



# La marche avec bâtons dynamiques

Webinaire

30 janvier 2025

# MARCHER

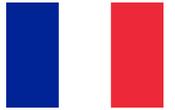
TOUS, TOUT LE TEMPS, PARTOUT !

# SOMMAIRE

- 1 Présentation du webinaire & introduction
- 2 Qu'est-ce que les « bâtons dynamiques » ?
- 3 Un réseau de référents
- 4 Les formations bâtons dynamiques
- 5 Les aides en direction des clubs
- 6 Le partenariat fédéral avec BungyPump France
- 7 Q&R

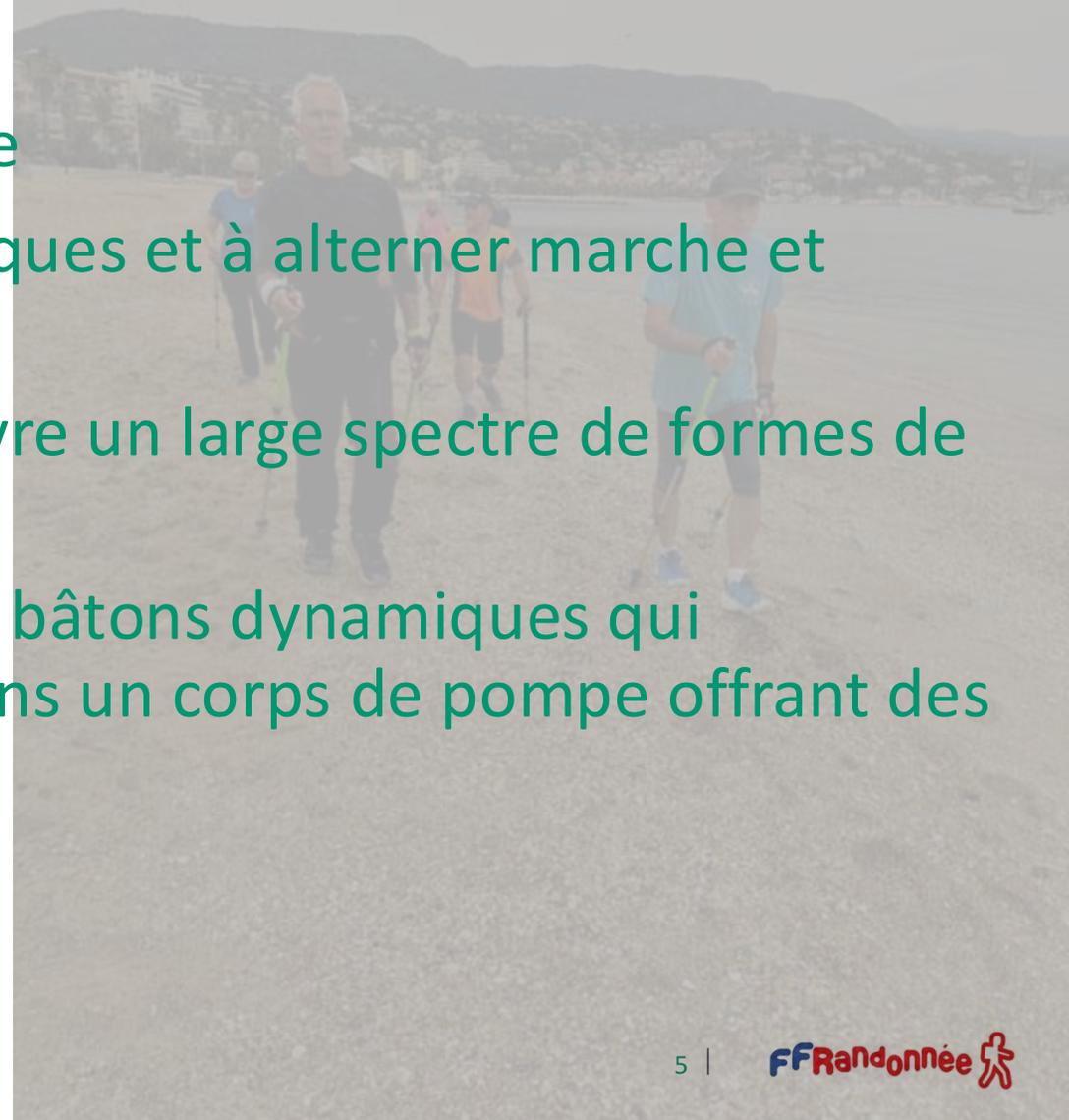
# Qu'est-ce que les « bâtons dynamiques » ?

- Les bâtons dynamiques BungyPump ont été mis au point par une équipe de préparateurs physiques suédois, pour l'entraînement des skieurs de fond
- Depuis **2013** en France, la SARL Hydratechnic – BungyPump France est le revendeur exclusif des bâtons BungyPump en France.
- Depuis **2022** la FFRandonnée est en convention avec la SARL Hydratechnic – BungyPump
- En **2024**, le terme de « bâtons dynamiques » (BD) remplace la marque « BungyPump » au sein de la FFRandonnée.
  - ➔ L'activité BD est innovante et créative. Elle est complémentaire des autres activités existantes à la FFRandonnée.



# Qu'est-ce que les « bâtons dynamiques » ?

- Spécialité « forme » à la FFRandonnée
- Consiste à utiliser des bâtons dynamiques et à alterner marche et exercices variés
- Loisir, forme et bien-être, santé : couvre un large spectre de formes de pratiques
- La spécificité réside en l'utilisation de bâtons dynamiques qui possèdent des élastiques disposés dans un corps de pompe offrant des résistances à pression variable.



# Qu'est-ce que les « bâtons dynamiques » ?

- [Vidéo de présentation](#)



# Un réseau de référents



**Martine AMBIEHL**  
[mambiehl@ffrandonnee.fr](mailto:mambiehl@ffrandonnee.fr)  
*Pays de la Loire*



**Jean-Claude BERGÉ**  
[jberge@ffrandonnee.fr](mailto:jberge@ffrandonnee.fr)  
*IDF*



**Françoise BERNAGE**  
[fbernage@ffrandonnee.fr](mailto:fbernage@ffrandonnee.fr)  
*Normandie*



**Véronique BON**  
[vbon@ffrandonnee.fr](mailto:vbon@ffrandonnee.fr)  
*Nouvelle-Aquitaine*



**Didier BRU**  
[dbru@ffrandonnee.fr](mailto:dbru@ffrandonnee.fr)  
*Centre-Val de Loire*



**Alain BUFFARD**  
[abuffard@ffrandonnee.fr](mailto:abuffard@ffrandonnee.fr)  
*Sud-PACA*



**Pierre CLARENS**  
[pclarens@ffrandonnee.fr](mailto:pclarens@ffrandonnee.fr)  
*IDF*



**Rémi DAVID**  
[rdavid@ffrandonnee.fr](mailto:rdavid@ffrandonnee.fr)  
*Bretagne*

 Instructeur  
 Formateur

# Un réseau de référents



**Christelle ÉVORA**  
[cevora@ffrandonnee.fr](mailto:cevora@ffrandonnee.fr)  
**BFC**



**Ghyslaine LANGROGNET**  
[glangrognnet@ffrandonnee.fr](mailto:glangrognnet@ffrandonnee.fr)  
**BFC**



**Christine LIMAL**  
[climal@ffrandonnee.fr](mailto:climal@ffrandonnee.fr)  
**Pays de la Loire**



**Catherine MAGNET**  
[cmagnet@ffrandonnee.fr](mailto:cmagnet@ffrandonnee.fr)  
**BFC**



**Robin MERCIER**  
[rmercier@ffrandonnee.fr](mailto:rmercier@ffrandonnee.fr)  
**Grand-Est**



**Joël MORIN**  
[jmorin@ffrandonnee.fr](mailto:jmorin@ffrandonnee.fr)  
**Grand-Est**  
**Membre CNPA**



**Jacques ROUX**  
[jroux@ffrandonnee.fr](mailto:jroux@ffrandonnee.fr)  
**Sud-PACA**



**Hervé TERRIER**  
[hterrier@ffrandonnee.fr](mailto:hterrier@ffrandonnee.fr)  
**AuRA**

 Instructeur  
 Formateur

# Un réseau de référents



**Sophie TESSIER**  
[stessier@ffrandonnee.fr](mailto:stessier@ffrandonnee.fr)  
*Hauts-de-France*



**Xavier VAN DER MEIREN**  
[xvandermeiren@ffrandonnee.fr](mailto:xvandermeiren@ffrandonnee.fr)  
*Nouvelle-Aquitaine*

 **Nécessité d'associer les CRPA aux prises de contact**  
[region.pratiques-adhesions@ffrandonnee.fr](mailto:region.pratiques-adhesions@ffrandonnee.fr)

# Les formations bâtons dynamiques

- Formations FFRandonnée



- prérequis :

- ✓ être licencié à la FFRandonnée (année en cours)
    - ✓ être titulaire du PSC1 depuis moins de 5 ans ou d'une attestation de recyclage depuis moins de 5 ans
    - ✓ être titulaire d'un brevet fédéral d'animateur

- Formations BungyPump academy France

# Les aides en direction des clubs

- Aides financières possibles pour les acteurs du réseau
  - Club et comité départementaux au titre du plan solidaire de développement (PSD)
  - Clubs, comités départementaux, comités régionaux au titre du projet sportif fédéral (PSF)
- À l'étude : prêt de quelques paires de bâtons sur plusieurs mois pour les animateurs engagés dans une formation avec la FFRandonnée



# Partenariat fédéral avec BungyPump France

- La convention de partenariat entre la FFRandonnée et [BungyPump France](#) (Hydratechnic) comporte des clauses d'offres de tarifs préférentiels pour le réseau FFRandonnée :
  - 15%\* de remise pour tous les adhérents avec le code FFR15AD (numéro de licence à indiquer dans la rubrique « note client »)
  - 20%\* de remise pour les clubs à partir de 5 paires avec le code FFR20CL
  - 30%\* de remise pour les comités à partir de 10 paires avec le code FFR30CO

\*remises calculées sur le tarif de base des produits et non cumulables avec d'autres tarifs promotionnels

À titre indicatif : 89,95 € à 159,95 €



# Q & R



# Questionnaire

- Merci de consacrer quelques minutes pour compléter ce court questionnaire : <https://forms.office.com/e/9TAKAMtChg>

Webinaire sur les bâtons dynamiques FFRandonnée



# Ffrandonnée



CONTACT

