéraire et les conditions de sa pérennisation. « Notre rôle s'arrête au moment où le chemin est prêt à être parcouru », prévient le président de la fédération. Seul le balisage est effectué par 8 000 bénévoles de l'association ; l'entretien quotidien des sentiers est placé sous la responsabilité des départements. Les marcheurs peuvent y participer et signaler les problèmes rencontrés grâce à des fiches « éco-veille » disponibles dans les offices du tourisme ou sur le site de la FFRandonnée. Le rebalisateur a lieu tous les trois ans environ. À cette occasion, les bénévoles évaluent le succès de l'itinéraire et son état. Le cas échéant, il peut être abandonné. La question s'est posée avec le GR 2013, né en 2013, dans le cadre de la série



M. COLIN/HEMIS



K. WOTHE/LOOK/PHOTONONSTOP

L'itinéraire emprunté par l'écrivain Robert Louis Stevenson avec un âne dans les Cévennes, en 1878, est devenu un chemin de Grande randonnée très prisé, le GR 70.

d'événements Marseille-Provence 2013, lorsque Marseille a été promue « capitale de la culture ». Après quelques mois de flottement, une fois cette année passée, l'itinéraire a été pérennisé par la création d'une association, le Bureau des guides, qui veille à le faire vivre. Si les collectivités sont volontaires pour s'engager, c'est que cette activité est source de recettes considérables. Des études menées en 2010, 2011 et 2012 par l'observatoire des Chemins de Stevenson estiment à 2,9 millions d'euros les retombées économiques annuelles liées à la randonnée pédestre itinérante sur ce GR. La dépense moyenne par randonneur y est de 48,90 € par nuitée et 467 € par séjour (une dizaine de jours). Puisque ce GR montagneux fait environ 250 km, l'observatoire en déduit que chaque kilomètre génère 12 000 € de retombées économiques pour les territoires (hébergement, transport et logistique, nourriture, etc.).

Des bénéfiques puissance 10

Pour l'association Grande traversée des Alpes, « un client itinérant dépense en moyenne 20% de plus qu'un client en séjour ». Même constat dans les Pyrénées. À l'été 2007, le comité départemental du tourisme (CDT) des Pyrénées-Atlantiques avait calculé que, dans la Vallée d'Aspe, chaque kilomètre d'itinéraire de randonnée représentait 500 € d'investissements pour les collectivités et 5 000 € de retombées économiques. Un ratio qui varie fortement selon les itinéraires : le conseil général de l'Ariège estimait, en 2009, qu'à l'échelle du département, chaque euro investi dans le développement de la randonnée en faisait rentrer quatre dans les caisses de l'économie locale. Sur le Chemin des bonshommes, le conseil général multipliait son estimation par dix : 1 € d'investissement rapportait 40 €. ♦

SAINT-JACQUES-DE-COMPOSTELLE

Les voies du Seigneur sont très rentables

Combien seront-ils cet été à s'engager sur l'un des quatre chemins de Compostelle ? En 2015, le bureau des pèlerins de la cathédrale de Santiago de Saint-Jacques-de-Compostelle, en Espagne, a remis plus de 262 000 certificats (dont 100 000 en juillet-août) à des voyageurs ayant parcouru au moins 100 km à pied ou 200 km à vélo. Sur des sentiers qui prennent parfois l'allure d'autoroutes, le business a tendance à prendre le pas sur la spiritualité. Car si 60% des pèlerins s'engagent dans cette aventure par quête de sens, la moitié en profite aussi pour découvrir le patrimoine bâti et naturel, à l'image de touristes « classiques ». Selon une enquête réalisée entre avril et août 2015 sur le GR 65 par l'agence de développement touristique Lot tourisme, 90% des randonneurs dépensent plus de 26 € par jour sur le chemin. Un tiers dépense plus de 46 €. Sur la seule portion de 155 km où a été menée l'enquête (soit 10% de la distance totale du pèlerinage), les 15 000 « jacquets » recensés en 2015 ont représenté 105 000 nuitées et une contribution touristique de 4,4 millions d'euros. Cette manne est importante pour les

villages traversés, qui y voient un moyen de pérenniser ici un bureau de poste, là une épicerie. Mais ce pactole fait des envieux et les exemples de détournements des chemins ne sont pas rares, en Espagne comme en France. En 2014, la communauté d'agglomération du Puy-en-Velay (Haute-Loire) a porté plainte contre une association pour balisage illégal : elle déviait les marcheurs en amont de la commune. Une compétition s'est aussi installée entre les hôteliers et les particuliers qui hébergent les pèlerins contre un « donativo », une participation libre aux frais. Des professionnels déplorent que cette tradition ancestrale d'accueil soit détournée par des gîtes non déclarés qui en profitent pour héberger parfois une dizaine de personnes par jour, contre rétribution. À Espeyrac (Aveyron), un gîte d'accueil chrétien a ainsi subi, en 2015, un redressement fiscal après avoir omis, pendant une décennie, de déclarer 24 000 € de « dons » par an. « Chemin business, voilà bien une expression récurrente utilisée par quelques pèlerins », regrette l'Hospitalité Saint-Jacques, à Estaing (Aveyron), qui appelle à « ne pas considérer le pèlerin comme un hôte ordinaire ».

Estaing, situé dans l'Aveyron, bénéficie du label « Les plus beaux villages de France ». C'est aussi une étape sur le chemin de Saint-Jacques-de-Compostelle.



P. JACQUES/HEMIS

EN PRATIQUE

Remplir son sac sans en avoir plein le dos

Après les chaussures, le sac à dos est l'accessoire indispensable du randonneur. Nos conseils pour vous équiper, sans que votre sac ne devienne une... charge.

Pour que la randonnée reste un plaisir, il est important de surveiller le poids de son sac. «*Nous ne sommes pas des sherpas! Un sac trop lourd fait souffrir et empêche d'apprécier la randonnée*», prévient Grégory Rohart, fondateur du site i-trekkings.net. Ce spécialiste de la marche conseille, au moment de préparer son sac, de classer son matériel en trois catégories : l'indispensable (sécurité, orientation, vêtements

chauds, abri), le confort (vêtements de rechange) et le superflu (ce que l'on emporte pour le plaisir, comme un livre ou du chocolat). «*Puis, après une première randonnée, on retire tout ce qui n'a pas été utilisé et n'est pas dans la catégorie "indispensable"*», préconise-t-il. Car s'il est possible de casser sa tirelire pour s'offrir de l'équipement ultraléger, le matériel qui pèsera le moins sur les épaules sera toujours celui qui reste à la maison.



LES VÊTEMENTS

Adoptez les trois couches

Lors de la marche, il est conseillé d'adopter une stratégie en trois couches. D'abord, un T-shirt respirant, puis une polaire et un coupe-vent imperméable et respirant (bannir le K-way, qui garde l'humidité). Le coton est à éviter, car il conserve l'humidité de la transpiration. Les vêtements en mérinos ont l'avantage d'être anti-odeurs et d'offrir une meilleure thermorégulation

que ceux en synthétiques. En revanche, ils sont plus lents à sécher, plus chers et plus fragiles que les synthétiques. Les fabricants proposent donc aujourd'hui des produits hybrides, 80% mérinos et 20% synthétiques. Quelle que soit la durée de la randonnée, quelques heures ou plusieurs jours, un coupe-vent imperméable doit être présent dans le sac. La météo est imprévisible!

LES BÂTONS

Apprenez à vous en servir

Les bâtons de randonnée permettent de soulager le dos d'une partie du poids du sac et sont donc d'autant plus nécessaires que le sac est lourd. Encore faut-il bien les utiliser : en cas de doute, demandez conseil à un

vendeur. Ils ne doivent pas être employés comme un déambulateur, mais suivre le balancier du corps. Préférez des bâtons télescopiques, qui pourront être rangés lors des passages difficiles et ne pas vous entraver.

LE SAC À DOS

Optez pour une taille adaptée au parcours

Un sac trop gros est une incitation à le remplir inutilement et un sac trop petit ne pourra pas forcément contenir l'indispensable. Le volume du sac doit donc s'adapter à la randonnée : une bonne idée est de faire son choix après avoir réuni l'ensemble de son matériel et d'avoir mesuré son volume à l'aide d'un sac-poubelle.

Si le volume nécessaire dépend de plusieurs critères (météo, type d'hébergement, polyvalence souhaitée...), on estime qu'un sac de 10 à 35 litres suffit pour une journée de marche. Pour une randonnée itinérante, de 35 (2 ou 3 jours avec nuits en gîtes) à 65 l (7 jours en autonomie complète) sont recommandés.

POIDS DU SAC Gare à l'excès!

Le poids du sac d'un marcheur doit être inférieur à 20% de son propre poids. Un randonneur de 65 kg ne portera donc pas plus de 13 kg, un autre de 80 kg évitera d'avoir plus de 16 kg sur le dos. Ce poids maximal recommandé

est trop souvent dépassé par les randonneurs itinérants. Or, au-delà de l'inconfort qu'il suscite, un sac lourd augmente le risque d'accident (chute, entorse...), use les cartilages et peut causer des tendinites ou des tassements de

vertèbres. Chez l'enfant, le sac doit avoir un caractère plus symbolique et ne pas dépasser 10% de son poids. Le centre de gravité ne doit pas être négligé et les équipements lourds seront placés près du dos, en milieu de sac.

L'INDISPENSABLE

Faites face à tout incident

Les randonneurs l'appellent le « fond de sac », puisqu'il ne doit pas le quitter. Il s'agit du matériel qui permet de faire face à un incident. La trousse de secours en est le premier élément. Elle contient vos médicaments (voir Conso pratique, p. 61), de quoi faire de la contention, des pansements, de quoi désinfecter et du petit matériel (ciseaux, tire-tiques, etc.). S'y ajoutent un sifflet (pour se signaler auprès des secours sans s'époumoner), une couverture de survie, une casquette,

un briquet, des lunettes de soleil, etc. Le matériel d'orientation est aussi indispensable : cartes ou topoguide (lire p. 23) et boussole. N'oubliez pas d'apprendre à vous en servir ! Ce n'est qu'une fois cet « indispensable » au fond du sac que vous pourrez réfléchir au superflu : appareil photo (lire notre test, p. 38), paire de jumelles (voir Conso pratique, p. 61), etc.



LES CHAUSSURES ET LES CHAUSSETTES

Choisissez-les avec beaucoup de soin

Premier accessoire du randonneur, les chaussures sont à choisir avec le plus grand soin : elles doivent être adaptées au pied et au type de randonnée auquel on s'adonne (lire notre test, p. 32).

Côté chaussettes, le synthétique tient mieux au pied et évacue mieux l'humidité que la laine. Attention, des chaussettes non prévues pour la randonnée peuvent favoriser l'apparition de

frottements ou d'ampoules. Astuce : avoir des paires variées, car si votre pied est victime d'un frottement avec un modèle particulier, le problème risque de se répéter avec une paire identique.



L'EAU ET LA NOURRITURE

N'en manquez jamais

Gourde, poche à eau ou simple bouteille en plastique : en randonnée, il est primordial de s'hydrater régulièrement, avec 1,5 à 3 litres d'eau par jour. Si vous craignez de manquer de quoi boire, des pastilles de décontamination d'eau vous permettront de vous ravitailler en toute sécurité. Même pour une courte sortie, mieux vaut prévoir un peu de nourriture, en cas de coup de fatigue ou de problème nécessitant une immobilisation.

SECOURS
EN MONTAGNELe prix
de la gratuité

Si le secours en montagne est gratuit, c'est aussi grâce à l'engagement total des équipes des PGHM.

CYRIL BROSSET

Il a fallu moins de 5 minutes à Dragon 74, l'hélicoptère de la sécurité civile de Haute-Savoie, pour faire la « jonction » jusqu'à l'hôpital d'Annecy, ce mardi 10 mai. Le parapentiste secouru, un Danois d'une trentaine d'années, souffre d'une fracture ouverte de la jambe à la suite d'une chute d'une vingtaine de mètres peu après son décollage. « Par la route, le transport aurait pris plus de 40 minutes. On n'hésite pas à utiliser l'hélicoptère si cela permet une prise en charge plus rapide du blessé », explique le médecin présent à bord. Installé sur la base de la sécurité civile de Meythet (74), l'équipage du peloton de gendarmerie de haute montagne (PGHM) d'Annecy intervient sur l'ensemble du département de Haute-Savoie et même un peu au-delà, à l'exception du massif du Mont-Blanc, couvert par le peloton de Chamonix. Au total, ces deux unités exécutent 1 200 missions par an. Outre cette activité record, les deux PGHM de Haute-Savoie se démarquent

On n'hésite pas à utiliser l'hélicoptère, même de nuit

années 50, après la mort de deux alpinistes au-dessus de Chamonix. Malgré dix jours de recherches et plusieurs tentatives de sauvetage, Jean Vincenzo, 24 ans, et François Henry, 22 ans, étaient morts de froid et d'épuisement. Le drame avait mis en lumière l'inorganisation des secours en montagne.

aussi par leur organisation. Quand un hélicoptère décolle, cinq membres d'équipage sont à bord : le pilote, le mécanicien de la sécurité civile, un gendarme, un pompier et le, plus souvent, un médecin. « Nous faisons en sorte que les équipes tournent entre Annecy et Chamonix, de manière à ce que chacun garde une bonne connaissance du terrain et une maîtrise du pilotage à haute altitude », explique le capitaine Patrick Poirot, à la tête du PGHM d'Annecy. « Une fois l'alerte lancée, il nous faut 5 à 30 minutes pour nous rendre sur place en fonction du lieu de l'accident », précise Michel Pierre, pilote et commandant de la base aérienne. Selon le terrain et l'état de la victime, l'hélicoptère se pose ou le blessé est hélitreuillé. » Formées et équipées pour voler à travers les nuages et de nuit, grâce à des jumelles à vision nocturne, les équipes interviennent 24 h sur 24, sauf en cas de mauvais temps.

Les randonneurs au centre des attentions

Dans ce paradis du vol libre, les équipes interviennent souvent sur des accidents de parapente. Trailers (coureurs), vététistes, chasseurs ou cueilleurs de champignons font aussi régulièrement appel à leurs services. Les secouristes du PGHM interviennent également sur des accidents de la route ou du travail, comme ce mercredi 11 mai où ils se sont rendus à Megève pour venir en aide à un menuisier tombé sur la tête d'une hauteur de 12 m. Endormi et placé sous sédatifs, l'homme a été emmené au plus vite à l'hôpital d'Annecy. Mais lorsque l'hélicoptère décolle, c'est la plupart du temps pour porter secours à des randonneurs qui se sont tordu la cheville après avoir glissé ou qui ne retrouvent pas leur chemin. Quels que soient la raison, la gravité et le temps nécessaire, aucune victime ne débourse le moindre centime. En France, le secours en montagne est totalement gratuit. Cette singularité, les équipes sur le terrain y tiennent plus que tout. « Nous disposons d'un système de régulation efficace qui nous permet de ne faire décoller l'hélicoptère que si nécessaire », explique Michel Pierre. Les abus sont finalement très rares. ♦



C. BROSSET

ORIENTATION

Les cartes
et le territoire

Carte papier, GPS de randonnée ou applications mobiles : les marcheurs ne manquent pas de choix pour se repérer. Une précaution indispensable.

MORGAN BOURVEN

Malgré les noms de rue, il est facile de se perdre en ville, alors en randonnée ! Les chemins pédestres évoluent au gré des balisages, des conditions météo ou des ventes de terrains. Une bonne carte fait donc partie de l'indispensable du randonneur, d'autant que la moitié des marcheurs déclarent emprunter parfois des sentiers non balisés.

GPS ou smartphone ?

Qu'il est loin le temps du « Bureau des itinéraires » de Michelin, qui répondait jusqu'en 1939 par courrier aux demandes des vacanciers. Aujourd'hui, les marcheurs ont souvent un GPS ou un smartphone, ce dernier ayant tendance à remplacer le premier. En général plus ergonomiques que les GPS de randonnée, les smartphones sont équipés de capteurs GPS permettant de se situer partout, même sans réseau. Attention : il faut avoir au préalable téléchargé la carte voulue, pour ne pas risquer de se voir localiser au milieu d'une page blanche. Face aux smartphones, les GPS ont plusieurs atouts :

robustesse, étanchéité, réseau étendu et, surtout, autonomie. Ils fonctionnent plusieurs jours, là où les téléphones peinent à tenir plus d'une journée. Or, avec un smartphone déchargé, impossible d'appeler des secours en cas de problème. Si vous utilisez votre téléphone comme GPS, « ayez toujours une batterie externe en réserve », insiste Michaël Anthoine, conseiller technique à la Fédération française de la randonnée pédestre.

Des prix trop élevés

« Le vrai problème du GPS de randonnée, c'est le prix des cartes à l'échelle 1/25 000, totalement exorbitant », nous a écrit Christophe, de Montrouge (92), suite à notre test de dix appareils (QC n° 538). La carte de France topographique de l'Institut national de l'information géographique et forestière (IGN) coûte de 219 € (chez Magellan) à 299 € (chez Garmin ou TwoNav). Des fabricants commercialisent les cartes des départements (de 29 à 39 €), mais d'autres ne proposent que des cartes régionales (de 109 à 199 €). Nombre de randonneurs se tournent



HIGHWAYSTARZ/ FOTOLIA

MONGR.FR

Un site officiel qui se faisait attendre

La Fédération française de la randonnée pédestre a lancé, le 1^{er} juin, le site MonGR.fr. Objectif : toucher le million de randonneurs itinérants non licenciés et centraliser toutes les informations utiles pour préparer une excursion. Jusqu'alors, les données officielles n'étaient disponibles que dans les topoguides de la

fédération. Tous les sites existants consacrés aux GR, tels que gr-infos.com, sont gérés par des collectivités ou des associations locales. MonGR.fr se présente comme « un outil à la fois incitatif et informatif », explique Thierry Leselier, responsable communication de la fédération. On peut y consulter gratuitement des traces GPX

(itinéraires lisibles sur les GPS), des informations sur les sentiers et une liste d'hébergements. Pour l'heure, seuls les GR les plus fréquentés sont détaillés, mais le site s'étoffera peu à peu. Un « pass GR » est proposé. Il permet de bénéficier pendant un an de réductions sur certains produits (cartes IGN, topoguides, vêtements, etc.).

donc vers OpenStreetMap⁽¹⁾ (OSM). Cette carte libre et gratuite peut être mise à jour et enrichie par ses utilisateurs. « Beaucoup de randonneurs utilisent nos données, pour une raison économique ou parce qu'ils trouvent un service qui n'existe pas ailleurs », explique Christian Quest, président de l'association OpenStreetMap France. Les marcheurs peuvent y partager leurs itinéraires et découvertes, les collectivités locales y mettre en valeur leur patrimoine... La cartographie OSM est transférable sur n'importe quel GPS et intégrée à de plus en plus de services, à l'instar du site ViaMichelin⁽²⁾. « Nous l'utilisons pour son détail et sa merveilleuse richesse dès que l'on sort du réseau routier », souligne Philippe Sablayrolles, responsable de la production cartographique chez Michelin. Loin de se formaliser du succès de ce

concurrent, l'IGN a annoncé, en mai, la mise à disposition de ses images aériennes à la communauté OSM.

L'IGN se met à la « rando »

Depuis un an, l'IGN a investi le secteur de la randonnée avec un portail, l'Espace loisirs⁽³⁾. On peut y consulter plus de 11 000 parcours, ajouter les siens et s'informer sur 4 000 points d'intérêt. L'IGN s'est entouré de plusieurs partenaires pour proposer 227 085 km de sentiers cumulés, dont ceux de Grande randonnée. L'Espace loisirs est accessible depuis un ordinateur, mais aussi des applications partenaires, telles iPhiGéNie (application de référence pour la randonnée), SityTrail Espace loisirs et TwoNav. ♦

(1) www.openstreetmap.org/
(2) www.viamichelin.fr/, option « carte outdoors »
(3) <http://espaceloisirs.ign.fr/fr/>

PGHM 60 ans de bons et loyaux services

En France, 21 pelotons de gendarmerie de haute montagne (PGHM) gèrent les secours en zones périlleuses (hors zones skiables). Ils ont été créés à la fin des

années 50, après la mort de deux alpinistes au-dessus de Chamonix. Malgré dix jours de recherches et plusieurs tentatives de sauvetage, Jean Vincenzo, 24 ans,

et François Henry, 22 ans, étaient morts de froid et d'épuisement. Le drame avait mis en lumière l'inorganisation des secours en montagne.

CHAUSSURES DE RANDONNÉE

Notre sélection comporte des chaussures plus ou moins rigides, pour de la simple balade ou des treks. Nos tests en laboratoire et sur le terrain montrent que les chaussures sont de bonne facture et remplissent leur office.

MORGAN BOURVEN, RÉDACTRICE TECHNIQUE GABRIELLE THÉRY



A. HUB/LAIF-REA

Un pas bien assuré

Pour partir du bon pied sur les chemins de randonnée, il convient d'être bien chaussé. Ce lien logique se retrouve dans les chiffres : sur un marché de la randonnée estimé à 700 millions d'euros, un tiers concerne les chaussures, le reste étant partagé entre les vêtements et les accessoires. L'offre en chaussures de randonnée est en évolution constante, du fait de nouvelles pratiques (trail, marche nordique, etc.) mais aussi de l'apparition de technologies innovantes. Les marques leaders, comme Quechua, Salomon, Tecnica, Meindl ou Asolo, savent s'y adapter. Nos tests montrent que les chaussures sont de bonne qualité, en particulier sur le plan technique (solidité, imperméabilité...). Sur certains critères, comme la solidité des tiges, les résultats sont mêmes meilleurs que lors de notre précédent comparatif, en 2012 (QC n° 505). Le test de souplesse opéré en laboratoire permet de scinder notre sélection en 2 groupes : 6 chaussures « souples », pour les randonnées faciles et moyennes, et 5 chaussures plus rigides et plus lourdes, pour les randonnées exigeantes de type trek, qui nécessitent de bons appuis sur la pointe. Les chaussures rigides ont été moins appréciées par le panel d'utilisateurs, car nos volontaires ne les ont pas testées en haute montagne, mais leurs performances sont tout de même reconnues. ♦

Sur le plan technique, la qualité est au rendez-vous

IMPERMÉABILITÉ Il n'y a pas que Gore-Tex

Une oreille attentive ne manquera pas de relever, dans les magasins spécialisés, une question récurrente des clients : « Ces chaussures sont-elles en Gore-Tex ? » Cette marque est associée à l'imperméabilité mais pas seulement. L'idée de Bob Gore a été de créer un tissu à la fois imperméable et respirant, c'est-à-dire qui permette d'évacuer la transpiration. Ce tour de force est possible grâce aux 1,4 milliard de pores microscopiques par centimètre carré que contient une membrane Gore-Tex. Ils sont 20000 fois plus petits qu'une goutte d'eau, ce qui empêche la pluie de passer à travers, mais 700 fois plus grands que la vapeur d'eau, ce qui favorise son évacuation. Pour utiliser des tissus Gore-Tex certifiés, les fabricants doivent payer une redevance à la marque.

Certains ont donc développé leur propre technologie. Chez Columbia, nos tests montrent que la membrane Outdry est efficace et permet de garder le pied au sec. L'eau demeure à l'extérieur et la sueur peut facilement s'échapper grâce à l'excellente respirabilité de la chaussure. De plus, cette dernière ne s'imbibe pas d'eau et reste légère même après une pluie battante. La membrane Novadry de Quechua (Decathlon) garde aussi les pieds au sec. Mais la respirabilité n'est pas le point fort des deux modèles de notre banc d'essai : elles sont dernières sur ce critère avec la paire de Mammüt, qui est, elle, équipée de Gore-Tex. Preuve que la membrane ne fait pas tout. Les lacets peuvent, par exemple, faire remonter l'eau par capillarité et mouiller les pieds.

CHAUSSURES DE RANDONNÉE (11 PAIRES TIGE HAUTE OU MID)

RANG	MARQUE	Modèle	PRIX	Existe en tige basse	Poids de la paire en 43	APPRECIATION GLOBALE															
						Membrane imperméabilisante	SOLIDITÉ	CONFORT	ESSAI PAR UN PANEL D'UTILISATEURS	APPRECIATION											
Pour la balade et les terrains modérés						NOTE SUR 20															
1	Meindl	Tampa GTX	199	-	1181	Gore-Tex	17,3	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★
2	Columbia	Conspiracy 3 Mid	110	●	753	Outdry	16,3	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★
3	Tecnica	Cyclone Mid 4 GTX	150	●	1022 (1)	Gore-Tex	15,7	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★
4	Salomon	Ultra Mid 2 GTX	150	●	954 (1)	Gore-Tex	15,5	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★
5	Merrell	Capra GTX cuir	170	●	985 (2)	Gore-Tex	13,1	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★
6	Quechua	Forclaz 500 (Decathlon)	70	●	1124	Novadry	13	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★
Pour les treks et terrains accidentés						NOTE SUR 20															
1	Lowa	Renegade Mid GTX	175	●	1231 (2)	Gore-Tex	17,6	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★
2	Asolo	Drifter	168	-	1311 (1)	Gore-Tex	15,7	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★
3	Hanwag	Tatra GTX	245	-	1696	Gore-Tex	15,3	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★
4	Mammüt	Ridge High GTX	185	●	1315 (1)	Gore-Tex	12,5	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★
5	Quechua	Forclaz 700 (Decathlon)	90	●	1071	Novadry	12,3	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★

LIRE LE TABLEAU

Le laboratoire vérifie les éléments de solidité (collage, déchirure, abrasion) et de confort (imperméabilité, amorti, respirabilité, absorption sueur). Et trois néophytes testent chaque modèle sur 50 km environ.

SOLIDITÉ Tige. Pour évaluer sa résistance, on mesure, par traction, la force nécessaire pour déchirer un échantillon. **Doubleure et 1^{er} de propreté.** Un test de résistance à l'abrasion reproduit l'usure due aux

mouvements répétés de la chaussette. **Semelle d'usure.** On mesure la perte de volume d'un échantillon frotté sur un papier abrasif, sur 40 m (test de résistance à l'abrasion). **Collages.** Ceux de la tige/intercalaire, intercalaire/

semelle, bout) sont soumis à une traction. **CONFORT Souplesse longitudinale.** On mesure la force nécessaire pour plier la chaussure à 45° selon l'axe de flexion naturel du pied. Le résultat est exprimé en décanewton (daN). Au-delà

de 3 daN, la chaussure est rigide et plutôt destinée aux treks en terrain difficile. **Imperméabilité.** La chaussure est placée dans un bac contenant de l'eau. Des rouleaux humidifiés frottent chaque côté de la chaussure. Le cas échéant, le temps de traversée de

l'humidité et la quantité d'eau absorbée sont mesurés. **Respirabilité.** Une chaussette positionnée à l'intérieur d'une chaussure est remplie d'eau à 34 °C et sa durée de séchage : plus elle absorbe, mieux elle garde le pied au sec;

Absorption de la sueur de la semelle intérieure. Un appareil humide simule le mouvement du marcheur sur un échantillon de la semelle. Sont mesurées l'absorption de la semelle et sa durée de séchage : plus elle absorbe, mieux elle garde le pied au sec;

plus elle sèche vite, moins les bactéries prolifèrent. **Amorti (absorption des chocs).** On génère un choc à la base de la semelle et l'intensité ressentie par le porteur est mesurée. Plus elle est faible, meilleur est l'amorti de la chaussure.

(1) en 43 1/3 (2) en 43,5
● oui; - non.
★★★ TRÈS BON
★★ BON
★ MOYEN
■ MÉDIOCRE
■ MAUVAIS



Meindl Tampa GTX 199 € | ★★★ | 17,3/20

► Modèle classique de l'Allemand Meindl, la Tampa GTX est destinée aux randonnées légères et aux promenades sur terrain en bon état. En laboratoire, les tests démontrent sa qualité de fabrication : les collages sont solides, la doublure et la 1^{re} semelle de propreté supportent bien l'abrasion, et la tige résiste à la déchirure. Seule la semelle Vibram s'use un peu plus vite que sur d'autres modèles de notre sélection, tout en offrant des performances correctes. Sur la route, nos marcheurs ont trouvé la Tampa légère, malgré son poids de plus de 1 kg. Cela prouve que le confort est là. Ce modèle présente un amorti satisfaisant et durable au niveau du talon. Le pied reste au sec en toutes circonstances et la sueur s'échappe facilement, car la chaussure est respirante. Ses défauts : elle n'est pas très souple, ce qui fait que le contact avec le sol est un peu rude, et nos testeurs ont jugé la semelle glissante sur sols durs et mouillés.



Columbia Conspiracy 3 Mid 110 € | ★★★ | 16,3/20

► Destinée au trail (course) et à la randonnée légère, la Conspiracy 3 Mid de Columbia est souple et légère. Nos testeurs notent que le relief sous le pied se ressent très bien, ce qui destine ce modèle à des terrains peu accidentés. Son amorti est satisfaisant et durable. En laboratoire, les différents composants de la chaussure ont montré leur durabilité, que ce soit la tige en Mesh respirant avec renforts en textile soudés, la semelle extérieure, la doublure, la semelle intérieure et les collages. La semelle intérieure n'absorbe pas beaucoup de sueur mais la bonne respirabilité de la chaussure garantit un confort hygiénique. Le point faible de ce modèle se situe dans le laçage : non seulement il est pénible à effectuer, mais en plus il se desserre facilement et n'empêche pas les petits cailloux d'entrer par le haut de la chaussure. À noter : ce modèle en tige Mid (moyenne) va être arrêté en 2016, mais il continuera d'exister en tige basse.



Lowa Renegade Mid GTX 175 € | ★★★ | 17,6/20

► Véritable best-seller dans sa catégorie, la Lowa Renegade se destine aussi bien aux randonnées en moyenne altitude qu'à de petites excursions en famille. Cette polyvalence est due à sa semelle, suffisamment rigide pour des terrains techniques, mais assez souple pour être agréable lors de petites balades. Les tests en laboratoire et le jury d'utilisateurs sont formels : la chaussure est pratique, durable, confortable, imperméable tout en laissant le pied respirer. Son statut de référence dans le domaine de la randonnée n'est donc pas usurpé ! Le jury note aussi que le pied est bien maintenu pendant la marche. Bon point : la Renegade Mid GTX existe en trois largeurs et avec une forme spécifique pour les femmes, ce qui permet réellement de trouver chaussure à son pied. Seuls légers défauts : l'amorti n'est pas son fort, comme c'est généralement le cas sur les chaussures rigides, et la semelle peut être glissante sur sol mouillé ou accidenté.

TROUVER CHAUSSURE À SON PIED

Chaque pied est différent, mais le nombre de modèles de chaussures sur le marché est limité. Le choix d'une paire est donc affaire de compromis. Nos conseils pour ne sacrifier ni le confort ni la technicité.

Encore trop de personnes estiment qu'il est « logique » d'avoir mal aux pieds à l'issue d'une randonnée, *a fortiori* quand les chaussures sont neuves. C'est faux : en traitant ses pieds avec égards dès le choix de sa paire de tatanes, le marcheur réduira le risque d'enquinements (ampoules...) et d'accidents (entorse, chute, etc.). Le choix des chaussures se fait en fonction de l'utilisation, de l'aisance et de l'expérience du randonneur.



Les ampoules ne sont pas une fatalité.

Des chaussures pour quel usage ?

Les chaussures à tige basse sont destinées à la balade. Légères et souples, elles conviennent bien aux promenades sur chemins faciles avec peu de dénivelé. Les chaussures de randonnées polyvalentes sont en général à tige moyenne (« mid »). À mi-chemin entre les chaussures de balade et celles de trek, elles maintiennent mieux la cheville et assurent une bonne adhérence, tout en restant légères. Les chaussures de trek sont plus hautes, complètement rigides et le plus souvent imperméables.

Plus lourdes et à l'épreuve du temps, elles s'adaptent aux longues marches avec des sacs lourds sur des terrains difficiles et des conditions climatiques variables. Il existe aussi d'autres types de croquenots, comme les chaussures de trail. Elles ont l'aspect de chaussures de running tige basse mais sont renforcées et offrent une meilleure accroche et adhérence. Ces chaussures assez polyvalentes peuvent être utilisées en balade, pour de petites courses, ou à VTT.

Un peu de technique

On détermine le type de randonnée auquel la chaussure convient en observant sa réaction à la torsion latérale : s'il est facile de la tordre, cela signifie qu'elle ne garantit pas un bon maintien sur les terrains accidentés ou glissants. Elle est donc réservée à la petite randonnée ou bien aux personnes expérimentées sûres de leurs appuis. Lorsque la chaussure résiste à la torsion, sa rigidité la rend apte à un usage sur des terrains plus difficiles (rochers, pente...). La semelle assure l'amorti. Elle est habituellement peu épaisse sur les chaussures à tige basse, car ces modèles visent plus la précision et le contact avec le terrain. Les semelles d'usure



Les lacets, bloqués par des crochets, verrouillent la cheville.

tendres sont faites pour les terrains plats. Les semelles dures, avec des crampons épais, sont conçues pour la montagne. Les lacets doivent être maintenus par de petits crochets autobloquants, qui verrouillent la cheville. Il faut bien serrer les lacets pour assurer un bon maintien, sans toutefois comprimer la cheville. Les tiges basses peuvent être dotées du « laçage rapide ». Il s'agit d'une sangle qui assure le laçage, sans nœud à faire.

À vos marques !

Il existe une trentaine de marques de chaussures de rando. « Chacune à son empreinte », explique David Genestal, créateur de la chaîne YouTube Carnets de Rando. *Les marques italiennes taillent fin, les allemandes sont plus larges...* Si la pointure a son importance, « il faut raisonner aussi en termes de volume de pied : certains ont de gros oignons et d'autres des chevilles

de danseuses », souligne-t-il. Si l'on est satisfait d'une paire, il peut donc être intéressant de renouveler ses chaussures dans la même marque. De celle-ci dépendra aussi la peinture, qui peut être classée selon des normes anglaises ou américaines, avec quelques millimètres de différences avec les tailles européennes. Impossible, donc, d'acheter une paire sans l'essayer.

Les bons gestes en magasin

Il est préférable d'essayer des chaussures dans l'après-midi, voire en début de soirée, car le pied a tendance à gonfler dans la journée et à devenir plus sensible. Venez avec les ongles courts, mais pas coupés à ras, et avec une paire de chaussettes adaptées à la randonnée. Les pieds n'étant pas toujours identiques, l'essayage se fait

avec les deux chaussures. Attachez les lacets sans comprimer vos pieds : lors de la marche, le talon ne doit pas se soulever de plus de 5 millimètres. Prenez le temps de marcher dans le magasin sur une surface dure : la moquette peut fausser les sensations. Les magasins spécialisés sont dotés de plans inclinés, pour simuler des pentes : dans cette position, vos orteils ne doivent pas buter à l'avant de la chaussure. Le poids du sac à dos modifie l'appui, il est intéressant d'essayer les chaussures avec une charge typique pour mieux apprécier le confort.

Mettez des chaussettes de randonnée pour essayer.



Les options utiles

Les semelles de propreté absorbent et évacuent la sueur. Elles sont d'ordinaire amovibles et facilement remplaçables si leurs performances déçoivent. En général, celles fournies par défaut sont souples et ne maintiennent que très légèrement la voûte plantaire. Les semelles rigides assurent un vrai maintien et celles sur mesure sont conseillées aux personnes ayant des pieds creux ou plats. La prise d'empreinte se fait en quelques

minutes. Le côté imperméable de la chaussure peut être intéressant pour les randonnées longues ou dans les zones où la météo est variable. Attention, les membranes de type Gore-Tex n'empêchent pas d'avoir les pieds mouillés s'il y a trop d'humidité extérieure qui sature le tissu et empêche la sueur d'être évacuée. À noter que, parfois, la membrane ne couvre pas toute la chaussure. Les pare-pierres à la pointe de la chaussure sont indispensables pour la randonnée en montagne.

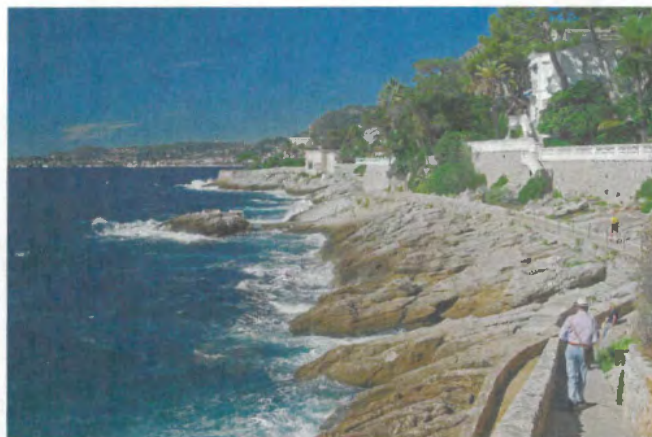


D. SCHNEIDER/PHOTONONSTOP

du littoral breton. Avec ses 12 km de linéaire côtier, celle qu'on a surnommée la perle de la Côte d'Émeraude offre des panoramas impressionnants... si ce n'est que le littoral n'est pas accessible partout. Le premier arrêté préfectoral de 1982 fut annulé pour vice de forme. Ensuite, rien n'a bougé pendant plus de vingt ans alors qu'un ancien ministre de l'Environnement, Brice Lalonde, a fait deux mandats de maire ! Le préfet a pris un nouvel arrêté en 2015. Aussitôt, des propriétaires de résidences secondaires situées en front de mer l'ont attaqué. Néanmoins, leurs recours ne sont pas suspensifs, les portions de sentier manquant pourraient ouvrir dès maintenant. Saint-Briac, c'est vraiment un concentré de tous les obstacles qu'on peut rencontrer dans la mise en œuvre de la servitude de passage le long du littoral. »

Des élus ouvrent le chemin

On trouve aussi des élus convaincus de l'intérêt du sentier. Dans le Morbihan, l'infatigable président des Amis des chemins de ronde, Marie-Armellé Echard, note une évolution positive : « Le conseil départemental et la plupart des maires ont compris son intérêt touristique. Dans le golfe du Morbihan, les interruptions se font rares. Crac'h, la dernière commune récalcitrante du Pays d'Auray, a même accepté l'étude du sentier fin 2015. Mais on doit toujours lutter contre des résidents qui bloquent le passage. À Penestin, le nouveau propriétaire de l'ancien corps de garde qui occupe la pointe de Loscolo était soumis à la servitude de passage, l'acte de vente précisait même que le vendeur avait perdu tous ses recours. Il a pourtant barricadé son terrain, fermé l'accès au littoral, et le maire ne trouve rien à redire au comportement de ce conseiller municipal. Mais ces cas-là sont de moins en moins nombreux. Notre force, c'est la popularité du sentier du littoral. Tout le monde se l'est approprié, les gens y sont très attachés, ils nous signalent les problèmes et les obstacles, nous intervenons auprès de la DDTM et des maires. » Les résistances peuvent néanmoins rester vives. À l'Île aux Moines, une des merveilles du golfe du Morbihan, Denise Rivière avait porté le projet à bout de bras et réussi à ouvrir le sentier



ZINTMEYER/ALPACA/ANDIA

sur 15 km lorsqu'elle était adjointe au maire de 2001 à 2008. « Mais sur les kilomètres restants, précise-t-elle, les résidents s'étaient mobilisés pour qu'il ne passe pas. Depuis 2008, rien n'a avancé. Le maire et le conseil municipal se contentent du statut quo. Quant à la DDTM, elle intervient si les élus sont convaincus. »

L'érosion grignote le sentier

Et puis, le sentier du littoral doit faire face à un ennemi redoutable, l'érosion. « On a cessé d'éditer le topoguide du sentier du littoral varois tellement il pose de problèmes, déplore Jean-Claude Condoure, le président de la commission sentiers de la Fédération de la randonnée pédestre du Var. On a d'une part l'érosion de la côte qui s'accélère, et d'autre part les inondations. Quand l'eau dévale des collines jusqu'au littoral, ça ravine et ça fait de gros dégâts sur le tracé. Résultat, les maires prennent un arrêté d'interdiction à chaque éboulement, on tombe sur des panneaux d'interdiction, des barrières de protection. Comme la remise en état est coûteuse, personne ne veut la prendre en charge. En dehors de la communauté d'agglomération Toulon-Provence-Méditerranée qui gère ses sentiers, la DDTM renvoie vers le conseil départemental, qui transfère aux communes. Or le sentier du littoral n'est pas une priorité financière pour les maires, ils préfèrent en interdire l'accès plutôt que budgéter son entretien. » Sans compter les abus, toujours d'actualité dans le Var. « À Carqueiranne, des constructions récentes s'accaparent leur bout de littoral et privatisent leur accès à la mer en toute illégalité, empêchant le passage du sentier. J'ai alerté les autorités voilà déjà six mois, j'attends encore la réponse », souligne Jean Ecochard, le très actif président de Mart, une fédération d'associations qui veille sur la rade de Toulon et le littoral varois. Là comme ailleurs, les services de l'État se désengagent, souvent faute de moyens. Du nord au sud, le sentier doit surtout compter sur les associations qui le défendent face aux égoïsmes et aux passe-droits. Mais avec l'érosion qui s'en mêle et qui impose à chaque fois un report de la servitude de passage, donc une nouvelle enquête publique suivie d'un arrêté préfectoral, assurer sa continuité reste un vrai défi. ♦

La Bretagne (photo de gauche) propose de longues et belles randonnées en bord de mer. En revanche, dans les Alpes-Maritimes (ci-dessus), très bétonnées, le front de mer est presque entièrement privatisé (en toute illégalité !) et les possibilités de balades sont très rares.

Un droit de passage garanti par la loi mais toujours menacé

Le sentier du littoral a beau être plébiscité tant il offre de belles randonnées au plus près des côtes, il peine parfois à s'imposer.



SENTIER DU LITTORAL

Un acquis à défendre

C. GUY/HEMIS

ÉLISABETH CHESNAIS

Le sentier du littoral? Un succès phénoménal. Entre locaux et touristes, des millions de promeneurs et randonneurs l'arpentent chaque été. Tout a commencé il y a 40 ans, en 1976, avec la création de la servitude de passage des piétons le long du littoral (SPPL). Elle impose un droit de passage sur les parcelles privatisées du bord de mer. Le sentier du littoral peut ainsi reprendre le vieux tracé du chemin des douaniers, créé sous la Révolution pour surveiller les côtes avant d'être oublié au profit de l'urbanisation et de la privatisation du littoral sur les secteurs les plus prisés. Dix ans plus tard, l'emblématique loi littoral de 1986 enfonçait le clou en exigeant le cheminement continu des piétons sur l'ensemble du linéaire côtier.

À ce jour pourtant, randonner en front de mer sans être interrompu ou détourné vers l'intérieur des terres demeure impossible. Certains maires et départements jouent le jeu, d'autres pas. Légalement, c'est aux directions départementales des territoires et de la mer (DDTM) d'ouvrir la servitude de passage sur leur linéaire côtier. Quand les élus locaux sont convaincus de l'intérêt touristique du sentier, tout se passe bien, le préfet prend un arrêté qui officialise le tracé et on crée le sentier. À l'inverse, si les maires préfèrent défendre les intérêts des résidents secondaires qui se sont approprié le front de mer et refusent de laisser le passage sur les

3 mètres légaux de la servitude, le sentier n'existe pas ou s'interrompt. Les DDTM ayant pour consigne de travailler en bonne intelligence et en concertation avec les élus locaux, les fonctionnaires vont au plus facile. Ils ouvrent là où le sentier fait l'unanimité, pas ailleurs.

Des propriétaires récalcitrants

Président des Amis des chemins de ronde d'Ille-et-Vilaine, Patrice Petitjean a beau avoir été avocat général et procureur de la République, il s'étonne encore de voir des particuliers et parfois des élus locaux refuser d'appliquer la loi et les arrêtés préfectoraux. «Du Mont Saint-Michel à Saint-Briac-sur-Mer, une grande partie de notre littoral est ouverte mais il reste des interruptions du cheminement imposé par la loi, c'est inacceptable. On recense plusieurs points noirs à Saint-Malo, avec des secteurs où le tracé quitte le bord de mer. Il arrive même qu'on soit déporté à 800 mètres de la côte sur une route goudronnée! Ces incohérences, on les doit à des propriétaires qui usent de leurs relations pour échapper à la servitude et continuer à refuser l'accès au littoral. Ailleurs, par endroits, des résidents bloquent le sentier à coups de barrières, de murs de pierre ou de branchages. On a même une piscine construite illégalement sur son tracé. Toutes ces anomalies, on les signale à la DDTM, au conseil départemental ou aux municipalités, qui soutiennent souvent notre action. Mais notre plus gros problème, c'est Saint-Briac-sur-Mer, un des joyaux >>>

Si vous aimez la randonnée en bord de mer, voici un rapide tour de France pour vous aider à choisir votre prochaine excursion.



AU FIL DU LITTORAL

Notre guide des sentiers

Dans la Somme ☺

Le sentier du littoral est presque un nouveau venu sur la côte picarde, il n'a été terminé qu'en 2013. Les sites du Conservatoire du littoral, notamment le parc du Marquenterre, valaient déjà le détour, désormais le sentier permet de parcourir 52 km de littoral en continu, du Crotoy à Mers-les-Bains, dans des paysages variés de falaises, de dunes et de plages... Si ce n'est que l'érosion a déjà fait des dégâts. À peine ouvert, il est

fermé entre Ault et Mers-les-Bains. Le recul du trait de côte est plus rapide que prévu, il provoque l'éboulement de falaises crayeuses. Il faut reculer la servitude de passage à 40 m minimum du bord de falaise pour garantir la pérennité du futur sentier! Les éboulements de falaises ont lieu également dans le département voisin de la Seine-Maritime, du Tréport à Criel-sur-Mer, où le sentier a dû être fermé aussi.

Dans la Manche ☺

Le Cotentin ayant un littoral peu urbanisé, la création du sentier du littoral y a sans doute été plus facile qu'ailleurs, mais c'est une belle réussite. Celui du nord Cotentin fait le tour de La Hague dans des paysages de criques et de caps somptueux,

avant de perdre un peu de son charme en approchant les sites nucléaires. Interrompu par endroits sur la côte ouest, le sentier reprend en continu dans le sud et la baie du Mont Saint-Michel. Il est en partie commun au GR 223.

En Bretagne ☺

Le littoral des quatre départements bretons se prête à merveille à la randonnée. En dépit des obstacles ici et là, de maires récalcitrants, de l'érosion qui interdit l'accès au sentier par endroits et de portions manquantes tant dans le Finistère que les Côtes-d'Armor, de vastes tronçons sont ouverts un peu partout. Le chemin de grande randonnée

GR 34, qui parcourt tout le littoral breton, s'est d'ailleurs sérieusement rapproché de la côte grâce aux multiples ouvertures de sentiers. La plupart des îles bretonnes ont le leur, on peut même faire le tour de Belle-Île, un superbe parcours. À ne pas manquer non plus, le tour du golfe du Morbihan, presque achevé en dépit de multiples résistances.

Dans les Pyrénées-Atlantiques ☺

Malgré la forte urbanisation de son littoral, le département est parvenu à créer un sentier du littoral sur 25 km en continu de Bidart à Hendaye. Mieux vaut l'emprunter dans le sens nord-sud, pour profiter du panorama sur l'océan et sur

la chaîne des Pyrénées. «Un très beau sentier qu'on peut emprunter par bouts et qui permet une belle découverte du littoral de la côte basque», confirme Alain Butori, baliseur au comité départemental de la randonnée pédestre.

Dans les Bouches-du-Rhône ☺

Incontournables même s'ils sont difficiles, les sentiers des calanques de Marseille à Cassis.

Environ 20 km de cheminements historiques sur un littoral incomparable.

Dans le Var ☺

Le tracé n'est pas toujours continu, que ce soit sur les communes du Lavandou et de Bormes-les-Mimosas, ou sur le territoire de Toulon-Provence-Méditerranée. «Il devrait y avoir continuité du sentier de Six-Fours à Carqueiranne, souligne Jean Ecochard, mais elle est loin d'être assurée.» Et puis, le sentier du littoral est à la fois victime de l'érosion et des inondations, aggravées par l'imperméabilisation des sols sur les collines urbanisées. «Les interruptions de sentier

deviennent multiples, mais là où on passe, c'est magnifique», assure Jean-Claude Condore, président de la commission sentiers de la Fédération de la randonnée pédestre du Var. Il existe encore des cheminements continus, praticables et superbes: - le sentier de la presqu'île de Giens; - les sentiers des îles de Porquerolles et de Port-Cros; - le sentier de La Londe-les-Maures au fort de Brégançon; - le sentier du cap Lardier à Saint-Tropez.

Ceux qui manquent ou de peu d'intérêt ☹

EN SEINE-MARITIME. Le département s'est longtemps contenté du GR 21, qui ne longeait la mer que sur 25 km, alors que la côte d'Albâtre en compte 130! Le projet de sentier prévoit désormais de la parcourir à moins de 50 m du trait de côte.

EN LOIRE-ATLANTIQUE. Un littoral très urbanisé, le sentier se résume souvent à des promenades urbaines. Une exception à Pornic, avec un beau sentier côtier de 14 km jalonné de criques. **DANS LES LANDES.** Aucun problème pour cheminer le long du littoral à l'exception des zones militaires. C'est en permanence le long d'immenses plages bordées de pinèdes, la randonnée y présente peu d'intérêt.

DANS LES ALPES-MARITIMES. Impossible de parler d'un sentier digne de ce nom sur ce littoral de la Côte d'Azur urbanisé à presque 100%. Il existe quelques tronçons autour des caps. Voilà dix ans qu'un sentier du littoral doit aussi relier Villefranche-sur-Mer à Nice. «Mais on n'y arrive pas, les riverains bloquent le passage et l'administration n'impose rien, dénonce Jean Clary-Bousquet, le président de l'association Cesam (Caps et sentiers des Alpes-Maritimes). Il faudrait engager des actions en justice mais nous manquons de soutien. Ici, quand on est riche et puissant, on ne laisse pas passer le sentier. Les gens ont tellement l'habitude de voir les propriétaires influents ou connus accaparer le littoral que ça leur paraît assez naturel!»

