UFR ESTHUA
TOURISME ET CULTURE
UNIVERSITÉ D'ANGERS

université angers

MÉMOIRE DE RECHERCHE



La randonnée pédestre itinérante : pratiques et enjeux de durabilité des territoires

Adèle **POUSSIN** & *Dorian* **PRIERE**
Étudiant·es en Master "Tourisme Sportif et d'Aventure"

Sous la direction de Mme **MANDIN**

MÉMOIRE DE RECHERCHE

La randonnée pédestre itinérante : pratiques et enjeux de durabilité des territoires

Par Adèle POUSSIN & Dorian PRIÈRE
Étudiant·es en Master *Tourisme Sportif et d'Aventure*

Sous la direction de Mme **MANDIN** & Mme **CHEVALIER-PICKEL**

Université d'Angers, ESTHUA, Institut National de Tourisme-INNTO

ENGAGEMENT DE NON PLAGIAT

Je soussigné POUSSIN Adèle, déclare être pleinement consciente que le plagiat de documents ou d'une partie d'un document publiés sur toutes formes de support, y compris l'Internet, constitue une violation des droits d'auteur ainsi qu'une fraude caractérisée. En conséquence, j'ai veillé à citer toutes les sources que j'ai utilisées pour écrire ce rapport ou mémoire.

Signature : POUSSIN Adèle



Je soussigné PRIÈRE Dorian, déclare être pleinement conscient que le plagiat de documents ou d'une partie d'un document publiés sur toutes formes de support, y compris l'Internet, constitue une violation des droits d'auteur ainsi qu'une fraude caractérisée. En conséquence, j'ai veillé à citer toutes les sources que j'ai utilisées pour écrire ce rapport ou mémoire.

Signature : PRIÈRE Dorian



REMERCIEMENTS

Nous tenons à exprimer notre gratitude envers Madame Claire MANDIN, notre directrice de mémoire, pour son accompagnement durant ces deux années d'étude au sein de ce Master, et durant l'ensemble de la réalisation de ce dossier. Sa disponibilité, son professionnalisme, sa pédagogie et sa sympathie ont toujours été appréciés lors de nos échanges, et sa vision du tourisme a aidé à nous former en tant que futur·es professionnel·elles de ce milieu.

Merci à Madame Sylvine PICKEL-CHEVALIER, notre responsable de Master, pour sa bienveillance et son accompagnement durant ces deux années. Merci pour l'ensemble des conseils, des remarques et des connaissances lors de nos temps de classe, qui nous ont grandement apporté sur le plan scolaire, professionnel et personnel.

Merci à l'ensemble des professeur·eures et professionnel·elles côtoyé·es lors de nos temps de classe pour l'apport de leurs connaissances et leurs visions du tourisme, qui ont permis de nous former durant ces quatre semestres de Master.

Un grand merci à l'ensemble des collègues côtoyé·es lors de nos expériences professionnelles respectives, et à nos maîtres de stages qui ont su nous accompagner et nous former pertinemment, en particulier à Marine LALLIER et Gonzalo LOPEZ. Nous souhaitons leur exprimer notre gratitude quant à leur apport et leur vision sur nos travaux, mais également pour leur participation à ce mémoire de recherche.

Nous tenons également à remercier l'ensemble des personnes interrogées lors de nos différents entretiens. Merci à Alizée VISCONTI, à Pascale SIRAT et à Nicolas LAFEUILLADE. Merci également à l'ensemble des personnes ayant pris le temps de répondre à notre questionnaire.

Merci à nos collègues de classe du Master TSA de l'ESTHUA de Saumur pour les moments partagés en classe et en dehors.

Enfin, merci à nos parents pour les temps de partages, d’échanges et d’accompagnement, que ce soit pour ce projet ou en dehors, et pour ces deux dernières années et bien plus encore.

RÉSUMÉ

La randonnée pédestre, en plein essor depuis plusieurs décennies déjà, connaît un véritable « *boom* » depuis l'après-crise sanitaire du COVID-19. Cette tendance est liée à l'attractivité des grands espaces de montagne depuis la sortie de la crise sanitaire, accélérée par les périodes caniculaires récentes. Les montagnes françaises attirent de plus en plus de monde, et leurs territoires font face à de nouveaux enjeux. En Corse et dans les Pyrénées, la pratique de la randonnée en itinérance est à la hausse, et de nombreuses personnes s'adonnent à cette activité. Mais cette tendance est-elle sans conséquences pour les milieux naturels dans lesquels elle est pratiquée ? Reflète-t-elle un élan sociétal et traduit-elle une accessibilité à tous les publics ? Ces territoires de montagne peuvent-ils y voir une opportunité touristique et économique stable et pérenne ? Par le biais de plusieurs prismes d'analyses et de réflexions, ce mémoire cherchera à comprendre si la pratique de la randonnée pédestre itinérante repose sur les trois piliers du développement durable.

ABSTRACT

Hiking, which has been growing in popularity for several decades now, has experienced a real "*boom*" since the end of the COVID-19 pandemic. This trend is linked to the growing appeal of outdoor activities in the mountains since the end of the health crisis, and has been accelerated by recent heatwaves. The French mountains are attracting more and more people, and these regions are facing new challenges. In Corsica and the Pyrenees, long-distance hiking is on the rise, with more and more people taking up the activity. But does this trend have any consequences for the natural environments in which it takes place ? Does it reflect a wider societal trend and signify accessibility for all segments of the population ? Can these mountain regions see this as a stable and sustainable tourism and economic opportunity ? Through a range of analytical and reflective perspectives, this dissertation will seek to understand whether long-distance hiking aligns with the three pillars of sustainable development.

MOTS-CLÉS

Randonnée, Corse, Pyrénées, montagnes, développement durable, itinérance, environnement

KEY-WORDS

Hiking, Corsica, Pyrenees, mountains, sustainable development, backpacking, environment

SOMMAIRE

PRÉLUDE..... 9

INTRODUCTION..... 10

1 - Introduction générale :..... 10

2 - Introduction à la randonnée pédestre itinérante :..... 12

3 - Introduction à la question de développement durable :..... 14

PARTIE I : La revue de littérature..... 15

1 - Traitement littéraire théorique du sujet :..... 16

2 - Présentation de la problématique :..... 21

3 - Présentation des hypothèses :..... 22

3.1 - Première hypothèse :..... 23

3.2 - Deuxième hypothèse :..... 23

3.3 - Troisième hypothèse :..... 24

4 - Justification des hypothèses :..... 25

PARTIE II : Protocole et choix méthodologiques adoptés..... 26

1 - Choix des territoires de recherche :..... 27

1.1 - Les Pyrénées et le Parc national :..... 27

1.2 - La Corse et le Parc naturel régional :..... 32

1.3 - Justification des choix et d'une double analyse :..... 37

2 - Le choix des outils de récolte de données :..... 37

2.1 - L'approche quantitative :..... 38

2.2 - L'approche qualitative :..... 38

2.3 - Justification des choix et d'une double analyse :..... 39

PARTIE IV : La réponse aux hypothèses..... 41

1 - Les tendances actuelles propres à chaque hypothèses :..... 41

1.1 - La randonnée itinérante a un impact négatif sur l'environnement :..... 42

1.1.1 - Les impacts de la randonnée sur la biodiversité :..... 42

1.1.2 - Les impacts du bivouac sur la biodiversité :..... 49

1.1.3 - Les solutions et prises d'initiatives des entités de protection :..... 52

1.1.4 - Les enjeux de sensibilisation et d'éducation des nouveaux publics :..... 55

1.1.5 - Les paradoxes et limites de ces entités protectrices :..... 59

1.2 - La randonnée pédestre itinérante constitue un levier d'inclusion sociale :..... 61
1.2.1 : La randonnée itinérante vue comme un facteur de sociabilité :..... 63
1.2.2 : L'accessibilité à la pratique :..... 67
1.2.3 : Le rôle de la randonnée sur le bien-être et la reconnexion :..... 76
1.2.4 : Les pratiques et motivations des néophytes :..... 79
1.3 - La randonnée itinérante contribue à l'économie et au développement local :... 82
1.3.1 : Les chiffres du tourisme de montagne :..... 83
1.3.2 : Les retombées locales directes et indirectes liées à la randonnée itinérante :..... 87
1.3.3 : La présence des sentiers GR et leurs retombées territoriales :..... 90
1.3.4 : Le phénomène de gentrification de la montagne :..... 93
2 - Les tendances actuelles croisées découlant de ces résultats :..... 95
2.1 : Les paradoxes entre enjeux de développement touristique et conservation de l'environnement :..... 96
2.2 : La considération de l'ensemble des usager·ères de la montagne : l'exemple de l'ours dans les Pyrénées :..... 97
2.3 : Le pouvoir d'achat des pratiquant·es et son impact sur l'économie des territoires :..... 100

CONCLUSION..... 103
1 - Conclusion générale :..... 103
1.1 - Réponses aux hypothèses formulées :..... 103
1.2 - Réponse à la problématique :..... 107
2 - Limites et freins des analyses :..... 109

BIBLIOGRAPHIE..... 112

WEBOGRAPHIE..... 115

TABLE DES FIGURES..... 121

TABLE DES ANNEXES..... 122

LISTE DES ACRONYMES ET ABRÉVIATIONS

AMM : Accompagnateur de Moyenne Montagne

ANCT : Agence Nationale de la Cohésion des Territoires

AOP : Appellation d'Origine Protégée

ATC : Agence du Tourisme de la Corse

CNRS : Centre National de la Recherche Scientifique

CSP : Catégorie Socio-Professionnelle

DRAJES (anciennement DRDJS) : Délégations Régionales Académiques à la Jeunesse, à l'Engagement et aux Sports

ENS : Espace Naturel Sensible

FFRP : Fédération Française de Randonnée Pédestre

GR : Grande Randonnée

IGN : Institut National de l'Information Géographique et Forestière

GRP : Grande Randonnée de Pays

INJEP : Institut National de la Jeunesse et de l'Éducation Populaire

INSEE : Institut National de la Statistique et des Études Économiques

LPO : Ligue de Protection des Oiseaux

OFB : Office Français de la Biodiversité

ONF : Office National des Forêts

PN : Parc National

PNP : Parc National des Pyrénées

PNR : Parc Naturel Régional

PNRC : Parc Naturel Régional de Corse

PR : Petite Randonnée

RNN : Réserve Naturelle Nationale

UTMB : Ultra-Trail du Mont-Blanc

ZNIEFF : Zone Naturelle d'Intérêt Écologique, Faunistique et Floristique

PRÉLUDE

Le présent dossier a été réalisé dans le cadre d'une formation en Master « Tourisme Sportif et d'Aventure » (Master TSA) à la Faculté de Tourisme, Culture et Hospitalité (ESTHUA), sur le campus de Saumur dans le Maine-et-Loire. Il amène à présenter le mémoire de recherche, sa thématique et les résultats ayant découlés d'un protocole précis d'analyses et de recherches. Ce projet, essentiel quant à l'obtention de la formation, s'est mis en place au début de la première année de celle-ci, où il était demandé de choisir un groupe ainsi qu'une thématique de sujet. Notre duo s'est naturellement formé autour d'un thème précis et d'une passion commune, celle de la montagne, qui a rapidement été mise en lien avec un autre sujet d'intérêt, celui de la randonnée pédestre.

Cependant, se retrouver autour d'un thème et d'une passion commune n'a pas empêché la réflexion autour d'une thématique plus certaine, précise et formulée, afin d'axer le futur travail collectif mené vers une recherche concrète, peu documentée scientifiquement, afin de trouver une pertinence aux deux années de travaux de recherches et de documentations qui allaient suivre. Cela a amené à opter pour l'étude spécifique de la randonnée pédestre itinérante, et à lier les recherches aux enjeux actuels, en y incluant la notion de développement durable au cœur même du sujet de recherche.

INTRODUCTION

1 - Introduction générale :

Depuis le début des années quatre-vingt, les loisirs physiques pratiqués sur le temps libre, que cela soit durant l'année ou pendant des périodes de vacances, se sont démocratisés et ont connu une expansion telle que des études réalisées sur le sujet entre 1985 et 2013 estiment une multiplication par seize du nombre de français·es ayant indiqué·es s'adonner à une pratique physique durant leur temps libre. Cet accroissement est majoritairement représenté par des activités de plein air en autonomie, hors des clubs traditionnels. Au sein de cette catégorie, c'est la marche à pied, sous toutes ses formes, qui domine.

Au cours des quinze dernières années, cette activité en particulier a le vent en poupe, et la marche à pied est véritablement fédératrice, comptant des dizaines de millions de pratiquant·es au rythme plus ou moins régulier. Au sein de ce public se trouvent quelques millions de randonneur·euses adeptes de la montagne, et cette destination accueille de plus en plus de personnes pratiquant des activités de pleine nature, que ce soit la randonnée, comme évoqué, mais également le trail ou l'ultra-trail. Ces pratiques, assez récentes dans le paysage sportif français, notamment avec la création de l'UTMB en 2003 étant aujourd'hui la course d'ultra-trail la plus mythique au monde, se développent davantage aujourd'hui et suscitent l'intérêt de plus en plus de monde, notamment depuis la sortie de la crise sanitaire de COVID-19. Mais sans être éclipsée par ces nouvelles pratiques empruntant parfois les mêmes décors de montagnes et les mêmes sentiers, la randonnée pédestre offre une expérience différente, s'éloignant de la performance pour lui préférer la contemplation, parfois sur une durée plus importante où l'itinérance y est centrale. La pratique de cette activité en itinérance connaît elle aussi une augmentation de son nombre de pratiquant·es, avec des refuges d'altitude de plus en plus fréquentés, et où la sortie de la crise sanitaire a su remettre la question de la reconnexion et de la proximité au vivant au centre des besoins, attirant ainsi de nouveaux adeptes : les « néophytes[1] » de la montagne. Mais cette

[1] Personne débutante, novice ou amateur, manquant d'expérience dans une activité ou une discipline.

attraction dont font face les massifs montagneux français n'est pas sans conséquences, et ce qui est vu comme « l'endroit de toutes les libertés » peut parfois empiéter sur celles de leurs usager·ères.

2 - Introduction à la randonnée pédestre itinérante :

La randonnée pédestre itinérante est une pratique sportive douce à différencier de la randonnée pédestre dite « classique ». En effet, cette dernière se définit comme une activité physique en pleine nature consistant à concevoir et parcourir un itinéraire en marchant, sans courir. Elle se doit d'avoir un temps effectif de marche de quatre heures au minimum, et en dessous de ce seuil minimal, cela est considéré comme une « balade ». C'est seulement lorsque l'on compte minimum deux jours consécutifs de randonnée, entrecoupés d'une nuitée quelconque, que l'on évoque le principe d'itinérance. Cela pousse alors la personne pratiquante à une activité physique plus poussée, sur la durée, et à l'élargissement de son rayon d'action, c'est-à-dire de son champ de possibilités d'itinéraires à emprunter. Ainsi, la randonnée pédestre itinérante peut se définir comme un déplacement à pied sur plusieurs jours allant d'un point A à un point B, ou faisant l'objet d'un itinéraire en boucle, et où les randonneur·euses bénéficient d'une autonomie partielle ou totale. Il s'agit d'une pratique de loisirs, sans but utilitaire, pouvant être encadrée ou non, et s'inscrivant dans une logique de déplacement vert et de voyage lent sur des chemins et itinéraires balisés (GR, GRP et PR notamment).



Figure n°1 : Randonneur·euses en itinérance dans la vallée du Capcir (Pyrénées-Orientales). Crédit photo : A. POUSSIN.

La randonnée pédestre itinérante peut se pratiquer de différentes manières, notamment dans sa conception ainsi que sa perception. En effet, elle peut être réalisée sur le principe du trekking en bivouac, ne dépendant alors pas de services et structures extérieures comme peuvent l'être les refuges gardés, proposant couchages et repas ou autres services d'alimentation la plupart du temps. Cela permet également de ne pas compter sur les cabanes ou refuges non-gardés, offrant un abri plus ou moins sécurisé. Cette logique de trekking a pour avantage d'offrir une certaine liberté dans son parcours, puisque les nuitées peuvent se faire presque partout en bivouaquant, mais cela nécessite alors un équipement spécifique et une connaissance des territoires et de leurs réglementations, nécessaires à une pratique sécurisée et en règle. Effectivement, les règles générales de bivouac sont claires et reposent sur des principes de respect de l'environnement occupé et de la biodiversité alentour, où les tentes ne doivent pas permettre de tenir une personne debout lorsqu'elle est montée, et où leur installation n'est autorisée que sur certaines horaires (sur la base de 19h-9h de manière générale), en ne restant sur le même spot qu'une seule nuit. La nuitée en tente demande également d'être équipé de duvets et matelas adaptés aux conditions météorologiques. Selon les territoires et leurs différentes réglementations, parfois dues à des entités de protection présentes (Parcs nationaux, PNR, réserves, ZNIEFF, ENS …) ou à des règles de sécurité décidées politiquement à l'échelle des collectivités territoriales, certaines pratiques comme les feux de camp sont interdites, et il est alors nécessaire de se munir de réchauds et popotes afin de pouvoir cuisiner. Le prélèvement d'espèces animales comme végétales peut également être strictement interdit, obligeant ainsi à se munir de sa propre nourriture. La question des nécessités premières, notamment se laver et faire ses besoins, doit aussi se faire de manière à laisser le moins de traces possible, et impacter au minimum l'environnement. Ainsi, cette manière de pratiquer la randonnée pédestre itinérante offre certes une certaine liberté, mais également des contraintes à considérer ainsi qu'un certain manque de confort n'étant pas forcément apprécié par toutes et tous. Les refuges gardés peuvent permettre d'offrir un certain confort, avec régulièrement une proposition de repas, permettant alors d'alléger le sac pour les journées de marche. Cependant, ce sont des services ayant un coût financier et où les capacités de couchage ou d'alimentation sont limitées, nécessitant souvent une anticipation de réservation, obligeant alors une bonne organisation. Enfin, selon les territoires traversés, il est également possible de

compter sur des arrêts dans des communes plus ou moins grande, offrant alors la possibilitée de dormir dans des hébergements davantage confortables tels que des chambres d'hôtes, des hôtels ou encore des gîtes d'étape, et pouvant compter sur des offres de restaurations et autres services alimentaires.

La randonnée pédestre itinérante est alors une activité ordinaire, où les équipements nécessaires à sa pratique restent assez basiques, et où les motivations premières peuvent parfois être communes. Cependant, selon la manière dont elle est pratiquée et appréhendée, avec des objectifs et motivations davantage propres à chaque personne, cela en fait une activité singulière, où chaque séjour ne ressemble à aucun autre, et où sa bonne pratique dépend essentiellement du respect de l'environnement dans lequel chacun·e se trouve, avec la nécessité d'une certaine conscience collective quant aux enjeux et règles.

3 - Introduction à la question de développement durable :

Le principe de *Développement Durable* a été formulé et défini pour la première fois dans le rapport nommé « *Notre avenir à tous* », nom d'origine du rapport Brundtland ayant été publié en octobre 1987 par la Commission mondiale sur l'environnement et le développement. Il y définit le développement durable comme « *un mode de développement qui cherche à répondre aux besoins du présent sans compromettre la capacité des générations futures à répondre aux leurs.* ». Ce principe repose sur l'idée qu'il n'est pas possible de définir et considérer une société comme véritablement développée si sa croissance économique se fait au détriment des équilibres sociaux ou de l'environnement. Ainsi, ce principe repose sur une recherche d'équilibre entre ces trois aspects complémentaires, présentés plus communément comme les trois piliers du développement durable :

- *L'**économique**, ou l'assurance d'une activité viable, créatrice de richesse et d'emplois sur le long terme.*
- *Le **social**, ou la garantie d'une équité, d'une justice sociale, d'un accès aux besoins fondamentaux que sont l'éducation, le logement, la santé et le travail, et l'amélioration de la qualité de vie des populations.*

- *L'**environnemental**, ou la préservation des ressources naturelles, la protection de la biodiversité, la limitation des pollutions et la lutte contre le réchauffement climatique.*

Il est également important de considérer le futur, la projection sur le long terme, tout en impliquant également la responsabilité collective. Ainsi, l'ensemble des décisions et actions menées aujourd'hui doivent intégrer leurs conséquences et impacts sur l'avenir, que cela soit à l'échelle mondiale, mais également à une échelle plus locale. Cela amène à réfléchir à de nouveaux modes de production et de consommation plus responsables, à envisager une meilleure gestion des ressources, et à encourager une gouvernance basée sur une coopération entre les acteurs publics et privés, ainsi que les citoyens.

La rédaction de ce mémoire se basera sur une analyse transversale que peut permettre la notion de développement durable, en offrant la possibilité d'étudier les interactions entre l'économie, le social et l'environnement, cités précédemment.

PARTIE I : La revue de littérature

La recherche et le choix de différentes lectures et articles portant sur le sujet que constitue la randonnée itinérante ont été nécessaires lors des prémices de ce travail. Cela a constitué une source d'informations non négligeable, offrant une première vision de ce qui peut graviter autour de l'univers qu'est la randonnée. Il a également été primordial de considérer la notion de tourisme et de développement territorial, deux idées ayant su diriger les choix de lectures. Enfin, il a également été nécessaire de porter une attention particulière à la question environnementale, élément sociétal indéniable de l'époque actuelle, qui doit logiquement être considérée dans l'approche du sujet.

1 - Traitement littéraire théorique du sujet :

L'ensemble des recherches ont ainsi amené à la sélection de plusieurs articles scientifiques, traitant de sujets et enjeux divers, mais gravitant autour d'une même idée, à savoir celle de la randonnée pédestre itinérante. En mettant en lien ces différentes lectures, il a été possible de convenir de certaines thématiques émergentes, et y dégager des grandes idées ayant servi à structurer les recherches.

La randonnée pédestre, une pratique s'appuyant sur les piliers du développement durable :

GUÉGUEN (2006), CRISTACHE (2006), MARSAT (2014)

Aujourd'hui, et ce depuis maintenant plusieurs décennies, la randonnée est l'activité sportive préférée des français·es. Cette pratique occupe un statut et une dimension nationale, ce qui a poussé à la réflexion autour de la prise en compte de certains risques que cette activité peut engendrer à l'échelle de certains territoires. Cette prise de conscience autour de la randonnée, et la considération des nombreux enjeux qui l'entoure s'est notamment révélée au milieu des années 2000, à la suite des initiatives internationales telles que la création de l' « Agenda 21 », un programme d'actions à mener au cours du XXI^{ème} siècle ayant été élaboré et adopté

par cent quatre-vingt deux chefs d'États lors du Sommet de Rio en 1992. C'est dans ce cadre de prises de consciences écologique, environnementale, économique et sociale que certaines pratiques ont été repensées, ou du moins considérées. C'est le cas pour la randonnée pédestre, décrite comme un « *capital naturel et culturel à transmettre et une économie sportive et de loisirs au service du développement durable.* » par Alain GUÉGUEN, secrétaire général de la FFRP. Cette prise en compte des directives de l'Agenda 21, ainsi que la mise en place d'outils comme le réseau « Éco-veille® » par la FFRP, ayant pour objectifs de favoriser le suivie et l'entretien de chemins et leurs signalétiques, font partie intégrante d'un souhait de considérer les enjeux du développement durable. Dans cette même logique, certaines collectivités territoriales ayant des objectifs et compétences en lien avec la randonnée tels que les Parcs Naturels Régionaux, s'engagent dans l'adoption de chartes comme la Charte européenne du tourisme durable afin d'encadrer le développement touristique de leurs territoires respectifs.

La randonnée, un outil d'inclusion sociale :
GUÉGUEN (2006), ROBIN (2014), COSSON (2018)

Historiquement, la randonnée a favorisé l'émancipation sociale des classes populaires en Allemagne, permettant aux classes ouvrières de s'affranchir des contraintes de l'industrialisation, réduisant ainsi l'exclusion sociale et leur offrant davantage de liberté. Grâce notamment à des mouvements comme Naturfreunde, l'accès aux espaces naturels s'est démocratisé, offrant alors aux classes populaires la possibilité de découvrir cette nature et de profiter de moments de loisirs. En France, c'est au XIX^{ème} siècle que l'accès à la nature s'est développé, marquant les débuts de l'activité de randonnée, encouragée par des initiatives à l'image du Club Vosgien, créé en 1872. Ce sont ce type de structures qui vont alors mettre en place les premiers balisages, le premier sentier d'appellation GR, et qui vont notamment tracer les premiers sentiers en forêt de Fontainebleau. Ces différentes actions ont alors permis aux urbain·es d'aller à la découverte des espaces naturels proches des grandes villes. Au-delà de l'aspect historique, la randonnée s'inscrit également dans des enjeux sociétaux et contemporains. L'Agenda 21, précédemment évoqué, compte dans l'un de ces quatre grands objectifs l'ouverture de la randonnée aux personnes en situation de handicap, preuve de l'importance des facteurs sociaux et

d'inclusion. Enfin, la réussite des différents projets liés autour de la randonnée menés sur différents territoires repose en partie sur l'implication de la population locale. Il y est également souligné l'importance d'adopter des chartes simples et concrètes, afin de pouvoir engager les habitants.

Les parcs nationaux et régionaux ont un rôle à jouer dans le développement territorial de la randonnée et ne sont pas obligatoirement des freins au tourisme :

CLARIMONT (2013), COSSON (2018)

Le cas du Parc National des Pyrénées :

La présence d'un espace naturel protégé n'empêche pas systématiquement la diffusion d'activités touristiques, et peut même en encourager certaines afin de contribuer aux objectifs inscrits dans sa charte. Comme l'illustraient sept maires du canton d'Accous dans un communiqué livré au journal Sud-Ouest en juillet 2009 : « *Pour nous, le Parc national des Pyrénées est un outil et un label de développement qui amène des randonneurs et de l'activité économique.* ». Ces propos sont à mettre en corrélation avec la politique menée par les Parcs de France depuis plusieurs années, adoptant de plus en plus des pratiques convergentes, notamment grâce au concept de « *solidarité écologique* ». Ce principe se veut d'aller au-delà d'une simple conservation en s'investissant dans des projets de développement durable, avec des dimensions socio-économiques et environnementales à l'échelle des territoires.

La randonnée encourage la préservation de l'environnement, mais exerce paradoxalement une pression sur les écosystèmes :

CRISTACHE (2006), WINTER, SELIN, CERVENY, BRICKER (2019)

La randonnée encourage la préservation de l'environnement en étant un outil concret de sensibilisation et d'éducation des individus, que cela soit de manière directe ou indirecte. Des études ont démontré que les individus passant beaucoup de temps à l'extérieur sont davantage sensibles à la nature et plus enclins à adopter des comportements favorables à la préservation de l'environnement. Mais paradoxalement, cette pratique exerce une pression sur les écosystèmes en raison

de la fréquentation accrue des sentiers. De plus, la construction d'infrastructures liées à la pratique de la randonnée (refuges notamment) a aussi un certain impact sur l'environnement, pouvant perturber la biodiversité locale. Les différentes lectures choisies abordent presque systématiquement les aspects et enjeux environnementaux corrélés à la randonnée, à défaut parfois des aspects et enjeux sociaux et économiques, même si leurs considérations se font davantage sentir au cours des dernières années. Ce constat illustre la place centrale qu'occupe la question de la préservation de l'environnement lorsque l'on aborde l'étude d'une pratique comme la randonnée, où le cadre naturel est l'essence même de cette activité.

L'écotourisme, un concept en plein essor mais flou et ayant besoin d'être défini pour mieux être appliqué :

NEPAL (2002), GUÉGUEN (2006)

Depuis la fin des années quatre-vingt-dix, le tourisme fait face à un essor des demandes sur des destinations dites « *écotouristiques* », et il y a une tendance à la randonnée, qu'elle soit simple ou longue, ainsi qu'à l'observation de la faune, notamment de l'avifaune[2]. Ces lieux et pratiques ont alors été des alternatives afin d'aller à l'encontre du sur-tourisme, toujours très présent sur certains lieux. Cependant, le principe d'écotourisme a, malgré lui, renforcé les inégalités déjà très présentes entre pays développés et en développement. En effet, ces derniers n'ayant pas les mêmes normes de promotion du tourisme malgré des efforts de conservation de la biodiversité, illustrés par la présence de nombreux parcs nationaux au sein de pays comme le Costa-Rica par exemple, ils ne font pas face aux mêmes enjeux économiques, écologiques et sociaux. Ces faits évoqués questionnent alors la durabilité des pratiques écotouristiques, défavorisant parfois davantage des populations locales déjà défavorisées dans des pays en développement. Reste à savoir si ces faits restent encore d'actualité, puisque la notion d'écotourisme s'est imposée au cours des dernières années, pouvant remettre en cause certains éléments de cet article datant de 2002, et paraissant aujourd'hui assez obsolètes.

[2] Composé du latin *avis* (oiseau) et *fauna* (animaux), constitue l'ensemble des espèces d'oiseaux d'un territoire.

La randonnée itinérante dynamise les territoires ruraux et valorise le patrimoine culturel :
GUÉGUEN (2006), MARSAT (2014)

À travers sa logique d'itinérance, la randonnée valorise les traditions culturelles et patrimoniales des régions, notamment à travers la transmission des savoir-faire traditionnels, la mise en valeur du patrimoine bâti et le renforcement des liens avec les communautés locales. Cela peut notamment s'illustrer avec les exemples du GR34 en Bretagne et du Sentier des Douaniers en Corse qui valorisent notamment les spécialités locales à travers cette pratique. Le tourisme de randonnée apporte des retombées concrètes pour les communautés locales, notamment par la création d'emplois, ce qui permet aux territoires ruraux de se développer et de diversifier leurs sources de revenus. La présence d'un PNR sur un territoire peut également jouer un rôle majeur et structurant. En effet, l'une des approches des parcs consiste à renforcer le lien entre le tourisme et leur territoire. Pour cela, ils s'appuient sur l'agriculture locale en valorisant les produits du terroir, mais également sur les patrimoines naturels, culturels, paysagers, bâtis, … Ce modèle contribue à la revitalisation des zones rurales en déclin, en faisant notamment de l'agriculture et du tourisme des piliers d'un développement durable et équilibré.

Les objectifs des parcs ne sont pas toujours convergents avec ceux de leurs territoires, et le cas du tourisme en est un exemple :
CLARIMONT (2013)

Le cas du Parc National des Pyrénées :

Suite à la réforme des Parcs en 2006, le Parc national des Pyrénées a fait face à une réelle difficulté de consensus entre chacun des acteurs de son territoire. À titre d'exemple, l'aménagement d'espaces dédiés au tourisme et à son accueil a amené à un conflit entre le parc, ayant une obligation de conservation du patrimoine, et les décideurs locaux, souhaitant à tout prix augmenter le nombre de visiteur·euses sur le territoire. Ces exemples ne sont pas les premiers, et les conflits entre acteurs peuvent avoir plus de conséquences qu'on ne le pense. En effet, déjà en 1991, des non-consensus avaient fait perdre au PNP son diplôme européen qui lui avait été

confié depuis 1976, et qu'il ne récupérerait pas tant que ces problématiques ne seraient pas compensées par la mise en place d'un plan d'action visant à la protection de l'ours et de la vallée du Soussouéou.

La randonnée, un atout pour la santé physique et morale :
WINTER, SELIN, CERVENY, BRICKER (2019)

Sur le plan physique, la randonnée sous toutes ses formes encourage l'exercice, ce qui est crucial pour une bonne santé. C'est également une pratique permettant de renforcer le système immunitaire en réduisant les hormones de stress. Concernant la santé mentale, le fait d'être en nature permet aussi la réduction du stress, et améliore l'humeur en provoquant des émotions positives. De plus, cela favorise une meilleure attention, concentration et mémoire de travail. Ces loisirs de plein air renforcent ainsi la connexion avec la nature, jouant alors un rôle clé dans le bien-être mental. L'exemple de certains pays nordiques, où la nature et ses bienfaits sont très ancrés dans les cultures, permet d'illustrer ce lien entre environnement et santé.

Ainsi, l'ensemble de ces lectures ont permis d'orienter les questionnements, en prenant en compte les principaux sujets abordés au cours de ces articles. De ces différentes recherches en ressortent principalement les thèmes liés à l'environnement, et au rôle de structures et institutions telles que les Parcs nationaux et régionaux, mais également le lien avec les territoires et les habitants, en abordant de manière plus ou moins approfondie les enjeux économiques et sociaux, avec une notion centrale : le développement durable. Cela a ainsi permis la définition d'un axe d'étude à privilégier afin de cadrer ces recherches, avec la nécessité d'émettre une problématique pour diriger pertinemment les futurs travaux engagés.

2 - <u>Présentation de la problématique</u> :

Ces recherches vont porter sur l'impact de la randonnée pédestre itinérante aux échelles macro, méso et micro en s'appuyant sur les trois piliers du développement durable : l'économie, le social et l'environnement. Le choix de cette

approche permettra de traiter ce sujet en lien avec des enjeux sociétaux actuels, à une époque où la place de la notion de durabilité est centrale, et l'est d'autant plus dans un secteur comme celui du tourisme.

Dans la mesure où l'interrogation porte sur la capacité de la randonnée pédestre itinérante à devenir un levier structurant pour le développement touristique durable des territoires ruraux, il est d'ores et déjà possible de soumettre une problématique générale permettant de cadrer et concentrer les recherches sur un spectre d'analyse large, pouvant être étayé par les divers travaux et observations de terrain.

Cette problématique, ayant volontairement été construite et choisie pour sa sobriété et sa directive, est la suivante :

« La randonnée pédestre itinérante répond-elle aux trois piliers du développement durable ? »

L'évocation de ce questionnement va permettre de structurer les propos via le développement de trois hypothèses, chacune basée sur un de ces trois piliers, en lien direct avec la thématique centrale.

3 - Présentation des hypothèses :

Après un premier temps de recherche dédié à la préparation de la restitution de l'état de l'art, certains sujets et autres tendances revenaient et pouvaient être mis en lien. À la suite de ces observations et des croisements ayant été faits, en lien avec les différents choix et axes de développement de ce sujet de recherche, une réflexion a amené aux hypothèses suivantes :

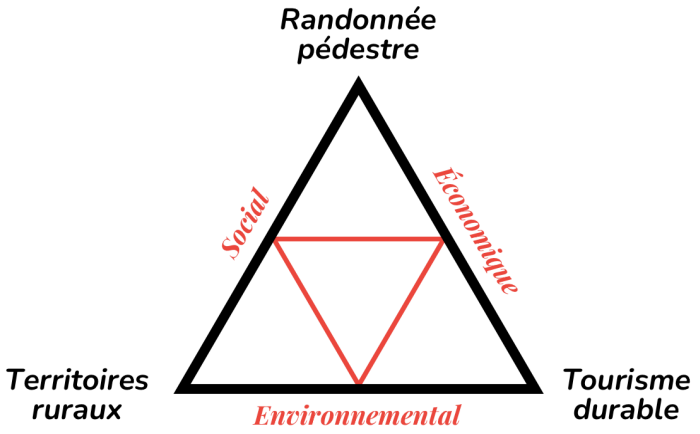


Figure n°2 : Schématisation de la corrélation entre hypothèses et problématique.
Source : A. POUSSIN & D. PRIERE.

3.1 - <u>Première hypothèse</u> :

« La randonnée itinérante a un impact négatif sur l'environnement »

La première hypothèse porte sur l'aspect environnemental de la randonnée itinérante. C'est une activité qui est souvent perçue comme respectueuse de la nature. Pourtant elle n'est pas sans impact sur les écosystèmes.

En effet, la création de nouvelles infrastructures, l'augmentation de la fréquentation des sentiers ou encore le non-respect des règles de bivouac peuvent être source de dégradation des milieux naturels. L'érosion des sentiers, la perturbation de la faune locale et la pollution créée par les déchets abandonnés sont des conséquences négatives d'une randonnée itinérante ne respectant pas l'environnement.

De plus, même si l'écotourisme est souvent utilisé pour mettre en valeur les bienfaits de la randonnée, c'est un concept qui reste difficile à mettre en pratique sur le terrain. Il faut pour cela combiner une bonne gestion des randonneurs et randonneuses, une sensibilisation de ce public à la protection de la nature et un soutien des institutions. Cela peut être parfois complexe à mettre en place dans la réalité.

Cette première hypothèse a pour objectif d'interroger le paradoxe entre l'image écologique de la randonnée et ses conséquences réelles sur l'environnement.

3.2 - <u>Deuxième hypothèse</u> :

« La randonnée pédestre itinérante constitue un levier d'inclusion sociale »

La deuxième hypothèse aborde le volet social du développement durable. La randonnée pédestre est souvent perçue comme une activité simple, accessible à tous et nécessitant peu de moyens financiers. Dans l'imaginaire collectif, elle évoque la liberté, la simplicité et la reconnexion avec la nature. Mais cette image mérite d'être interrogée.

Si la marche en elle-même est peu coûteuse, la randonnée itinérante nécessite souvent un investissement important en matériel, en transport, en hébergement et en restauration. Ces dépenses pourraient constituer un frein pour certaines CSP et limiter l'accès à cette pratique.

Au-delà de l'accessibilité financière, cette hypothèse s'intéresse également au profil des pratiquant·es. L'âge, la CSP ou encore le niveau de pratique peuvent alors être des critères judicieux à considérer, au même titre que la variété de profils fréquentant les sentiers en itinérance. Il convient alors de s'interroger sur la capacité réelle de cette activité à favoriser la mixité sociale.

Dans la conscience collective, la randonnée peut aussi jouer un rôle sur la santé et le bien-être, étant considérée comme une pratique physique douce, promouvant la reconnexion avec le naturel. Cette vision mérite d'être analysée afin d'éclairer le rôle de cette activité sur le bien-être, une notion aujourd'hui très ancrée dans la société, constituant alors un aspect du social à considérer.

Cette hypothèse vise donc à déterminer si la randonnée itinérante constitue réellement un levier d'inclusion sociale, en favorisant l'accessibilité, le maintien de la santé, les rencontres, et la cohésion entre les acteurs du territoire, ou si elle tend au contraire à révéler certaines formes d'inégalités sociales et de tensions locales.

3.3 - <u>Troisième hypothèse</u> :

« La randonnée itinérante contribue à l'économie et au développement local »

Cette troisième hypothèse porte sur l'aspect économique de la randonnée pédestre itinérante. Dans de nombreuses régions rurales, le tourisme peut être source de dynamisation de l'économie locale, permettant de faire revivre des villages isolés en perte d'attraction, de redonner de la valeur à des hébergements, de soutenir des commerces et artisanats locaux et de développer des activités (restauration, transport, guide touristique..).

L'interrogation va porter sur le rôle que la randonnée pédestre itinérante occupe dans ces dynamiques touristiques, où les retombées économiques directes et indirectes peuvent parfois être concentrées sur certains secteurs spécifiques. Aujourd'hui, seulement quelques itinéraires sont très médiatisés et concentrent les flux de randonneur·euses, faisant parfois de l'ombre à d'autres secteurs moins mis en avant malgré leur potentiel. Cette forme d'inégalité engendrée entre les territoires valorisés par le tourisme de randonnée et ceux qui le sont moins peut-elle être une menace pour la durabilité des territoires ?

La forte saisonnalité de cette activité peut générer elle aussi un déséquilibre : une suractivité économique en haute saison, suivie d'une inertie économique et d'une désertification le reste de l'année. Les entités protectrices présentes sur ces territoires, telles que les Parcs nationaux et Parcs naturels régionaux, doivent alors s'adapter à ce rythme tout en contribuant à leurs objectifs de protection et de sensibilisation. Ces mêmes structures participent au développement de l'économie locale, où la conservation des patrimoines naturels sont des arguments attirant de nombreux visiteur·euses, mais l'exposition de ces milieux converge-t-elle avec leurs objectifs de préservation environnementale ?

Cette troisième hypothèse doit ainsi aider à comprendre si la randonnée pédestre itinérante peut réellement continuer à évoluer dans une logique de développement

économique pérenne pour les territoires ruraux et ceci sans renforcer les déséquilibres existants.

4 - Justification des hypothèses :

Ce choix d'une triple analyse a paru logique et pertinent compte tenu de l'élément central de la question de recherche qu'est le principe de développement durable. Il est à noter que l'analyse des hypothèses présentées, malgré qu'elles aient été différenciées et distinguées respectivement, se fera d'un regard croisé. En effet, dans ce contexte d'étude précis, un nombre important d'éléments, pourtant similaires d'un premier regard, peuvent trouver diverses sources dans chacun des sujets traités, ce qui n'enlève en rien leur véracité et la pertinence de leur considération afin de traiter les divers questionnements qui découlent de ce sujet de recherche. Ces trois hypothèses traduisent la complexité d'une pratique en apparence simple, mais qui fait en réalité face à des enjeux sociaux, environnementaux et économiques majeurs. Elles permettront tout au long de ce mémoire d'étudier le rôle que peut jouer la randonnée pédestre itinérante dans le développement durable des territoires.

Ces hypothèses vont reposer sur une étude et une analyse uniformisée avec l'utilisation de moyens de comparaison équivalents. Pour cela, la définition d'un territoire d'analyse est nécessaire afin de pouvoir faire des observations directes sur le terrain et ainsi pouvoir alimenter ce sujet de recherche tout en ayant un cadre défini.

PARTIE II : Protocole et choix méthodologiques adoptés

La direction d'un mémoire est orientée par des choix et décisions adoptés, dans un objectif de précision des recherches, et donc d'une formulation concrète des résultats. Cette logique de travail nécessite une organisation des recherches ainsi qu'une définition de méthodologies adaptées aux attendus. Pour récolter des résultats et pouvoir les traiter, il est essentiel de prioriser des outils permettant cela. Cela offre à la fois la possibilité d'obtenir des données quantitatives via la récolte d'un nombre important d'avis et de témoignages d'un public large, mais également des données qualitatives possibles grâce à la récolte de témoignages plus poussés, dirigés vers des personnes plus ou moins liées au sujet. En suivant ce raisonnement, la récolte de données précises peut également être possible grâce à la définition d'un cadre géographique clair, permettant d'orienter les recherches et de compter sur des exemples concrets, pouvant illustrer les propos généraux tenus.

1 - Choix des territoires de recherche :

Dans un intérêt de précision et dans une logique de pertinence quant aux recherches à effectuer pour ce travail de mémoire, il a été obligatoire de choisir une zone géographique spécifique afin de s'approprier davantage le sujet traité. Ainsi, les montagnes françaises (Pyrénées, Alpes, Jura, Cévennes et Corse notamment) ont vite été ciblées, dans la continuité des objectifs évoqués à l'origine de ce travail. Ces milieux offrent une diversité d'axes d'analyse tout en mettant en avant les enjeux actuels et futurs du tourisme et de la question du développement durable. Le choix de la montagne s'était acté dès le départ, et au fur et à mesure que les mois de cette première année de formation passaient, et que les perspectives de premiers stages s'ouvraient, ce choix s'est précisé grâce aux futures expériences professionnelles réalisées dans le cadre de ce Master. Deux territoires de recherche ont alors été définis : le Parc national des Pyrénées et le Parc naturel régional de Corse.

1.1 - Les Pyrénées et le Parc national :

Le premier territoire analysé est la chaîne des Pyrénées. Nécessairement, le secteur géographique d'analyse a été précisé puisqu'il est difficile d'étendre une étude réalisée dans un cadre scolaire sur un massif long de 430 km. Le choix s'est arrêté sur le territoire du Parc national des Pyrénées, un territoire de protection et de conservation des patrimoines, à cheval sur deux départements (les Hautes-Pyrénées et les Pyrénées-Atlantiques) et deux régions différentes (la Nouvelle-Aquitaine et l'Occitanie). Ainsi, les Pyrénées accueillent l'un des onze Parcs nationaux de France depuis sa création en 1967, ce qui fait de lui le troisième parc à avoir été créé après ceux de la Vanoise et de Port-Cros (1963). En effet, la richesse patrimoniale remarquable de cette région a amené la création d'une entité protectrice nationale, gérée par l'état, même si des actions et mesures de protection avaient déjà été prises depuis quelques temps, notamment avec la création de la réserve naturelle du Néouvielle par la Société national de protection de la nature en 1935, joyau naturel et paysager intégrant la zone du PNP dès 1968.

Un parc national a pour vocation de préserver et protéger les richesses naturelles, paysagères, faunistiques et floristiques de ses aires par l'application de réglementations pouvant être strictes, afin de favoriser la conservation et la stabilité de populations d'espèces menacées. Ces espaces naturels sont souvent composés de deux zones distinctes : une zone d'adhésion et une zone cœur. Ces deux zones doivent bien être identifiées et différenciées puisqu'elles n'ont pas les mêmes objectifs, ni les mêmes statuts. L'aire optimale d'adhésion, étant souvent la zone périphérique d'un parc, abrite habituellement les communes, donc les usagers et usagères du territoire, ce qui en fait une zone d'intérêt économique, culturel, social, mais aussi de développement touristique. Le maintien d'activités diverses est essentiel pour tout territoire, et la présence d'un parc n'est pas faite pour les arrêter, pouvant au contraire jouer un rôle dans le maintien et la diversification de ces mêmes activités. Ainsi, un parc national se veut être un outil de développement territorial, mais il a également une obligation de maintien et de préservation des sites naturels et des espèces qui les composent, ce qui impose la présence d'une ou plusieurs « zones cœur ». Ces zones, souvent corrélées à la présence d'espèces sensibles et d'enjeux de conservation forts, sont donc naturellement isolées des

pôles humains, notamment dans les zones de montagnes. Les zones de cœur de parc adoptent alors des mesures de sécurité et d'interdictions strictes dans le but de favoriser le maintien des biotopes et de sensibiliser les publics à l'urgence des conditions de certaines espèces.

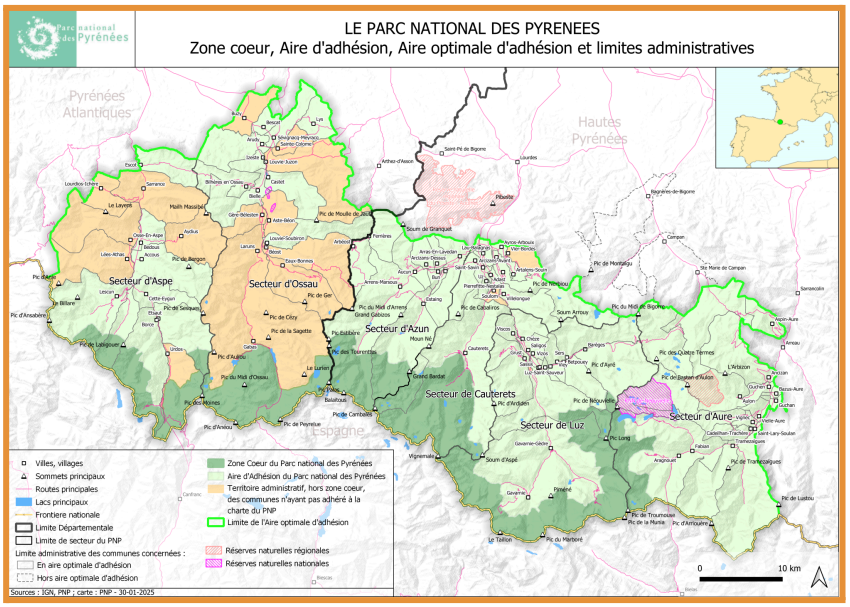


Figure n°3 : Carte du Parc national des Pyrénées.
Source : Site web du PNP.

Sur le plan démographique, le Parc national des Pyrénées compte quatre-vingt communes sur sa superficie totale, appelée « aire optimale d'adhésion », et s'étendant sur environ 206 000 ha. Ce sont soixante-sept de ces quatre-vingt communes qui ont choisi d'adhérer à la charte du territoire du parc, représentant alors l'aire d'adhésion, d'une superficie de près de 150 000 ha. Le PNP possède les caractéristiques d'un territoire rural de montagne, à savoir une faible densité de population, avec environ 40 000 habitants, et où la plus grande commune est Bagnères-de-Bigorre avec près de 7 000 habitants, même si d'autres communes comme Luz-Saint-Sauveur, Argelès-Gazost ou encore Laruns sont assez importantes. Ces types de communes concentrent la plupart des services de proximité dans leurs bourgs, illustrant alors la ruralité et l'isolement de certaines vallées, en raison notamment de la topographie du territoire, avec des reliefs créant des barrières naturelles, et séparant parfois de plusieurs heures de voiture des communes parfois voisines à vol d'oiseau. Certaines vallées font face à un vieillissement de leur population et une désertification de la jeunesse. Cependant,

c'est une région qui attire de nombreux touristes, avec une population saisonnière multipliée grâce à ces visiteur·euses ponctuels, que cela soit en hiver avec les différentes stations de ski du territoire (Grand Tourmalet, Cauterets, St-Lary, Luz-Ardiden, Hautacam, …), ou encore en été avec les sommets et spots célèbres (Pic du Vignemale, cirque de Gavarnie, Lac de Gaube, vallée d'Ossau, …) ainsi que les nombreux sentiers de randonnée, avec la présence du célèbre GR10. En dehors du tourisme, ce sont l'agriculture et les activités pastorales qui sont fortement représentées sur le territoire du parc. L'activité historique d'élevage d'ovins et de bovins, notamment pour la production de lait et de fromages, permet d'exploiter les estives[3] de montagne de juin à septembre. Ces pratiques ancestrales appartiennent au patrimoine et participent à la richesse culturelle du territoire, mais certains enjeux de cohabitation avec le vivant et entre les différents usager·ères de la montagne (humains comme animaux) posent parfois question et amènent aux débats.



Figure n°4 : Pic du Vignemale depuis le refuge des Oulettes (vallée de Gaube, Hautes-Pyrénées). Crédit photo : D. PRIÈRE.

Concernant la zone cœur du parc, elle s'étend sur environ 45 000 ha comprenant le territoire administratif de quinze communes, mais ne compte aucun habitant permanent. Principalement composées des fonds de vallées et des territoires de haute montagne, frontaliers avec l'Espagne, ces différentes vallées et sommets qui composent cette zone cœur abritent des variétés de compositions paysagères et de formations géologiques favorisant la présence de certaines des espèces animales et végétales les plus rares et protégées de France. Les paroies rocheuses et cirques formés par des millions d'années d'évolution géomorphologique[4] sont les zones de

[3] Pâturage de montagne ou d'altitude où séjourne le bétail en période estivale.
[4] Étude des reliefs et de la configuration de la surface terrestre.

vol privilégiées des grands vautours charognards[5], planant au-dessus des estives à la recherche de carcasses de brebis et vaches notamment. C'est le cas du Vautour fauve, rapace protégé et ayant une bonne dynamique de population, en faisant l'un des grands rapaces les plus faciles à observer lors de sorties en montagne. Le Percnoptère d'Égypte, plus petit vautour seulement présent au printemps et en été, est également nicheur dans le Parc national, mais compte une population bien plus réduite que le fauve, au même titre que le Gypaète barbu, emblème des montagnes pyrénéennes, où les derniers individus français ont su se maintenir après avoir frôlé la disparition. Ce vautour est le plus grand oiseau d'Europe, et est le dernier maillon de la chaîne alimentaire, se nourrissant exclusivement d'os des carcasses nettoyées par les vautours et autres charognards, qu'il lâche depuis les airs sur des pierriers afin de les briser lorsqu'ils sont trop imposants, ce qui lui a valu le surnom de « casseur d'os ». D'autres oiseaux remarquables composent les paysages du parc, comme l'Aigle royal, grand rapace se nourrissant de marmottes, lièvres ou encore de Lagopèdes alpins. Cet oiseau montagnard appartient à la famille des Tetraoninae au même titre que le Grand tétras, oiseau emblématique des forêts de conifères de moyenne montagne, avec une population en fort déclin depuis plusieurs années. Le Tichodrome échelette, le Pic noir, ou encore le Cincle plongeur sont également des oiseaux remarqubales pouvant être observés dans les différents paysages des montagnes pyrénéennes. Les diversités paysagères, entre paroies accidentées, forêts et plateaux d'altitude, et la variété d'essences offrent des panoramas remarquables en toutes saisons. On y trouve notamment des Hêtres, des Chênes, des Sapins, ainsi que des Pins dans les étages montagnards. Certaines autres essences viennent compléter ce paysage végétal (Bouleaux, Érables, Châtaigniers, Frênes, Aulnes, …). À mesure que l'on monte en altitude, ces forêts cèdent la place aux landes, aux pelouses alpines, puis aux pierriers et aux neiges éternelles. D'un point de vue faunistique, cette variété d'habitats offre un refuge exceptionnel à de nombreuses espèces de mammifères, parmi lesquelles nous retrouvons le Bouquetin ibérique, ayant fait l'objet d'un programme de réintroduction sur le parc, en raison de sa disparition du territoire français au début du XX^{ème} siècle. Le Cerf élaphe et l'Isard (emblème des montagnes pyrénéennes) sont d'autres ongulés observables sur les massifs pyrénéens. Davantage dans les prairies de moyenne

[5] Animaux se nourrissant exclusivement cadavres n'ayant pas été tués par eux-mêmes.

altitude, la Marmotte peut également s'observer facilement durant les saisons printanière et estivale. Les zones humides de fond de vallée, les torrents, lacs d'altitude et tourbières hébergent également des espèces spécifiques : la Salamandre tachetée, le Calotriton des Pyrénées (espèce endémique[6]), et une diversité d'insectes et de poissons adaptés à ces eaux froides et oxygénées, dont la célèbre Truite fario.





Figures n°5 & 6 : Gypaète barbu posé en bord de falaise & Isard avec son cabri (de gauche à droite). Crédits photo : F. LUC & J. DEMOULIN, Parc national des Pyrénées.

Enfin, les montagnes du Parc national accueillent le plus grand prédateur de France : l'Ours brun. Cet animal a lui aussi fait l'objet d'un programme de réintroduction au début des années deux mille, beaucoup plus clivant et médiatisé que celui du Bouquetin ibérique. Depuis peu, le Loup gris, autre grand prédateur tout aussi discret que l'ours, a regagné naturellement certains territoires des Pyrénées, où une présence plus ou moins régulière est observée au sein du PNP. À l'échelle nationale, le loup a entrepris une reconquête de ces anciens habitats, là où il était encore présent sur l'ensemble du territoire français au milieu du XVIII^{ème} siècle. La présence de ces deux espèces vient remettre au centre des débats les questions de cohabitation entre l'homme et la nature, où le pastoralisme peut parfois être confronté à la prédation, entraînant des enjeux plus larges à l'échelle de l'économie, du social, des politiques, de l'environnement et du tourisme.

[6] Présence naturelle et exclusive d'une espèce ou d'un groupe biologique dans une zone géographique délimitée.

1.2 - <u>La Corse et le Parc naturel régional</u> :

Le second territoire choisi est la Corse. À l'image des Pyrénées, il a été nécessaire de restreindre le périmètre géographique d'analyse au Parc naturel régional de Corse afin de ne pas s'éparpiller et d'être le plus précis possible sur les différentes recherches et analyses.

Contrairement aux Parcs nationaux, les PNR ne reposent pas sur une réglementation nationale stricte, mais sur une charte de territoire élaborée par les collectivités locales et les différents acteurs concernés. Les acteurs se concertent (élu·es locaux, communes, collectivités, acteurs économiques, associations, habitant·es...) pour fixer les objectifs de protection, de développement et de valorisation du territoire. Un Parc naturel régional bénéficie ainsi d'une plus grande souplesse de gestion, définit ses critères en fonction de ses propres besoins et s'appuie sur l'engagement volontaire de ses partenaires. Cette charte est renouvelée tous les quinze ans. À l'inverse, un Parc national est soumis à une réglementation nationale définie par l'État et appliquée de manière uniforme à l'ensemble des Parcs nationaux de France. Cette protection est plus exigeante, en particulier pour certaines activités comme l'urbanisation, la chasse, certaines formes d'exploitation des ressources ou encore la circulation, qui sont fortement encadrées, voire interdites.

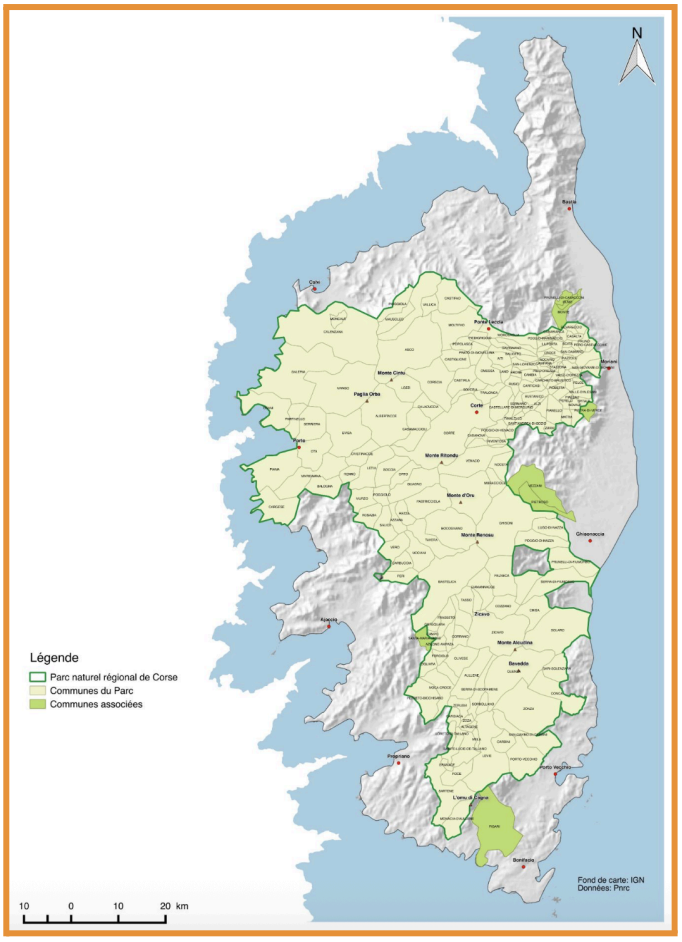


Figure n°7 : Carte du Parc naturel régional de Corse.
Source : Site web du PNRC.

La création du PNRC s'inscrit dans une volonté de protéger le patrimoine naturel de l'île, mais également dans une « politique volontariste d'aménagement et de sauvetage de l'intérieur de l'île » (*site web du PNRC*). À partir de 1969, Michel LEENHARDT, soutenu par François GIACOBBI, participe ainsi à l'élaboration de la première charte du Parc. Un syndicat mixte est ensuite créé en décembre 1970 afin de porter le projet, regroupant alors le département de la Corse, la chambre d'agriculture, l'ONF et quarante-sept communes volontaires. En 1971, la première charte est approuvée. Cette même année est construit le premier refuge du GR20, celui de Petra Piana, montrant que la randonnée et le tourisme de montagne sont intégrés très tôt au projet territorial. Le PNRC est finalement institué en 1972, année durant laquelle l'itinéraire reçoit également officiellement le numéro GR20 par la FFRP. La création du Parc associe donc dès son origine la protection du patrimoine naturel au développement économique et touristique de l'intérieur de la Corse. Il constitue aujourd'hui l'un des plus vastes parcs naturels régionaux de France. Son territoire s'est considérablement étendu depuis les quarante-sept communes et 110 000 hectares concernés au début du projet. Aujourd'hui, le PNRC couvre environ 440 200 hectares, soit près de la moitié de l'île, et rassemble cent-soixante-dix-huit communes réparties sur les départements de la Haute-Corse et de la Corse-du-Sud. Cette évolution témoigne de la place progressivement prise par le PNRC.

Sur le plan démographique, la Corse présente des dynamiques contrastées. Bien que la population de l'île continue globalement d'augmenter, cette croissance repose principalement sur un solde migratoire positif, c'est-à-dire que davantage de personnes s'y installent qu'il n'en part. Tandis que la natalité est en baisse et que la mortalité augmente en raison du vieillissement de la population, le solde naturel se dégrade. Cette évolution est particulièrement marquée dans les territoires ruraux et montagneux, où le départ des jeunes vers les pôles urbains pour les études, l'emploi ou l'accès aux services accentue le vieillissement démographique et le déclin de certaines communes. À l'inverse, les principales agglomérations et les zones littorales, plus attractives, concentrent l'essentiel de la croissance démographique. Ainsi, les espaces de l'intérieur de la Corse, tels que ceux du PNRC, se caractérisent par une faible densité de population, un vieillissement marqué et pour de nombreuses communes, une diminution du nombre d'habitant·es. Au sein du PNRC, les principaux pôles de services (commerces et services de proximité) sont

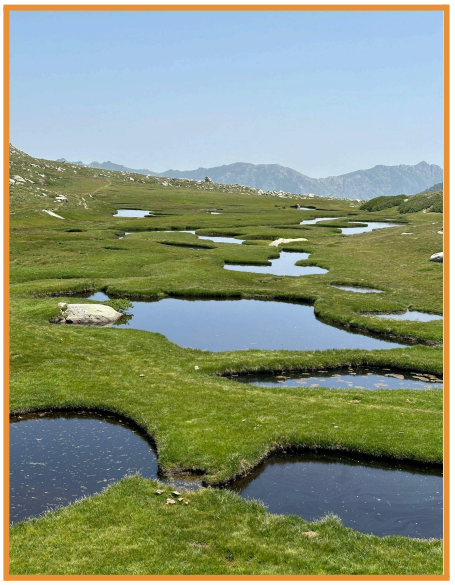
regroupés dans quelques bourgs, comme Corte, Zonza ou encore Evisa. Tandis que de nombreux villages de montagne restent relativement isolés en raison du relief particulièrement accidenté et d'un réseau routier sinueux.

Cette faible densité humaine contraste fortement avec l'importante fréquentation touristique que connaît la Corse chaque année. Le tourisme est le premier secteur économique de la Corse, représentant 40 % de l'économie régionale. L'île accueille près de trois millions de touristes par an pour une population permanente d'environ 350 000 habitants, avec un pic d'environ 450 000 touristes supplémentaires au mois d'août (*ATC, Rapport d'activité 2024*). Cette attractivité se traduit notamment par dix millions de nuitées touristiques enregistrées entre avril et septembre 2025 selon l'INSEE (*INSEE*, *« Corse - Premiers résultats de la saison touristique 2025* »). Si le littoral reste le principal moteur de cette fréquentation, les activités de pleine nature contribuent également au rayonnement de l'île. La randonnée pédestre y occupe une place importante grâce au GR20, qui attire à lui seul près de 20 000 randonneur·euses par saison selon la FFRP, mais aussi grâce aux itinéraires « Mare a Mare » et « Mare e Monti », qui valorisent les espaces de l'intérieur de l'île. Le GR20 occupe ainsi une place particulière puisqu'il permet de relier l'attractivité touristique de la Corse à la valorisation de ses territoires montagneux, et non uniquement de son littoral.

L'économie des communes du Parc repose principalement sur le tourisme, l'agriculture, l'élevage extensif et le pastoralisme. Les activités pastorales occupent toujours une place importante dans l'économie et l'identité culturelle corse, avec les élevages porcins, ovins, caprins et bovins permettant notamment la production de fromages et de charcuteries bénéficiant parfois d'appellations de qualité (AOP). Toutefois, comme dans les Pyrénées, ces activités doivent aujourd'hui faire face aux enjeux liés à la fréquentation touristique croissante et à certaines problématiques environnementales. La montagne corse ne constitue donc pas uniquement un espace naturel et touristique : elle est également un espace de vie et de travail où doivent cohabiter différents usages.

Le PNRC possède une biodiversité exceptionnelle, favorisée par l'insularité de la Corse, son relief et la diversité de ses climats, principalement méditerranéen et

montagnard. Son territoire présente ainsi une grande variété de paysages et d'écosystèmes, allant du maquis[7] méditerranéen aux forêts de montagne, puis aux lacs et aux paysages de haute montagne. La dorsale montagneuse traverse une grande partie de l'île et accueille ses plus hauts sommets, parmi lesquels se trouve le Monte Cinto, point culminant de la Corse avec ses 2 706 mètres d'altitude. En altitude, la végétation et les paysages évoluent : le maquis laisse progressivement place aux forêts, caractérisées notamment par la présence du Pin laricio. On retrouve également des pozzines qui sont des zones humides caractéristiques de la montagne corse, et reconnaissables à leurs étendues verdoyantes traversées par de petits ruisseaux et parsemées de trous d'eau. Elles se sont formées à partir d'anciens lacs d'origine glaciaire qui se sont progressivement transformés en zones humides, et constituent aujourd'hui des milieux naturels fragiles participant à la richesse écologique et paysagère de l'île. Cette diversité d'habitats qu'offre l'île favorise la présence d'une faune remarquable et de plusieurs espèces endémiques, comme la Sittelle corse, petit oiseau forestier principalement présent dans les forêts de pins laricio, ou l'Euprocte de Corse, petit amphibien que l'on retrouve notamment dans les cours d'eau de montagne. Il est également possible d'observer des espèces protégées et emblématiques comme le Mouflon de Corse, le Cerf de Corse, réintroduit au milieu des années 1980, ainsi que de grands rapaces tels que le Gypaète barbu, l'Aigle royal, le Faucon pèlerin et le Milan royal. Le Gypaète barbu, particulièrement menacé sur l'île, fait notamment l'objet d'actions de conservation menées par le PNRC. Enfin, plusieurs espaces naturels protégés alimentent le patrimoine corse, parmi lesquels se trouve la réserve naturelle de Scandola, classée au patrimoine mondial de l'UNESCO, la réserve naturelle des îles Lavezzi, ainsi que d'autres sites remarquables comme le massif de Bavella, lieu de passage très fréquenté par les randonneur·euses et traversé par le GR20. La réserve naturelle de Scandola constitue un exemple particulièrement intéressant, en étant l'un des principaux refuges du Balbuzard pêcheur en



[7] Formation végétale spécifique des régions méditerranéennes.

France, dont la protection a conduit à la mise en place de zones de quiétude autour des sites de nidification. La préservation de cet espace implique également un encadrement important des activités touristiques et de loisirs : la randonnée, l'escalade, le bivouac ou encore la plongée en bouteille y sont interdits, tandis que la navigation et le mouillage[8] sont réglementés.

Figure n°8 : Pozzines du Val d'Ese dans le PNR de Corse.
Crédit photo : A. POUSSIN.

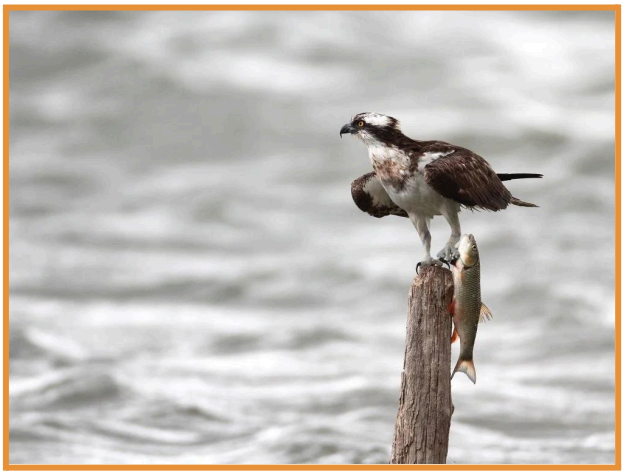


Figure n°9 : Balbuzard pêcheur avec une proie entre les serres.
Crédit photo : J. SOLEAU, LPO Anjou.

Cependant, malgré la présence de nombreux espaces protégés et les actions de conservation menées en faveur de certaines espèces, le territoire corse reste malgré tout confronté à plusieurs enjeux environnementaux (surfréquentation, changement climatique...). Face à ces défis, le PNRC est là pour faire face à ces enjeux et trouver des solutions en menant de nombreuses actions et missions (charte éco responsable, campagnes d'informations, gestion des refuges, réglementation..).

1.3 - Justification des choix et d'une double analyse :

Le choix du territoire du PNP en particulier permet un parallèle pertinent avec la notion de développement durable, au cœur de la question centrale, où l'aspect économique et social y est important, et où l'aspect environnemental l'est d'autant plus. En ajoutant à cela l'importance des pratiques de pleine nature et la présence

[8] Action d'immobiliser un bateau en mer ou dans une zone abritée à l'aide d'une ancre, d'une chaîne et d'un cordage.

du GR10 sur le territoire, cela en fait une zone clé, réunissant une multitude de critères analytiques à suivre afin d'essayer d'offrir un point de vue le plus juste possible.

Pour le PNR de Corse, son choix s'explique par sa situation géographique, étant l'un des rares PNR a ne pas être sur le territoire métropolitain. De ce fait, il est exposé à des enjeux propres, mais également à une gestion assez singulière. Premièrement, la présence du GR20, traversant la Corse du nord au sud, permet d'aborder le thème de la randonnée itinérante avec l'un des sentiers de randonnée les plus pratiqués d'Europe. De nombreux enjeux en découlent, rendant l'analyse de la randonnée itinérante et des impacts de sa pratique pertinente au vu du contexte territorial. Aussi, le rôle du PNR, agissant en véritable gestionnaire de l'itinéraire, et étant un acteur central de la gestion du tourisme, ainsi que des milieux naturels et paysagers du territoire, rendent ce choix d'autant plus pertinent.

Ces deux territoires de montagne partagent alors plusieurs caractéristiques, étant tous deux fortement fréquentés en période estivale, et traversés par des itinéraires emblématiques de la randonnée itinérante : le GR10 dans les Pyrénées et le GR20 en Corse. Ainsi, ils sont confrontés à des enjeux similaires de gestion des flux touristiques et de préservation des milieux naturels.

2 - Le choix des outils de récolte de données :

Au-delà de la définition de territoires d'étude, il a été primordial de définir une méthodologie de recherche afin d'orienter les prismes d'observation en fonction des thématiques liées au sujet d'étude. Ces méthodes de recherche s'organisent généralement par des approches différentes : le quantitatif, favorisant la récolte de résultats en grand nombre afin d'y dégager des tendances, et le qualitatif, optant pour une récolte et une observation de résultats davantage détaillés.

Combiner ces deux méthodes permet d'avoir un recul nécessaire et des résultats pertinents afin de traiter les sujets dans leur entièreté. Il est cependant nécessaire

d'anticiper ces approches par la réalisation d'outils, allant grandement influencer la récolte de résultats en fonction de leur application et de leur valeur.

2.1 - L'approche quantitative :

Dans l'objectif d'une large récolte de données, un questionnaire traitant de notre thématique de mémoire, à savoir la randonnée itinérante, sa pratique et les impacts potentiels de cette activité, a été réalisé. Cet outil a été pensé pour une diffusion importante afin de toucher un grand public et ainsi avoir un échantillon de population pertinent, permettant d'alimenter le questionnement central tout en appuyant la crédibilité des résultats. En plus de récolter des retours et expériences d'un public itinérant, ce questionnaire s'est voulu être non-exclusif, et a été organisé de manière à considérer également le point de vue de personnes n'ayant jamais pratiqué d'itinérance. Ses quelque quarante questions ont été réparties et orientées selon les trois piliers du développement durable. Cela a permis de favoriser une organisation claire, afin que la récolte de données puisse rester pertinente, en pouvant en traiter et en comparer certaines se rejoignant.

Pour la réalisation de ce formulaire de questions, le choix d'outil s'est porté sur l'application « Google Forms », qui offre une prise en main facile, et permet de récupérer les données et résultats sous forme de tableau, s'imbriquant directement dans des documents de texte. C'est également un moyen facile de diffuser le questionnaire via un partage de lien, et de suivre les réponses et les résultats au fur et à mesure de l'avancée des travaux. Ce choix d'outils a également permis de répartir au mieux le travail, équilibrant ainsi l'élaboration du questionnaire, sa gestion, ainsi que le suivi des résultats.

2.2 - L'approche qualitative :

Il paraissait important de mobiliser des acteur·ices des territoires choisis, ayant un lien professionnel et/ou personnel avec certaines facettes des piliers du développement durable. Pour maintenir cette volonté de double lecture de la question via une double analyse territoriale, le choix s'est porté sur des acteurs et professionnels similaires, ayant été définis avant même la réalisation de ce guide

d'entretien. Les professionnels de la randonnée offriront une vision de structures basant leur activité économique sur la randonnée et sa pratique. La rencontre de représentants des entités protectrices définissant les secteurs d'étude géographique a été essentielle, et proposera une autre lecture de ces différents sujets.

Ces entretiens ont été pensés et préparés grâce à un questionnaire général réalisé en amont. Cet outil se compose d'une quinzaine de questions organisées selon les thématiques des piliers du développement durable, de la même manière que le questionnaire « Google Forms ». Cependant, il nous paraissait essentiel de créer une base de questionnaire pertinente, mais il était tout aussi important de savoir adapter chacune des questions en fonction des allocutaires, afin de développer davantage sur des sujets propres aux compétences de chacune des personnes interrogées, tout en ayant leurs visions sur chacunes de thématiques traitées.

2.3 - Justification des choix et d'une double analyse :

Les entretiens semi-directifs ont été choisis pour leur souplesse : ils permettent de poser un cadre et de ne pas perdre de vue l'objectif principal, tout en gardant la possibilité de partir sur des questions ouvertes et de recueillir des informations approfondies. En laissant la parole libre, il est possible de cerner les perceptions et les expériences des acteurs locaux de façon plus juste et plus complète. Il permet également un échange direct, sincère et authentique, qui peut alors favoriser la compréhension des enjeux évoqués via le questionnaire, et ce d'un point de vue des personnes habitant, travaillant et faisant vivre ces territoires.

Le questionnaire est lui essentiel pour interroger un public large de randonneur·euses ou non, et d'établir des statistiques sur leur profil, leur comportement, ou encore leur niveau de sensibilisation au développement durable. C'est un moyen de récolte de données efficace lorsque que la stratégie de diffusion l'est également, et cela permet d'obtenir des résultats plus ou moins fiables statistiquement et sociologiquement en fonction de l'échantillon de population interrogé.

Ces outils répondent à une volonté de combiner analyses qualitative et quantitative pour croiser les regards et renforcer la fiabilité des résultats. Ainsi, les données générales récoltées plus largement grâce à la diffusion de ce questionnaire pourront être mises en lien et comparées avec les données plus précises, découlant des entretiens réalisés.

PARTIE IV : La réponse aux hypothèses

1 - Les tendances actuelles propres à chaque hypothèses :

Au rythme des recherches, observations et constats menés depuis plusieurs mois, couplés aux résultats des différents outils de récolte de témoignages et d'expériences de professionnel·elles, habitant·es, usager·ères, pratiquant·es, ou autres personnes plus ou moins proches du sujets, il est alors possible de traiter la problématique présentée précédemment via la réponses aux différentes hypothèses évoquées.

La réponse de ces hypothèses se fera dans un premier temps de manière structurée, avec le traitement de différents sujets et enjeux autour de chaque thème respectif, afin d'organiser les propos et de balayer de manière élargie les tendances ressortant pour chacune des grandes thématiques abordées, en lien avec le principe de développement durable.

Dans un second temps, des enjeux et pistes de réflexions jugées pertinentes seront croisées afin de d'avoir une approche complémentaire autour de cette thématique centrale. Cette méthode paraît primordiale afin de respecter le cadre établi au cours des divers travaux. En effet, traiter d'un sujet avec une approche autour de la question de durabilité amène obligatoirement à entremêler constats et résultats afin de pouvoir émettre une quelconque conclusion.

En mettant également en lien ces divers constats avec les territoires de recherches, il sera alors possible de porter un regard analytique pertinent quant à la pratique de la randonnée pédestre itinérante sur ces secteurs, et sa compatibilité avec les principes du développement durable.

1.1 - La randonnée itinérante a un impact négatif sur l'environnement :

L'objectif va être de répondre au mieux aux différentes interrogations qu'amène cette hypothèse, et soit de l'affirmer en estimant que cette pratique puisse nuire d'une manière ou d'une autre à l'environnement en ayant un impact considérable sur les milieux, ou au contraire, de la contester et en déduire qu'elle n'entraîne pas ou peu de conséquences sur les patrimoines naturels.

L'argumentaire s'organisera argumentaire via le traitement de sujets larges, mais permettant de traiter et balayer au maximum les éléments nécessaires à la formulation d'une réponse. Ces idées s'enchaîneront au mieux afin de garder un suite logique de lecture, pertinente quant à la bonne compréhension du sujet.

1.1.1 - Les impacts de la randonnée sur la biodiversité :

Lorsque la randonnée itinérante est évoquée, la notion de « mobilité douce » à tendance à revenir régulièrement pour qualifier cette pratique. Il en est de même quant à la question de « respect » de l'environnement, qui est largement approuvée par le grand public, que cela ait été constaté lors des différentes lectures menées, mais aussi lors de la récolte des réponses au questionnaire. Cependant, un regard plus précis sur ces mêmes résultats met en avant que près de 93% des répondants à ce même questionnaire estiment que la randonnée pédestre peut avoir un impact sur l'environnement. Ce constat vient souligner une prise de conscience générale quant à la question environnementale qui représente un enjeu sociétal notable, mais met également en lumière ce paradoxe entre « respect » et « impact ». Pour illustrer davantage cela, il paraît important d'appuyer ces propos par certaines études et certains résultats des différentes sources de recherches, que cela passe par les diverses lectures ou encore les entretiens et résultats de questionnaires.

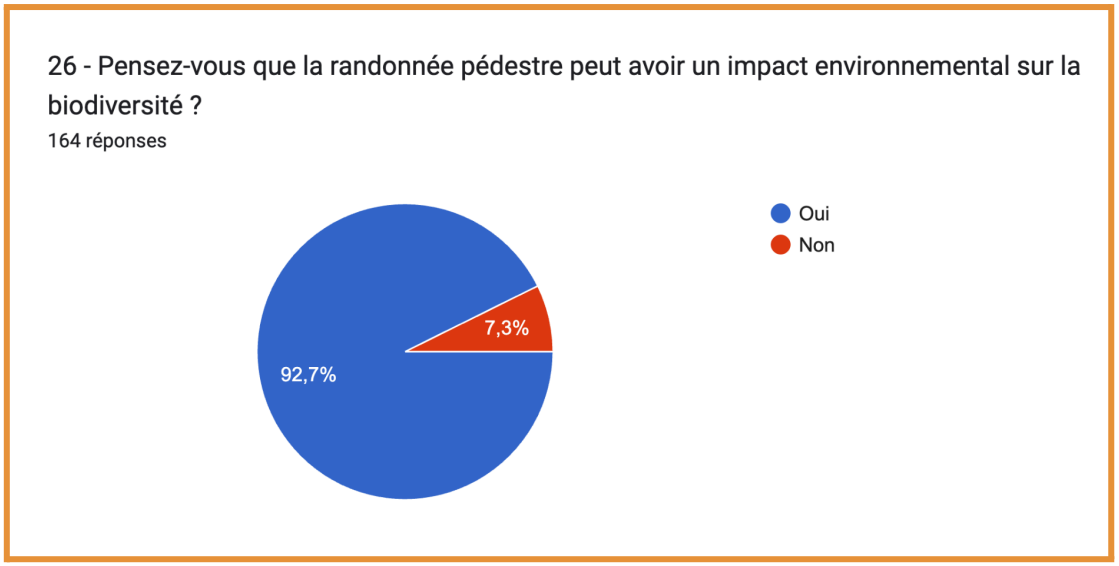


Figure n°10 : Graphique sur l'impact environnemental de la randonnée pédestre.
Source : A. POUSSIN & D. PRIÈRE, Google Forms.

Tout d'abord, lorsqu'est évoquée la randonnée itinérante, il est nécessaire d'y impliquer un contexte géographique. En effet, c'est une pratique se déroulant principalement dans des milieux naturels, souvent caractérisés par de grands espaces à l'image de la montagne. Le milieu montagneux revient systématiquement, et les résultats du questionnaire peuvent en témoigner : sur la question de la connaissance de sentiers de grande randonnée, la plupart des réponses se dirigeaient vers un GR de montagne, et notamment le GR10 et le GR20. Ce point peut également être appuyé par le nombre de sentiers de randonnée entretenus et recensés sur des milieux de montagne, par rapport à des milieux de plaine ou encore urbains. La montagne représente alors le terrain de jeu principal du public en itinérance.

Ce milieu est certes favorable à ce type de pratique, mais il est important de considérer que c'est également un milieu favorable à un large panel de biodiversité aux besoins satisfaits par cet environnement, leur offrant alimentation, territoires étendus et quiétude, chose rare et maintenue dans ces milieux difficiles à anthropiser, à l'heure où les signes de présence humaine sont presque omniprésents. Cette biodiversité n'est alors pas sans réaction lorsqu'une pratique telle que la randonnée itinérante se déroule sur son territoire. Sa réputation de «mobilité douce« est avérée, et en pleine montagne, l'utilisation de véhicules

motorisés est presque impossible, et lorsque ça l'est, très réglementée, mais la présence humaine n'en reste pas moins une perturbation à elle seule.

En septembre 2024, la FFRP a communiquer un rapport d'enquête sur « les impacts des pratiques de la randonnée pédestre et activités connexes sur la biodiversité. ». Cette étude démontre que dans les milieux de montagne et les milieux forestiers (les deux pouvant être liés), certaines espèces assez sensibles au dérangement telles que le Gypaète barbu ou encore le Grand Tétras peuvent voir la pratique de la randonnée impacter leurs habitudes et leur comportement, jusqu'à dans certains cas être responsable de la mort d'individus ou de la défaillance de la reproduction. En effet, tous les animaux sont plus ou moins sensibles au dérangement, entraînant dans la majorité des cas une fuite à l'approche des randonneur.euses. Étant parfois dérangés sur des aires d'alimentation, cela leur oblige à en trouver d'autres, ce qui entraîne en plus d'un stress une perte d'énergie. En fonction de la saison et de l'accès à l'alimentation, ce stress et cette perte d'énergie peuvent mettre du temps à être récupérés, et l'animal se retrouve alors davantage exposé à la prédation. Ainsi la pratique de sports en hiver est bien plus impactante, comme le ski, la randonnée en raquette, le ski de randonnée … Cela se justifie par le fait que cette saison correspond souvent à la période de reproduction de certaines espèces, notamment chez l'avifaune de montagne. La randonnée pédestre, pratiquée majoritairement sur la saison estivale ou les ailes de saison, n'est pas non plus sans impact, et certains besoins chez des espèces en particulier peuvent s'étendre sur de longs mois, rendant la présence d'activité sur les sentiers situés dans leur zone d'habitat très dangereuse, car propice au dérangement. Plus précisément sur les milieux forestiers fréquentés et leurs sentiers, l'étude explique que l'impact sur la faune est assez notable, avec une réduction de la densité d'oiseaux et de la variété d'espèces qui sont observées. Les espèces sensibles sont alors beaucoup moins présentes autour des sentiers, y compris dans les forêts peu fréquentées. Ces constats sont partagés par Alizée VISCONTI, AMM en Corse et dans les Alpes, partageant son expérience lors d'un entretien accordé en juillet 2025 : « *Pour moi, l'impact est clairement négatif. Sur le GR20, on voit très peu d'animaux. Dès que tu sors des sentiers, tu vois des mouflons, des cerfs, de la faune partout.* ». Sur la flore, les études restent trop peu nombreuses, mais il a été démontré que les sentiers les plus empruntés rendent la flore au sol inexistante au bout d'un certain seuil atteint, de part le

piétinement répété. Le « hors sentier », c'est-à-dire l'emprunt volontaire d'itinéraires hors des chemins balisés, a également un fort impact sur la flore, puisque le piétinement se fait sur des zones normalement épargnées, et les dégâts sont alors plus importants. Les conséquences du hors sentier concernent aussi la faune, qui se voit aussi être impactée par ce type de dérive. Le fait d'avoir des sentiers délimités offre en plus d'une garantie de direction et de sécurité pour les usager·ères, une garantie de « zone à éviter » pour les animaux, comme l'explique l'article cité ci-dessous :

« *On constate aujourd'hui des cas d'accoutumance de certaines populations au dérangement sur certains territoires. Dans certaines stations de ski très fréquentées, des phénomènes d'accoutumance ont été observés chez le Tétras-lyre (Tetrao tetrix) (Montadert 2013). Les distances de fuite des individus diminuent depuis 10 à 20 ans. Cependant, le stress est toujours présent pour ces individus. Un phénomène semblable est observé chez les Chamois (Rupicapra rupicapra). Dû au stress causé par la fréquentation des sentiers, les Chamois ne s'en rapprochent qu'en période non fréquentée. À tout moment de la journée, il a été constaté que les individus réduisent leur vitesse de déplacement à proximité des sentiers, montrant un principe de précaution vis-à-vis des sentiers. Le Chamois a une réaction beaucoup plus forte à des interactions inattendues qu'aux activités humaines régulières (Hamr 1988). Cependant, des phénomènes d'habitude ont pu être constatés chez les adultes. Alors que les juvéniles du Bouquetin des Alpes (Capra ibex) et du Chamois (Rupicapra rupicapra) ont un comportement de vigilance vis-à-vis des sentiers, n'ayant pas encore eu ce processus d'habitude (Hannah et Weber 2015). Ce phénomène d'habitude n'est pas généralisé à tous les territoires, comme dans le massif des Bauges où il n'a pas été constaté (Duparc et al. 2017). Cette non-adaptation peut être causée par l'activité de la chasse sur certains territoires. La chasse entretient la perception de l'Homme comme un prédateur. Ainsi l'animal perçoit un risque élevé en présence humaine.* » (*Rapport d'enquête FFRP, septembre 2024, « Les impacts des pratiques de la randonnée pédestre et activités connexes sur la biodiversité », p.35*).

Cette distinction entre accoutumance, définie par « *une atténuation, voire une disparition de la réponse comportementale et/ou physiologique habituellement développée par des individus exposés à un dérangement.* », et l'adaptation, définie par « *une propriété acquise par des individus ou des populations qui, malgré le dérangement, retrouvent des performances démographiques partiellement ou*

totalement semblables à celles qui prévalaient avant le dérangement. », toujours selon ce rapport, permet de comprendre les réactions de la faune quant à la présence d'activité humaine sur leurs territoires, malgré que cela soit tout de même nuancé par un comportement non-généralisé, et par la pratique d'autres activités humaines.

De plus, la présence humaine sur certains milieux peut également entraîner un endommagement et une modification des écosystèmes, allant de constats des plus flagrants comme l'érosion des sentiers, à des observations nécessitant des regards plus précis et des études spécifiques. Tout d'abord, l'érosion des sentiers de randonnées est une réalité, et a su être relevée par les répondants du questionnaire. À la question 27 de ce dernier, il est demandé : « *Avez-vous observé des dégradations ou une surfréquentation sur les sentiers empruntés ?* ». Tout d'abord, il est à souligner que plus de ⅔ des réponses indiquent avoir en effet observé dégradations et/ou surfréquentation des sentiers, venant appuyer les propos et constats précédents.

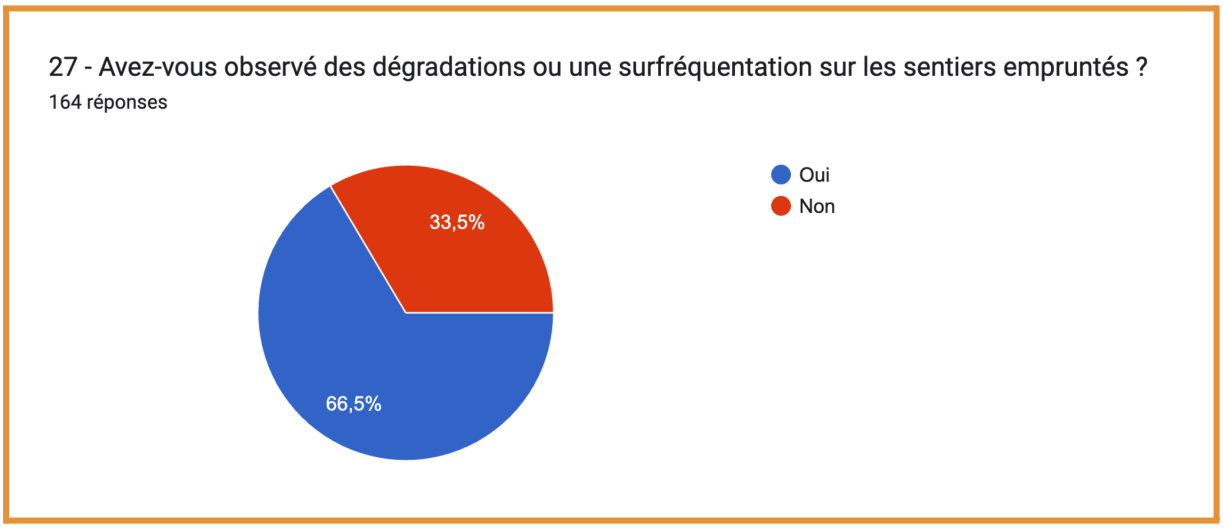


Figure n°11 : Graphique sur l'état et la fréquentation des sentiers de randonnée.
Source : A. POUSSIN & D. PRIÈRE, Google Forms.

Mais au-delà ce ce résultat, ce sont les justifications apportées par certains répondants qui en témoignent, appuyant sur l'érosion constatée des chemins empruntés, et pouvant être illustré par les citations suivantes :

*« Déchets, mouchoirs laissés aux abords des chemins, non respect des tracés des sentiers entraînant de l'**érosion** et perturbations de la flore, chiens non tenus en laisse ».*

« Assez ponctuellement sur tous : abandon déchets et élargissement des sentiers, ***érosion****, … ».*

« ***Dégradation des sentiers****, perte de la faune , pollution. dégradations en tous genres. ».*

« Plus d'herbes, le chemin devient caillouteux ou boueux par le passage humain ».

« Déchets, ***piétinements****, bruit… ».*

« La plupart des sentiers ont des marques de feux de bois et/ou déchets ».

Nicolas LAFEUILLADE, chef du secteur Luz-Gavarnie au sein du Parc national des Pyrénées l'expliquait lors d'un entretien accordé en août 2025 : « *Cela a un impact sur l'environnement, même si la plupart des randonneurs respectent la réglementation, utilisent les sentiers, … il peut y en avoir qui prennent des raccourcis et n'utilisent pas les sentiers correctement, ce qui entraîne une dégradation au niveau de l'érosion, et ça fait du territoire en moins pour la nature.* ». Un constat partagé avec Alizée VISCONTI : « *Le piétinement tasse les sols, provoque de l'érosion, surtout quand les gens coupent les virages. Plus on concentre d'humains sur un milieu naturel, plus on le détruit. C'est très bon pour l'humain, mais pas pour l'environnement.* ». L'érosion combine à la fois les impacts de l'activité humaine, illustrée par le piétinement répété des sentiers, mais également les causes naturelles et climatiques, notamment par le ruissellement des eaux. Ce phénomène vient alors former des « ravines », entrecoupant les sentiers jusqu'à les dégrader à plus ou moins grande échelle. Il est à noter que certes, l'impact des usager·ères contribue à ces dégradations, mais que des facteurs naturels y participent également, venant nuancer en partie la responsabilité totale de la pratique de la randonnée en tant que tel.

Cependant, un autre constat s'illustre sur ces réponses récoltées avec la question de la pollution et des déchets, dégradant les sentiers, mais surtout l'environnement et l'écosystème. Cet impact est à attribuer directement à l'activité humaine, et la responsabilité de chaque usager·ère de la nature est engagée. La pollution humaine peut se traduire par l'abandon de déchets plastiques, mais aussi par d'autres gestes

paraissant anodins, mais ayant un réel impact sur les écosystèmes. Tout d'abord, le rejet de nourriture quelconque, en espace protégé plus particulièrement peut sembler habituel, comme le fait de laisser la peau et les restes de certains fruits par exemple, mais en réalité, cela entraîne la perturbation des milieux, où certaines espèces se retrouvent avec un apport de nourriture non-naturel, ne se retrouvant pas dans leur milieu habituel. Une autre mauvaise habitude réside dans les déjections humaines en pleine nature, où les urines et selles rejetées, malgré qu'elles découlent de besoins primaires partagés avec l'ensemble des animaux, n'ont pas les mêmes composantes et rejettent autant d'éléments suspicieux qu'il y en a dans l'ensemble des produits transformés que chacun·e consomme quotidiennement. Des déjections aux mauvais endroits peuvent ainsi polluer, à plus où moins grande échelle, en se retrouvant directement dans des cours d'eau ou lacs, et une accumulation de ces actions peut entraîner la perturbation d'un milieu. Comme l'expliquait Gonzalo LOPEZ, ancien accompagnateur montagne et responsable de production de voyages à La Balaguère, lors d'un entretien accordé en juin 2025 : « *certains réflexes et gestes qu'ils ont restent à travailler, comme les kleenex dans la nature par exemple. On dirait que les gens pensent que ça disparaît tout seul. C'est aussi le cas pour les personnes qui font leurs besoins à côté des chemins, il faut que les gens se sensibilisent à cela, car ce n'est pas du fumier !* ». Certaines des réponses au questionnaire viennent appuyer ce constat, où il est indiqué que « *sur les chemins très fréquentés le papier toilette est calamité !* », et qu'il y a « *des emballages et beaucoup de papier toilette proche des sentiers* ». Ces faits ne sont pas propres aux Pyrénées, mais se constatent dans bien d'autres territoires, notamment en Corse, comme le souligne Alizée VISCONTI : « *Il y a aussi énormément de déchets humains, des mouchoirs derrière chaque caillou, et ça ne se dégrade pas.* ».

L'impact direct de la présence humaine en milieu naturel ne s'arrête pas là. Une récente étude américaine menée par des chercheurs de l'Université du Sacré-Coeur, et réalisée avec l'organisme « *Adirondack Hamlet to Huts* » en septembre 2025 a cherché à constater l'impact invisible de l'activité humaine sur l'environnement. Pour ce faire, des recherches ont été menées dans les montagnes d'Adirondack situées au nord de l'État de New-York, et plus précisément sur deux lacs d'altitude, où l'un est un lieu de fréquentation régulière des randonneur·euses, et l'autre est presque

inaccessible, avec un fréquentation bien plus faible. En analysant la qualité et les composantes des eaux de chacun de ces lacs, il a été constaté que le plus fréquenté des deux « *présentait une concentration de microplastiques environ vingt-trois fois supérieure à celle du second.* ». Le constat qui suivait indiquait que la cause était bien humaine, et résidait dans l'usure des équipements des pratiquant·es (chaussures, vêtements synthétiques …) ainsi que le passage répété de ces personnes sur le lieu. Cette étude a été corrélée avec une seconde menée en 2023 sur un autre secteur, et qui après de nouvelles recherches avait abouti à la même conclusion : l'impact et la pollution de ces milieux a pour facteur déterminant la fréquentation humaine.

Ces différents impacts sur l'environnement ainsi que sa faune et sa flore peuvent être le résultat d'une activité humaine journalière, sur un laps de temps relativement court. Cependant, une présence humaine continue, caractérisée par une pratique de la randonnée prolongée, peut entraîner d'autres impacts, qu'il est important de considérer au vu de notre thématique traitée.

1.1.2 - Les impacts du bivouac sur la biodiversité :

Cette pratique prolongée constitue l'essence même de la randonnée pédestre dite itinérante, et la pratique du trekking, notamment par le bivouac, en est l'une de ses formes. Cependant, cela implique une présence continue dans un environnement naturel, et ce même en période nocturne. Cela n'est pas sans impact, et la présence d'un campement, ne serait-ce que via l'installation d'une tente, peut venir perturber des espèces à l'activité crépusculaire et/ou matinale comme les chevreuils, cerfs, renards et autres mammifères présents largement sur ces territoires de montagne, mais également certaines espèces à l'activité nocturne tel que les blaireaux, les chouettes ou encore les hiboux. De plus, le trekking pousse à explorer davantage les territoires, notamment en milieux montagneux où il est possible d'aller dans des fonds de vallées inaccessibles à la journée. Ce constat, combiné à la pratique du bivouac, entraîne une augmentation des risques de hors sentier, avec des conséquences similaires à celles présentées précédemment. Pour autant, l'installation de tentes sur des sols et espaces non adaptés est à considérer, et les conséquences sur la montagne peuvent être importantes.



Figure n°12 : Installation de tentes sur un plateau d'altitude dans le Capcir (Pyrénées-Orientales). Crédit photo : A. POUSSIN.

Pour appuyer ces propos, une installation sur des pelouses de pâturage fraîches non fauchées peut avoir un impact sur l'agriculture locale et nuire au bétail. Aussi, les prairies florales ou encore les berges de lacs d'altitude, abritent souvent une diversité d'espèces sensibles et fragiles qu'il est important de protéger, en évitant tout piétinement. Les zones humides comme les tourbières sont également des milieux essentiels au maintien des écosystèmes montagnards. Le territoire du PNR de Corse abrite des paysages assez similaires, mais caractéristiques de l'île : les *pozzines*. Ces zones humides d'altitude peuvent être définies comme des prairies ou pelouses alpines, voire subalpines, ayant la particularité d'être spongieuses. Leur nom vient du corse *pozzu*, signifiant « puits », et s'explique la présence de nombreux trous d'eau parsemant ces prairies, justifiant son fonctionnement tourbeux. En plus d'abriter grand nombre de micro et macro organismes inféodés aux milieux humides, parfois endémiques (Calotriton des Pyrénées et Euprocte Corse notamment), ces zones jouent un rôle écologique essentiel en stockant l'eau et étant un régulateur hydraulique naturel. Les abords de ces zones humides peuvent également être des points d'abreuvage pour la faune locale, et un dérangement nocturne de cette dernière peut alors perturber son cycle, et avoir un impact plus ou moins important en fonction de la saisonnalité (périodes de reproduction, de naissances …). L'aménagement et l'appropriation d'un espace doit se faire dans une logique de conservation de l'espace et de ce qui le compose, et certains gestes pouvant paraître anodins d'un premier abord, ont des conséquences directes sur les biotopes. C'est notamment le cas pour le déplacement de pierres,

souvent dans une logique de construction de cairns notamment, et ayant des conséquences sur des espèces utilisant ces mêmes pierres comme abris, comme c'est le cas pour certains carabes peu communs. Ainsi, le simple fait de « seulement » passer une nuit en nature amène finalement à certains constats et réflexions sur ces pratiques non-naturels et souvent associées à du loisir, s'opposant parfois à la nature même et les espèces occupant cet environnement pour y vivre et y survivre.

Au-delà du seul fait de passer la nuit en pleine nature, la pratique du bivouac est souvent associée à la réalisation de feux de camp, étant à l'origine de nombreux incendies, et faisant de cette pratique un multiplicateur des risques de départs de feu en milieu forestier.

À l'échelle de ces territoires de recherche, même si les milieux montagneux sont moins exposés à ces risques d'incendies, il est à noter que les départements sur lesquels le Parc national des Pyrénées et le PNR de Corse se trouvent ne sont pas sans risques pour autant. La vigilance quant à ces pratiques doit être maintenue, et d'autant plus aujourd'hui où la question du réchauffement climatique est plus que jamais d'actualité. Les périodes de canicules répétées lors des derniers étés parlent d'elles-mêmes, et le pessimisme des scientifiques quant à une amélioration de la situation justifie l'importance d'une responsabilité collective.

Les épisodes de chaleur amènent une autre problématique assez liée, celle de la baignade en espaces naturels protégés, qu'elle se pratique dans les rivières ou les étangs et lacs. Nicolas LAFEUILLADE rappelait que sur le territoire du Parc national des Pyrénées, « *la baignade en ruisseaux et en lacs, tout ce qui est en lien avec se laver dans l'eau, les produits de lavage, les savons, les crèmes solaires, [...] ça représente un problème actuel.* ». Il paraît alors important de considérer l'ensemble des répercussions que peut avoir la baignade en zones humides, et notamment sur les lacs d'altitude. Dans le cadre du projet européen ALCOTRA (projet transfrontalier entre acteurs des Alpes françaises et italiennes), le Parc national de la Vanoise a lancé une série de vidéos, dont l'une est dédiée à la baignade en lacs alpins. Dernière une mise en scène en pleine nature et un discours pédagogique, l'objectif est d'illustrer les impacts de la pratique sur des milieux très sensibles que sont les lacs d'altitude, ayant une réaction rapide aux moindres modifications de leur

environnement. L'activité humaine autour de ces milieux peut les marquer durablement, et le piétinement des berges, entraînant une érosion des bordures, le remoue des fonds de lac, ayant des incidences sur la vie aquatique présente, ainsi que les produits nettoyants et la crème solaire polluant les eaux ne sont que quelques exemples des conséquences de la baignade.

Les espaces naturels, y compris les milieux montagneux, sont exposés à de nombreux risques, et certains sont liés à leur fréquentation par des personnes plus ou moins habituées à ces milieux, et à la bonne conduite à adopter au sein de ces derniers. Cependant, la pratique d'activités dans ces milieux ne peut pas reposer exclusivement sur la bonne conduite et la volonté de chacun·e, et c'est pour ces raisons que des réglementations existent afin de protéger l'ensemble des usager·ères de ces milieux, et de faire en sorte qu'une cohabitation puisse être possible, tout en limitant au maximum le dérangement et l'impact sur les écosystèmes. De nombreuses règles et comportements à adopter existent, appliqués par différentes institutions, et notamment par les Parcs nationaux et Parcs naturels régionaux dont certains exemples vont être plus spécifiquement illustrés.

1.1.3 - Les solutions et prises d'initiatives des entités de protection :

L'activité humaine en milieux naturels nécessite une gestion et une régulation par certaines des structures présentées précédemment afin que les impacts et conséquences sur l'environnement puissent être contenues au maximum. Certaines prises d'initiative sur des territoires à risque permettent de mettre en place des réglementations définies afin de trouver des solutions aux risques et problèmes rencontrés ou à anticiper. Nombre de ces décisions sont périodiques et ne s'appliquent qu'en saisonnalité, mais certaines sont rendues pérennes afin d'assurer une gestion et une protection complète.

Lors de la saison estivale 2026, la préfecture de Haute-Savoie a fait évoluer sa réglementation afin d'interdire le bivouac en dessous de 2 500 m d'altitude sur la Réserve naturelle des Contamines-Montjoie, sur le Tour du Mont-Blanc. Cette décision est une réponse directe à l'explosion de la fréquentation touristique sur ce territoire, où les autorités et les gestionnaires de la Réserve mettaient en avant

l'impact environnemental de ce surplus de fréquentation. En effet, les nuisances sonores engendrées, la pollution et l'abandon de déchets ainsi que l'érosion d'habitats naturels fragiles sont les premiers constats ayant poussé à cette prise de décision. Une réponse directe aux enjeux évoqués plus tôt, preuve de leur importance à toute échelle géographique. L'objectif de cette décision n'est pas d'empêcher mais bien de limiter, puisque l'itinérance reste tout à fait possible, et le bivouac également, à condition de se trouver sur l'une des deux zones dédiées cette pratique, et où les emplacements de tentes sont limitées et nécessitent une réservation (gratuite) en amont. Cela vient rappeler que malgré l'espace de liberté qu'offre la montagne, il est nécessaire de la partager avec l'ensemble de ses usager·ères et d'ainsi y impliquer la responsabilité de chacun·e. La Réserve Naturelle National du Néouvielle, située sur le territoire du Parc national des Pyrénées, adopte également ce type de règles, où il est interdit de bivouaquer sur l'ensemble de la réserve à l'exception de deux zones définies, pouvant accueillir les randonneur·euses en itinérance.

Cette même réserve a décidé de prendre une nouvelle initiative lors de l'été 2025 en adoptant cette fois-ci des mesures strictes afin d'empêcher les impacts de la baignade sur l'écosystème, s'étendant bien au-delà des simples limites administratives de la RNN. Ainsi, il a été décidé d'interdire complètement la pratique et toutes activités nautiques et aquatiques, afin de limiter au maximum l'ensemble des effets liés à une augmentation de la fréquentation touristique

En plus de règles et arrêtés préfectoraux, les Parcs nationaux solutionnent également certains enjeux de conservation et de protection d'espèces par la mise en place et la gestion de « zones de quiétude », des espaces de protection forte visant à strictement interdire le passage de personnes et la pratique d'activité quelconque afin de préserver la tranquillité d'une faune sauvage sensible. Ainsi, sur le territoire du Parc national se trouvent notamment trois zones de quiétude à destination du Grand tétras, plus grand des galliformes de France et menacé de disparition sur le territoire, avec une population en constante baisse annuelle. Ces zones préservent du dérangement de l'espèce en période hivernale, où les parades et la reproduction épuisent très fortement le coq, au point où la moindre dépense d'énergie supplémentaire peut lui être fatale. Il est alors important d'empêcher le passage de

randonneur.euses à ski ou en raquettes pour le bien de l'espèce et son maintien, le Parc national étant un des derniers bastions de la population pyrénéenne avec plus de 10% des effectifs (les effectifs pyrénéens étant les plus importants de France avec près de 1600 coqs).



Figure n°13 : Signalétique d'une zone de quiétude pour le Grand tétras, en face du cirque de Gavarnie (Hautes-Pyrénées).
Crédit photo : J. COMBES, Parc national des Pyrénées.

Certaines des observations de terrain ont amené à rencontrer d'autres types de protection, avec des indications de fermetures temporaires de sentiers de randonnée dans un objectif de préservation de la tranquillité de certaines espèces. Ces observations se sont notamment faites sur le territoire du Parc national des Cévennes, où la fermeture d'un sentier forestier sous une pinède indiquait la présence d'au moins un couple de Vautours moines, ayant élus domicile sur cette zone, et où les besoins de l'espèce incitent à emprunter un autre chemin. En effet, ces rapaces sont très sensibles au dérangement, et la moindre perturbation peut les pousser à abandonner le nid, l'œuf, où même le jeune déjà né, en fonction de la période. Des cas similaires ont pu être observés sur une zone Natura 2000 gérée par le PNR Corbières-Fenouillèdes, sur laquelle un arrêté préfectoral stipule l'interdiction de pénétrer dans une zone de biotop définie aux abords de la Tour de Trémoine (*Rasiguères, Pyrénées-Orientales*) afin de préserver la tranquillité d'un couple d'Aigles de Bonelli nichant dans cette même zone, sur une période définie du 15 janvier au 30 juin 2026.

Des solutions sont alors possibles, et la cohabitation peut se faire tant que les consciences collectives s'adonnent à respecter les réglementations et normes mises en places, en plus d'y injecter une once de bonne conscience et d'efforts personnels afin de maintenir une certaine stabilité entre chaque usager·ère de la nature. C'est aussi dans cet exercice que les entités protectrices de l'environnement peuvent jouer un rôle d'éducation et de médiation afin de sensibiliser de manière pérenne

habitant·es, touristes, scolaires, mais également néophytes des milieux naturels, un public grandissant.

1.1.4 - Les enjeux de sensibilisation et d'éducation des nouveaux publics :

L'augmentation de la fréquentation est également une opportunité de sensibilisation environnementale auprès de publics parfois peu familier·ères des enjeux de conservation. En effet, la randonnée pédestre itinérante ne se résume pas à une simple activité de loisirs ou sportive. Par son immersion prolongée dans les espaces naturels, elle favorise une meilleure compréhension du fonctionnement des écosystèmes et participe au développement d'une conscience écologique chez les pratiquant·es. Cette dimension éducative est d'autant plus importante que la démocratisation de la randonnée attire aujourd'hui un nombre croissant de néophytes, dont les connaissances relatives à la biodiversité, aux habitats naturels ou aux bonnes pratiques restent parfois limitées.

Cette fonction pédagogique de la randonnée est notamment étudiée par Gherda FERREIRA dans son article « *Environmental Education through Hiking: a qualitative investigation* » (1998). L'auteure analyse à partir de trois randonnées de cinq jours réalisées par cinq participant·es, ce que les pratiquant·es observent au cours de leur progression et la manière dont cette expérience peut contribuer à leur éducation environnementale. Les résultats montrent que les randonneur·euses portent une attention particulière aux caractéristiques des milieux traversés. Ils évoquent notamment les forêts, les formations géologiques, les paysages, mais également la faune et la flore, dont ils observent parfois l'adaptation aux conditions du milieu.

La randonnée confronte également les pratiquant·es aux pressions exercées par les activités humaines sur les espaces naturels. Dans l'étude, les participant·es remarquent notamment l'érosion des sentiers, les déchets, la pollution ou encore certains aménagements. Gherda FERREIRA souligne ainsi que « *The impact people have on the environment becomes more noticeable when encountered on a hiking trail* » c'est à dire que l'impact des personnes sur l'environnement devient plus perceptible lorsqu'il est rencontré sur un sentier de randonnée. Dans sa conclusion, l'auteure estime que «*The findings of this study suggest that hiking trails are ideal for*

environmental education, if the intention is to introduce people to the natural environment and its related problems » qui signifie que les sentiers de randonnée sont idéaux pour l'éducation environnementale, si l'objectif est de faire découvrir aux individus l'environnement naturel et les problèmes qui lui sont associés. Bien que cette étude ait été publiée en 1998, son ancienneté ne remet pas nécessairement en cause son intérêt dans le cadre de cette recherche. G. FERREIRA n'analyse pas des pratiques propres à une période donnée, mais les effets de l'expérience directe de la randonnée sur l'observation et la découverte des milieux naturels. Ces mécanismes restent donc pertinents pour comprendre le potentiel pédagogique de la randonnée actuelle. Ils font d'ailleurs écho aux observations de terrain réalisées, durant lesquelles il a pu être constaté que la confrontation directe aux milieux naturels favorise l'observation, le questionnement et les échanges autour des enjeux environnementaux. Ces observations viennent ainsi conforter les constats formulés par G. FERREIRA.

La randonnée peut ainsi constituer un véritable support de compréhension des territoires. Au fil de leur progression, les pratiquant·es découvrent les paysages, les patrimoines naturels, la géologie, la faune et la flore, mais également les activités humaines qui façonnent et transforment ces espaces. La rencontre directe avec les milieux naturels joue alors un rôle pédagogique en confrontant les individus à la richesse, mais également à la fragilité des écosystèmes. Cette dimension se retrouve également dans les entretiens réalisés dans le cadre de cette étude. Comme l'explique Marine LALLIER, la randonnée permet notamment « *à des personnes qui n'ont pas forcément accès à la nature de la découvrir* », en leur donnant l'occasion d'observer des espèces qu'elles n'avaient jamais vues auparavant et de prendre conscience de « *l'impact écologique de l'être humain* ». Elle souligne également que la découverte de certains espaces menacés peut provoquer une prise de conscience et susciter une volonté d'agir.

Cependant, cette fonction éducative ne doit pas être considérée comme acquise. G. FERREIRA rappelle que « *Being better informed about the environment does not necessarily make people more favourable towards the environment* » *: l*e fait d'être mieux informé sur l'environnement ne rend pas nécessairement les individus plus favorables à l'environnement. Elle s'appuie notamment sur les travaux de Pettus

(1976), et souligne : « *some basic knowledge of the environment is needed to promote the development of desirable attitudes and to enable people to make sound environmental decisions* », signifiant qu'une connaissance de base de l'environnement est nécessaire pour favoriser le développement d'attitudes souhaitables et permettre aux individus de prendre des décisions environnementales éclairées ». Cette nuance se retrouve dans les résultats du questionnaire. L'augmentation de la fréquentation implique en effet l'arrivée de publics moins expérimentés, parfois peu familiarisés avec les règles spécifiques aux espaces protégés. Les résultats du questionnaire montrent ainsi qu'un peu moins des trois quarts des répondants déclarent être informé·es des règles environnementales locales, tandis qu'une part non négligeable indique ne l'être que partiellement. Ces résultats soulignent l'importance de poursuivre les actions de médiation et d'information, car la découverte des espaces naturels ne garantit pas nécessairement, à elle seule, l'adoption de comportements adaptés.

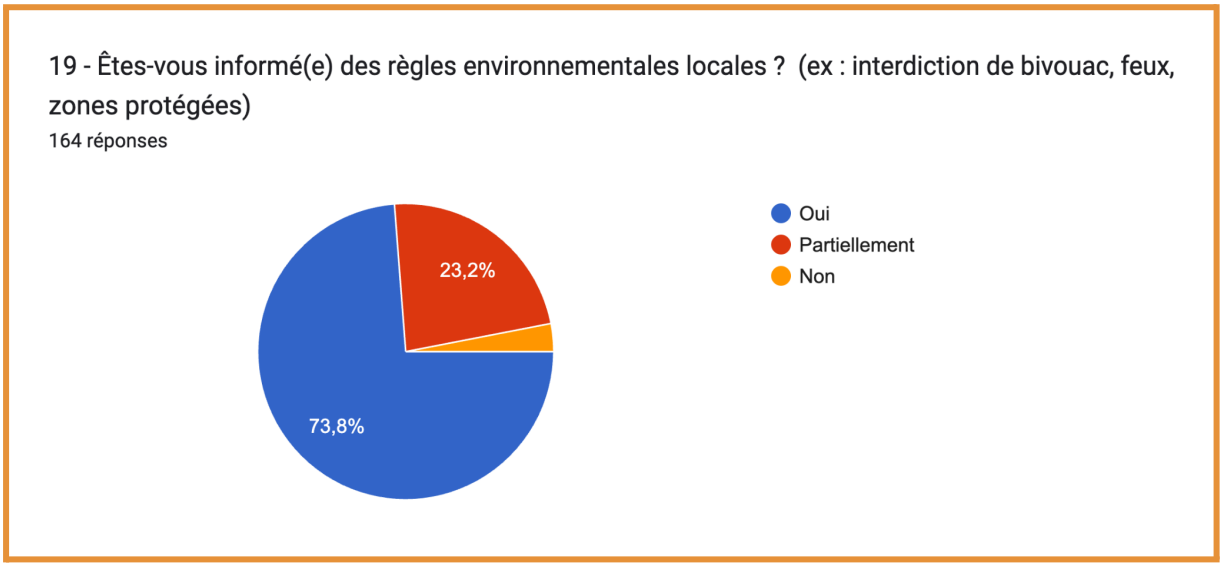


Figure n°14 : Graphique sur la connaissance des règles environnementales locales.
Source : A. POUSSIN & D. PRIÈRE, Google Forms.

Les acteurs des territoires, tels que le PNP ou le PNRC, semblent d'ailleurs pleinement conscients de cet enjeu. N. LAFEUILLADE souligne l'importance de l'information et de la sensibilisation des visiteur·euses, notamment lorsque ces derniers·ères connaissent encore mal la réglementation. Il explique ainsi : *« Mais il faut toujours être vigilant et rappeler en permanence les consignes, ce que l'on peut faire et ce que l'on n'a pas le droit de faire, puisqu'il y en a qui ne savent pas. Il y a*

beaucoup de gens qui ne connaissent pas par exemple les horaires de bivouac et les lieux où la pratique est autorisée. Certains ont des notions, mais il faut être en permanence en train de leur rappeler les choses. » La réglementation ne suffit donc pas à elle seule : elle doit s'accompagner d'un travail quotidien d'information et de rappel des consignes auprès des touristes.

Les parcs nationaux et les parcs naturels régionaux accompagnent ainsi la découverte des territoires à travers différents dispositifs de médiation : panneaux informatifs, maisons du parc, animations pédagogiques, sorties naturalistes, interventions des gardes ou encore campagnes de communication. L'objectif n'est alors plus uniquement de protéger les milieux naturels par la réglementation, mais également de faire des visiteur·euses des acteur·ices de leur préservation. Cette évolution peut être rapprochée de l'analyse d'Arnaud COSSON, qui identifie un « tournant participatif » dans l'évolution de l'action publique et souligne que la préservation du patrimoine nécessite également « *une appropriation et une évolution concrète des pratiques de certains acteurs* ». (« *Parcs naturels régionaux et parcs nationaux : convergences d'aujourd'hui et défis communs pour demain. Regard d'un sociologue sur les chartes », A. COSSON, juin 2018*). C'est à dire que pour protéger efficacement un territoire, il ne suffit pas d'établir des règles : il faut aussi que les personnes qui utilisent ou interviennent sur ce territoire comprennent les enjeux de protection et adaptent leurs pratiques.

Nicolas LAFEUILLADE estime que les mesures de protection peuvent progressivement sensibiliser les touristes et influencer leurs pratiques au-delà même du territoire du parc : « *Je pense quand même que le fait d'avoir cette protection qu'on a au sein du territoire du parc national fait que les gens l'appliquent au-delà. Ils sont plus respectueux et davantage sensibilisés*. » Cette évolution est également soulignée par Gonzalo LOPEZ, qui décrit un apprentissage progressif des règles environnementales : « *Les gens comprennent et assimilent les raisons de certaines interdictions au fur et à mesure.* ».

La randonnée itinérante constitue ainsi un vecteur d'éducation à l'environnement, grâce à l'expérience directe avec la nature et à l'accompagnement des gestionnaires

(PNP et PNRC). Toutefois, cette sensibilisation nécessite des dispositifs d'information pour favoriser ces pratiques responsables.

1.1.5 - Les paradoxes et limites de ces entités protectrices :

Si les impacts environnementaux de la randonnée itinérante sont aujourd'hui largement reconnus, les stratégies mises en œuvre pour les limiter diffèrent selon les territoires étudiés. Les entretiens réalisés montrent que le PNP et le PNRC poursuivent un objectif commun de préservation des espaces naturels, mais disposent de moyens, de compétences et de modes de gouvernance différents, qui influencent leurs possibilités d'action.

Dans les Pyrénées, le Parc national bénéficie d'un cadre réglementaire particulièrement structuré. Dans la zone cœur, les randonneur·euses doivent notamment respecter des règles relatives au bivouac, à la baignade, à l'interdiction des feux, des chiens, des drones ou encore de la cueillette de végétaux. Nicolas LAFEUILLADE explique ainsi que la randonnée dans le Parc national est « *un peu plus restrictive* », mais que « *ça préserve l'environnement* ». Cette réglementation semble également avoir participé à une évolution des comportements puisqu'il observe que la montagne est aujourd'hui « *plus propre qu'autrefois* ».

L'exemple des zones de quiétude destinées à protéger le Grand Tétras montre toutefois les limites de leur politique. Nicolas LAFEUILLADE souligne que les zones les plus anciennes, comme celle de Gavarnie, sont aujourd'hui relativement bien intégrées par les pratiquant·es, tandis que les secteurs plus récemment créés, notamment à Aygues-Cluses, rencontrent davantage de difficultés lorsque les mesures reposent uniquement sur la sensibilisation sans caractère obligatoire. Ainsi, l'information et le cadre réglementaire permettent de faire évoluer les comportements d'une grande partie des visiteur·euses, mais elles restent parfois insuffisantes lorsque les recommandations ne sont pas accompagnées de contrôles réguliers.

La situation apparaît sensiblement différente en Corse. Si le PNRC poursuit les mêmes objectifs de préservation des patrimoines naturels, son statut juridique lui

donne des compétences plus limitées en matière de réglementation. Contrairement à un Parc national, le PNRC repose principalement sur une logique de concertation, de coordination des acteur·ices locaux·ales et de sensibilisation. Son action privilégie davantage l'accompagnement des pratiques que leur encadrement réglementaire, ce qui peut parfois limiter sa capacité d'intervention. Un agent technique du PNRC que nous avons interrogé, qui souhaite rester anonyme, résume d'ailleurs simplement cette différence en indiquant que « *c'est plus strict les parcs nationaux ».* Le témoignage d'Alizée VISCONTI met néanmoins en évidence des avancées significatives. Plusieurs outils ont été développés pour mieux encadrer la fréquentation. Elle souligne que le système de réservation des refuges du GR20 a permis de financer des améliorations, telles que des plateformes pour les tentes, des sanitaires, des douches et différents équipements. Ces investissements permettent d'améliorer l'accueil des randonneurs et randonneuses tout en limitant certains impacts environnementaux.

Toutefois, elle insiste également sur les limites rencontrées sur le terrain. Elle rappelle que les infrastructures demeurent encore en retrait par rapport à celles observées dans les Alpes et dans les Pyrénées malgré les tarifs similaires. Surtout, elle insiste sur une difficulté propre au territoire corse : l'immensité des espaces naturels, la faible densité d'occupation humaine et la dispersion des itinéraires rendent les contrôles particulièrement complexes. Le bivouac sauvage demeure ainsi présent malgré son interdiction.

Cette difficulté est également soulignée par l'agent du PNRC. Selon lui, les possibilités de verbalisation ne sont pas réellement opérationnelles sur le terrain. Lorsqu'une personne refuse de respecter les règles, il explique : « *On n'a aucun moyen pour les faire partir. On ne peut pas leur mettre de PV. Donc c'est juste de la dissuasion* ». Il estime d'ailleurs qu'« *il pourrait y avoir plus de surveillance* ». Là aussi le PNRC fait face à une limite similaire à celle du PNP : l'existence de règles ne garantit pas nécessairement leur application lorsque les possibilités de contrôle et de sanction sont limitées.

Marine LALLIER apporte également un regard critique sur la capacité d'intervention du PNRC. Selon elle, le Parc manque parfois de réactivité face aux dégradations

constatées sur le terrain. Elle cite notamment le cas du site de la Spelunca, fortement dégradé depuis plusieurs mois et sans que personne n'intervienne malgré plusieurs constats réalisés par les agents.

Cette perception rejoint plus largement les difficultés rencontrées par les Parcs naturels régionaux à l'échelle nationale pour concilier protection des patrimoines, développement touristique, attentes des collectivités et moyens financiers parfois limités, comme le souligne *Le Monde (BARROUX Rémi, « Les 56 parcs naturels régionaux français à la recherche d'un juste équilibre », 2021*). Les ambitions affichées dans les chartes environnementales peuvent ainsi se heurter à des contraintes budgétaires, administratives ou politiques qui ralentissent la mise en œuvre de certaines actions de préservation.

Cette comparaison met en évidence l'importance du statut juridique des espaces protégés dans l'efficacité des politiques environnementales. Pour autant, le cadre réglementaire plus contraignant du Parc national ne présente pas uniquement des avantages. S'il permet une protection plus stricte dans la zone cœur, il impose également davantage de contraintes aux usager·ères. À l'inverse, le fonctionnement d'un Parc naturel régional, davantage fondé sur la concertation, offre une plus grande souplesse dans la prise en compte des activités et des parties prenantes locales.

1.2 - <u>La randonnée pédestre itinérante constitue un levier d'inclusion sociale</u> :

Au cours des quinze dernières années, la marche à pied a connu une augmentation de 12% du nombre de français·es indiquant s'y prêter, contribuant à l'aspect fédérateur de cette pratique, avec 68% d'adeptes français en 2011 (représentant environ 35 millions de personnes). En déchiffrant ces données de manière plus précise, 9% des français·es s'adonnent à la randonnée pédestre (représentant 4,7 millions de personnes), et 6% à la randonnée pédestre en montagne (représentant 3,5 millions de personnes). À la suite de la crise sanitaire de COVID-19, ces tendances ont également pu être observées, avec une nouvelle hausse de la pratique de cette activité, grâce à une étude menée par l'INJEP incluant également la course à pied. L'année 2022 met en avant une augmentation

de +7 points du nombre de français·es de plus de 15 ans ayant indiqué avoir pratiqué au moins une fois l'une de ces activités au cours de l'année, passant de 40% en 2018 à 47% en 2022. Cette augmentation est corrélée à l'augmentation de marcheur·euses et/ou coureur·euses régulier·ères, passant de 25 à 32%, tandis que la part de marcheur·euses et/ou coureur·euses occasionnel·elles s'est quant à elle stabilisée autour de 15%. Ces données doivent être mesurées, puisque cette période d'étude correspond également à l'émergence de nouvelles pratiques « tendances » comme le trail ou l'ultra-trail, pouvant également expliquer cette hausse, et ne révélant pas forcément de données concrètes sur la marche. Cependant, cela illustre tout de même une tendance à la pratique d'activités sportives d'extérieur, où la recherche de grands espaces pousse les pratiquant·es à fréquenter de plus en plus les milieux de montagne, comme peuvent le montrer la démocratisation de courses comme l'UTMB ou encore le Grand Trail des Templiers. Liée à cela, une observation de l'augmentation de la fréquentation des refuges de montagnes illustre l'essor que connaît également la pratique de la randonnée pédestre itinérante en milieux montagneux.



Figure n°15 : Jeunes randonneur·euses au départ d'une randonnée (Pyrénées-Orientales). Crédit photo : D.PRIERE.

Mais l'ensemble de ces observations, mêlées à une appétence pour la pratique d'activités en extérieur, viennent-elles illustrer une tendance globale, où cela est-il juste le reflet d'une partie de la société ? Plus généralement, l'hypothèse émise vient interroger l'importance et le rôle de l'éducation, de l'appartenance à une certaine catégorie socio-professionnelle, du revenu ainsi que des motivations et des enjeux

de santé physique et mentale chez un public pratiquant cette forme de randonnée. Tout en nuançant les propos utilisés, l'argumentaire suivant cherchera à s'interroger sur la pertinence de la pratique de la randonnée pédestre itinérante comme potentiel vecteur d'inclusion, en s'appuyant sur le profil des pratiquant·es, sur l'accessibilité à cette activité, ainsi que sur l'importance des notions de santé et de bien-être, afin de déterminer le rôle qu'elle peut jouer par la prisme du social.

1.2.1 : La randonnée itinérante vue comme un facteur de sociabilité :

La randonnée pédestre itinérante est régulièrement présentée comme une activité favorisant les rencontres et le partage. Le rythme lent de la marche, les nuits passées en refuge ou en bivouac ainsi que les itinéraires traversant de nombreux villages semblent offrir un cadre particulièrement propice aux échanges entre les pratiquant·es et les populations locales. Pour autant, cette image d'une pratique naturellement inclusive mérite d'être interrogée. Si la randonnée semble favoriser la création de liens sociaux, les profils des pratiquant·es sont-ils suffisamment diversifiés pour en faire un véritable levier d'inclusion sociale ? N'y a-t-il pas une certaine homogénéité des profils ?

Cette dimension sociale est pourtant historiquement ancrée dans la randonnée. À travers son étude de la randonnée sociale en Allemagne entre 1900 et 1933 (*La randonnée sociale en Allemagne (1900-1933) ou les prémices du concept d'éco-responsabilité dans les sports de pleine nature ?, 2014*), l'historien Guillaume ROBIN montre que les premiers mouvements de randonnée sociale allemands avaient pour objectif de démocratiser l'accès aux espaces naturels tout en développant des valeurs de solidarité, de cohésion et de partage. La randonnée ne constituait alors pas uniquement une activité de loisirs, mais également un moyen de rapprocher des individus issus de milieux différents autour d'une pratique commune.

Aujourd'hui encore, cette dimension se retrouve dans les relations qui se créent au cours de la randonnée itinérante. C.S. LUM, Samuel J. KEITH et David SCOTT, dans leur étude consacrée aux randonneur·euses de longue distance du Pacific Crest Trail (*The long-distance hiking social world along the Pacific Crest Trail, 2020*), mettent en évidence l'existence d'un véritable « *social world* » autour de l'itinérance.

Ils identifient notamment des « *social hikers* », pour lesquels « *the social hiker is motivated primarily by the social interaction with his or her fellow hikers* », c'est à dire que le « randonneur social » est principalement motivé par les interactions avec les autres. L'itinérance peut donc constituer un cadre favorable à la création de relations entre pratiquants.

Les refuges occupent également une place particulière dans cette dynamique. Ces lieux constituent des espaces de proximité où les randonneur·euses sont amené·es à passer des moments ensemble au cours de l'itinérance, notamment lors des repas, des temps de repos ou dans les espaces communs, favorisant ainsi les discussions et les rencontres. Cette dimension sociale est mise en évidence par Pierre MERCKLE, Delphine MORALDO, Caroline DATCHARY et Benoît TUDOUX (*La montagne (s)élective, proximité spatiale et distance sociale autour des refuges, 2024*). Ils s'intéressent aux personnes qui se rencontrent aux abords des refuges. Leur analyse fait apparaître la sociabilité comme l'une des dimensions de l'expérience de la montagne, résumée par le terme « *partager* ». Les refuges constituent ainsi des espaces propices aux interactions et à la création de liens entre les pratiquants.

Les résultats du questionnaire confirment en partie cette vision. La randonnée itinérante apparaît comme une pratique majoritairement collective. Les répondant·es déclarent partir principalement entre ami·es, en couple ou en famille, tandis que 36,6% indiquent également pratiquer seul·es. Cette diversité montre que l'itinérance répond aussi bien à un besoin de sociabilité qu'à une recherche d'autonomie personnelle.

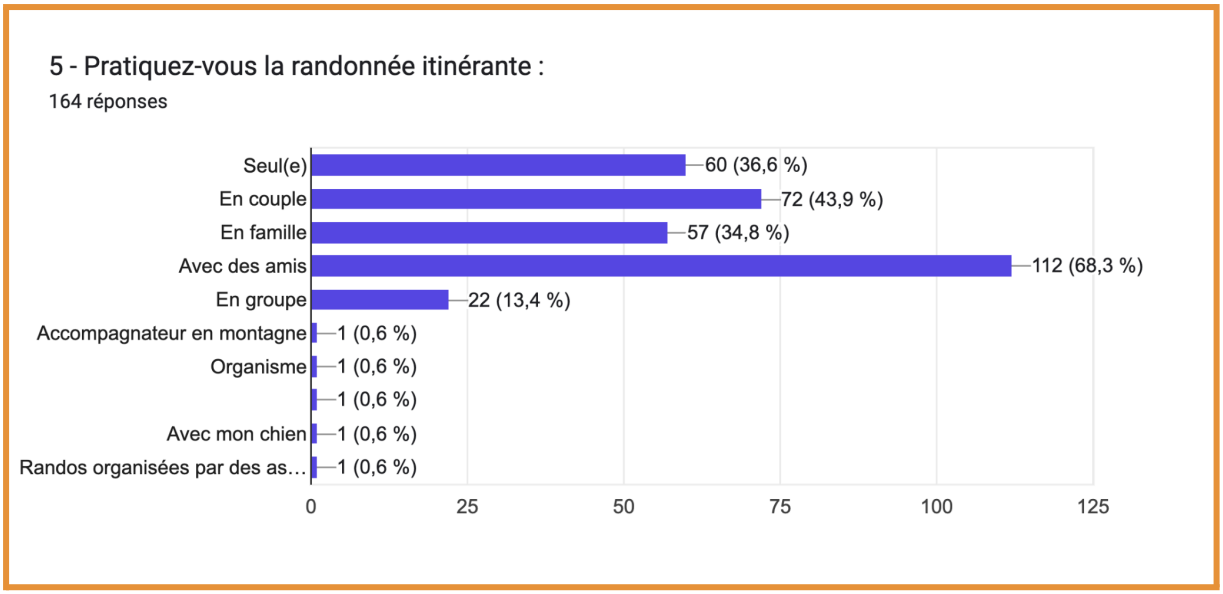


Figure n°16 : Graphique sur la manière de pratiquer de la randonnée itinérante par les répondant·es. Source : A. POUSSIN & D. PRIÈRE, Google Forms.

Les rencontres avec les habitant·es constituent également une motivation importante. Près de ⅔ des répondant·es déclarent que la rencontre avec les habitant·es est une motivation. Les villages traversés, les refuges, les commerces de proximité ou encore les producteur·ices locaux·ales deviennent alors des lieux d'interactions qui dépassent la simple consommation touristique.

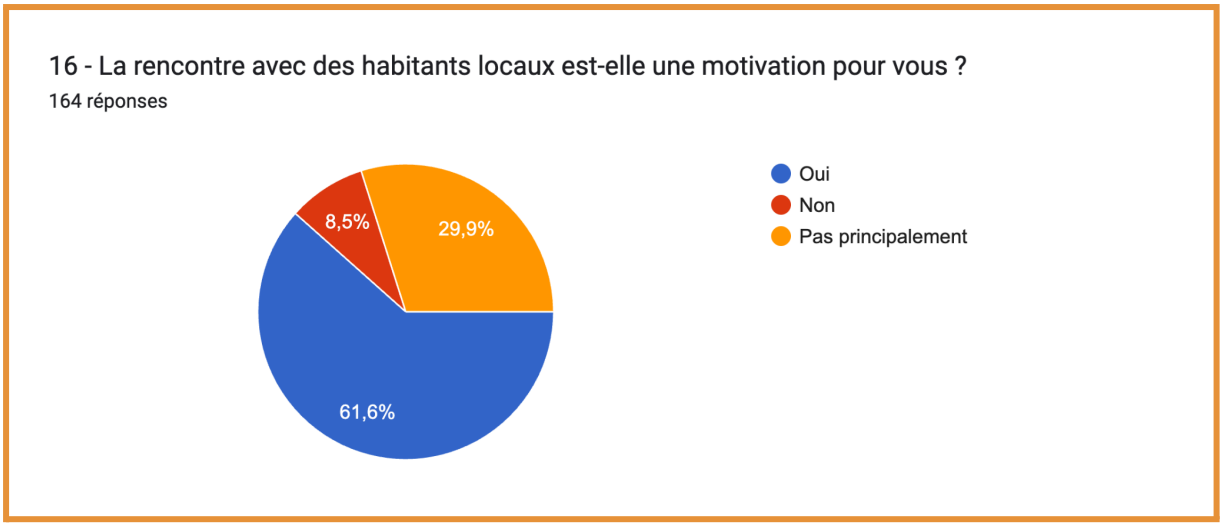


Figure n°17 : Graphique sur la motivation des rencontres avec les personnes locales. Source : A. POUSSIN & D. PRIÈRE, Google Forms.

Cependant, cette apparente ouverture doit être nuancée. Les travaux de P. MERCKLE, D. MORALDO, C. DATCHARY et B. TUDOUX, complétés par les diverses observations de terrain, montrent que cette pratique attire encore

majoritairement des publics relativement similaires. Selon les auteurs, « ce *que décrivent les enquêtes nationales disponibles, c'est en réalité une pratique qui reste socialement sélective : en 2020, 48 % des randonneurs en montagne avaient un diplôme du supérieur* ». Leur propre enquête renforce ce constat puisqu'ils précisent que « *nos terrains donnent à voir une population encore un peu plus homogène* ». Ainsi, ces résultats mettent en évidence une certaine homogénéité sociale des pratiquant·es et incitent ainsi à relativiser le rôle de la randonnée comme véritable facteur de mixité sociale.

Cette homogénéité est également mise en évidence par le sociologue Olivier HOIBIAN dans son étude consacrée aux usager·ères des refuges des Pyrénées centrales (« *Les usagers des refuges : terra incognita de la fréquentation de la montagne ? Étude sur les refuges des Pyrénées centrales en haute saison touristique », 2020*). L'auteur constate que certaines catégories socioprofessionnelles sont surreprésentées parmi les usager·ères des refuges, « *surtout du groupe des cadres et professions intellectuelles (+ 38,6 %)* », tandis que les employé·es et les ouvrier·ères sont au contraire sous-représentés. Le niveau de diplôme apparaît également déterminant puisque, selon O. HOIBIAN, « *À l'issue de cette enquête il apparaît donc très clairement que les randonneurs en montagne - usagers des refuges - se recrutent très majoritairement parmi les diplômés de l'enseignement supérieur.* ». Cette différenciation s'explique notamment par des facteurs économiques. O. HOIBIAN observe que « *les ouvriers et les employés privilégient, davantage que les autres groupes sociaux, la randonnée à la journée nettement moins onéreuse* ». Il précise ainsi que « *la dimension économique joue un rôle d'autant plus marqué que les usagers ont des revenus faibles et appartiennent aux catégories populaires* ». En utilisant notamment les travaux de Pierre BOURDIEU, O. HOIBIAN interprète également ces différences à travers les logiques de distinction sociale. Il estime que la randonnée en montagne « *reste l'objet d'une appropriation distinctive par les fractions cultivées de la classe dominante* ». Il relève parallèlement que la présence des professions intermédiaires traduit « *les effets d'une forme de mimétisme à l'égard du style de vie des fractions qui leur sont immédiatement supérieures* ». Ces résultats confirment ainsi que, malgré une certaine diversification des publics, la fréquentation de la montagne et des refuges demeure marquée par d'importantes différences sociales et culturelles.

La répartition selon le sexe met également en évidence une certaine homogénéité des profils. Si la randonnée pédestre présente aujourd'hui une pratique relativement équilibrée entre les femmes et les hommes, les écarts se creusent à mesure que la durée du séjour augmente. O. HOIBIAN constate ainsi que « *la composition de cette population des randonneurs en montagne est un peu plus masculine que celle des simples randonneurs pédestres avec 57 % d'hommes et 43 % de femmes* ». Il précise que « *cette présence masculine s'accentue pour ceux qui restent dormir en montagne au moins une nuit (65 %)* ». Cette différence se retrouve également selon le type de refuge fréquenté. O. HOIBIAN observe « *une surreprésentation des femmes parmi les usagers des refuges de proximité et une moindre présence de leur part pour les refuges de haute montagne* ». Ainsi, malgré la démocratisation récente de la randonnée et la progression de la pratique féminine, notamment mise en avant dans un article récent de *Sciences et Avenir (« La marche toujours en plein boom, la rando séduit de plus en plus de femmes », 2024),* les formes de randonnée impliquant une itinérance plus longue restent davantage marquées par une présence masculine.

Ainsi, la randonnée pédestre itinérante favorise incontestablement les rencontres et les échanges entre les individus. Les sentiers, les refuges et les villages traversés créent des espaces de sociabilité particulièrement propices au partage d'expériences. Toutefois, ces interactions se produisent le plus souvent entre des personnes présentant des profils relativement proches sur les plans sociaux, culturels ou sportifs. Finalement, si la randonnée contribue à renforcer le lien social entre ses pratiquant·es, elle ne constitue pas nécessairement un puissant facteur de mixité sociale.

1.2.2 : L'accessibilité à la pratique :

La question de l'accessibilité à la pratique se doit d'être posée si la randonnée est considérée comme potentiel levier d'inclusion. De première vue, la randonnée pédestre itinérante peut être considérée comme accessible à tout le monde, et les résultats du questionnaire l'illustrent, avec 72% de personnes rejoignant cet avis.

Cependant, l'accessibilité peut prendre plusieurs formes, et toutes les considérer amène à traiter le sujet de la manière la plus pertinente possible.

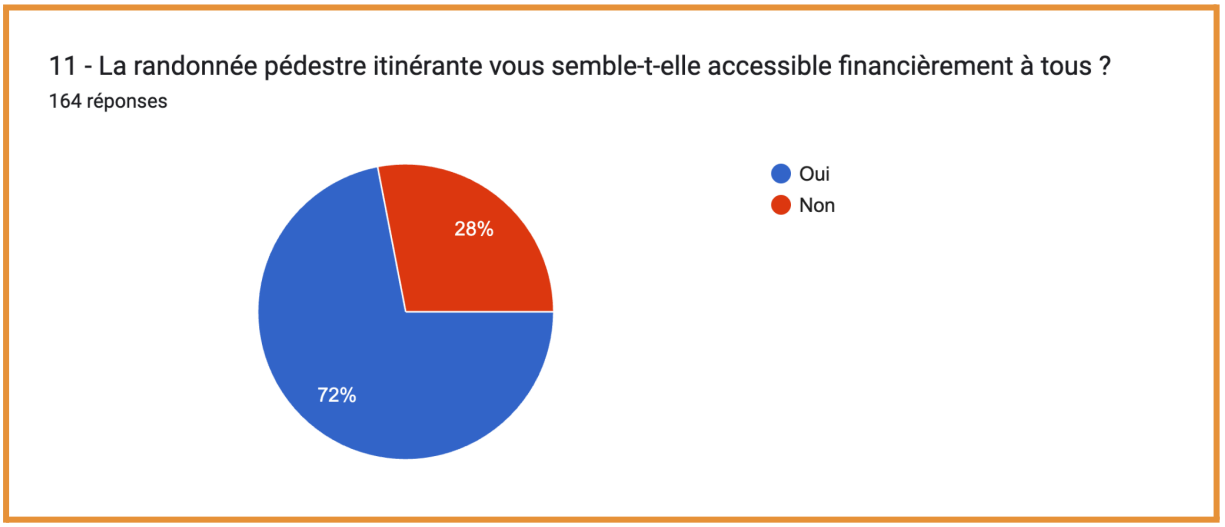


Figure n°18 : Graphique sur l'accessibilité à la pratique selon les répondant·es.
Source : A. POUSSIN & D. PRIÈRE, Google Forms.

Premièrement, l'accessibilité financière est un élément essentiel à prendre en compte. Les réponses récoltées via le questionnaire, plus précisément sur la question « *La randonnée pédestre itinérante vous semble-t-elle accessible financièrement à tous ?* », vont permettre d'illustrer une partie de la perception du public face à cette interrogation. D'extérieur, la randonnée pédestre itinérante peut être considérée comme une pratique simple et peu coûteuse, comme mis en avant par l'une des réponses récoltées : « *Il faut juste une bonne paire de chaussures et un sac à dos. Le reste est accessoire.* ». Ce constat est appuyé par d'autres réponses, insistant sur le principe que la simple action de marcher n'est pas lucrative : « *Sur le principe marcher n'est pas payant.* » ; « *Ça coûte pas cher de marcher.* » ; « *La marche ne coûte rien.* ». Cependant, ce constat est largement nuancé par la nécessité de s'équiper du matériel adapté. Les réponses se divisent alors, entre celles et ceux insistant sur la possibilité de trouver le minimum nécessaire à moindre coût, notamment grâce à certains magasins spécialisés basant leur offre sur l'accessibilité à toutes et tous :

« *De nos jours, les grandes marques tel Décathlon propose du* ***matériel abordable*** *pour des personnes n'ayant pas les moyens d'investir dans du matériel de haute qualité qui restent tout de même très qualitatif. Pour débuter il existe également d'autres alternatives comme le second main qui peut être très intéressant et ouvert à tout le monde !* »

« *Il est possible d'avoir des équipements de bonne qualité à des* ***prix attractifs*** *(seconde main, Décathlon...).* »

« *On peut facilement amortir le coût des éléments (une tente peut servir pendant des années, pareils pour un duvet) et la montée de firmes comme Décathlon permet de s'équiper pour des* ***tarifs abordables****.* »

Mais il existe une seconde lecture à cela : le prix de la qualité et de la durabilité. Le fait que certaines enseignes (Décathlon notamment) proposent des équipements à un prix abordable assure un gage d'accessibilité et de possibilité de pratiquer la randonnée itinérante à un coût réduit. C'est notamment le cas sur certains « indispensables » du bivouac comme les réchauds et popotes, où le rapport qualité-prix est factuel et permet à tout·e pratiquant·e de s'en équiper. Cependant, la question de la qualité de l'équipement, nécessaire pour une pratique régulière et poussée (longues itinérances, inclusion de l'alpinisme, …), amène avec elle celle du prix élevé d'un matériel haut de gamme. Cela remet en question l'accessibilité de cette pratique, et amène à penser celle-ci comme quelque chose de plus ou moins « élitiste ». Certaines réponses apportées au questionnaire rejoignent ce constat :

« *L'itinérance nécessite du matériel de qualité (légèreté et technique). Le coût est donc important, particulièrement si l'on investit dans le matériel de bivouac. Le prix des nuits en refuge est lui aussi élevé. Donc non, pas accessible à tout le monde.* »

« *L'équipement représente un réel investissement. L'avantage, c'est qu'une fois qu'il est acheté, il dure des années, mais il faut compter facilement entre 500 et 1000 € par personne pour un équipement complet, entre tente, duvet, sac à dos, chaussures, réchaud etc etc... ce n'est donc malheureusement pas accessible à tout le monde.* »

« *[Oui], si on en fait souvent et qu'on veut de la qualité, ça devient tout de suite plus cher, comme tout sport au final.* »

Pour autant, c'est une lecture manichéenne, n'étant pas forcément adaptée à l'analyse pouvant être faite de ces différents constats, et qui ne permet pas

d'apporter des éléments de réponse pertinents à cette question d'accessibilité. Il est alors nécessaire de considérer d'autres axes de lecture et éléments permettant de nuancer quelconque réponse.

Premièrement, la question de la fréquence de la pratique est essentielle à considérer. Cela permet de définir les besoins de chaque pratiquant·e, nécessitant un matériel plus ou moins haut de gamme en fonction du temps consacré à cette activité. La pratique régulière et intense de l'itinérance constitue l'une des principales raisons justifiant le besoin de matériel performant, à un prix souvent élevé. Pour autant, une pratique régulière de l'activité reste rare, et n'est pas majoritaire chez les pratiquant·es, comme l'illustrent les résultats du questionnaire, indiquant qu'à peine 10% des répondant·es randonnent en itinérance plus de 5 fois par an. Avec une majorité de personnes indiquant randonner en itinérance occasionnellement, les possibilités de s'équiper restent larges, et le besoin de posséder son propre matériel peut être interrogé. Ainsi, la location d'équipement et de matériel seulement pour la durée du séjour apparaît être une solution envisageable pour répondre au prix parfois élevé de ces derniers.

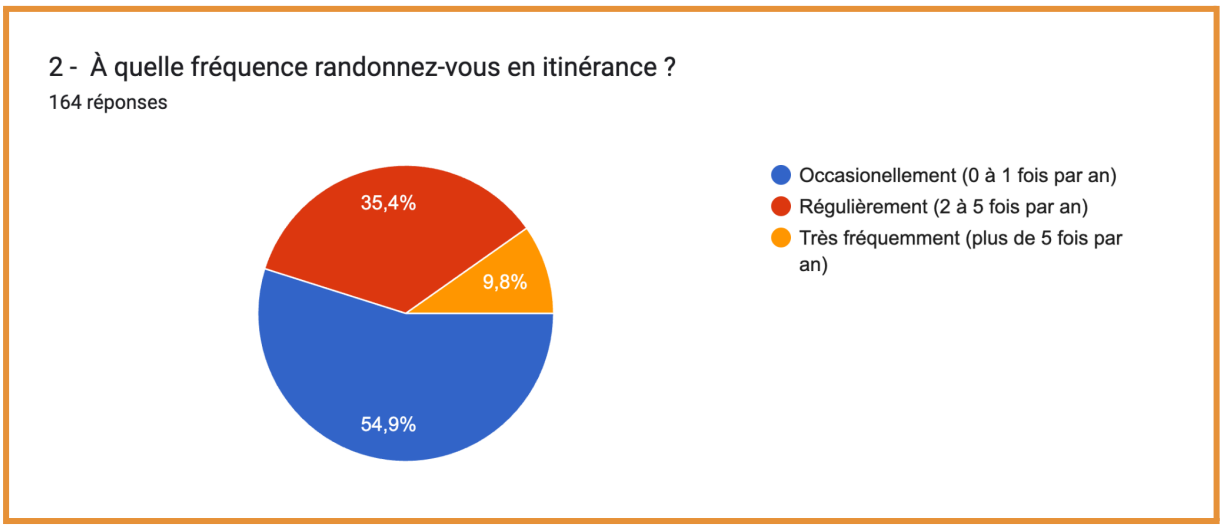


Figure n°19 : Graphique sur la fréquence de la pratique par les répondant·es.
Source : A. POUSSIN & D. PRIÈRE, Google Forms.

Au même titre que la fréquence de la pratique, il est primordial de considérer la durée des séjours, pouvant également être un critère permettant de déterminer les besoins de chaque pratiquant·e. Malgré que chaque équipement puisse être utilisé plus ou moins efficacement en fonction de l'intensité de la pratique, et qu'il n'y ai pas

de règles à proprement parlé obligeant d'avoir une certaine gamme de produit en fonction de la pratique qu'il en est fait, la qualité du matériel et de l'équipement détermine souvent l'usage qu'il est possible d'en faire. Dans la continuité des réponses observées sur le graphique précédent, près de la moitié des pratiquant·es interrogé·es indiquent randonner rarement plus de trois jours en moyenne, et malgré une part importante de personnes randonnant entre trois et six jours, l'itinérance sur une semaine ou plus n'est pas la norme, et reste « minoritaire » malgré un volume de pratiquant·es notable.

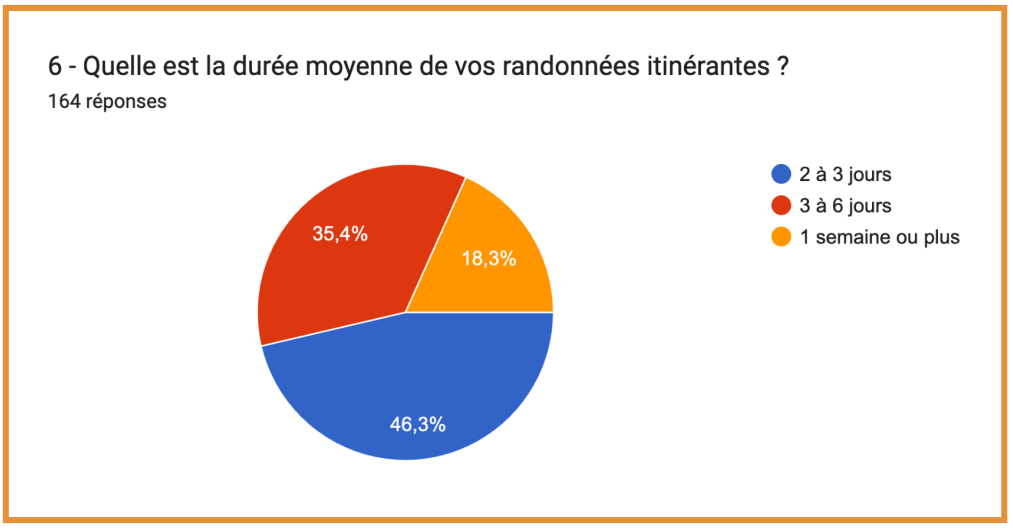


Figure n°20 : Graphique sur la durée moyenne des séjours des répondant·es.
Source : A. POUSSIN & D. PRIÈRE, Google Forms.

La corrélation de ces résultats amène à penser que l'équipement technique, haut de gamme, n'est pas destiné à toutes et tous, et que d'autres niveaux de gamme peuvent satisfaire une grande majorité des pratiquant·es, comme le souligne cette réponse : « *On peut avoir du matériel de qualité pour pas très cher. Après oui, si on en fait souvent et qu'on veut de la qualité, ça devient tout de suite plus cher, comme tout sport au final.* ». En plus de cela, la question de l'amortissement des équipements entre également en compte, avec la logique suivante : un matériel de qualité est un investissement sur la durée, qui peut amener à une certaine rentabilité si l'on pratique souvent l'itinérance. Par rentabilité, il ne faut pas y voir un gain d'argent, puisque cela reste tout de même une dépense dans des biens destinés à l'usure. Cependant, un investissement dans un certain niveau de gamme permet de conserver ses équipements plus durablement, toute proportion gardée :

« *Une fois le matériel acheté, il est utilisable sur plusieurs années.* »

« *L'équipement de qualité est certes coûteux mais vite rentabilisé pour une pratique fréquente.* »

« *Peu de matériel peut suffire à partir, et plusieurs gammes de prix sont proposées. Cela représente quand même un budget, mais largement rentabilité dans la durée.*»

Mais comme le souligne cette dernière réponse apportée, la large gamme de prix, alimentée par une offre de plus en plus conséquente due à la popularité grandissante de cette pratique, offre un panel de possibilités pour le plus grand nombre. De manière plus générale, cette tendance permet une nouvelle approche de la pratique comme l'indique cette justification pertinente récoltée via le questionnaire :

« *On peut trouver du matériel bon marché et d'occasion, partir sur un week-end ou seulement 2 jours, il y a des sentiers adaptés à tous les niveaux. Étant donné que c'est en plein essor, il y a de l'information partout, sur les réseaux, en magasin pour connaître les règles de sécurité, sur le bivouac etc. De même pour les hébergements il y en a pour tous, bivouac, refuge, auberge.* ».

La randonnée pédestre itinérante est alors plus questionnable que cela ne peut le paraître au premier abord, mais n'en reste pas moins une pratique très adaptable, modulable aux grés et besoins de chaque personne la pratiquant, mais surtout, elle est une pratique qui peut s'adapter au budget de chacun·e. Avec un autre regard sur les résultats du questionnaire, il en ressort qu'en moyenne, le budget annuel consacré à l'achat de matériel et d'équipement ne dépasse que rarement les 250 €, et exceptionnellement les 500 €. Près de la moitié des personnes interrogées indiquent y consacrer entre 100 et 250 € par an, et près d'un tiers y consacreraient même moins de 100 € chaque année. Ainsi, la très grande majorité des personnes interrogées (79,2%) ne dépassent pas un budget annuel de 250 € pour pouvoir pratiquer la randonnée pédestre en itinérance.

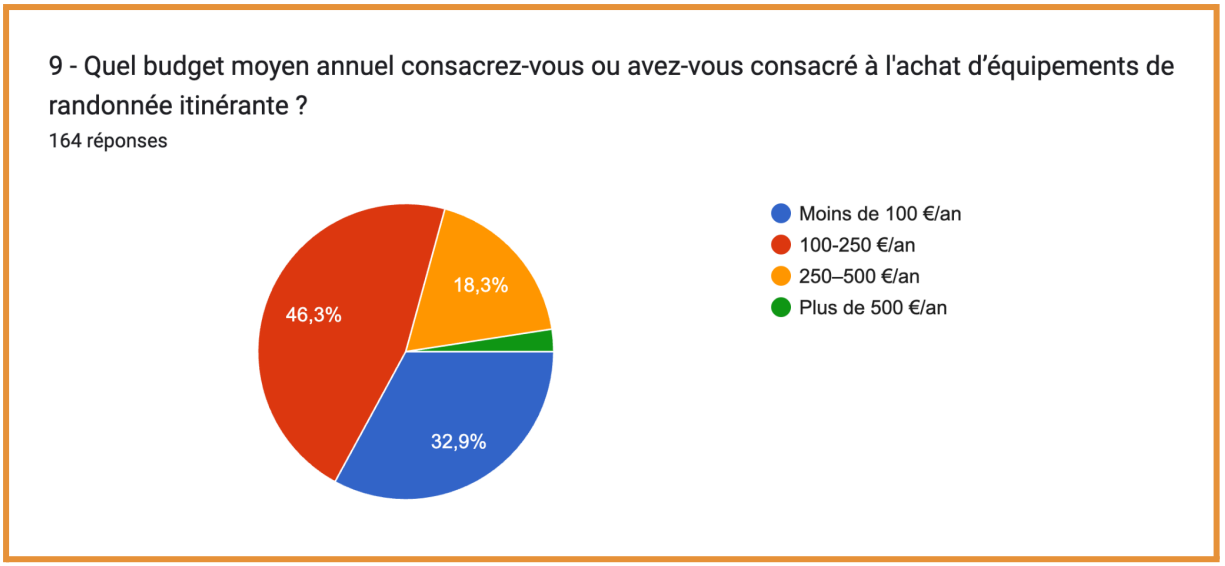


Figure n°21 : Graphique sur le budget moyen annuel consacré à la pratique par les répondant·es. Source : A. POUSSIN & D. PRIÈRE, Google Forms.

Il est tout de même à souligner que ces chiffres évoquent un budget annuel, ce qui peut tout de suite interroger. En effet, il n'est pas à la portée de toute personne de pouvoir mettre en moyenne entre 100 et 250 € par an dans du matériel pour une pratique de loisir. Cependant, faut-il vraiment parler d'inaccessibilité ? Lorsque ce budget moyen est comparé à celui consacré aux sports les plus pratiqués en France, cette pratique n'exige pas un budget beaucoup plus important que d'autres. En effet, pour le football, sport le plus pratiqué en France avec plus de 2 378 000 licencié·es pour la saison 2024-25, un·e joueur·euse dépenserait en moyenne 176 € par an pour s'équiper (*Sopelmar Club Social, 2026*). Pour le tennis, second sport comptant le plus grand nombre de licencié.es avec plus de 1 100 000 en 2025, il faut prévoir pour une pratique intermédiaire entre 150 et 220 € par an pour s'équiper (*journal L'Équipe, 2024*). Ces chiffres rejoignent le budget annuel moyen observé pour la pratique de la randonnée itinérante, mais il faut ajouter à cela le prix des licences pour pouvoir pratiquer ces sports de manière régulière et encadrée, qui peuvent revenir à 200 € en moyenne chaque année. La randonnée itinérante ne demande pas forcément d'adhérer à la FFRP pour la pratiquer, et reste une activité de loisir libre. Cependant, sa pratique peut tout de même entraîner certains autres coûts financiers en dehors du matériel et de l'équipement, comme des frais de nourriture ou d'hébergement. Sur les réponses récoltées, une majorité de répondant·es déclarent prévoir un budget journalier inférieur à 50 €, et plus d'un tiers

y consacrent entre 50 et 100 €. Les budgets journaliers supérieurs à 100€ sont minoritaires, et ceux supérieurs à 150 € qui le sont d'autant plus.

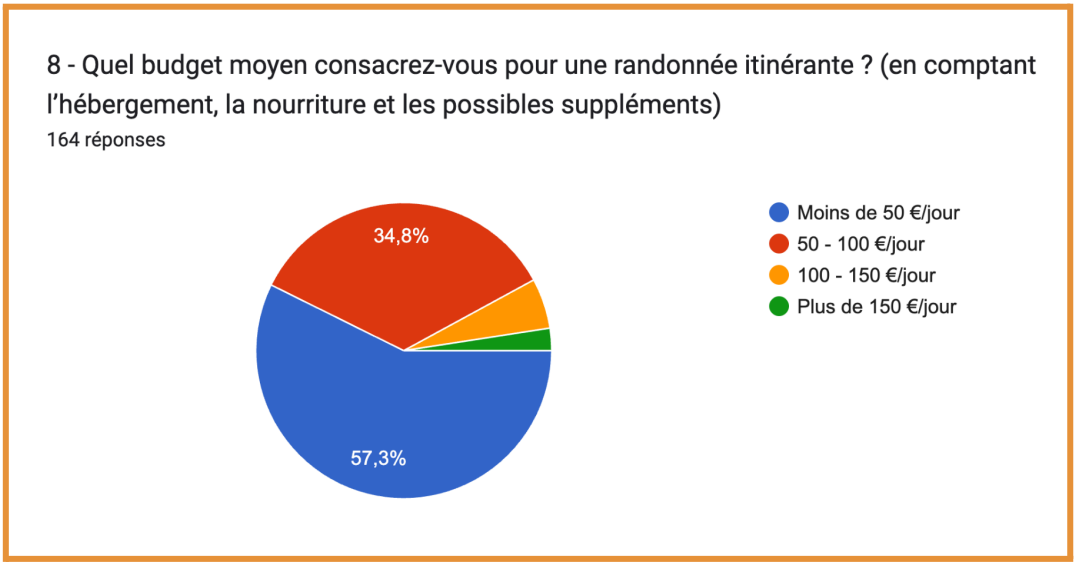


Figure n°22 : Graphique sur le budget moyen hebdomadaire consacré durant la pratique par les répondant·es.
Source : A. POUSSIN & D. PRIÈRE, Google Forms.

En s'intéressant au budget journalier moyen que le public vacancier français consacre pour les loisirs ou la restauration, il se situerait entre 100 et 117 € (*Greeniz, 2025*). Par ce constat, si tant est que la randonnée pédestre itinérante puisse être considérée comme une manière de passer des vacances, sa pratique a un coût budgétaire journalier bien inférieur à la moyenne, et la diversité des résultats récoltés, malgré une tendance nette, prouve une nouvelle fois que cette activité peut s'adapter à toutes les attentes, les besoins, les envies et les portefeuilles.

« *Après investissement de l'équipement, cela reste une activité assez minimaliste.* »

« *Sur le principe marcher n'est pas payant. Mais le matériel peut vite devenir cher.* »

Lorsqu'est évoquée la question de l'accessibilité, celle des transports est à considérer. En effet, les randonnées itinérantes se pratiquant majoritairement dans des zones rurales reculées, dont certaines sont en montagne, l'accès à ces régions représente un sujet. Le questionnaire a permis de s'interroger sur les moyens utilisés par les pratiquant·es pour rallier leurs départs de randonnées, et c'est la

voiture qui est majoritairement ressortie avec plus de 81% de personnes indiquant l'utiliser. Cette donnée rejoint les statistiques nationales indiquant que la voiture reste le mode de transport majoritaire en France avec 82% des trajets réalisés (*SDES, 2026*). Cependant, les données du questionnaire restent à nuancer malgré leur pertinence avec des données nationales, puisqu'il ne proposait pas l'option « *co-voiturage* » comme réponse en tant que telle. Il est probable qu'une part des réponses, toute proportion gardée, puisse rejoindre cette option indirectement, le co-voiturage étant ressorti plusieurs fois dans les réponses « *autres* ». Le second moyen le plus utilisé reste le train, avec près de 43%, suivi du bus et de l'avion (14,6% chacun), restant une longueur nette derrière la voiture. Cette domination de l'utilisation de véhicule personnel rejoint le constat de la situation démographique des principaux lieux de destination indiqués dans le questionnaire que sont les Pyrénées, la Corse et les Alpes, des milieux ruraux de montagne, nécessitant souvent la voiture pour une autonomie complète lors d'un séjour. Les séjours en Corse obligent également à prendre l'avion ou le ferry, qui ont un coût financier à considérer. Une fois sur ces zones, l'accessibilité via les transports en commun est possible, avec des services présents notamment sur le secteur du Parc national des Pyrénées, mais également en Corse où certaines communes dans l'air du PNR offrent des services de transport. Certes, cela engendre quelques contraintes, notamment sur le plan organisationnel, où le séjour reposera sur les horaires des transports. Aussi, les lignes de bus desservent majoritairement des communes et des lieux déjà exposés à une forte fréquentation touristique, ce qui paraît inévitable. Malgré cela, les offres existent dans certains milieux ruraux isolés, n'offrant pas un accès à l'ensemble du territoire mais proposant un service, permettant à ces zones d'être accessible, autant à des publics n'ayant pas de moyens pour se véhiculer, qu'à des publics citadins de grandes villes, pouvant parfois se rejoindre.

Cependant, l'accessibilité n'est pas seulement une question financière, ni une question d'accès aux territoires, comme le souligne très bien l'une des réponses apportées au questionnaire : « *Le premier [facteur] est physique, pas évident pour tous et toutes de faire des randonnées c'est exigeant.* ». La santé et la condition physique sont des critères essentiels pour pratiquer une randonnée pédestre itinérante en sécurité. C'est, de fait, une pratique seulement à la destination de personnes dites « valides » si l'autonomie totale est souhaitée. Aujourd'hui encore,

plusieurs travaux mettent en avant la dimension inclusive de la randonnée. Alain GUEGUEN, alors secrétaire général de la FFRP, explique que celle-ci « *affirme son rôle d'utilité sociale* » notamment à travers son « *offre de randonnées accessibles au plus grand nombre* » (*Sport, environnement, développement durable : l'exemple de la randonnée pédestre*, 2006). Cette volonté se concrétise notamment dans l'axe 4 de l'Agenda 21 de la FFRP, à travers l'opération « Rando pour tous ». Il est évoqué notamment l'ambition « *d'intégrer des personnes handicapées et vulnérables* » et de « *développer des itinéraires adaptés* ». Ce dispositif existe toujours en 2026, notamment via certains projets solidaires menés pour combler ces inégalités d'accès, à l'image de « Handi Cap Évasion » avec « Esprit Rando », le fond de dotation de la FFRP. En effet, depuis plus de 30 ans, l'association « Handi Cap Évasion » permet, grâce à une centaine de bénévoles actifs, de rendre la montagne et ses sentiers de randonnée accessibles aux personnes à mobilité réduite (PMR). Pour cela, des fauteuils tout-terrain appelés *joëlettes* sont mis à disposition, et permettent de pratiquer les chemins et sentiers de randonnée, en étant portés et poussés par les bénévoles et autres accompagnateur·ices. En 2025 et 2026, l'association a pour objectif de réaliser sept séjours itinérants d'une semaine à destination des PMR et autres personnes en situation de handicap, ralliant le Mont Blanc depuis le Mont Ventoux. L'objectif d'inclusion formulé au début des années 2000 s'est donc traduit par des actions qui se poursuivent aujourd'hui. Ces projets traduisent de l'engagement de nombreux partis quant à l'accessibilité de la pratique, et illustrent parfaitement les enjeux sociaux et sociétaux de cette dernière, où la question de l'inclusion sociale y est centrale, tout autant que celle de la santé et du bien-être.

1.2.3 : Le rôle de la randonnée sur le bien-être et la reconnexion :

Comme toute activité physique, la randonnée pédestre a des vertus sur la santé des ses pratiquant·es. Un article publié dans « *Santé magazine* » écrit par Lise LAFAURIE, journaliste santé, et appuyée par Dre Catherine KABANI, médecin fédérale à la FFRP, explique que toutes les formes de marche ont leurs bienfaits spécifiques, et ne mobilisent pas le corps de la même manière. Pour la randonnée, une pratique régulière va « *[agir] sur l'ensemble du corps : elle muscle, aide à mincir durablement, améliore la santé du foie et s'adapte à tous les niveaux.* ». Ce dernier

point appuie le fait que la randonnée puisse être accessible à tous·tes, et que l'état de santé de chacun·e va justement permettre d'adapter pertinemment le rythme de marche, la distance, la durée, … en fonction des attentes et objectifs. Pour les bienfaits de l'itinérance, Dre KABANI précise que « *Le plus efficace pour perdre du poids est l'itinérance. Au bout du 3e jour de marche, le corps se met généralement en déficit calorique, ce qui provoque une perte de poids* », illustrant ainsi l'exigence physique que demande la randonnée sur plusieurs jours.

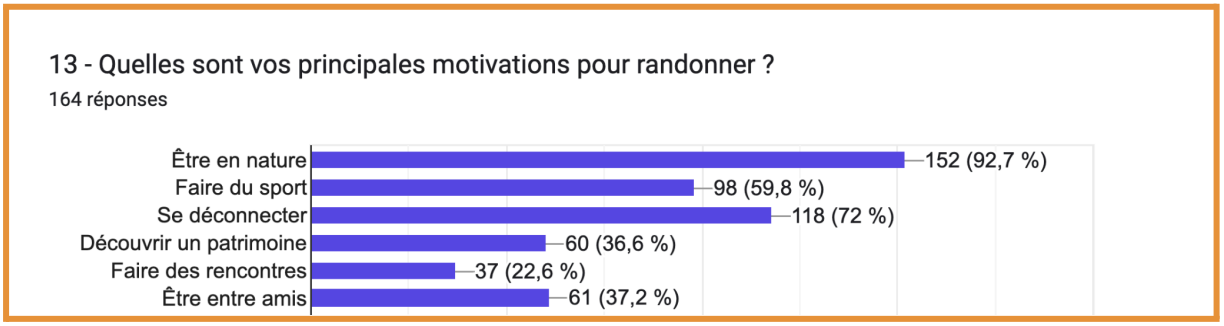


Figure n°23 : Graphique sur les motivations des répondant·es à pratiquer l'itinérance.
Source : A. POUSSIN & D. PRIÈRE, Google Forms.

Cependant, la santé ne s'arrête pas au corps, et les sujets de bien-être et de santé mentale sont aujourd'hui sociétaux. Les activités physiques d'endurance et pratiquées en extérieur présentent davantage de bienfaits, bénéfiques à la santé mentale. Vingt minutes d'efforts permettent de sécréter sérotine et endorphines, hormones du bonheur participant au bien-être, et lorsque sont ajoutés les liens sociaux et le contact avec la nature qu'offre la randonnée pédestre itinérante, il en découle des ingrédients contribuant à une meilleure gestion du stress et de l'anxiété, ainsi qu'à une diminution des symptômes dépressifs. Cela s'avère d'autant plus vrai lorsque certains des itinéraires les plus célèbres de France ont un lien direct avec la question de la santé et du bien-être. Les Chemins de Compostelle ont, au-delà de la religion, une motivation de guérison présentée par certaines personnes les empruntant chaque année. Cette notion de guérison a d'ailleurs inspiré un événement organisé en juin 2018 à Toulouse lors de la célébration des 20 ans de l'inscription des Chemins au patrimoine mondial de l'UNESCO, sobrement baptisé : « *Marcher pour guérir* ». Aussi, le Chemin de Stevenson tire ses origines d'une itinérance réalisée et transcrite sur papier par l'écrivain écossais Robert Louis Stevenson, motivé par un chagrin d'amour à marcher, sans but précis, avec une ânesse, au cœur des Cévennes en 1878. Les motivations s'accordant à la santé

mentale ne sont alors pas propres à l'époque actuelle, bien qu'aujourd'hui, certaines s'y retrouvent et se mêlent à de nouvelles. Le questionnaire met en avant une tendance à être en pleine nature (92,7% de répondant·es) ainsi qu'à la déconnexion (72%), motivant davantage que le seul fait de faire du sport (59,8%) ou encore celui d'être entre ami·es (37,2%). Une des réponses traduit spécifiquement ce besoin, et même si elle constitue un avis personnel, elle n'en reste pas moins représentative d'un état d'esprit : « *Je recherche en majorité déconnexion et solitude salutaire, dans un monde où l'on se retrouve jamais avec soi-même dans le quotidien. Les rencontres éphémères en sont encore plus riches et pondèrent ces moments de silence. Le sport est également de la partie, en second, mais la condition physique est nécessaire pour apprécier et ne pas souffrir.* ». La révocation de la « souffrance » vient rappeler que la randonnée n'a pas pour objectif premier la performance. Elle peut être un moyen de se dépasser, mais l'appréciation se retrouve dans l'instant présent. C'est le principe même du pyrénéisme, un mouvement sportif, artistique et littéraire du XIX^{ème} siècle consistant à parcourir les Pyrénées afin d'y trouver l'inspiration et réaliser une œuvre sur l'expérience vécue. Cette approche intellectuelle de la montagne va au-delà de la simple performance physique, et laisse place à l'observation, au ressentie et à la contemplation. Ce besoin de se reconnecter avec l'essentiel se traduit dans la justification des choix de destination de randonnée, où les personnes interrogées présentent la beauté des paysages, ainsi que la nature, la faune et la flore environnantes comme les principales raisons de leurs choix. Le retour à l'essentiel attire, d'autant plus depuis la fin de la crise sanitaire du COVID-19, ayant immobilisé et tenu enfermé une grande partie de la population. Au-delà de ça, la randonnée et ses déclinaisons dont l'itinérance, est un moyen de répondre à un enjeu sanitaire actuel majeur de la société, où l'organisation des modes de travail et de transport, ainsi que le manque de visibilité quant à l'importance de pratiquer une activité physique régulière, constituent des barrières sanitaires réelles. Le manque d'activité physique régulière et l'excès de sédentarité en sont les principales conséquences, et aujourd'hui 95% des français·es sont exposé·es à ce risque, et certaines catégories de la population le sont davantage (les femmes de manière générale pour le manque d'activité physique, et les adultes à faible niveau d'étude et moins de 45 ans pour le risque de sédentarité). Le parallèle avec les publics concernés par la pratique de la randonnée itinérante paraît évident, puisque malgré certaines évolutions notables, les femmes,

les CSP à faible niveau d'étude ainsi que les moins de 45 ans, ne sont pas les publics les plus représentés sur les sentiers de randonnée en itinérance. Cette dernière peut être une réponse à certains enjeux, et joue un vrai rôle quant au maintien d'une santé physique et mentale, si tant est qu'il puisse être possible de la pratiquer. Certains mouvements collectifs tentent de rendre la pratique accessible à des publics éloignés du monde de la randonnée, notamment des publics jeunes et urbains. C'est notamment le cas de « *Be-Vouak* », une association originaire de Marseille, qui favorise l'inclusion et la remobilisation de « *jeunes et d'adultes en perte de repères, éloigné·es de l'emploi ou en recherche d'orientation* » par le biais de l'immersion en pleine nature via la randonnée itinérante (*sources : site web de Be-Vouak*). D'autres mouvements viennent appuyer ces constats, comme celui d'Idan, adolescent de 15 ans originaire de banlieue parisienne, et en décrochage scolaire, ayant parcouru les chemins de Saint-Jacques-de-Compostelle pendant deux mois et demi en 2012 (*podcast « Ma longue marche », France Culture*). Ces exemples illustrent le rôle que peut avoir l'itinérance sur la reconnexion avec soi-même, et indirectement avec les autres, notamment sur des publics peu présents habituellement sur les sentiers. Cependant, ces initiatives ne sont pas majoritaires, et ne permettent pas la pratique à tous les publics à plus grande échelle.

1.2.4 : Les pratiques et motivations des néophytes :

La démocratisation de la randonnée s'accompagne de l'arrivée de nouveaux pratiquant·es, parfois peu familiers de la montagne et de ses codes. Cette évolution peut être considérée comme positive au regard de notre hypothèse sur l'inclusion sociale : la randonnée semble toucher des personnes qui ne fréquentaient auparavant que peu les espaces montagnards. Dans les Pyrénées, *ICI*[9] évoque ainsi l'arrivée de touristes de plus en plus néophytes (*« De plus en plus de touristes néophytes dans les Pyrénées », 2021*), tandis que *France 3 Occitanie* fait état d'un « *public nouveau* » parfois peu conscient des risques liés au milieu montagnard *(« "Un public nouveau, pas conscient des risques" : dans les Pyrénées, la surfréquentation estivale entraîne une hausse des accidents », 2025*). En Corse, ce phénomène est

[9] Radio locale française, anciennement *France Bleu*.

également observé. David GENESTAL constate et raconte à travers son blog qu'« *il y a des gens qui prennent le départ du GR20 sans avoir jamais vraiment fait de randonnée* » (« *GR20 : Le Grand Méchant GR ? Du mythe à la réalité* », 2017).

Les réseaux sociaux, les applications et la multiplication des informations disponibles en ligne participent à cette ouverture. Ils permettent de découvrir des itinéraires sans nécessairement appartenir à un club ou disposer d'une importante expérience de la montagne. Ils contribuent également à créer de nouvelles formes de sociabilité : partager une randonnée, réaliser un GR ou échanger des conseils permet de rejoindre une communauté et de développer un sentiment d'appartenance. La randonnée peut donc contribuer à l'intégration de nouvelles personnes au sein de communauté de pratiquant·es.

Cependant, cette démocratisation s'accompagne aussi d'une évolution des motivations. La recherche de nature, de déconnexion et de bien-être reste importante, comme le montrent les résultats du questionnaire. Mais elle cohabite désormais avec des logiques de défi, de dépassement de soi et parfois de performance, de mise en avant de soi ou de recherche de reconnaissance. Pour certain·es pratiquant·es, il ne s'agit alors plus seulement de réaliser un itinéraire, mais également d'aller plus vite, plus loin ou de relever des défis plus difficiles que les autres, comme cela a pu être observé sur le terrain. Le temps de réalisation, la distance parcourue ou le nombre d'étapes effectuées dans une journée deviennent ainsi des éléments de comparaison, pouvant créer une véritable logique de compétition. Sur le GR20, l'agent du PNRC interviewé constate ainsi qu'« *il y a beaucoup aussi de trailers qui font le GR, qui doublent, qui sont rapides* ». Cette évolution peut être rapprochée du trail, où la recherche de performance occupe une place importante, faisant parfois de l'itinérance une véritable « *course à la performance* ». Réaliser l'itinéraire devient alors non seulement un défi personnel, mais également un moyen de valoriser son accomplissement auprès des autres. Cette dimension est également mise en avant par David GENESTAL dans *Carnets de Rando*, qui présente le GR20 comme étant devenu « *plus un défi qu'on se lance pour se prouver des choses* » qu'une itinérance classique. Cette évolution ne concerne évidemment pas l'ensemble des randonneurs et randonneuses, mais elle illustre la diversification actuelle des motivations et des manières de pratiquer.

Les réseaux sociaux peuvent renforcer cette logique en créant à la fois des effets de mode autour de certaines destinations. Ce phénomène est notamment observé par Candice GENARD (« *Réseaux sociaux et influence : modification des flux touristiques et de l'environnement naturel en montagne », 2020*), qui souligne que « *certains lieux qui étaient encore inconnus de tous se retrouvent pris d'assaut par des milliers de personnes en très peu de temps* ». Un paysage ou un itinéraire auparavant peu connu peut rapidement devenir une destination recherchée après la diffusion massive de photographies, de vidéos ou de localisations. Les pratiquant·es peuvent alors vouloir reproduire l'expérience, prendre la même photographie et la partager à leur tour. À cette recherche de visibilité peut également s'ajouter ce que l'on pourrait qualifier d'« effet Strava », lié à l'enregistrement et au partage des performances sportives. Les records personnels deviennent des données visibles et comparables. Cette visibilité possède un effet positif puisqu'elle contribue à faire découvrir la montagne à de nouveaux publics, mais elle peut également favoriser une forme de consommation des destinations où l'objectif devient parfois autant de montrer que l'on a réalisé un itinéraire que de vivre celui-ci. La pratique peut alors devenir une forme de valorisation sociale de soi.

Cette logique peut devenir problématique lorsqu'elle se transforme en course à la montre. Certain·es pratiquant·es cherchent à doubler les étapes ou à respecter coûte que coûte leur programme, sans toujours tenir compte de la météo, de la fatigue ou de leur niveau. L'entretien réalisé en Corse l'illustre particulièrement : face au mauvais temps, l'agent du PNRC explique que certain·es répondent « *il faut qu'on reparte* » lorsqu'il leur conseille de ne pas poursuivre en raison du danger. Il décrit cette attitude comme du « *tourisme de consommation* ». Ainsi, chez certain·es néophytes, le manque d'expérience et de connaissances peut les amener à se laisser davantage influencer par ces nouvelles tendances et favoriser certaines prises de risque.

Il convient toutefois de ne pas réduire les néophytes à ces comportements. La randonnée peut au contraire constituer un processus d'apprentissage et de socialisation. Pascale SIRAT, habitante de Esquièze-Sère dans les Hautes-Pyrénées, explique ainsi que certain·es pratiquant·es commencent par de

petites randonnées avant de se tourner progressivement vers l'itinérance : « *les gens découvrent la petite randonnée et si ça leur plaît, ils vont ensuite aller sur de la randonnée itinérante* ». L'expérience, les rencontres avec d'autres pratiquant·es et les actions de sensibilisation permettent alors d'acquérir progressivement les codes et les connaissances nécessaires à une pratique plus autonome.

Enfin, l'arrivée de nouveaux publics ne signifie pas nécessairement une plus grande mixité sociale. Être néophyte signifie avant tout être nouveau dans la pratique et non appartenir à une nouvelle catégorie sociale. Les travaux d'Olivier HOIBIAN montrent notamment que les catégories socioprofessionnelles supérieures et intermédiaires restent toujours fortement représentées.

Ainsi, l'arrivée des néophytes renforce l'ouverture et la dimension sociale de la randonnée, notamment grâce aux outils numériques et aux nouvelles communautés de pratiquant·es. Mais cette démocratisation reste ambivalente : elle s'accompagne d'effets de mode, de nouvelles logiques de performance et parfois de comportements à risque.

1.3 - <u>La randonnée itinérante contribue à l'économie et au développement local</u> :

Lorsque les notions d'économie et de développement local sont évoquées, il est nécessaire d'y rattacher celle du tourisme, et tout ce qu'elle engendre. Depuis plusieurs années, le lien entre le tourisme et les activités sportives est étudié et documenté (*CORNELOUP, 2005 ; DRDJS Rhône-Alpes, 2008*), démontrant une croissance notable de ce marché au cours des dernières années, et particulièrement à la suite de la crise sanitaire du COVID-19 (*BOURLON, 2020*). Pour les territoires ruraux et montagnards, représentés notamment par les terrains d'étude que sont les Pyrénées et la Corse, les sports de nature sont aujourd'hui « *des moteurs incontournables de développement économique et social pour de nombreux territoires* » (*TUPPEN, LANGENBACH,* « *Les territoires touristiques et sportifs en transition* », *2021*). Cependant, ces zones d'étude sont également confrontées à de fortes fréquentations touristiques en fonction des saisonnalités (été et hiver surtout), et doivent alors composer avec les changements climatiques et sociétaux , ainsi qu'avec les enjeux actuels relatifs aux différentes crises traversées par la société

(financières, économiques, sanitaires, environnementales, …) et l'évolution des attentes des clientèles du tourisme. Toujours dans ce même article, J. TUPPEN et M. LANGENBACH illustrent ces enjeux et soulignent l'importance pour les territoires touristiques de « *les intégrer dans leur trajectoire pour pouvoir perdurer.* ». De ce fait, ces territoires sont également soumis aux politiques et normes touristiques, ainsi qu'à l'urgence d'adopter de nouvelles manières de penser, développer et aménager les territoires en considérant davantage la notion de durabilité, idée développée dans l'ouvrage « *Réinventer le Tourisme : sauver nos vacances sans détruire le monde.* » de Rémy KNAFOU (*2021*). La pratique de la randonnée pédestre itinérante, et le regard que l'on lui porte tout au long de ce dossier, est directement à mettre en lien avec cette notion de durabilité. Ainsi, les points abordés ci-dessous chercherons à confirmer ou réfuter le fait que la randonnée itinérante puisse contribuer à l'économie et au développement local d'un territoire, assurant ainsi sa position en tant que pratique durable.

1.3.1 : Les chiffres du tourisme de montagne :

Longtemps associée aux sports d'hiver, la montagne française connaît aujourd'hui une évolution importante de sa fréquentation touristique. Si le ski demeure un pilier économique majeur pour de nombreux territoires, notamment pour les Pyrénées, la saison estivale occupe désormais une place de plus en plus importante. Cette évolution est portée par le développement des activités de pleine nature, notamment par la randonnée pédestre. Cette évolution répond autant aux nouvelles attentes des clientèles qu'aux enjeux d'adaptation des territoires face au changement climatique et à la nécessité de diversifier leur modèle économique.

Historiquement, le développement touristique de nombreux territoires de montagne français s'est largement structuré autour de la saison hivernale et des sports de neige. Cette orientation s'est particulièrement renforcée à partir des années 1960 avec le « Plan Neige » (*« Plan Neige », GILBERT Daniel et VIGUIER Philippe, Géoconfluences, 2018*), politique d'aménagement visant à développer un tourisme hivernal de masse afin de dynamiser économiquement les territoires montagnards, de créer des emplois et de limiter le dépeuplement de certaines vallées. D'importants investissements ont ainsi été réalisés dans les stations, les remontées

mécaniques, les hébergements et les infrastructures d'accès, plaçant progressivement le ski au cœur du modèle touristique de nombreuses destinations de montagne. À l'inverse, si la montagne était déjà fréquentée l'été, notamment pour la randonnée et l'alpinisme, elle restait fortement concurrencée par les destinations balnéaires. Une enquête Ipsos[10] publiée en 2002 montrait ainsi que la mer constituait toujours la destination estivale préférée de 50 % des Français, contre 28 % pour la montagne (*« Les français plutôt mer ou plutôt montagne? », 2002*).

Toutefois, si le tourisme estival existait déjà, notamment autour de la randonnée et de l'alpinisme, il occupait une place moins centrale dans ce modèle économique largement tourné vers l'hiver. Cette situation évolue aujourd'hui : selon Atout France, les nuitées estivales en montagne progressent régulièrement et répondent notamment aux nouvelles attentes des visiteur·euses en matière de bien-être, de ressourcement et de nature (*« Destination de montagne », 2025*).

Les données d'Atout France *(« "Baromètre montagne multi-saisons" - FOCUS ÉTÉ », 2025*) permettent aussi de mesurer cette évolution. Au cours des trois dernières années, 41 % des Français ont fréquenté la montagne en été, contre 30 % en hiver. Parmi les personnes ayant fréquenté la montagne pendant la saison estivale, 30 % y ont effectué un séjour et 11 % une excursion à la journée. La satisfaction est également particulièrement élevée puisque 96 % des séjournant·es se déclarent satisfaits de leur dernier séjour estival. Ces données témoignent ainsi d'une évolution du modèle touristique montagnard : sans remettre en cause l'importance économique de l'hiver et du ski, la montagne constitue désormais une véritable destination touristique estivale.

Les motivations des visiteur·euses témoignent également de cette transformation. Près des ⅔ des séjournant·es citent la nature, les paysages et le calme parmi les principaux éléments déclencheurs de leur séjour. (« *"Baromètre montagne multi-saisons" - FOCUS ÉTÉ », 2025)*. ⅓ recherche également la découverte du territoire, de son patrimoine et de sa gastronomie. Et surtout, 63 % des personnes séjournant·es en montagne l'été pratiquent la balade ou la randonnée, ce qui en fait

[10] Entreprise de sondages française.

l'une des principales activités réalisées sur place. Les pratiques culturelles et patrimoniales sont également très présentes puisque 83 % des séjournant·es visitent des villages, des marchés ou découvrent des produits locaux. La randonnée s'inscrit donc dans une expérience touristique plus large, associant activité physique, découverte du territoire et consommation locale.

Cette évolution est particulièrement intéressante pour les Pyrénées, dont l'économie touristique a longtemps été fortement structurée par la saison hivernale. L'hiver reste aujourd'hui important : selon l'INSEE, le massif pyrénéen a enregistré environ 1,24 million de nuitées durant l'hiver 2025. (*« Saison d'hiver 2025 - Des touristes moins nombreux et des séjours légèrement plus courts » 2025*). Cependant, cette fréquentation a diminué de 5,2 % par rapport à 2024, à cause du réchauffement climatique et du manque d'enneigement. Cette évolution participe à une remise en question progressive de la dépendance économique des territoires de montagne aux sports d'hiver. Selon l'ANCT, la diminution et l'irrégularité de l'enneigement constituent aujourd'hui l'une des raisons conduisant les territoires montagnards à développer un tourisme « *toutes saisons* » (*« Avenir montagnes », 2023*). Cette diversification repose notamment sur le développement d'activités de pleine nature comme la randonnée, le VTT ou encore l'escalade, permettant de renforcer l'attractivité de la montagne en dehors de la saison hivernale.

La randonnée apparaît ainsi comme l'un des outils permettant cette diversification. Cette complémentarité ressort également des entretiens menés. Pascale SIRAT explique ainsi que « *nos villages vivent de juin à septembre sur la période estivale, et de décembre à février avec le ski en hiver* ». La randonnée participe donc à la construction d'un tourisme mieux réparti entre les saisons, permettant aux hébergements, restaurants, commerces et autres acteur·ices locaux·ales de bénéficier d'une activité estivale.

Les données d'Atout France montrent d'ailleurs que les touristes estivaux recherchent davantage une montagne peu aménagée, c'est-à-dire des espaces naturels peu aménagés, à l'écart des stations très équipées et animées. 54 % des français·es fréquentant la montagne l'été privilégient la montagne non aménagée, alors que les stations centrées sur les activités sportives et les animations ne

représentent que 13 % des séjournant·es (*« "Baromètre montagne multi-saisons" - FOCUS ÉTÉ », 2025*) .

La situation apparaît différente en Corse, où le tourisme est beaucoup plus fortement concentré sur la saison estivale. Contrairement aux Pyrénées, l'enjeu n'est donc pas principalement de développer une saison estivale en complément du ski, mais plutôt de gérer et de répartir une fréquentation déjà très importante durant cette période. Le GR20 constitue l'un des exemples les plus visibles de cette concentration. Le PNRC organise le fonctionnement de ses refuges principalement autour de la haute saison, période pendant laquelle ceux-ci sont gardés et les réservations encadrées.

Cette saisonnalité apparaît particulièrement marquée lorsque sont comparées la fréquentation estivale et hivernale du GR20. L'hiver, les conditions de haute montagne limitent fortement la fréquentation de l'itinéraire. L'agent du PNRC interviewé estime ainsi que le parcours est enneigé à environ « *60 %* » et souligne la faible fréquentation hivernale : « *il n'y a pas beaucoup de monde* », à l'exception de quelques personnes fréquentant les refuges le week-end ou réalisant la traversée à ski. Les refuges du GR20 restent accessibles durant cette période mais ne sont plus gardés. Il explique que son activité professionnelle est essentiellement concentrée sur le GR20 et les refuges pendant l'été, tandis que l'hiver est davantage consacré à l'entretien des chemins et notamment aux itinéraires Mare a Mare, moins élevés en altitude. Les agent·es du PNRC effectuent néanmoins des passages réguliers, environ tous les quinze à vingt jours, afin de vérifier leur état, d'évacuer les déchets ou encore de remettre du bois. L'activité hivernale existe donc, mais demeure sans commune mesure avec celle observée durant la saison estivale.

L'agent estime par ailleurs que la randonnée représente « *au moins 60 % du boulot du parc* », montrant l'importance prise par cette activité dans les missions du PNRC. Il précise également que les recettes issues des nuitées du GR20 alimentent directement le Parc et servent notamment aux investissements et au fonctionnement tout au long de l'année. La fréquentation du GR20 permet également de mesurer l'importance de cette activité. Il estime à environ 20 000 le nombre de personnes fréquentant chaque année le GR20. Cette donnée, issue de l'entretien et devant donc être considérée comme une estimation de terrain, témoigne néanmoins de la

forte concentration des randonneur·euses sur cet itinéraire emblématique. Il observe également une augmentation récente de cette fréquentation, estimant qu'elle s'est particulièrement accélérée depuis la crise sanitaire : « *depuis le Covid ça a explosé* ».

Cette importance économique de la randonnée reste ainsi fortement dépendante de la saison estivale. La faible fréquentation hivernale du territoire entraîne une concentration de l'activité sur quelques mois de l'année. Cette saisonnalité peut notamment affecter les professionnel·les dont l'activité dépend directement de la randonnée, comme les AMM, les gardien·nes de refuge, les hébergeur·euses ou certains commerces.

La comparaison entre les deux territoires fait finalement apparaître deux situations différentes. Dans les Pyrénées, la randonnée estivale participe à la diversification d'un modèle touristique historiquement très associé aux sports d'hiver. En Corse, elle s'inscrit au contraire dans une économie touristique déjà largement estivale et contribue à concentrer une partie importante de l'activité autour d'itinéraires emblématiques comme le GR20. Dans les deux cas, la progression des activités de pleine nature et l'attractivité croissante de la montagne en été renforcent néanmoins le poids économique de la randonnée.

1.3.2 : Les retombées locales directes et indirectes liées à la randonnée itinérante :

La randonnée pédestre itinérante présente une particularité par rapport à de nombreuses autres formes de tourisme : les pratiquant·es se déplacent pendant plusieurs jours et dépendent, au fil de leur parcours, d'un ensemble de services présents sur le territoire. Les refuges, gîtes, commerces alimentaires, restaurants, transports ou encore services proposés dans les villages deviennent ainsi des points d'appui nécessaires ou recherchés par les randonneur·euses. Cette organisation permet de supposer que l'itinérance peut générer des retombées économiques directes et indirectes, y compris dans des espaces ruraux ou montagnards relativement isolés.

Dans les Pyrénées, plusieurs données viennent confirmer l'existence de ces retombées. Le département des Pyrénées-Orientales estime par exemple à environ *« 1 million d'euros de retombées économiques directes et indirectes liées au seul GR10, par an » (« Rapport 2024 sur la situation en matière de développement durable du Département des Pyrénées-Orientales », 2024)*.

Les refuges de montagne occupent une place centrale dans cette économie. Au-delà de la nuitée, ils proposent généralement de la restauration et différents services, tout en nécessitant eux-mêmes un approvisionnement (muletiers, hélicoptères), de l'entretien et du personnel. Leur présence permet également aux randonneur·euses de réaliser des itinéraires de plusieurs jours et contribue ainsi indirectement au maintien des flux touristiques dans les espaces de montagne. Cette capacité de l'itinérance à soutenir une économie montagnarde est d'ailleurs au cœur du projet transfrontalier DESIR (Développement Économique Durable par l'Itinérance entre Refuges). Celui-ci cherche à développer l'itinérance dans les Pyrénées tout en associant les refuges au tissu économique local et en encourageant une consommation touristique plus durable. (« *Projet DESIR », 2026*) Cette dynamique économique est particulièrement visible sur les grands itinéraires de randonnée comme les GR. Dans le cas du GR20 en Corse, la FFRP souligne explicitement que « *la fréquentation accrue du GR20 entraîne des bénéfices pour l'économie locale, notamment grâce à la création d'emplois dans les refuges et les commerces situés le long du parcours » (« Corse : Trop de monde sur le GR20 ! Faut-il des quotas ?», 2023)*. Les retombées de l'itinérance dépassent donc le seul fonctionnement des refuges : elles concernent plus largement les commerces, les prestataires et les acteur·ices économiques implantés le long des parcours et dans les vallées traversées. L'expression « *économiquement, c'est important* » employée par l'agent du PNRC résume ainsi la portée territoriale de cette activité.

Pensé dès son développement comme un outil de valorisation de l'intérieur montagneux de la Corse, le GR20 conserve cette politique qui cherche à mieux intégrer les retombées économiques à son économie locale. Cette volonté de mieux diffuser les dépenses des randonneur·euses vers l'économie locale apparaît également dans les politiques mises en place autour du GR20. Le Projet Alimentaire Territorial du GR20 (PAT GR20), porté par le PNRC fixe explicitement comme

objectif de faire bénéficier le territoire du Parc et en particulier ses villages *(« Réunion inter-PAT », 2024)*. Il prévoit notamment de développer les circuits courts d'approvisionnement des refuges, d'y proposer des produits issus du patrimoine culinaire corse et de renforcer les relations avec les producteur·ices locaux·ales . Le refuge peut donc jouer un rôle d'intermédiaire entre les randonneur·euses et l'économie locale : même lorsqu'un itinérant·e ne descend pas directement dans les villages pour effectuer ses achats, une partie des produits qu'il consomme en montagne peut provenir des territoires environnants.

Cette question est particulièrement importante pour les communes rurales et isolées. Les villages situés au départ ou à l'arrivée des itinéraires constituent une occasion de dépense, mais aussi ceux traversés par les GR et autres sentiers d'itinérance, peuvent donc capter une partie de ces flux. Ces circuits courts permettent aux territoires traversés au cours de l'itinérance, et notamment les villages-étapes situés le long des GR, de profiter eux aussi du passage des pratiquant·es.

Pour autant, une forte fréquentation ne signifie pas automatiquement un fort développement économique local. Les retombées dépendent notamment des pratiques des randonneur·euses : celles et ceux qui privilégient le bivouac et transportent leur propre alimentation dépensent généralement moins sur le territoire que celles et ceux qui fréquentent les refuges, les gîtes, les commerces ou les restaurants. Les bénéfices peuvent également se concentrer dans certains villages-étapes ou hébergements sans profiter de manière égale à l'ensemble des territoires traversés.

Les résultats de notre questionnaire permettent justement de nuancer l'importance de ces retombées. La majorité des répondant·es déclare prévoir un budget journalier relativement limité, inférieur à 50 € par jour, tandis que les budgets les plus élevés restent minoritaires. Cette faible dépense quotidienne peut s'expliquer par le caractère relativement autonome de l'itinérance, notamment lorsque les pratiquant·es privilégient le bivouac ou transportent une partie de leur alimentation. Ainsi, même si le passage des personnes génère bien des dépenses locales, leur montant peut rester limité, ce qui relativise l'impact économique associé à une forte fréquentation.

1.3.3 : La présence des sentiers GR et leurs retombées territoriales :

La présence de sentiers de Grande Randonnée (GR) est sans conteste un atout territorial majeur pour de nombreux territoires, et particulièrement les régions rurales et isolées. Ces itinéraires contribuent à renforcer l'attractivité touristique de ces mêmes territoires en améliorant leur accessibilité, leur lisibilité ainsi que leur mise en tourisme. Cependant ils ne sont pas la cause directe de l'attractivité touristique, mais s'inscrivent le plus souvent dans des espaces déjà attractifs. Cette présence ne relève pas du hasard, puisque ces derniers offrent la plupart du temps des paysages remarquables, des patrimoines naturels et culturels parfois protégés, une accessibilité certaine et une importante notoriété touristique, permise aussi par une offre d'hébergements et de loisirs conséquente. Le GR va alors devenir un vecteur de découverte permettant d'augmenter la durée des séjours, de répartir les visiteur·euses sur le territoire et d'attirer une clientèle itinérante, entraînant ainsi des retombées économiques directes dans les villages traversés. C'est ce que recherchent aujourd'hui de nombreux territoires de montagne, dans une certaine logique de diversification touristique.



Figure n°24 : Carte des principaux sentiers GR de France métropolitaine.
Source : V. HÉAU, atelier de cartographie thématique de l'IGN.

De nombreux hot-spots touristiques français sont aujourd'hui traversés par un sentier GR, avec cette logique de développement touristique, et parmi eux se retrouvent plusieurs sites de grande renommée, situés dans des territoires de montagne. Sur sa partie française, le massif des Alpes abrite de nombreux sites grandioses classés, pouvant compter sur la présence d'un ou plusieurs sentiers de Grande Randonnée pour faire découvrir ces paysages aux randonneur·euses à toutes saisons. Les parcs nationaux de la Vanoise et du Mercantour sont traversés par le GR5, tout comme le massif du Mont-Blanc, qui possède en plus sont propre GR appelé TMB (Tour du Mont-Blanc). Les massifs du Queyras (GR58), des Bauges (GR96) et de la Chartreuse (GR9) sont également traversés par ces itinéraires balisés. Le Massif Central est entrecoupé par de nombreux sentiers pédestres, dont le célèbre Chemin de Stevenson (GR70) traversant le Velay, le Gévaudan, le Mont Lozère et les Cévennes, et la chaîne des Puys compte son propre itinéraire (GR441) et est traversé par un autre (GR4). Le Jura (GR9) et les Vosges (GR5) sont également des régions de montagnes où un GR d'importance sillonne le territoire. Les massifs français comptent alors nombre de sentiers GR, auxquels viennent s'ajouter les sentiers PR et GRP, quadrillant ces régions de part et d'autre, et offrant ainsi une diversité de randonnées. Cette offre d'itinéraires balisés sur l'ensemble des massifs français a permis le développement récent d'une nouvelle pratique : l'Hexatrek. Cette grande itinérance relie 46 sentiers GR pour traverser les cinq grands massifs de l'hexagone sur plus de 3 000 km. En parcourant 14 parcs naturels français, en longeant les crêtes des massifs traversés, et en faisant étape dans certains des villages les plus pittoresques de France, cet itinérance se veut être une ode à la contemplation, mettant en avant les merveilles de nos territoires par le biais de la randonnée itinérante, et ce grâce à la présence de ces sentiers existants, et des offres qui leurs sont rattachées (refuges, gîtes, …), preuve du rôle de ces sentiers dans le développement touristique local.

Les territoires d'étude choisis comptent également des sentiers en leur sein, avec le GR10 traversant les Pyrénées d'Hendaye à Banyuls, et le GR20 traversant la Corse de Calenzana à Conca. Ce sont deux des grandes randonnées les plus célèbres de

France, le GR20 étant probablement le sentier français ayant la plus forte renommée internationale, comme peuvent l'illustrer les résultats ci-dessous, directement extraits du questionnaire :

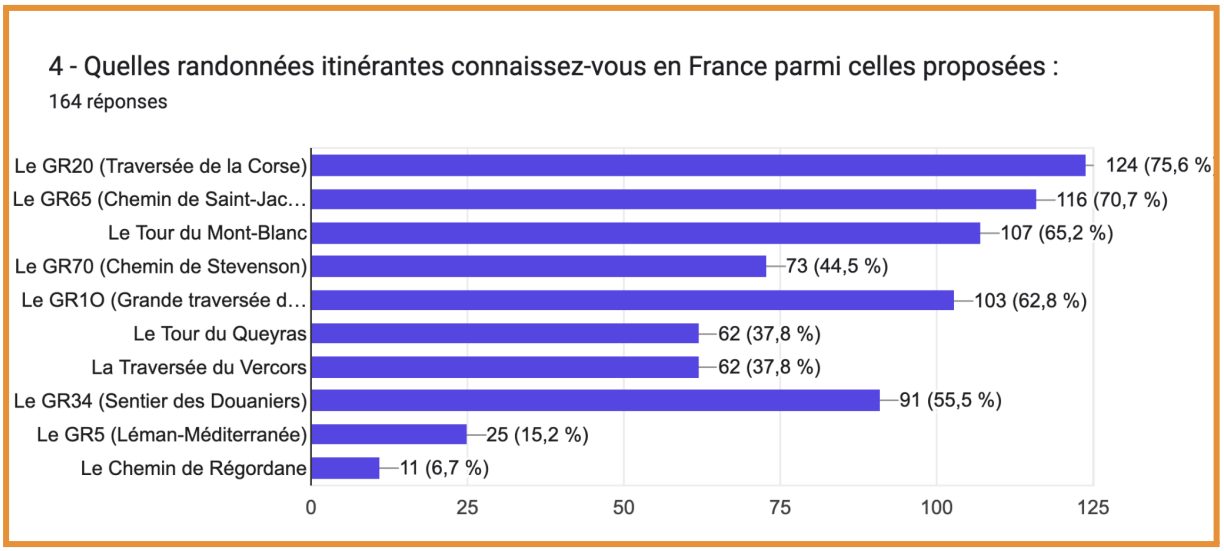


Figure n°25 : Graphique sur les sentiers GR les plus connus par les répondant·es.
Source : A. POUSSIN & D. PRIÈRE, Google Forms.

Ces zones étudiées mettent particulièrement en avant cette corrélation entre sites naturels remarquables et présence de GR, s'expliquant simplement par le choix d'un tracé traversant ces lieux pour y rendre l'expérience spectaculaire, et favorisant le passage dans des villages isolés afin de dynamiser ces derniers par le biais de la randonnée sous toutes ses formes. Dans le cas du Parc national des Pyrénées, cela s'illustre par des zones remarquables telles que le Lac de Gaube et le massif du Néouvielle, où malgré le fait qu'aucun village ne soit traversé (même si certains peuvent être le lieu de départs de randonnées à la journée notamment), de nombreux refuges et auberges sont présents, participant à l'attractivité du territoire et à l'activité économique de ce dernier. Le cas du Cirque de Gavarnie traduit également de ce lien entre sites touristiques et GR, d'autant plus que les villages de Gavarnie et Gèdre reposent essentiellement sur l'activité touristique de la randonnée notamment. Le PNR de Corse est également un exemple concret dans lequel des sites naturels remarquables tels que le Monte Cinto ou le Cirque de la Solitude sont des zones clés de la traversée, même si ce dernier ne fait plus partie du tracé officiel du GR20 depuis 2016 à la suite d'un accident survenu l'année précédente, mais reste traversé par de nombreuses personnes. Aussi, cette traversée du cœur de l'île

permet un certain maintien d'une activité économique sur cette zone, assez en proie à l'isolement. L'économie que représente la randonnée itinérante en Corse, avec les activités des refuges, des agences de voyage spécialisées, des magasins et boutiques, … est importante, et dynamise réellement cette zone, avec l'ensemble des retombées économiques, mais aussi avec les impacts sur l'environnement et les populations locales que cela engendre.

1.3.4 : Le phénomène de gentrification de la montagne :

Les montagnes sont aujourd'hui des territoires à forte attraction touristique, comme ont pu l'illustrer les chiffres du tourisme de montagne sur les hautes saisons. Au-delà de la simple attraction touristique et des activités variées que ces milieux offrent, la montagne attire de nouveau par son cadre de vie, après des années d'exode des populations locales. L'importante déprise agricole, et les conséquences économiques qu'elle a engendrées, a vu de nombreuses vallées et villages être confrontés à un vieillissement de leur population et à manquer d'une économie diversifiée, se basant principalement sur l'agriculture et le tourisme. Ces vallées vivent alors au rythme de la saisonnalité touristique, où certains villages entiers sont presque dépendants des saisons hivernales avec la pratique des sports d'hiver (Laruns, Hautes-Pyrénées), ou des saisons estivales avec la pratique d'activités de loisirs en plein air (Gavarnie, Hautes-Pyrénées). Et si la montagne attire davantage aujourd'hui, cette tendance va s'accentuer, et cela s'observe déjà.

Depuis la crise sanitaire du COVID-19, les prix de l'immobilier en montagne explosent, traduisant une volonté de se rapprocher de ces milieux isolés et proches de la nature. Les crises climatiques d'aujourd'hui, et à considérer dans le futur au vu des projections scientifiques peu optimistes, viennent accentuer ce besoin de trouver une certaine fraîcheur en altitude ou dans les milieux moins exposés qu'offrent les montagnes. Dans son article explicitement intitulé « *La gentrification de la montagne* » (*Le Sauvage, 2023*), Jean-Noël MONTAGNÉ souligne cet effet : « *On assiste à une gentrification de la montagne, identique à celle qui ravage certains quartiers dans des grandes villes, avec les mêmes conséquences économiques et sociales : les habitants locaux ne sont plus en mesure d'acheter des biens qui font partie de leur patrimoine environnemental et culturel depuis toujours.* ». Un nouveau public,

composé de personnes issues de classes sociales aisées, ayant un certain niveau de vie, s'installe progressivement dans les montagnes françaises en acquérant des biens fonciers, constituant pour eux de nouvelles habitations. L'auteur précise que ces nouvelles habitations restent encore majoritairement des résidences secondaires, mais que leur période d'occupation pourrait s'étendre davantage en raison des évolutions climatiques. Ces observations sont appuyées par une étude menée par l'Institut Terram en octobre 2025 sur la part de résidences secondaires sur le territoire français, ainsi que le nombre de nuitées réservées via Airbnb par communes (données de 2024). Cette comparaison a permis d'offrir la cartographie suivante :

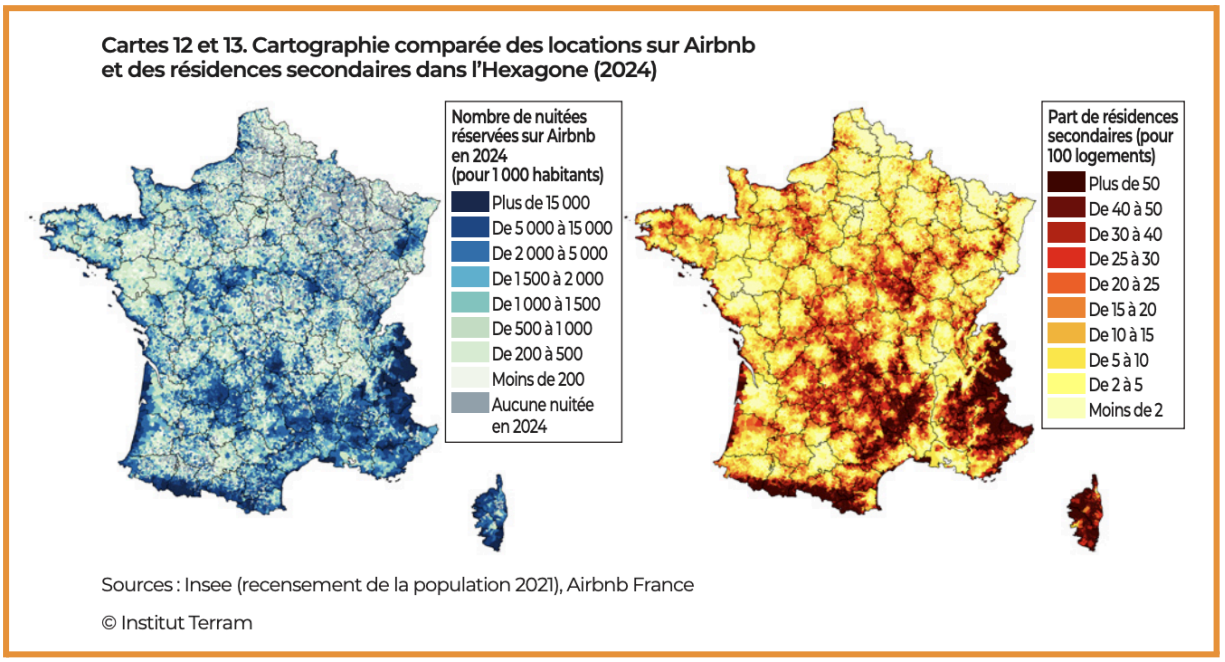


Figure n°26 : Cartographie comparée des locations Airbnb et des résidences secondaires dans l'Hexagone (2024).
Sources : Insee, Airbnb France.

Ces deux cartes viennent appuyer les précédents argumentaires, et illustrent les situations auxquelles font face ces deux territoires d'étude, faisant partie des régions les plus touchées par la part de résidences secondaires, mais également par le nombre de nuitées réservées sur la plateforme Airbnb. Plus généralement, les massifs de montagne sont touchés par ce phénomène, puisqu'en plus des Pyrénées et de la Corse, ces tendances s'observent également dans les Alpes et le Massif Central. Réels indicateurs d'une dynamique touristique de ces territoires, les

résultats de cette étude remettent également en question la pérennité de ces régions, où l'habitation permanente n'est pas majoritaire.

Il est en effet nécessaire pour ces territoires ruraux et isolés de combler leur dépendance aux saisonnalités touristiques par le renforcement d'un noyau d'habitant·es permanent·es en essayant d'attirer de nouvelles populations afin de les impliquer dans le développement économique local, en leur offrant également des opportunités d'emploi. Cependant, ces habitations occupées de manière ponctuelle sont un frein direct à l'occupation permanente par des locaux, vivant sur le territoire et le faisant vivre par leur activité. Dans leur ouvrage intitulé « *Les territoires touristiques et sportifs en transition.* » (*2021*), J. TUPPEN et M. LANGENBACH abordent cet enjeu sociétal auquel la montagne fait aujourd'hui face, questionnant « *la nécessité de changer les priorités d'investissement et de développement en donnant beaucoup plus d'importance à l'attraction de résidents permanents plutôt qu'à celle de touristes. Renforcer l'habitabilité de la montagne offrant ainsi un avenir beaucoup plus durable et équitable pour les communautés alpines.* ». L'évocation des principes de durabilité et d'équité paraissent essentiels afin de construire une montagne habitable et vivable pour l'ensemble de ses usager·ères, permanent·es ou occasionnel·elles. L'implication des habitant·es dans une dynamique territoriale forte est nécessaire quant à la réussite de nombreux projets et actions en faveur de ces mêmes territoires, mais cela demande inévitablement la présence de locaux, afin que cette dynamique puisse voir le jour.

2 - <u>Les tendances actuelles croisées découlant de ces résultats</u> :

Aborder le sujet traité en organisant l'argumentaire autour des trois principales hypothèses était l'approche souhaitée, mais elle ne permet pas de citer l'ensemble des enjeux que comprend la pratique de la randonnée pédestre mise en lien avec les piliers du développement durable. Certaines réflexions amènent à croiser les regards et approcher certains questionnements par le prisme de plusieurs analyses. Ces enjeux croisés vont permettre d'apporter de nouveaux axes de réflexion, alimentant ainsi les précédents résultats récoltés afin de pouvoir traiter la question centrale de la manière la plus pertinente souhaitée.

2.1 : Les paradoxes entre enjeux de développement touristique et conservation de l'environnement :

Les résultats précédemment présentés mettent en évidence un paradoxe important dans le développement de la randonnée pédestre itinérante. D'un côté, l'augmentation de la fréquentation constitue une opportunité pour les territoires de montagne : elle favorise l'activité économique et le développement local. De l'autre, cette attractivité croissante entraîne de nouveaux besoins en matière d'accueil, d'équipement et d'aménagement, parfois au sein même d'espaces naturels protégés. Les gestionnaires doivent ainsi répondre à une double mission qui peut sembler contradictoire : permettre le développement et l'accueil des activités touristiques tout en limitant leurs conséquences sur les milieux naturels et en les préservant.

Les refuges illustrent particulièrement cette contradiction. Leur adaptation à la fréquentation peut nécessiter des travaux, davantage d'approvisionnement ou des héliportages, multipliant les interventions humaines dans des espaces sensibles. Dans le cœur du PNP, par exemple, le survol motorisé à moins de 1 000 mètres est normalement interdit, mais des dérogations existent pour le ravitaillement des refuges et certains travaux (« *Survols par des aéronefs motorisés » , 2022, PNP*). Cette exception montre concrètement la difficulté à concilier le fonctionnement touristique de la montagne avec les objectifs de conservation.

Cette problématique apparaît également sur le GR20. Face à l'importance de la fréquentation, augmenter continuellement les capacités des refuges pourrait permettre de répondre à la demande, mais risquerait parallèlement d'encourager une fréquentation et des dégradations toujours plus importantes . La FFRP évoque ainsi la question de la régulation et des quotas comme une alternative à l'augmentation des capacités d'accueil.

De plus, des tensions liées à la fréquentation s'observent également, notamment en raison de la saturation de certains secteurs du GR20. La randonnée itinérante peut alors devenir une source de tensions à l'échelle locale. Certains refuges accueillent davantage de personnes que leur capacité initiale ne le permet, nécessitant parfois

l'installation de nombreuses tentes à l'extérieur. Les conséquences de cette saturation se manifestent à plusieurs niveaux, à commencer par les conditions d'accueil proposées par les refuges. Celles-ci peuvent alors être dégradées, avec des nuisances sonores importantes et des temps d'attente rallongés pour les services proposés. Au-delà de ces conséquences, la présence d'un nombre important de personnes sur ces territoires pose également la question de la distribution et de la répartition des ressources, notamment de l'eau potable. Lorsque cette ressource devient plus limitée au cours de la saison estivale, les besoins liés à la fréquentation touristique peuvent alors entrer en tension avec ceux des populations locales.

Pour autant, aménagement et conservation ne sont pas systématiquement opposés. Comme l'ont montré les entretiens effectués, certains équipements, tels que les plateformes de bivouac ou l'amélioration des sanitaires, permettent justement de mieux encadrer une fréquentation déjà existante et d'en limiter certains effets. Toute la difficulté consiste donc à déterminer jusqu'où aménager : l'infrastructure peut permettre de maîtriser la fréquentation, mais son développement excessif peut également contribuer à l'augmenter.

Ainsi, l'enjeu pour les parcs n'est pas de choisir entre tourisme et conservation, mais de définir les limites acceptables du développement touristique. Lorsque les capacités du milieu sont atteintes, la réponse ne peut plus uniquement passer par de nouveaux aménagements : la régulation, la répartition des flux ou leur limitation peuvent devenir nécessaires pour préserver l'équilibre entre fréquentation touristique et conservation des espaces naturels.

2.2 : La considération de l'ensemble des usager·ères de la montagne : l'exemple de l'ours dans les Pyrénées :

Comme évoqué précédemment, la montagne est symbole de liberté et d'appropriation pour chacun·e de ses usager·ères. Des adeptes de randonnée jusqu'aux alpinistes, en passant par les berger·ères et les naturalistes, chaque personne voit la montagne comme elle le souhaite, et l'utilise pour ses propres besoins et attentes. Pourtant, la montagne n'est pas synonyme d'anthropisation, et

les activités humaines y sont globalement limitées et doivent le rester. Les massifs montagneux français représentent les derniers bastions pour certaines espèces sauvages, et leur isolement naturel, combiné aux barrières que les reliefs offrent à un environnement déjà trop impacté par l'homme, présentent un enjeu de conservation fort. Culturellement la montagne fascine, et est exploitée par l'Homme depuis la nuit des temps. En effet, les premières traces du pastoralisme en montagne dateraient de l'âge du Bronze (2300 - 800 av J.C.), correspondant aux premières domestications de bétail. Dans certaines régions, et plus spécifiquement dans les Pyrénées, c'est une pratique ancestrale où la transhumance est également importante symboliquement. Cependant, ces pratiques d'antan, qui rencontraient déjà des problématiques propres à leurs époques, se confrontent aujourd'hui à une réalité : la montagne n'est plus seulement un territoire de ressources et d'élevage, mais un terrain de jeu pour de nombreuses activités, ainsi qu'un environnement naturel d'une richesse considérable à conserver et protéger.

Les territoires de montagne se confrontent à de nouveaux enjeux économiques, représentés par le tourisme hivernal et estival où le ski et les diverses pratiques « *outdoor* » font vivre des communes et villages isolés, qui ne dépendant pour certains que de cette dynamique touristique. Malgré des structures et organismes œuvrant pour la cohabitation entre usager·ères ponctuel·elles et permanent·es, et entre exploitation de la montagne et protection de son environnement, certains conflits d'usage paraissent encore inévitables. Les territoires de recherche choisis en sont des exemples marquants.

Depuis la fin des années quatre-vingt-dix règne un climat de tension dans certaines vallées des Pyrénées françaises entre plusieurs acteur·ices et usager·ères de la montagne. La source de ces tensions n'est autre que le sujet de la réintroduction de l'Ours brun dans les montagnes pyrénéennes, entre enjeux écologiques de conservation et réalités socio-économiques de ces territoires. Présent depuis des centaines de milliers d'années dans les Pyrénées, l'ours a toujours suscité l'intérêt de l'Homme, entre fascination et peur, entre admiration et haine. Ce paradoxe s'est alimenté durant des milliers d'années, par des contes et légendes diabolisant l'animal (au même titre que le loup), justifiant ainsi cette « nécessité » à devoir le chasser. Sa place dans l'imaginaire populaire, et l'admiration à son égard qui

peuvent se traduire par les nombreux cultes et représentations lui étant vouées, explique les nombreuses toponymies[11] dont il est à l'origine dans les milieux de montagne, et illustre cette fascination. Cependant, la cohabitation avec l'espèce à toujours été sensible, et nos ancêtres le chassaient déjà durant la préhistoire pour la fourrure et la viande. Des siècles plus tard, la Rome Antique a vu les ours être sujets à la capture pour les faire se battre contre d'autres animaux dans des cirques, et le Moyen-Âge permit aux montreurs d'ours d'exposer l'animal comme une vulgaire bête de foire. Cette persécution continuelle a entraîné la chute de la population d'ours sur le territoire français, les Pyrénées étant le dernier bastion de l'espèce au début du XX^{ème} siècle. La prise de conscience quant à la situation de l'espèce s'est faite dans les années soixante, où l'ours n'est plus autorisé à être chassé, et à la fin des années soixante-dix, où il est inscrit sur la liste des espèces protégées. Aujourd'hui le retour de l'ours brun dans les montagnes pyrénéennes permet à ces dernières de retrouver un écosystème primitif perdu, constituant l'un des objectifs majeurs d'entités telles que le Parc national. Cependant, cette vision est propre à la conservation de l'environnement et partagée par des personnes travaillant et militant pour cela. Cette réintroduction n'est pas sans réactions ni oppositions, et amène à réfléchir sur d'autres enjeux territoriaux, notamment liés au pastoralisme, ainsi qu'à l'ouverture de la montagne aux loisirs de plein air. Dans ces deux cas, la présence de l'ours peut être vue comme un frein, voire une contrainte. L'impact de l'Ours brun sur les troupeaux est avéré et, même s'il n'est « que » ponctuel (son régime étant composé majoritairement de matière végétale), les attaques sur des troupeaux vulnérables, non-surveillés, peuvent lui apporter une source de protéines animales lors de certaines périodes. Les impacts directs sur les troupeaux tels que la prédation d'individus, mais aussi Les impacts indirects comme le stress engendré par l'attaque sur le bétail survivant, peuvent nuire à la production des éleveurs, et ainsi avoir un impact significatif sur son activité annuelle.

[11] Ensemble des noms de lieux propres à une région, un pays ou une langue.



Figure n°27 : Tags anti-ours sur une route près d'Argelès-Gazost (Hautes-Pyrénées) .
Crédit photo : La Dépêche (2020).

La présence de l'ours dans les montagnes peut également poser certaines questions lorsque l'on sait que celles-ci sont fréquentées de manière saisonnière par des millions de personnes chaque année (*bilan de l'année touristique 2025 par Olivier BELY, chargé de projets de développement touristique à l'office départemental de tourisme*). Dans certains secteurs, l'ours peut être un frein au développement d'activités de loisirs en plein air, comme cela a été le cas en juillet 2020 à Ustou (Ariège) où une partie du massif communal a été sujette à une interdiction de randonnée formulée par arrêté municipal en raison de la présence de quatre ours.

Ainsi, la cohabitation de l'ensemble des usager·ères, et des attentes de chacun·e est à considérer, et la conciliation des enjeux environnementaux et socio-économiques des territoires l'est également afin d'appréhender au mieux la durabilité de ces mêmes territoires pour le futur.

2.3 : <u>Le pouvoir d'achat des pratiquant·es et son impact sur l'économie des territoires</u> :

L'impact économique engendré par la pratique de la randonnée pédestre sur les territoires est prouvé, et est significatif, mais dépend toutefois de certaines facteurs : la saison, les moyens des territoires en termes d'offre de services et de captation des dépenses, mais surtout de la nature du séjour, du type de pratique et de sa durée. Lors de leurs séjours sur les territoires, les pratiquant·es de randonnée

vont générer certaines retombées économiques directes liées à l'hébergement, la restauration et les commerces alimentaires, les activités de loisirs, mais également à l'achat de matériel ou de produits locaux. Ces dépenses profitent alors directement aux entreprises locales, et participent pleinement à l'économie des territoires. Ces constats sont d'autant plus marqués sur les retombées liées à la randonnée itinérante. Par définition, l'itinérance permet une pratique prolongée, et donc un temps de séjour sur le territoire qui le sera également. Le nombre de nuitées, de repas consommés, de besoins alimentaires … vont augmenter en fonction du nombre de jours de randonnée. Aussi, l'itinérance pousse parfois à renouveler ses équipements, amenant également à dépenser sur le territoire.

La randonnée itinérante vient alors créer une consommation régulière, pouvant être répartie sur plusieurs communes lors d'itinérances sur des sentiers GR par exemple, constituant un réel levier économique pour des milieux ruraux et isolés, parfois peu touristiques. Dans ces cas précis, les territoires de montagne sont particulièrement concernés, les sentiers GR traversant souvent ces vallées rurales et ces villages de montagne isolés, ainsi que des espaces naturels protégés. Ce sont des secteurs où l'activité économique y est parfois limitée, et où la randonnée peut permettre de maintenir des commerces de proximité et faire vivre les hébergements, incitant ainsi à la création ou au maintien d'emplois saisonniers. Elle maintient cependant cette dépendance à une économie basée sur le tourisme saisonnier, ne la diversifiant pas ou très peu, si ce n'est en augmentant sa saisonnalité.

Afin d'essayer d'évaluer cet impact économique, il est pertinent de considérer le budget journalier moyen que consacrent les randonneur·euses en itinérance lors de leurs séjours. Ce budget a été évoqué plus haut, et mettait en avant une majorité de répondant·es déclarant prévoir un budget journalier inférieur à 50 €, et plus d'un tiers y consacrant entre 50 et 100 €. Mises en corrélation avec les résultats de la question sur la consommation locale, adoptée par 95% des répondant·es au questionnaire, ces indications budgétaires traduisent d'un véritable apport économique, notamment sur des territoires tels que le Parc national des Pyrénées et le PNR de Corse, comptant respectivement sur le GR10 et le GR20, deux des sentiers de randonnée les plus empruntés chaque année.

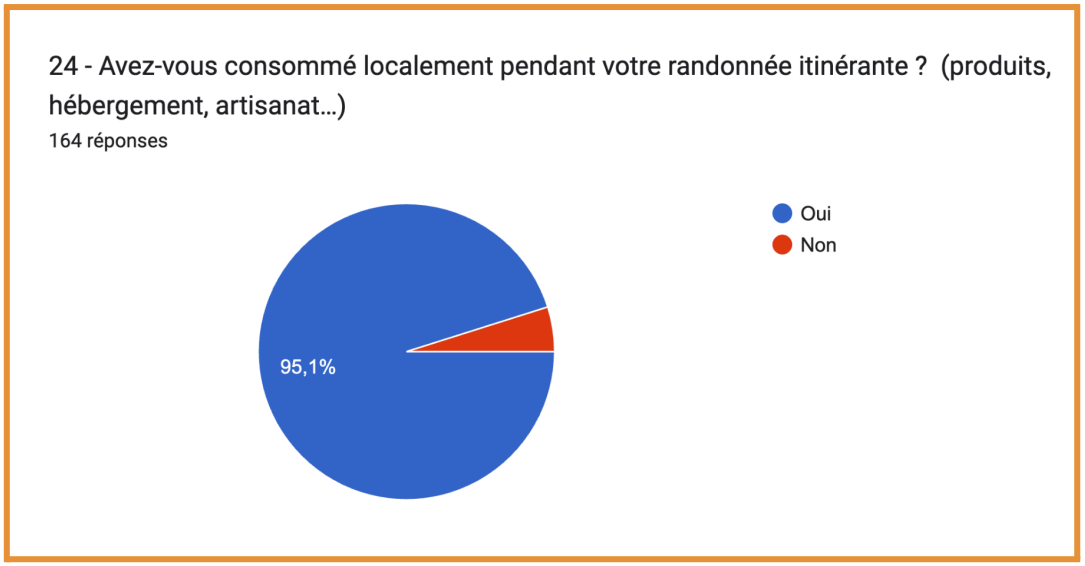


Figure n°28 : Graphique sur la consommation locale selon les répondant·es.
Source : A. POUSSIN & D. PRIÈRE, Google Forms.

Dans les Pyrénées, les sites du Pont d'Espagne et du Lac de Gaube comptent parmi eux deux des dix randonnées les plus fréquentées de France, en accueillant quelque 250 000 visiteur·euses annuels. Quant au Cirque de Gavarnie, les chiffres oscillent plus ou moins vers le million de visiteur·euses chaque année, qu'ils soient composés de randonneur·euses à la journée, en itinérance, ou simples excursionnistes. En Corse, les chiffres des refuges situés sur le GR20 comptaient en 2025 environ 150 000 nuitées sur une période de mi-mai à début octobre. Ces chiffres parlent d'eux-mêmes, faisant de ce sentier l'un des plus fréquentés d'Europe sur la pratique en itinérance. Pour ces deux territoires, lorsque ces chiffres sont croisés avec les constats et analyses liés au questionnaire et aux observations, les résultats ne sont pas anodins non plus : ils représentent plusieurs millions d'euros injectés dans l'économie locale.

Il reste cependant important de nuancer ces retombées, puisqu'elles dépendent seulement de quelques sites, ne permettant pas à l'ensemble des villages des territoires de profiter de cette dynamique. Certains secteurs restent alors plus fréquentés que d'autres, et l'augmentation des chiffres du tourisme estival de montagne va continuer à creuser cet écart, d'où l'importance d'imaginer d'autres modèles de développement local afin de diversifier l'économie de ces territoires, en comptant davantage sur une activité permanente que sur la dépendance de la saisonnalité des hotspots régionaux.

CONCLUSION

1 - Conclusion générale :

Afin de formuler une conclusion pertinente quant à l'ensemble des travaux et recherches effectués, et des résultats analysés, il paraît nécessaire dans un premier temps de revenir sur chacune des hypothèses formulées afin d'essayer de les confirmer, ou au contraire, de les réfuter. Cela permettra dans un second temps de diriger l'argumentaire vers un constat final, avec la formulation d'une réponse claire au questionnement central de ce dossier : la randonnée pédestre itinérante répond-t-elle aux trois piliers du développement durable ?

1.1 - Réponses aux hypothèses formulées :

La première hypothèse portait sur le pilier de l'environnement, où nous cherchions à mesurer l'impact de la randonnée pédestre itinérante sur le milieu naturel.

Il est difficile d'affirmer que la randonnée pédestre itinérante n'a aucun impact sur l'environnement. Bien au contraire, l'impact de la pratique sur les milieux est réel, et dans certains cas est même mesurable même si certaines études manquent encore de données. Le dérangement de la faune et l'avifaune peut être important, le piétinement et l'impact des installations notamment sur des pratiques de bivouac peuvent nuire à la flore environnante, et certains risques liés à la pratique peuvent être augmentés, notamment sur les feux sauvages, facteurs de départs d'incendies. Aussi, les paysages se retrouvent marqués par le passage de randonneur·euses, et certains des sites les plus fréquentés de France, notamment en Corse et dans les Pyrénées, sont confrontés à des enjeux liés à la gestion des déchets, à l'eau potable et aux besoins sanitaires, impactant à la fois le panorama, mais surtout les écosystèmes où leurs traces se font ressentir à toute échelle, altérant fortement le milieu naturel.

Pour autant la randonnée pédestre reste une pratique « douce », avec un impact carbone minime, rendant sa promotion touristique plus éthique. Tout en l'utilisant comme outil de développement, les territoires sont conscients des enjeux liés à cette pratique, notamment sur la pression qu'elle peut exercer sur les écosystèmes, chose accentuée lorsque l'on se concentre sur de vastes milieux naturels isolés tels que les montagnes. C'est pour ces raisons qu'existent certaines entités de protection et de conservation des milieux, comme les Parcs nationaux ou encore les Parcs naturels régionaux pour ne citer qu'eux. Leur présence permet d'assurer des actions de préservation, de conservation, de gestion ou encore de sensibilisation, mais leurs marges de manœuvre peuvent être freinées par l'ambition des territoires à maintenir une certaine attractivité dans un objectif économique, et la présence d'espaces protégés est parfois un argument touristique. Ce paradoxe d'une « *conservation économique* » illustre la difficulté qu'ont les territoires à prioriser une politique au détriment d'une autre, et le manque de lucidité quant à l'urgence de considérer les enjeux environnementaux résonne d'autant plus.

La randonnée pédestre itinérante, malgré son potentiel d'éducation et de sensibilisation par l'observation du vivant, n'est pas sans impact, et peut être nuisible pour l'environnement, même lorsqu'une gestion et une mise en place de réglementations sont décidées.

Pour la seconde hypothèse, nous souhaitions déterminer le rôle que peut jouer la randonnée pédestre itinérante sur la socialisation et le bien-être.

Aujourd'hui, la montagne attire de plus en plus de personnes, et la pratique d'activités sportives de pleine nature continue de se développer, notamment depuis la sortie de la crise sanitaire de 2020. De nouveaux publics fréquentent les massifs français grâce à l'émergence de nouvelles pratiques comme le trail, et la randonnée pédestre profite de cette tendance avec de plus en plus de personnes la pratiquant, que cela soit à la journée ou en itinérance. Ce constat amène à penser que la pratique de cette activité devient de plus en plus accessible, et les marques spécialisées développant des produits toujours plus perfectionnés et moins chers, s'installant de plus en plus dans le paysage du sport, viennent confirmer cela.

Cependant, un regard sur le type de public fréquentant la montagne et pratiquant la randonnée pédestre en itinérance vient nuancer cette première observation. En effet, cette démocratisation ne signifie pas nécessairement une diversification des profils. Si la randonnée itinérante favorise les rencontres, le partage et la création de liens, les personnes qui la pratique présentent encore des profils relativement similaires notamment sur le plan socio-économique et culturel : les catégories sociales les plus diplômées et favorisées restent particulièrement représentées parmi les pratiquant·es. Cette homogénéité se retrouve également dans la répartition selon le sexe. Malgré une progression de la pratique féminine, les femmes restent moins représentées à mesure que la durée et l'engagement de l'itinérance augmentent. L'arrivée de pratiquant·es néophytes témoigne néanmoins d'une ouverture de la pratique à de nouveaux publics mais là encore elle ne garantit pas une diversification sociale : être nouveau dans la pratique ne nécessite pas nécessairement appartenir à une catégorie sociale différente. La randonnée peut donc constituer un facteur de sociabilité et d'inclusion mais demeurent une pratique socialement sélective qui ne garantit pas une véritable mixité sociale.

Aussi, les bienfaits de la pratique sur la santé physique et mentale sont avérés, et peuvent également être une motivation pour randonner en itinérance, avec l'envie de se reconnecter avec soi-même tout en se déconnectant de son quotidien. Les mouvements collectifs d'associations telles que « *Be-Vouak* », ou encore ceux plus personnels comme la marche d'Idan sur les sentiers de Saint-Jacques, prouvent que la randonnée itinérante peut alors être un outil d'inclusion sociale, notamment de publics sous-présentés en montagne. Cependant ces initiatives restent tout de même minoritaires et ne traduisent pas d'une généralité : la montagne reste un lieu d'entre-soi.

Malgré une pratique souple, s'adaptant à de nombreux critères, certains freins sociaux et sociétaux subsistent, parfois présents dans d'autres contextes, pouvant traduire d'inégalités encore fortes dans nos sociétés. Des pistes d'action existent, des projets solidaires se mettent en place, des opportunités s'offrent à la pratique pour qu'elle puisse toucher d'autres cibles et d'autres publics, mais une réalité persiste : la randonnée itinérante n'est pas une pratique accessible à tous·tes.

Enfin, la troisième hypothèse était formulée de manière à ce que l'on puisse définir l'impact économique de la randonnée pédestre itinérante, et si elle peut être un levier de développement pour les territoires.

La randonnée pédestre itinérante s'inscrit pleinement dans les évolutions actuelles du tourisme de montagne. Dans les Pyrénées elle participe à la diversification d'un modèle historiquement tourné vers les sports d'hiver. Ce modèle connaît aujourd'hui un tournant : avec un enneigement de plus en plus irrégulier et des saisons de ski parfois plus courtes, le tourisme estival prend davantage d'importance. Les fortes chaleurs estivales peuvent également renforcer l'attractivité de la montagne, recherchée pour des températures plus fraîches. En Corse la situation est différente. L'économie touristique est déjà fortement dépendante de la saison estivale et la randonnée itinérante participe à cette dynamique. En effet, l'activité liée à cette pratique reste faible en hiver et se concentre principalement durant l'été, où elle a connu un nouvel élan notamment depuis la crise sanitaire en raison de sa proximité géographique et son accessibilité.

Malgré ces deux modèles touristiques différents, la randonnée itinérante participe dans les deux territoires au développement local. La présence de sentier GR sur ces territoires renforcent l'attractivité et permettent de valoriser des espaces ruraux et montagnards parfois isolés. Cette fréquentation génère des retombées économiques pour les refuges, les hébergements, les commerces, les restaurants ou encore les transports. Elle contribue également au maintien d'emplois et de services nécessaires au fonctionnement de l'itinérance. La randonnée peut ainsi soutenir l'activité économique locale et faire bénéficier les territoires traversés.

Toutefois ces retombées restent variables et mal réparties. Une forte fréquentation n'est pas forcément synonyme d'un fort développement local puisque certains territoires profitent d'un flux touristique plus important que d'autres, creusant des inégalités déjà présentes. Ces bénéfices sont aussi variables selon les pratiques des randonneur·euses et leur niveau de consommation sur le territoire.

Aujourd'hui, le principal enjeu des montagnes françaises réside dans leur capacité à attirer un noyau de population y résidant à l'année. En effet, les massifs sont de plus

en plus touchés par un phénomène de « gentrification », et en particulier les Pyrénées et la Corse. L'attractivité touristique de la montagne et le cadre de vie qu'elles peuvent offrir, notamment en prévision d'épisodes caniculaires de plus en plus fréquents, attirent de nouveaux publics investissant dans des résidences secondaires, occupées plus ou moins longtemps chaque année. L'offre de AirBnB et autres locations à courte durée est alors plus importante en raison d'une offre réduite de locations à l'année, et l'explosion des activités de pleine nature en montagne, dont la randonnée, en est l'une des causes. Cependant, il est nécessaire pour ces territoires d'attirer ce noyau de population permanente afin de combler une dépendance aux saisonnalités touristiques, et ainsi construire une montagne habitable et vivable pour toutes et tous, habitant·es comme touristes, reposant sur des principes d'équité et de durabilité.

Ainsi, la randonnée pédestre itinérante est un outil de développement local, notamment via la présence de sentiers GR, et participe pleinement à l'économie des territoires. En fonction des régions, les retombées qu'elle amène peuvent être plus ou moins réparties équitablement en fonction des communes et de leurs atouts et offres touristiques, mais l'itinérance favorise tout de même le passage au sein de villages isolés, offrant ainsi un certain flux touristique, qui reste à nuancer. Cependant, ce sont les modèles économiques et touristiques des montagnes françaises qui doivent aujourd'hui être repensés, afin de rendre les montagnes habitables durablement et économiquement, en diversifiant les retombées économiques. Cela peut notamment se faire grâce à la présence d'un noyau de population locale plus important, et à une valorisation des compétences et des services.

1.2 - Réponse à la problématique :

Avec l'ensemble des éléments exposés, il est difficile d'affirmer que la randonnée pédestre itinérante repose réellement et complètement sur les trois piliers du développement durable.

Malgré une pratique considérée comme « douce » et sans impacts au premier abord, les faits montrent que l'itinérance peut avoir des impacts directs et indirects

sur les milieux naturels, pouvant parfois aller jusqu'à l'altération de ces derniers lorsqu'il y a une trop forte pression. Les entités protectrices, et notamment celles présentes sur les territoires étudiés (PN des Pyrénées et PNR de Corse), mènent différentes actions et missions afin de répondre à leurs objectifs de protection et de conservation des milieux et des espèces. Cependant, ces initiatives rencontrent parfois des freins, qui peuvent notamment être liés aux territoires sur lesquels ils se trouvent et au développement local, économique et touristique auquel aspirent ces derniers.

Or du seul point de vue du développement local et économique des territoires, la randonnée itinérante en est un levier non négligeable. Cette dernière favorise le passage au sein de territoires et communes isolées, amène à consommer localement et entraîne des retombées directes et indirectes conséquentes.

Par ailleurs, l'essor que connaissent les montagnes françaises au cours des dernières années en raison des aléas climatiques ainsi que du cadre de vie qu'elles offrent, et l'explosion des pratiques de pleine nature, dont la randonnée en itinérance, ont comme conséquence le phénomène de gentrification de la montagne. Les villages font de plus en plus face à une occupation partielle en raison de l'augmentation de la part de résidences secondaires et de locations courte durée (phénomène de « *airbnbisation* »). De ce fait, certaines communes ont du mal à attirer un noyau dur de population permanente, et dépendent en partie des fortes saisonnalités hivernales et estivales. La montagne est donc difficilement accessible pour les publics souhaitant s'y installer de manière permanente en raison des forts enjeux d'accueil touristique.

Elle fait également face à un enjeu d'accessibilité sociale. La pratique de la randonnée en montagne demande une certaine organisation, et l'accès à certains massifs peut parfois être coûteux. La pratique de la randonnée en itinérance a un coût puisqu'elle exige des équipements spécifiques si l'autonomie est recherchée, ou amène à fréquenter et consommer dans les refuges et autres lieux adaptés. C'est une activité de loisir qui demande certaines conditions, ne pouvant pas être réunies par tous·tes, et cela s'observe dans l'homogénéité des publics fréquentant les

montagnes. Cette pratique peut certes favoriser la socialisation dans certains cas, mais favorise également l'entre-soi.

Pour l'ensemble de ces raisons, la randonnée pédestre itinérante n'est pas encore une pratique durable à proprement parler, même si elle tend à l'être. La durabilité de cette pratique réside dans la volonté des randonneur·euses à être actif·ive et à s'engager lors de leurs excursions, en favorisant une consommation locale, en prenant en compte les enjeux écologiques des territoires et en s'essayant à respecter l'environnement. Cependant, cela demande une certaine sensibilisation et responsabilisation des nouveaux publics fréquentant la montagne, rôle que les parcs nationaux et naturels régionaux occupent. De nombreuses autres initiatives collectives et personnelles voient le jour afin de rendre la montagne et la randonnée itinérante accessibles à tout le monde. La randonnée itinérante ne peut donc pas être considérée aujourd'hui comme une pratique pleinement durable mais elle peut tendre vers un modèle plus respectueux des trois piliers en poursuivant l'amélioration des dispositifs déjà mis en place et en développant de nouvelles pistes permettant de mieux concilier préservation de l'environnement, inclusion sociale et développement économique local.

2 - Limites et freins des analyses :

L'ensemble des travaux menés lors de ces deux années de recherches ont rencontré certains freins et limites influençant de manière plus ou moins marquée les résultats et biais d'analyse. Ces faits ont parfois relevé de notre responsabilité, mais ont aussi pu être indépendants de notre volonté.

Premièrement, les observations sur le terrain sont à nuancer. Un grand nombre de ces observations ont pu être réalisées dans le cadre des différents stages respectifs ainsi que sur des temps personnels, mais ils n'ont que rarement été réalisés dans le seul objectif de constat et d'analyse de situations. Ces derniers relèvent davantage d'expériences directes et de faits marquants retenus, mais découlent rarement d'une méthodologie claire appliquée lors de ces sorties.

Le questionnaire peut également faire l'objet d'une prise de recul et d'une analyse. Malgré un taux de réponses assez élevé pour estimer les résultats pertinents, l'échantillonnage ne permet pas de retranscrire réellement des données « scientifiques » nationales. Cependant, ce constat peut être nuancé en précisant que les tranches d'âge les plus représentées correspondent aux publics cibles de la pratique étudiée, à savoir la randonnée pédestre itinérante. Pour autant, cela peut être considéré comme une limite à prendre en compte lors de ces analyses, et c'est aussi pour cette raison qu'il y a eu la volonté d'étoffer les recherches et argumentaires grâce à de nombreuses lectures et divers articles, qu'ils soient scientifiques ou non, afin de compenser ce biais.

La méthode de distribution du questionnaire et le choix des outils de diffusion représente également une limite pour cette enquête. En effet, après avoir analysé les résultats de celui-ci, le taux de personnes pratiquant la randonnée en itinérance était majoritairement supérieur à celles n'indiquant la pratiquer qu'à la journée. Ce constat n'est pas représentatif de la réalité, comme cela a été souligné dans le corps de ce mémoire, et les méthodes de diffusion ont pu influencer ces données. En effet, les opportunités respectives de stages (notamment en agences de voyages spécialisées dans l'organisation de séjours de randonnée) ont permis de diffuser ce questionnaire, et le milieu répondant venait « biaiser » les résultats. Pour pouvoir rattraper cela, ce même questionnaire à ensuite été partagé sur les réseaux sociaux et notamment sur Linkedin, et d'autres structures telles que la FFRP et le Réseau des Grands Itinéraires Pédestres (dépendant de la FFRP) ont été sollicités. Il n'y a cependant pas eu autant de retours qu'espéré, et le taux de répartition entre pratiquant·es d'itinérance et non-pratiquant·es est resté sensiblement le même. Le pôle « scolarité » de l'ESTHUA a aussi été sollicité afin d'appuyer la large diffusion de ce questionnaire à l'ensemble des formations, mais ce dernier n'a pas été transmis, alors qu'il aurait permis d'avoir un taux de retours non négligeable, permettant peut-être de pondérer ces résultats.

Ce constat peut s'appliquer aux entretiens qualitatifs. La méthodologie de ces derniers n'est pas remise en question, et paraît tout à fait pertinente afin de récolter divers témoignages des terrains d'étude respectifs, tout en conservant un fil directionnel commun. La limite réside dans l'obtention de témoignages et les taux de

réponse aux demandes d'entretien auprès d'acteurs divers de ces territoires. Certaines personnes ont été difficiles à contacter malgré des relances par appels ou par mails, et il n'a malheureusement pas été possible de réaliser l'ensemble des entretiens souhaités.

BIBLIOGRAPHIE

- **MARSAT Jean-Bernard**, décembre 2014, « *L'action des Parcs naturels régionaux (PNR) pour un tourisme durable* », Revue Francophone du Développement Durable, hors série n°2, *https://agris.fao.org/search/en/providers/122439/records/6474719e79cbb2c2c1b1dcc9*

- **COSSON Arnaud**, juin 2018, « *Parcs naturels régionaux et parcs nationaux : convergences d'aujourd'hui et défis communs pour demain. Regard d'un sociologue sur les chartes.* », Colloque « *regards croisés entre chartes de parcs nationaux et de parcs régionaux* », *https://hal.science/hal-01819269/*

- **GUÉGUEN Alain**, 2006, « *Sport, environnement, développement durable : l'exemple de la randonnée pédestre* », Les Cahiers de l'INSEP, n°37, Sport, environnement et développement durable, p. 257-262, *https://www.persee.fr/doc/insep_1241-0691_2006_num_37_1_1936*

- **CRISTACHE Mariana**, 2006, « *Randonnée et développement durable à la Fédération française de la randonnée pédestre : le réseau Éco-veille®* », n°3, Territoire en mouvement, p. 67-69, *https://journals-openedition-org.buadistant.univ-angers.fr/tem/355*

- **CLARIMONT Sylvie**, juin 2013, « *La patrimonialisation des espaces naturels en débat : la réforme du Parc national des Pyrénées (France)* », Hors série n°16, Vertigo : La revue électronique en science de l'environnement, *https://journals.openedition.org/vertigo/13549*

- **BABAYAN Nelli**, 2014-2015, « *Le développement et la valorisation de l'itinérance de la randonnée dans le Parc naturel régional des Grands Causses* », Centre universitaire de formation et de recherche Jean François Champollion Rodez, p. 44–46, *https://www.calameo.com/books/004393421ae712c438b3a*

- **SIAU Véronique**, 30 septembre 2010, « *Tourisme, sports de nature et développement durable : une opportunité pour l'attractivité des territoires ruraux – Un éclairage par l'analyse identitaire du territoire Millau Grands Causses* » dans **BATAILLOU C.**, « *Tourismes patrimoines identités territoires* », Éditions PU Perpignan, p. 401-418, *https://books.openedition.org/pupvd/34459*

- **ROBIN Guillaume**, 3 juillet 2014, « *La randonnée sociale en Allemagne (1900-1933) ou les prémices du concept d'éco-responsabilité dans les sports de pleine nature ?* » dans **BOUNEAU C.**, **SABATIER F.**, **CALLEDE J-P.**, « *Sport, nature et développement durable: Une question de génération ?* » Éditions MSHA, p. 67-78, *https://books.openedition.org/msha/3397#anchor-completeplan*

- **NEPAL Sanjay K.**, 1 mai 2002, « *Mountain Ecotourism and Sustainable Development* », n°22, Mountain Research and Development, p. 104-109, *https://bioone.org/journals/mountain-research-and-development/volume-22/issue-2/0276-4741_2002_022_0104_MEASD_2.0.CO_2/Mountain-Ecotourism-and-Sustainable-Development/10.1659/0276-4741(2002)022[0104:MEASD]2.0.CO;2.full*

- **BARNA Radu Cristian**, 14 janvier 2021, « *Les randonneurs itinérants de la haute montagne pyrénéenne : quelles représentations pour quelles pratiques ?* », n°108-3, Journal of Alpine Research / Revue de géographie alpine, p. 1-13,

https://journals.openedition.org/rga/7402

- **WINTER Patricia L.**, **SELIN Steven**, **CERVENY Lee** and **BRICKER Kelly**, 20 décembre 2019, « *Outdoor Recreation, Nature-Based Tourism, and Sustainability* », Sustainability, vol. 12, n° 81, p. 1-12, *www.mdpi.com/journal/sustainability*

- **SACAREAU Isabelle**, 1994, « *Guides, porteurs et agences de trekking du Népal : étude géographique du tourisme himalayen et de sa dynamique socio-spatiale* », Thèse de doctorat sous la direction de **DOLLFUS Olivier**, Université Paris VII, *https://theses.fr/1994PA070050*

- **DUCHEZ Marion**, 7 août 2021, « *Pratiquer la randonnée itinérante : entre parcours individuels et injonction sociale à la santé et au bien-être* », Département Management du Sport, Le Touriste Scientifique Revue n°2, Université de Montpellier, *https://managementsport.edu.umontpellier.fr/2021/08/07/pratiquer-la-randonnee-itinerante-entre-parcours-individuels-et-injonction-sociale-a-la-sante-et-au-bien-etre/*

- **TUPPEN John**, **LANGENBACH Marc**, 2021, « *Les territoires touristiques et sportifs en transition* », Géocarrefour, vol. 95, n°2, OpenEdition Journals, *https://journals.openedition.org/geocarrefour/19448*

- **FRANCOU Lucas**, **SAUJOT Mathieu**, **BET Marion**, 30 juin 2025, « *Vers un pivot majeur de l'écologie ?* », Parlons Climat & IDDRI, *https://www.parlonsclimat.org/_files/ugd/f1dbcf_72a524f096fe4e2891c51431b6409acc.pdf*

- **CORNELOUP Jean**, 2005, « *La place du marché dans le fonctionnement des loisirs sportifs de nature* », Teoros, n° 24, tome 1, OpenEdition Journals, p. 55-61, *https://journals.openedition.org/teoros/1528*

- **Direction Régionale et Départementale de la Jeunesse et des Sports de Rhône-Alpes**, 2008, « *Étude expérimentale de l'impact socio-économique des sports de nature sur des micro- territoires Rhônalpins* », DRDJS Rhône-Alpes, Lyon, 50 p., *https://www.parcs-naturels-regionaux.fr/sites/federationpnr/files/document/centre_de_ressources/archive_avant_2016/142505/s/synthese_regionalesocioeco.pdf*

- **Fédération Française de Randonnée Pédestre**, Rapport d'enquête 2024, « *Les impacts des pratiques de la randonnée pédestre et activités connexes sur la biodiversité* », FFRP, Paris, 115 p., *https://ffrandonnee-my.sharepoint.com/personal/vlecurieux_ffrandonnee_fr/_layouts/15/onedrive.aspx?id=%2Fpersonal%2Fvlecurieux%5Fffrandonnee%5Ffr%2FDocuments%2FEtude%20d%27impact%2Frapport%5Fenquete%5Fvf%2Epdf&parent=%2Fpersonal%2Fvlecurieux%5Fffrandonnee%5Ffr%2FDocuments%2FEtude%20d%27impact&ga=1*

- **BOURLON Fabien**, 2020, « *Quel tourisme pour les confins de nature dans un monde en crise ?* », Téoros, n°39, tome 3 « Le tourisme avant et après la COVID-19 », OpenEdition Journals, *https://journals.openedition.org/teoros/5572*

- **KNAFOU Rémy**, 2021, « *Réinventer le Tourisme : sauver nos vacances sans détruire le monde* », Paris, Éditions du Faubourg, 128 p., *https://journals.openedition.org/confins/36698?lang=pt*

- **MONTAGNÉ Jean-Noël**, 27 août 2023, « *La gentrification de la montagne* », Esprit d'escalier, Le Sauvage, *https://www.lesauvage.org/2023/08/la-gentrification-de-la-montagne/*

- **FOURQUET Jérôme**, **MANTERNACH Sylvain**, **TEGNY Chloé**, octobre 2025, « *Tourisme 2.0 : anatomie de la France Airbnb* », Institut Terram, p. 14 et 31, *https://institut-terram.org/wp-content/uploads/2025/10/IT_ETUDE-00017_TOURISME2.0_FR_2025-11-10_w.pdf*

- **FERREIRA Gherda**, 1998, « *Environmental Education through Hiking: a qualitative investigation* », Education Research, p. 177-185, *https://sci-hub.red/storage/moscow/2245/cea08c3f9a8abed289c589a4aec8db59/ferreira1998.pdf#navpanes=0&view=FitH*

- **HOIBIAN Olivier**, 2020, « *Les usagers des refuges : terra incognita de la fréquentation de la montagne ? Étude sur les refuges des Pyrénées centrales en haute saison touristique* », Sud Ouest Européen, p. 47-64, *https://journals.openedition.org/soe/6751*

- **LUM C.S.**, **KEITH Samuel J.** et **SCOTT David**, 2019, « *The long-distance hiking social world along the Pacific Crest Trail* », Journal of Leisure Research, *file:///C:/Users/Benoit/Downloads/ThelongdistancehikingsocialworldalongthePacificCrestTrail.pdf*

- **MERCKLE Pierre**, **MORALDO Delphine**, **DATCHARY Caroline**, **TUDOUX Benoît**, 2024, « *La montagne (s)élective : Proximité spatiale et distance sociale autour des refuges* », Journal of Alpine research / Revue de géographie alpine, vol 112, n°3, *file:///C:/Users/Benoit/Downloads/La_montagne_selective_Proximite_spatiale_et_distan.pdf*

- **GENARD Candice**, 2019-2020, « *Réseaux sociaux et influence : modification des flux touristiques et de l'environnement naturel en montagne* », Mémoire de 1ère année, Université de Toulouse, *file:///C:/Users/Benoit/Downloads/candice.genard_master1.pdf*

- **DEPARTEMENT DES PYRENEES ORIENTALES**, 2024, « *Rapport 2024 sur la situation en matière de développement durable du Département des Pyrénées-Orientales* », *https://www.ledepartement66.fr/wp-content/uploads/2025/01/RDD_2024_VF.pdf?utm_*

- **ATOUT FRANCE**, 2025, « *Destination de montagnes* », *file:///C:/Users/Benoit/Downloads/Destination%20de%20montagnes.pdf*

- **ATOUT FRANCE**, 2024, « *Baromètre Montagne 2024, Les Français à la montagne l'été*», https://www.atout-france.fr/sites/default/files/2025-07/Barom%C3%A8tre%20Atout%20France%20-%20Les%20Fran%C3%A7ais%20%C3%A0%20la%20montagne%20en%20%C3%A9t%C3%A9.pdf

WEBOGRAPHIE

- https://www.ffrandonnee.fr/la-federation/qui-sommes-nous/notre-histoire?q=d%C3%A9finition&docid=6905
- https://www.ecologie.gouv.fr/
- https://www.insee.fr/fr/metadonnees/definition/c1644
- https://agris.fao.org/search/en/providers/122439/records/6474719e79cbb2c2c1b1dcc9
- https://hal.science/hal-01819269/
- https://www.persee.fr/doc/insep_1241-0691_2006_num_37_1_1936
- https://journals-openedition-org.buadistant.univ-angers.fr/tem/355
- https://journals.openedition.org/vertigo/13549
- https://www.calameo.com/books/004393421ae712c438b3a
- https://books.openedition.org/pupvd/34459
- https://books.openedition.org/msha/3397#anchor-completeplan
- https://bioone.org/journals/mountain-research-and-development/volume-22/issue-2/0276-4741_2002_022_0104_MEASD_2.0.CO_2/Mountain-Ecotourism-and-Sustainable-Development/10.1659/0276-4741(2002)022[0104:MEASD]2.0.CO;2.full
- https://journals.openedition.org/rga/7402
- www.mdpi.com/journal/sustainability
- https://www.lemonde.fr
- https://www.corsematin.com
- https://www.insee.fr/fr/statistiques/2381474
- https://www.pyrenees-parcnational.fr/fr
- https://www.pyrenees-parcnational.fr/fr/des-decouvertes/les-vallees-du-parc-national/cartographie-du-parc-national-des-pyrenees
- https://www.pnr.corsica/
- https://www.synonymo.fr/synonyme/site
- https://chatgpt.com/
- https://media.fff.fr/uploads/documents/statistiques-licences-2024-2025.pdf
- https://www.fff.fr/80-le-budget-et-les-chiffres-cles.html
- https://sopelmarclubsocial.com/sport/materiel-sportif-club-budget-reduit/#:~:text=Le%20football%20amateur%20illustre%20bien,et%20trousses%20de%20premiers%20secours.
- https://www.larepubliquedespyrenees.fr/sport/quels-sont-les-sports-qui-comptent-le-plus-de-licencies-en-france-26314589.php

- https://www.lequipe.fr/Guide-d-achat/Actualites/Tennis-quel-budget-prevoir-pour-s-equiper-en-2024/1480954

- https://www.mongr.fr/sinspirer/projet-solidaire/handi-cap-evasion-avec-esprit-rando-la-montagne-pour-tous-sans-limites

- https://injep.fr/publication/comment-lapres-covid-stimule-lelan-sportif-des-francais/

- https://www.anses.fr/fr/content/manque-dactivite-physique-et-exces-de-sedentarite-une-priorite-de-sante-publique

- https://www.statistiques.developpement-durable.gouv.fr/transport-de-voyageurs-selon-les-modes#:~:text=Le%20transport%20int%C3%A9rieur%20de%20voyageurs,collectifs%20routiers%20est%20de%205%20%25.

- https://www.santemagazine.fr/beaute-forme/sport/marche-velo-jogging/les-nombreux-bienfaits-de-la-randonnee-1118285

- https://www.ffrandonnee.fr/s-informer/actualites/compostelle-rencontres-marcher-pour-guerir

- https://www.chemin-stevenson.org/decouvrez-le-chemin-de-stevenson-gr70/

- https://www.ffrandonnee.fr/s-informer/actualites/les-nombreux-bienfaits-de-la-randonnee

- https://www.greeniz.fr/actualites/216-vacances-dete-quel-budget-pour-les-francais-2025#:~:text=Un%20budget%20moyen%20autour%20de%20100%20euros%20par%20jour,-Si%20partir%20en&text=qu'une%20semaine%20de%20cong%C3%A9s,semaines%20%C3%A0%201%20430%20euros.

- https://www.lechotouristique.com/article/montagne-dete-deux-tiers-des-francais-se-disent-tres-satisfaits-de-leurs-sejours

- https://www.atout-france.fr/fr/actualites/barometre-montagne-multi-saisons-focus-ete

- https://www.lesauvage.org/2023/08/la-gentrification-de-la-montagne/

- https://www.ffrandonnee.fr/s-informer/actualites/la-randonnee-l-activite-preferee-des-francais

- https://www.ffrandonnee.fr/s-informer/actualites/la-randonnee-interdite-a-ustou-ariege-a-cause-des-ours

- https://www.sciencesetavenir.fr/nature-environnement/ours-randonnee-interdite-estives-sous-haute-surveillance-a-ustou_146045

- https://www.lemonde.fr/planete/article/2025/08/31/chaque-personne-qui-passe-a-proximite-du-nid-est-une-source-de-derangement-dans-le-vercors-la-delicate-cohabitation-entre-biodiversite-et-sports-de-pleine-nature_6637901_3244.html

- https://www.ouest-france.fr/leditiondusoir/2025-11-07/voici-la-pratique-tres-repandue-qu-il-faut-absolument-abandonner-lors-d-une-randonnee-b766695e-7473-49a9-94c3-455ba1fb9c69

- https://www.pnr-queyras.fr/bivouac/

- https://vanoise-parcnational.fr/fr/actualites/baignade-lacs-vanoise

- https://pyrenees-parcnational.fr/fr/actualites/interdiction-de-baignade-et-dactivites-aquatiques-en-reserve-du-neouvielle

- https://journals.openedition.org/soe/6751

- https://dante.univ-tlse2.fr/access/files/original/d4d0007e731821c86eac0987ea93bba84c3f0d44.pdf
- https://www.ensci.com/fileadmin/content_uploads/site_web_2016_2018/wink_memoire.pdf
- https://www.lecese.fr/sites/default/files/pdf/Avis/2014/2014_23_tourisme_developpement_durable.pdf
- https://journals.openedition.org/vertigo/4575
- Réussir son expérience en refuge - Limiter son impact environnemental # 3
- https://www.brut.media/fr/videos/environnement/nature-voyage/les-randonnees-zero-carbone-pour-voyager-sans-impact-sur-la-planete
- https://www.leparisien.fr/societe/resister-a-lurgence-de-notre-epoque-la-randonnee-une-revolution-en-marche-30-05-2025-5Y37BXL7JZF6FOVIR4ZO7XMI6Y.php?ts=1763398277730
- https://pro-tourismeloiret.com/wp-content/uploads/2019/07/Atout-France-Mars-2019-randonnee_pedestre_optimise.pdf
- https://pastoralisme.fr/pastoralisme-en-montagne
- https://fr.wikipedia.org/wiki/Ours_dans_les_Pyr%C3%A9n%C3%A9es
- https://www.youtube.com/watch?v=ITSY48V6REQ
- https://www.hit-radio.fr/news/hautes-pyrenees-5-millions-de-nuitees-le-bilan-du-tourisme-cet-ete-5104
- https://elabe.fr/destinations-estivales-2026/
- https://www.youtube.com/watch?v=N21OoM_5O90
- https://anct.gouv.fr/programmes-dispositifs/avenir-montagnes
- https://www.carnetsderando.net/gr20-mythe-a-realite/
- https://www.ffrandonnee.fr/s-informer/actualites/corse-gr-20-10-ans-apres-le-drame-du-cirque-de-la-solitude
- https://www.ffrandonnee.fr/s-informer/actualites/corse-trop-de-monde-sur-le-gr-20-faut-il-des-quotas
- https://www.ladepeche.fr/2022/09/07/hautes-pyrenees-deux-des-randonnees-les-plus-frequentees-de-france-cet-ete-sont-a-cauterets-10528844.php
- https://www.ladepeche.fr/2020/09/08/un-ete-qui-redonne-des-couleurs-9056197.php
- https://www.corsematin.com/article/societe/5503558576760214/gr20-la-frequentation-est-suffisante-nous-ne-voulons-pas-accueillir-plus-de-monde-sur-ce-sentier
- https://www.franceinfo.fr/decouverte/vacances/loisirs-les-randonnees-ont-le-vent-en-poupe_1574145.html
- https://www.sudouest.fr/environnement/declic/avenir-de-la-montagne/pres-d-un-million-de-visiteurs-par-an-comment-gavarnie-gere-la-bonne-fortune-de-son-celebre-cirque-20648746.php
- https://www.radiofrance.fr/franceculture/podcasts/serie-ma-longue-marche

- https://be-vouak.fr/mission-et-impact/
- https://fr.wikipedia.org/wiki/Pyr%C3%A9n%C3%A9isme
- https://www.pnr.corsica/fr/le-parc/pourquoi-un-parc/un-territoire
- https://www.geo.fr/animaux/quelle-est-la-difference-entre-un-parc-naturel-et-un-parc-national-214439
- https://www.parcs-naturels-regionaux.fr/les-parcs/charte-et-procedure-de-classement/revision-de-charte-tout-savoir
- https://www.insee.fr/fr/statistiques/8991868#onglet-1
- https://www.insee.fr/fr/statistiques/8544726
- https://www.insee.fr/fr/statistiques/4481069
- https://www.pnr.corsica/fr/patrimoine-naturel-culturel/patrimoine-naturel/le-mouflon?utm
- https://www.pnr.corsica/fr/patrimoine-naturel-culturel/patrimoine-naturel/le-gypaete-barbu?utm
- https://www.pnr.corsica/fr/patrimoine-naturel-culturel/patrimoine-naturel/le-cerf?utm
- https://www.pnr.corsica/fr/le-parc/fiche-didentite/une-histoire?utm
- https://www.parcs-naturels-regionaux.fr/corse?utm
- https://www.lpo.fr/decouvrir-la-nature/fiches-especes/fiches-especes/oiseaux/rapaces/balbuzard-pecheur
- https://www.pyrenees-parcnational.fr/fr/le-parc-national-des-pyrenees/la-reglementation-du-parc-national-des-pyrenees?utm
- https://www.pnr.corsica/fr/le-parc/les-institutions/les-organes-de-gestion?utm
- https://www.pnr.corsica/fr/le-parc/fiche-didentite/les-grandes-missions-des-parcs?utm
- https://www.ffrandonnee.fr/s-informer/actualites/rando-pour-tous-lac-de-paladru-isere-22-avril-2026-2?utm
- https://w)w.sciencesetavenir.fr/sante/la-marche-toujours-en-plein-boom-la-rando-seduit-de-plus-en-p=lus-de-femmes_181959
- https://geoconfluences.ens-lyon.fr/glossaire/plan-neige/@@openPDF?uid=e42da4378cd04969917b4643a8ad5122&id=plan-neige
- https://fr.wikipedia.org/wiki/Histoire_des_Hautes-Alpes?utm
- https://www.ffrandonnee.fr/la-federation/action-internationale/projet-desir
- https://draaf.corse.agriculture.gouv.fr/IMG/pdf/5_1_pat_pnrc.pdf?utm
- https://www.ipsos.com/fr-fr/les-francais-plutot-mer-ou-plutot-montagne
- https://www.atout-france.fr/fr/actualites/barometre-montagne-multi-saisons-focus-ete?utm_
- https://www.insee.fr/fr/statistiques/8592999?utm_
- https://anct.gouv.fr/programmes-dispositifs/avenir-montagnes

- *https://www.pyrenees-parcnational.fr/fr/le-parc-national-des-pyrenees/la-reglementation/survols-par-des-aeronefs-motorises?utm*

- *https://www.ladepeche.fr/2020/08/19/hautes-pyrenees-une-lettre-aux-elus-pour-faire-effacer-les-tags-anti-ours-9025627.php*

L'Intelligence Artificielle (IA) a ponctuellement pu être utilisée lors de nos recherches et travaux pour ce dossier de mémoire.

Les différents outils IA utilisés (Chat GPT, Scribens, Deepl) ont été mobilisés pour de la recherche d'informations et de sources, de la correction orthographique, de la traduction et de la reformulation de phrases. À la genèse du projet, l'IA a également pu être utilisée dans un but de cadrage d'objectifs et d'évocations de pistes d'hypothèses en fonction de notre problématique formulée. Voici des exemples de prompts qui ont pu être utilisés :

« *Trouve-moi des alternatives pour les répétitions de ce mot.* »

« *Voici la phrase que j'ai écrite. Peux-tu me donner plusieurs exemples de reformulation.* »

« *Y a-t-il des fautes dans cette phrase ? Si oui, lesquelles* »

« *Aide-moi à trouver des sources supplémentaires sur la question de la randonnée itinérante et de ses enjeux sociaux* »

« *Aide-moi à créer une table des annexes et des figures sur Google Docs* »

« *Peux-tu reformuler ce passage dans un style plus académique* »

« Peux-tu résumer ce passage sur cet article précis »

Il n'y a pas eu recours à l'Intelligence Artificielle pour la partie rédactionnelle de ce mémoire, et aucun des paragraphes n'a été généré par IA. L'ensemble des éléments constituant ce mémoire ont été formulés, réalisés et traités par nos soins, et sont le fruit d'un travail collectif.

TABLE DES FIGURES

Figure n°1 : Randonneur·euses en itinérance dans la vallée du Capcir (Pyrénées-Orientales)..... 11
Figure n°2 : Schématisation de la corrélation entre hypothèses et problématique..... 22
Figure n°3 : Carte du Parc national des Pyrénées..... 28
Figure n°4 : Pic du Vignemale depuis le refuge des Oulettes (vallée de Gaube, Hautes-Pyrénées)..... 29
Figures n°5 & 6 : Gypaète barbu posé en bord de falaise & Isard avec son cabri (de gauche à droite)..... 31
Figure n°7 : Carte du Parc naturel régional de Corse..... 32
Figure n°8 : Pozzines du Val d'Ese dans le PNR de Corse..... 36
Figure n°9 : Balbuzard pêcheur avec une proie entre les serres..... 36
Figure n°10 : Graphique sur l'impact environnemental de la randonnée pédestre..... 43
Figure n°11 : Graphique sur l'état et la fréquentation des sentiers de randonnée..... 46
Figure n°12 : Installation de tentes sur un plateau d'altitude dans le Capcir (Pyrénées-Orientales)..... 50
Figure n°13 : Signalétique d'une zone de quiétude pour le Grand tétras, en face du cirque de Gavarnie (Hautes-Pyrénées)..... 54
Figure n°14 : Graphique sur la connaissance des règles environnementales locales..... 57
Figure n°15 : Jeunes randonneur·euses au départ d'une randonnée (Pyrénées-Orientales).. 62
Figure n°16 : Graphique sur la manière de pratiquer de la randonnée itinérante par les répondant·es..... 65
Figure n°17 : Graphique sur la motivation des rencontres avec les personnes locales..... 65
Figure n°18 : Graphique sur l'accessibilité à la pratique selon les répondant·es..... 68
Figure n°19 : Graphique sur la fréquence de la pratique par les répondant·es..... 70
Figure n°20 : Graphique sur la durée moyenne des séjours des répondant·es..... 71
Figure n°21 : Graphique sur le budget moyen annuel consacré à la pratique par les répondant·es..... 73
Figure n°22 : Graphique sur le budget moyen hebdomadaire consacré durant la pratique par les répondant·es..... 74
Figure n°23 : Graphique sur les motivations des répondant·es à pratiquer l'itinérance..... 77
Figure n°24 : Carte des principaux sentiers GR de France métropolitaine..... 91
Figure n°25 : Graphique sur les sentiers GR les plus connus par les répondant·es..... 92
Figure n°26 : Cartographie comparée des locations Airbnb et des résidences secondaires dans l'Hexagone (2024)..... 94
Figure n°27 : Tags anti-ours sur une route près d'Argelès-Gazost (Hautes-Pyrénées) 100
Figure n°28 : Graphique sur la consommation locale selon les répondant·es..... 102

TABLE DES ANNEXES

Annexe n°1 : Résultats du questionnaire « Google Form » :.....1

Annexe n°2 : Entretien avec Nicolas LAFEUILLADE (PN des Pyrénées) :..... 16

Annexe n°3 : Entretien avec Gonzalo LOPEZ (La Balaguère et ancien AMM) :..... 22

Annexe n°4 : Entretien avec Pascale SIRAT (habitante d'une commune du PNP) : 27

Annexe n°5 : Entretien avec Marine LALLIER (Corsica Aventure) :..... 32

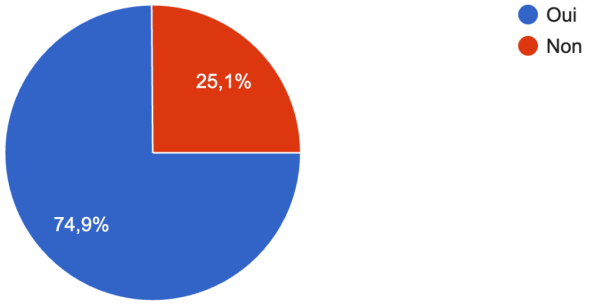
Annexe n°6 : Entretien avec Alizée VISCONTI (AMM en Corse et Alpes) :..... 36

Annexe n°7 : Entretien avec un agent du PNR de Corse :..... 40

Annexe n°1 : Résultats du questionnaire « Google Form » :

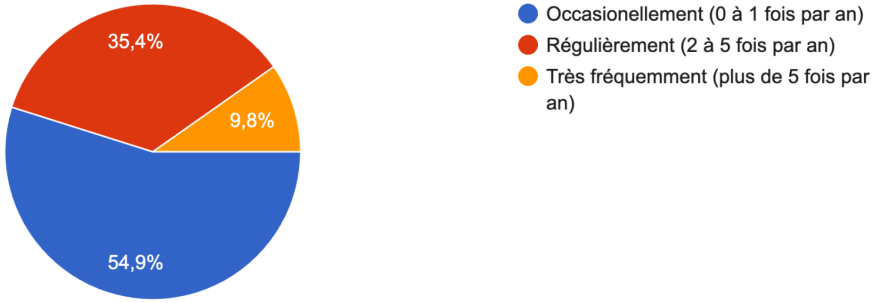
1 - Avez-vous déjà pratiqué de la randonnée itinérante ?

219 réponses



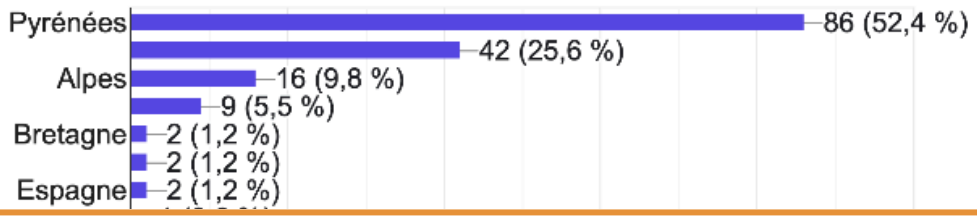
2 - À quelle fréquence randonnez-vous en itinérance ?

164 réponses



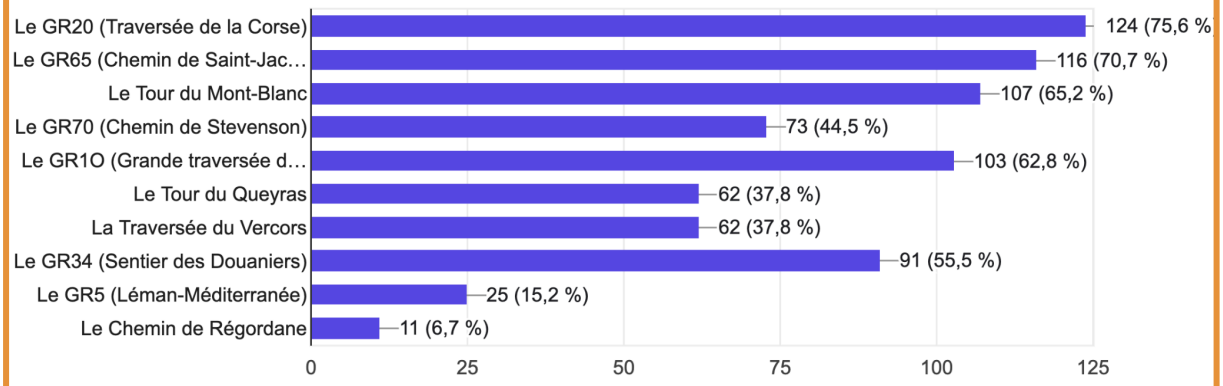
3 - Avez-vous déjà effectué une ou plusieurs randonnées itinérantes dans les lieux proposés ci-dessous ?

164 réponses



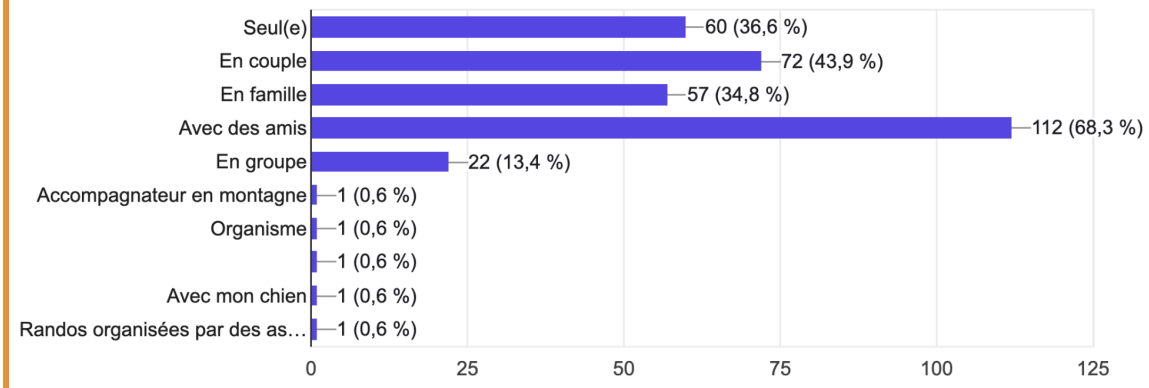
4 - Quelles randonnées itinérantes connaissez-vous en France parmi celles proposées :

164 réponses



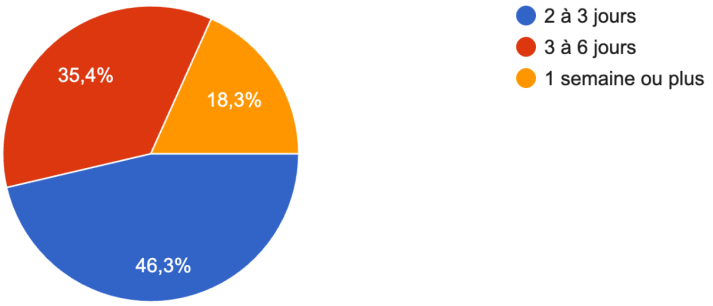
5 - Pratiquez-vous la randonnée itinérante :

164 réponses



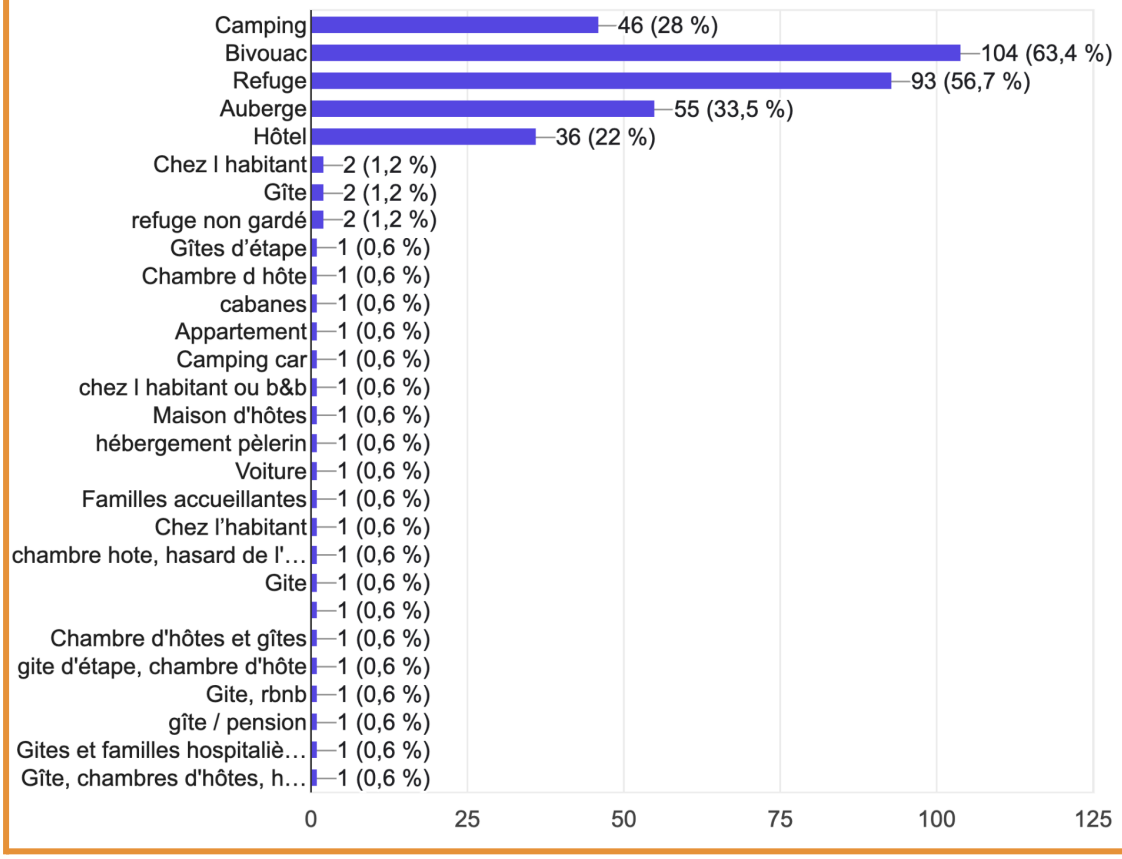
6 - Quelle est la durée moyenne de vos randonnées itinérantes ?

164 réponses



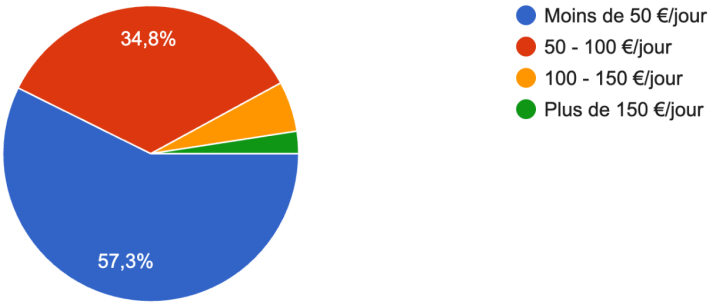
7 - Quels modes d'hébergement utilisez-vous en itinérance ?

164 réponses



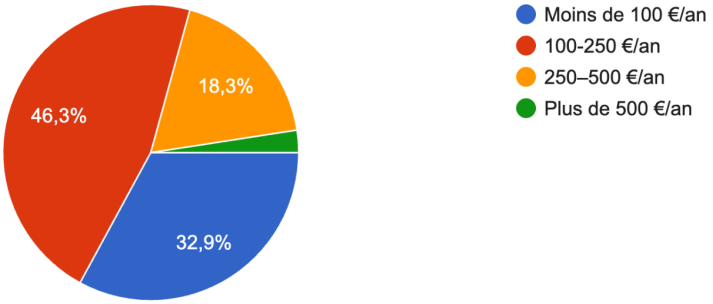
8 - Quel budget moyen consacrez-vous pour une randonnée itinérante ? (en comptant l'hébergement, la nourriture et les possibles suppléments)

164 réponses



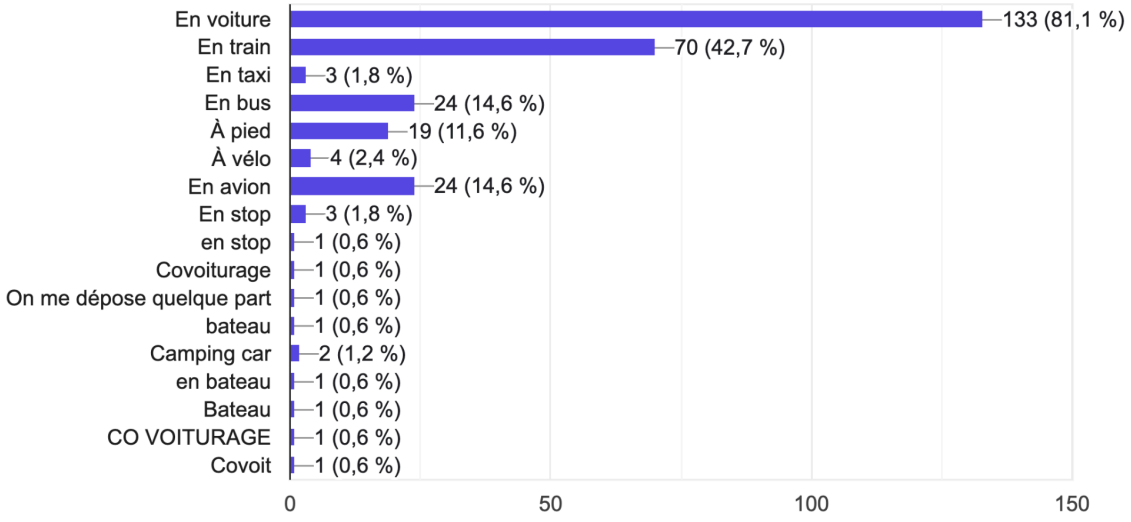
9 - Quel budget moyen annuel consacrez-vous ou avez-vous consacré à l'achat d'équipements de randonnée itinérante ?

164 réponses



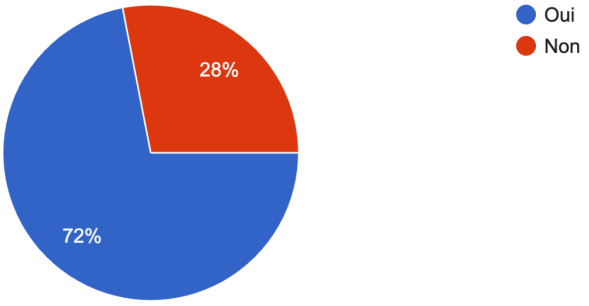
10 - En général, comment vous rendez-vous au point de départ d'une randonnée itinérante ?

164 réponses



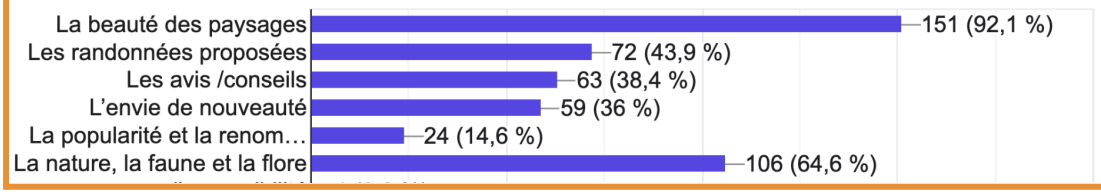
11 - La randonnée pédestre itinérante vous semble-t-elle accessible financièrement à tous ?

164 réponses



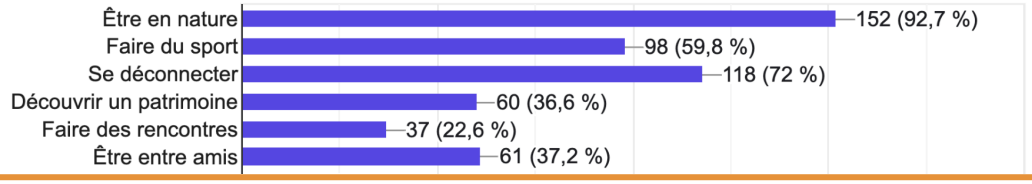
12 - Sur quels critères vous basez-vous lorsque vous choisissez une destination de randonnée itinérante ?

164 réponses



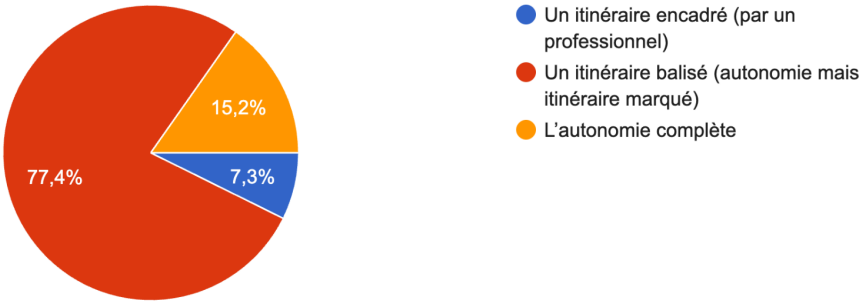
13 - Quelles sont vos principales motivations pour randonner ?

164 réponses



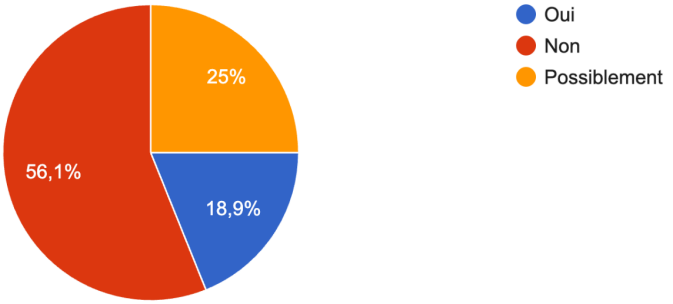
14 - Préférez-vous :

164 réponses



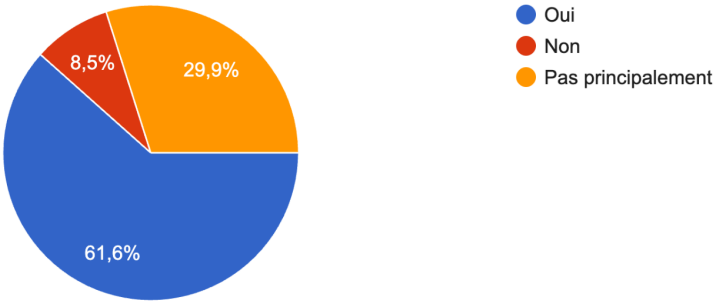
15 - Êtes-vous attiré(e) par des séjours organisés (avec accompagnement, portage, repas, réservations) ?

164 réponses



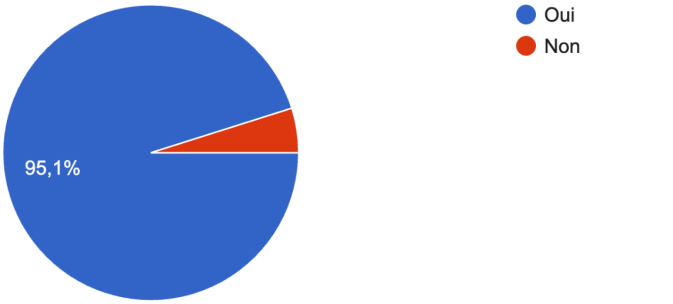
16 - La rencontre avec des habitants locaux est-elle une motivation pour vous ?

164 réponses



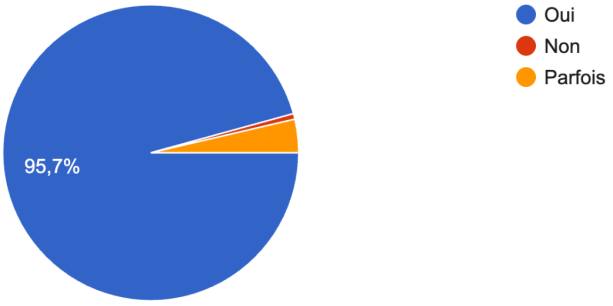
17 - Êtes-vous sensible à l'impact environnemental de votre pratique ?

164 réponses



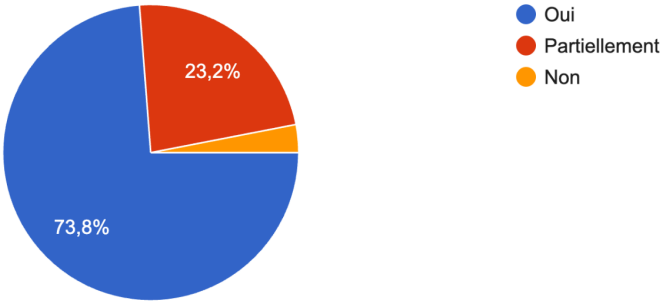
18 - Ramenez-vous toujours vos déchets (organiques et emballages) ?

164 réponses



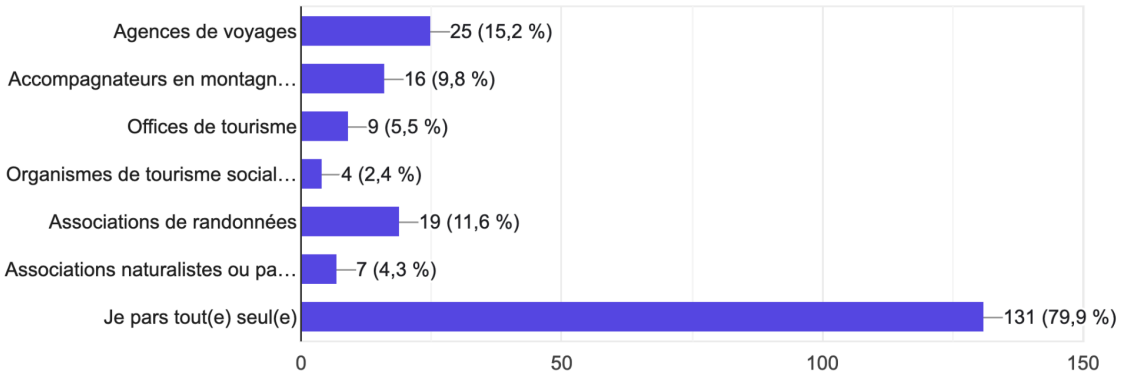
19 - Êtes-vous informé(e) des règles environnementales locales ? (ex : interdiction de bivouac, feux, zones protégées)

164 réponses



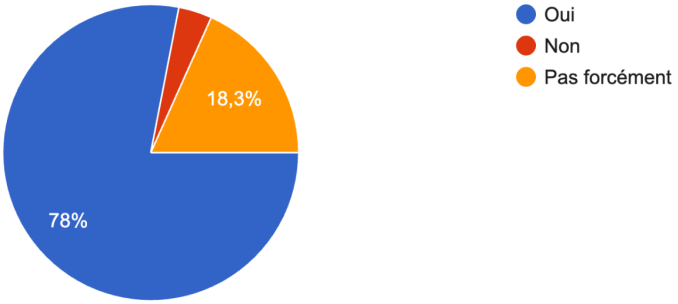
20 - Partez-vous en randonnée itinérante grâce ou via des structures extérieures ? Si oui, lesquelles parmi les choix proposés ?

164 réponses



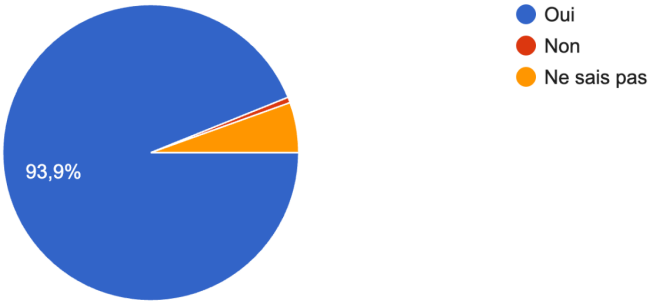
21 - Selon vous, est ce que l'aspect itinérant d'une randonnée peut être un plus par rapport à des randonnées journalières ?

164 réponses



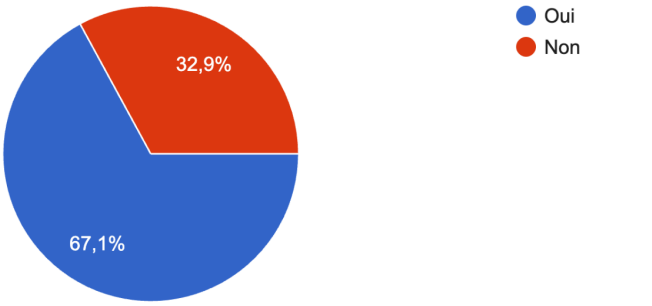
22 - Pensez-vous que la randonnée itinérante peut contribuer au développement touristique d'un territoire rural ?

164 réponses



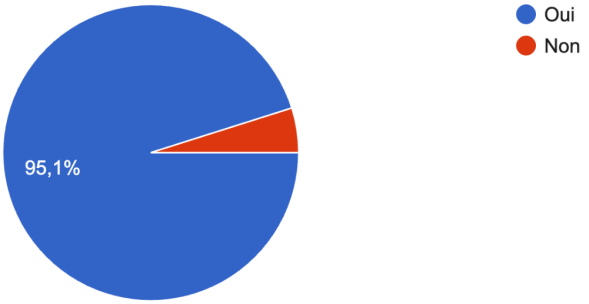
23 - Avez-vous déjà découvert un ou plusieurs lieux méconnus grâce à la randonnée itinérante ?

164 réponses



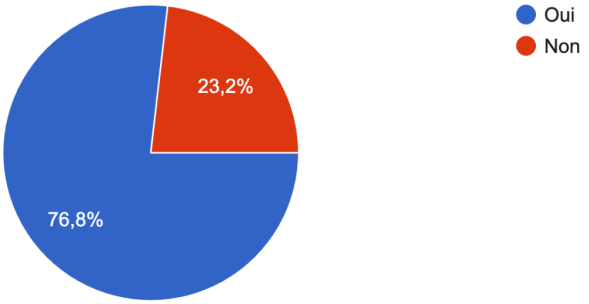
24 - Avez-vous consommé localement pendant votre randonnée itinérante ? (produits, hébergement, artisanat...)

164 réponses



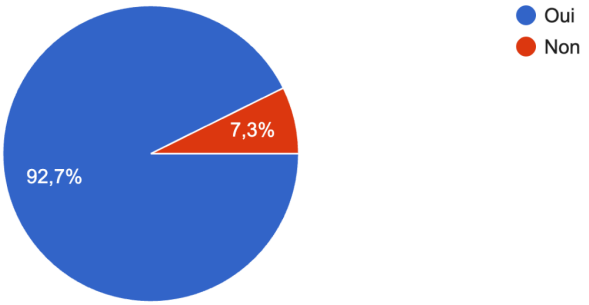
25 - Avez vous déjà pratiqué une randonnée itinérante sur un sentier GR (Grande Randonnée) ?

164 réponses



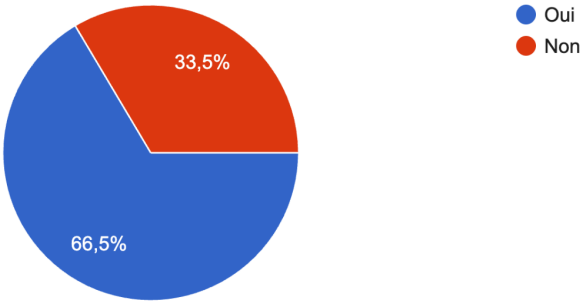
26 - Pensez-vous que la randonnée pédestre peut avoir un impact environnemental sur la biodiversité ?

164 réponses



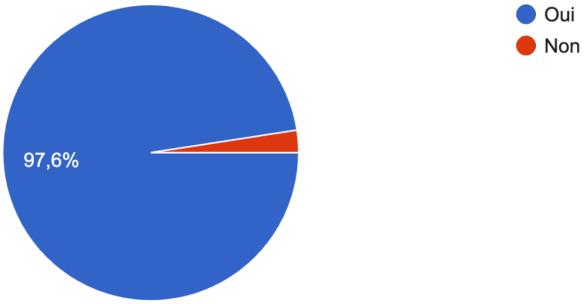
27 - Avez-vous observé des dégradations ou une surfréquentation sur les sentiers empruntés ?

164 réponses



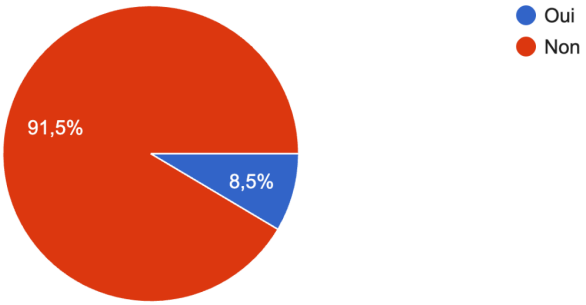
28 - Pensez-vous que des entités protectrices telles que les Parcs Nationaux et Régionaux ou encore les réserves naturelles ont un impact sur la ...ection du patrimoine naturel culturel et paysager ?

164 réponses



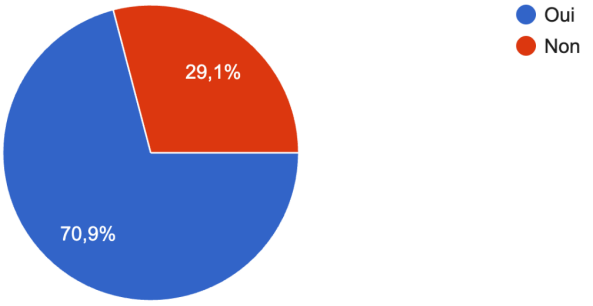
29 - Pensez-vous que ce type d'entités puissent être un frein au développement et à l'économie d'un territoire ?

164 réponses



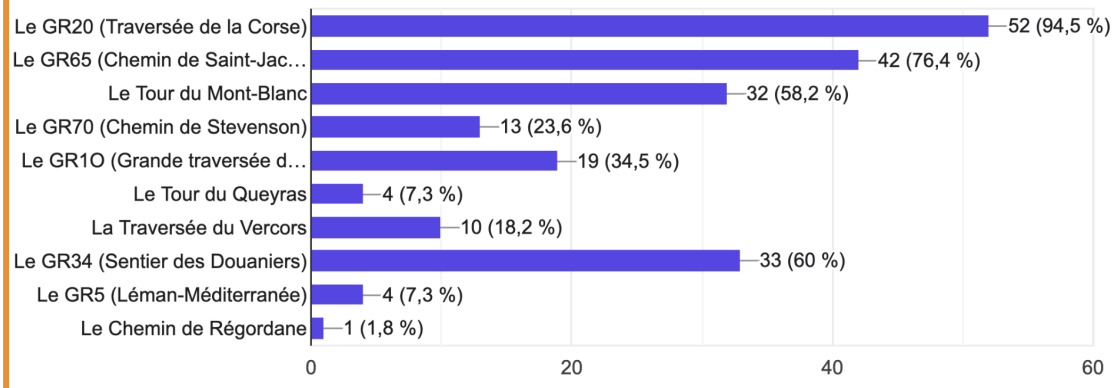
3 - Avez-vous déjà envisagé de faire une randonnée de plusieurs jours ?

55 réponses



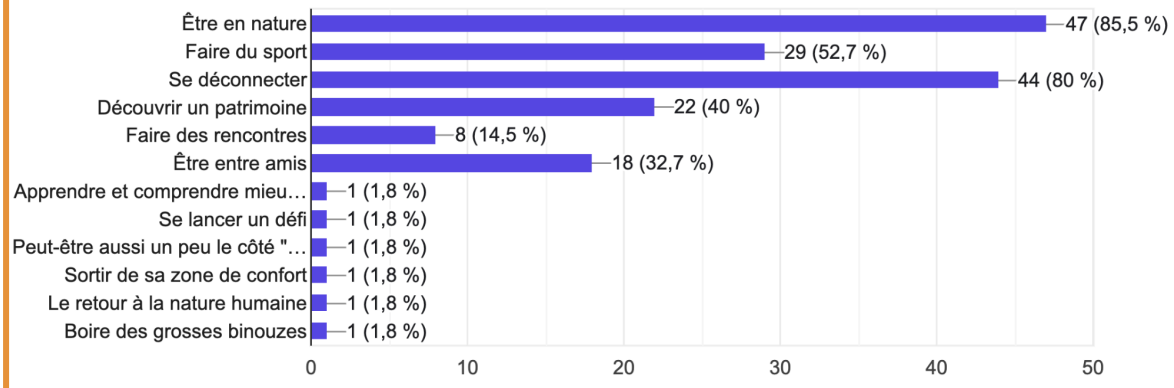
4 - Quelles randonnées itinérantes connaissez-vous de nom parmi celles proposées :

55 réponses



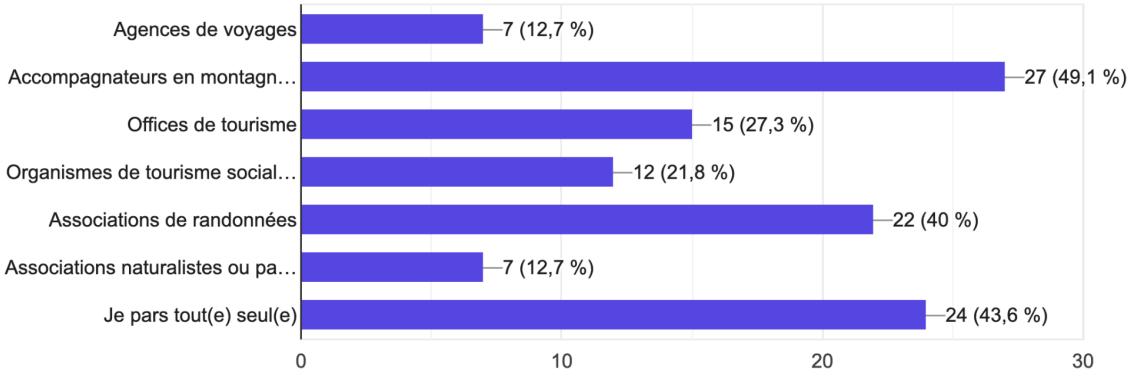
5 - Quelles seraient vos principales motivations pour partir en randonnée itinérante ?

55 réponses



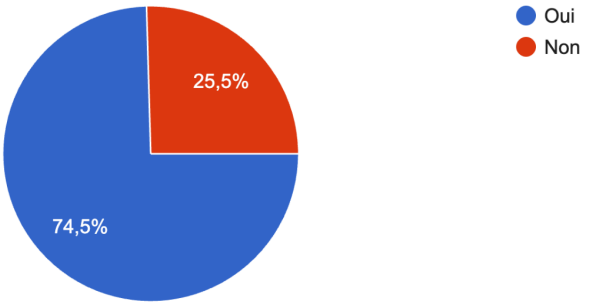
6 - Parmi les structures proposés, le ou lesquels seriez-vous susceptibles de choisir pour partir sur une potentielle randonnée itinérante :

55 réponses



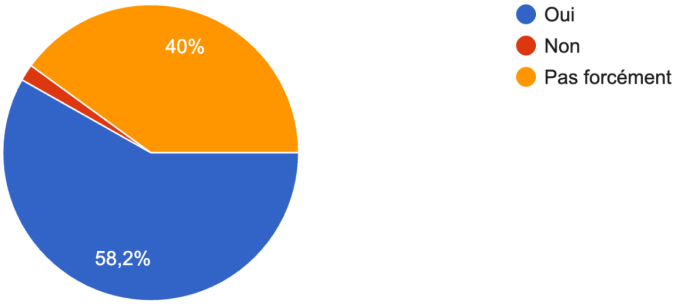
7 - La randonnée pédestre itinérante vous semble-t-elle accessible financièrement à tous ?

55 réponses



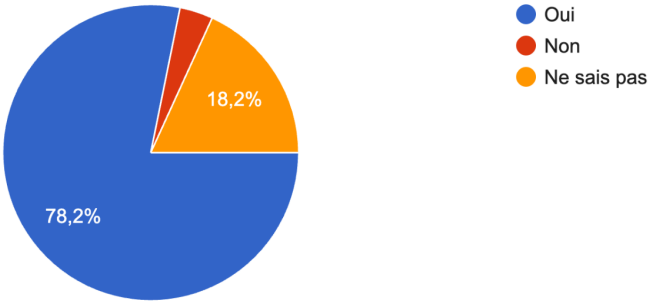
8 - Selon vous, est ce que l'aspect itinérant d'une randonnée peut être un plus par rapport à des randonnées journalières ?

55 réponses



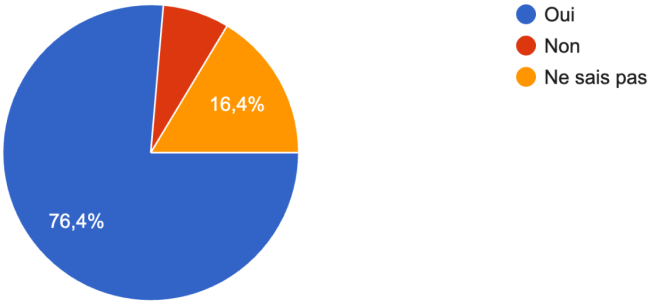
9 - Pensez-vous que la randonnée itinérante peut contribuer au développement touristique d'un territoire rural ?

55 réponses



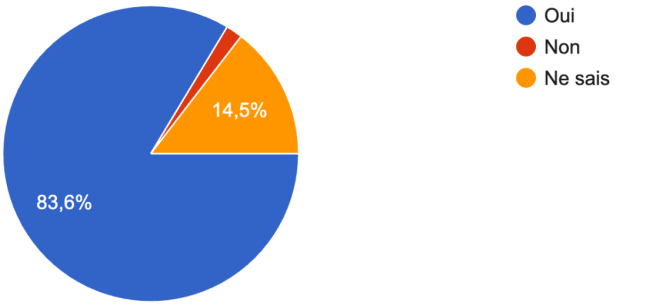
10 - Pensez-vous que la randonnée pédestre peut avoir un impact environnemental sur la biodiversité ?

55 réponses



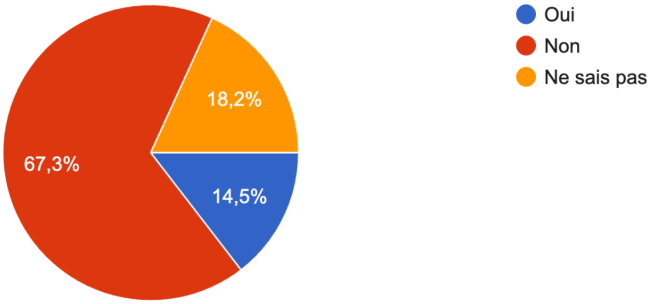
11 - Pensez-vous que des entités protectrices telles que les Parcs Nationaux et Régionaux ou encore les réserves naturelles ont un impact sur la ...ection du patrimoine naturel culturel et paysager ?

55 réponses



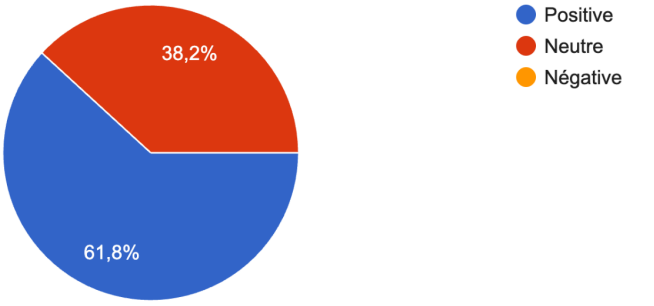
12 - Pensez-vous que ce type d'entités puisse être un frein au développement et à l'économie d'un territoire ?

55 réponses



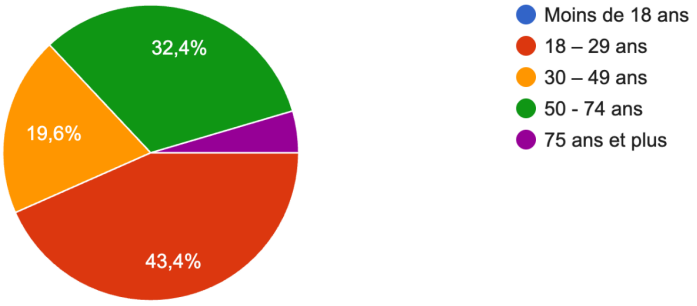
13 - Quelle image avez-vous des randonneurs itinérants ?

55 réponses



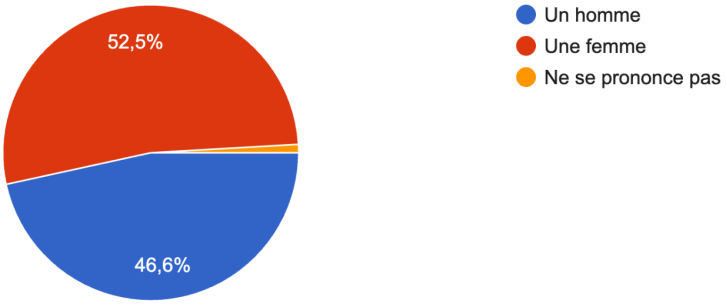
Dans quelle tranche d'âge vous situez-vous ? :

219 réponses



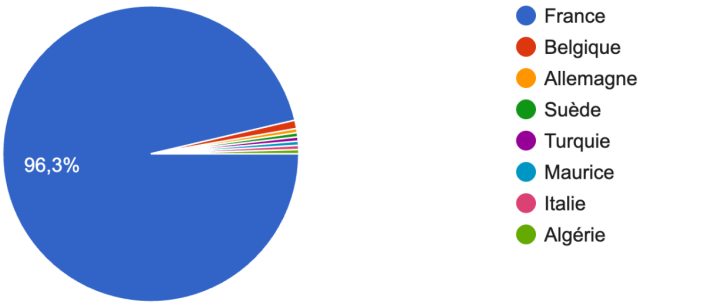
Êtes-vous :

219 réponses



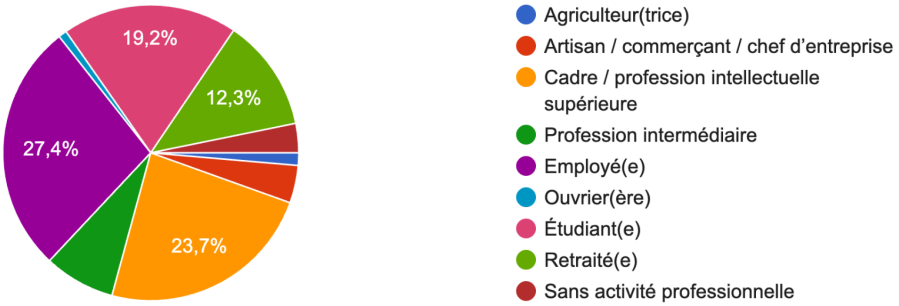
Quel est votre pays d'origine ? :

219 réponses



À quelle catégorie socio-professionnelle appartenez-vous ? :

219 réponses



Annexe n°2 : Entretien avec Nicolas LAFEUILLADE (PN des Pyrénées) :

1. Que représente pour vous la randonnée pédestre itinérante sur le plan personnel ou professionnel ?

Nicolas : Nous, dans le parc national, on a tout un réseau de sentiers et d'itinéraires de randonnée, qui existaient avant le parc ou qui ont été créés à la création du parc. Cela représente des axes de circulation très importants pour nous puisque ce sont les chemins que l'on essaye de faire emprunter aux randonneurs afin qu'ils restent sur ces itinéraires là et qu'ils ne s'éloignent pas des sentiers. En même temps, cela leur donne l'opportunité de voir tous les paysages qu'on a sur notre secteur, comme par exemple le glacier d'Ossou, le refuge de Baysselance lorsque l'on fait le GR10, les cirques de Gavarnie, d'Estaubé et de Troumouse. Partout sur le territoire du parc, il y a de la randonnée à faire et donc nous avons créé ces sentiers où nous avons utilisé les sentiers déjà existants pour canaliser les randonneurs, et on entretient une partie de ces sentiers avec d'autres acteurs, notamment les collectivités territoriales.

2. Les retombées économiques liées à la randonnée dans votre territoire sont-elles importantes ? (Ex. : hébergements, commerces, emploi local…)

Nicolas : Alors nous, nous n'avons pas de chiffre précis. Le Parc national n'est pas là pour avoir ces chiffres concernant les données économiques. Nous avons juste accès aux chiffres de fréquentation. Mais c'est sûr que la randonnée a un impact et a des retombées économiques notamment via tous les refuges en été, qui sont complets du mois de juin jusqu'aux mois de septembre-octobre, ce qui traduit de la présence des randonneurs sur ces secteurs-là. Sur le GR10 aussi, puisque c'est l'axe de passage majeur, mais il y a aussi la HRP (Haute Route des Pyrénées). Donc les gardiens de refuge travaillent beaucoup avec la randonnée itinérante. Il y a également les gîtes, comme c'est le cas à Gavarnie par exemple, où ils constituent un lieu de pause, de repos. Il y a donc des points de chute qui font qu'au niveau économique, cela apporte sûrement pas mal aux hébergeurs, aux campings, aux gîtes aussi comme on l'a dit, enfin toutes les infrastructures en lien avec la randonnée touristique, ici dans la vallée de Luz, puisque je parle du cœur de parc, je vois Gavarnie, où il y a beaucoup de gens qui traversent et font plein de randonnée, qui dorment ici et repartent, font de l'itinérance. Mais c'est sûr qu'au niveau économique, c'est un apport non négligeable.

3. Votre activité ou votre commune dépend-elle économiquement de la randonnée ?

Nicolas : Elle dépend beaucoup du tourisme. La randonnée en fait partie, mais ici, dans la vallée, il y a certes une économie agricole, mais il y a surtout une économie touristique importante avec le ski en hiver, et la rando en été. La montagne, ça attire du monde, ce n'est pas essentiellement la randonnée, puisqu'il y a plein de choses à faire autre que de la rando, mais ça en fait partie.
Moi, via mon activité, on fait de la surveillance sur les sentiers pour que les randonneurs respectent la réglementation du parc par rapport au camping sauvage, au bivouac, aux feux de camp, aux drones, aux chiens, … enfin toute la réglementation globale du parc. Nous n'avons pas que des randonneurs mais nous nous occupons de tous les usagers du parc.

4. La randonnée contribue t-elle selon vous au développement local, notamment des zones rurales ou en difficulté ?

Nicolas : Elle y a contribué, et cela perdure on va dire. Parce qu'au XIXe siècle, il y a eu l'essor du pyrénéisme, et donc toute la bourgeoisie, la haute société venait dans les Pyrénées pour se rendre aux termes et pour faire des randonnées, et ça a été un essor et un tremplin pour la randonnée à l'époque, et depuis les gens continuent de venir dans les vallées. Oui ça y a contribué, mais ça continue, ce n'est pas d'aujourd'hui.

5. Quelles améliorations permettraient selon vous, de mieux valoriser la randonnée sur le plan économique ?

Nicolas : Sur le plan économique, je n'ai pas vraiment de réponses, je ne peux pas te dire… Nous, avec le Parc, nous ne sommes pas sur le domaine de l'économie.

6. Quels sont selon vous les effets de la randonnée sur l'environnement local ? (positifs ou négatifs)

Nicolas : C'est compliqué … Je ne veux pas dire que ça soit négatif, mais il commence à y avoir beaucoup de monde sur les sentiers, et sur de plus longues durées. Cela a un impact sur l'environnement, même si la plupart des randonneurs respectent la réglementation, utilisent les sentiers, … il peut y en avoir qui prennent des raccourcis et n'utilisent pas les sentiers correctement, ce qui entraîne une dégradation au niveau de l'érosion, et ça fait du territoire en moins pour la nature. La période de randonnée a beaucoup augmenté. Aujourd'hui, les gens randonnent plus longtemps en saison, à partir des mois de mai-juin, dès qu'il y a plus de neige, et même en hiver, certains randonnent en ski de rando ou en raquettes. Il y a aussi beaucoup de monde en hiver, ce qui fait qu'il y a un impact sur l'environnement en été et en hiver, même si ce ne sont pas les mêmes types de touristes. En été, cela entraîne une augmentation de la consommation dans les refuges, par exemple de la ressource en eau, et donc par déduction aussi du traitement des eaux usées. Cela peut avoir des effets problématiques si on adapte pas les capacités d'accueil dans les refuges.

Dorian : Est-ce qu'avec l'observation dont tu me fais part, tu observes d'autres impacts, par exemple de plus en plus de demandes de construction et/ou d'entretien de refuges, de livraisons, ….

Nicolas : Oui, il y en a qui veulent s'agrandir, il y a des refuges que des projets d'agrandissement de bâtiments, il y a les héliportages qui augmentent le nombre de rotations d'hélicoptères, qui sont en augmentation puisqu'il y a plus de demande, de consommation, donc il faut réapprovisionner le refuge plus régulièrement. Cela fait que l'on est directement impactés.

7. Pensez-vous que les randonneurs sont suffisamment sensibilisés à l'impact écologique de leur pratique ? Pourquoi ? Que faudrait-il améliorer ?

Nicolas : Je pense que les randonneurs sont conscients. Ils sont sensibles à ça, mis à part peut-être dans un domaine, c'est celui de l'eau même si je pense quand même qu'ils sont en

train de prendre conscience de la chose. Mais c'est la baignade en ruisseaux et en lacs, tout ce qui est en lien avec se laver dans l'eau, les produits de lavage, les savons, les crèmes solaires, … Et ça représente un problème actuel. Mais je pense que les randonneurs, les vrais randonneurs, ceux qui font des grands périples, qui font le GR par exemple, sont sensibles à ça et connaissent. Mais il faut toujours être vigilant et rappeler en permanence les consignes, ce que l'on peut faire et ce que l'on a pas le droit de faire, puisqu' il y en a qui ne savent pas. Il y a beaucoup de gens qui ne connaissent pas par exemple les horaires de bivouac et les lieux où la pratique est autorisée. Certains ont des notions, mais il faut être en permanence en train de leur rappeler les choses.

8. Ressentez-vous un impact quant à la présence d'entités protectrices comme le PNP ou le PNR (selon Corse ou Pyrénées) ? De quelle manière voyez-vous cet impact ? Est-il positif, négatif, modéré ? Pourquoi ?

Nicolas : Oui bien sûr, le territoire du Parc national est un territoire protégé et où l'environnement y est préservé. Pour les gens qui randonnent dans le parc, c'est un peu plus restrictif que d'autres zones en dehors. Ça se traduit par exemple par les horaires de bivouac, puisque tu ne peux pas laisser ta tente plantée toute la journée si tu pars faire une randonnée, il faut que tu la démontes. Il n'y a pas le droit de faire de feu, de cueillir des fleurs, ni de venir avec son chien. Il n'y a pas le droit d'utiliser de drones, de diffuser de la musique trop forte ,... Donc la randonnée dans le parc national est un peu plus "restrictive", mais ça préserve l'environnement.

Dorian : Est-ce qu'il y a un impact de ces restrictions sur l'évolution de certaines espèces ?

Nicolas : Sur les espèces directement, je ne sais pas, mais sur le comportement des gens oui. Autrefois, il y avait tout type de randonneurs, tu trouvais souvent des poubelles en montagne, même si y en a encore qui laissent leurs poubelles dans certains refuges. Mais ce qui est sûr, c'est que la montagne est plus propre qu'autrefois quand même, et les gens sont un peu plus respectueux. Je pense quand même que le fait d'avoir cette protection qu'on a au sein du territoire du Parc national fait que les gens l'appliquent au-delà. Ils sont plus respectueux et davantage sensibilisés, enfin il me semble. Il y a tous les cas de figure, mais c'est vrai que le fait d'avoir un territoire protégé influence quand même le comportement des randonneurs et a un impact pérenne.

Dorian : Le fait qu'il y ait de plus en plus de randonneur.euses sur une période plus longue et l'impact que cela engendre ne vient-il pas trop en opposition avec vos objectifs ?

Nicolas : C'est parfois compliqué, notamment dans les endroits où il y a des stationnements et où les parkings débordent, même si ça concerne davantage les randonneurs à la journée. On a beaucoup d'endroits qui deviennent compliqués d'accès l'été, et il y a une surfréquentation de certains sites comme le cirque de Gavarnie par exemple, ou encore le Col des Tentes, au départ de la Brèche de Roland, qui par moments déborde de voitures. C'est sûr que cela est compliqué à gérer même si l'on essaye avec les collectivités locales de trouver des solutions pour désengorger les choses. Pour les randonneurs en itinérance, l'un des seuls problème que ça rapporte, c'est que quand ils bivouaquent autour des refuges, et qu'on se retrouve avec un trentaine de tentes, tout le monde utilise l'eau et les

toilettes du refuge, et tout le monde mange au refuge. Cela crée un besoin supplémentaire en alimentation, en eau potable, et un traitement des eaux usées comme on évoquait plus tôt, et c'est là où ça devient problématique. Autrefois, lorsque le refuge avait 30 places et qu'il était plein, le gardien faisait à manger pour 30 personnes et tout allait bien. Maintenant s'il y a 40 tentes autour du refuge le soir en saison estivale, tu multiplies par deux, ça fait à peu près 80 personnes et t'en as peut-être 40 ou 50 de plus que les 30 qu'il y avait dans le refuge, ce qui fait plus du double de personnes, donc qui va doubler la consommation en eaux (toilettes, gourdes, …) et donc le réel problème est là.

Dorian : Toutes les actions qui peuvent être mises en place que ce soit en été ou en hiver, par exemple, les zones de quiétude pour le Grand tétra sont-elles efficaces malgré la randonnée ? Comment sont-elles accueillies ?

Nicolas : Oui, en hiver on y voit une efficacité. C'est plutôt bien accueilli, les gens sont plutôt sensibles à ça et sont réceptifs. Après, on en a mis une nouvelle à Aygues-Cluses, et c'est un peu plus compliqué mais après c'est nouveau, donc peut-être que c'est pas encore au point. Ce n'est pas dans le cœur de parc, donc il n'y a pas de réglementation ni d'interdiction, c'est juste de la sensibilisation. Nous y avons installé des panneaux, mais bon quand il y a toujours des gens ils y vont quand même. C'est les premières années où nous l'avons mis en place, et tout n'est pas encore respecté. Mais celle sur Gavarnie marche. Les gens sont informés, il y a des panneaux, il y a de la sensibilisation, il y a les accompagnateurs qui font des sorties et qui en parlent. Quand nous y allons, nous faisons aussi de l'information, donc les gens se rendent compte que des actions sont faites, en lien avec la protection de l'espèce, et cela les sensibilise.

9. La randonnée contribue-t-elle selon vous à valoriser le patrimoine local ?

Nicolas : Ça dépend des itinéraires, mais oui, il y a des endroits où des sentiers d'interprétation sont créés et peuvent mettre en valeur le patrimoine local, notamment sur le chemin des Tentes, où il y a plein de panneaux d'informations. C'est quelque chose qui peut apporter un petit plus avec des chemins dédiés pour ça. développe un peu ses atouts et bon après nous c'est pas nous, mais à Natura 2000 aussi ils avaient fait. Ah oui un sentier avec des panneaux d'interprétation. Il y a également des itinéraires faisant le tour de certains villages, comme c'est le cas pour ceux de Sazos, Grust et Viscos, où tu peux bénéficier du patrimoine bâti de chaque village. C'est assez agréable puisque tu as des informations sur les bâtiments, sur l'architecture, les dates de création si c'est des monuments historiques, … La randonnée peut correspondre aux attentes de tout type de randonneurs et randonneuses, et de tous niveaux, avec des attentes différentes. Il y a plein de choses mises en place au niveau du patrimoine culturel

10. Observez-vous des tensions, des conflits ou au contraire une bonne cohabitation entre randonneurs et locaux ?

Il y a parfois des tensions entre les agriculteurs et les chiens des touristes. Il n'y en a pas trop dans le parc, puisque normalement les chiens y sont interdits, mais en dehors du parc, il y a beaucoup de randonneurs qui ont des chiens maintenant et la cohabitation peut être parfois compliquée. Les chiens se mettent à courir derrière le bétail donc les agriculteurs

voient ça d'un mauvais œil. Mais sinon, de manière générale, les uns arrivent à vivre avec les autres.

11. Si vous deviez aujourd'hui identifier un profil type de randonneur ou randonneuse que vous rencontrez fréquemment via votre activité, à quoi correspondrait-il ? (âge, CSP, niveau de pratique, budget, …)

Nicolas : Il n'y a pas de profil type. Il y a de tout. Comme je te l'ai dit, il y a des gens qui traversent les Pyrénées qui font le GR10 ou la HRP, mais il y a aussi des gens qui randonnent sur une semaine, il y en a certains qui partent sur 3 jours, d'autres qui randonnent à la journée t'as des gens qui randonnent sur trois jours t'as des gens qui randonnent sur une journée, et d'autres qui vont seulement faire quelques petits kilomètres. Il n'y a donc pas de profil type, c'est pour ça que c'est parfois compliqué de répondre aux questions. Certaines personnes sont super bien informées et sensibilisées, mais d'autres que tu rencontres sur la piste de l'hôtellerie à Gavarnie ne connaissent rien à la randonnée, montent avec des sandalettes, sont avec leur chien, … enfin ils n'ont pas du tout la fibre montagnarde.

Dorian : Il n'y a pas une tendance à un public avec une certaine tranche d'âge ?

Nicolas : Lorsque les personnes actives travaillent, on voit beaucoup de retraités, mais sinon il y a de tout . Des jeunes, des moins jeunes, des vieux, … il y a de tout.

12. Quels freins ou limites identifiez-vous actuellement au développement de la randonnée itinérante ?

La capacité d'accueil des parkings et des refuge où on va arriver à un point de limite. Il faut trouver un équilibre entre la randonnée et la protection de l'environnement pour arriver à gérer les questions environnementales et gérer la fréquentation,

13. Pensez-vous que ce type de tourisme est durable ? Pourquoi ?

Oui et non, il y a de tout mais. Certains types de tourisme sont très durables, et d'autres ne le sont pas du tout. Certaines personnes vont traverser les Pyrénées avec une boîte métallique et mettre leur pique-nique à l'intérieur pendant toute la traversée, tandis que d'autres vont acheter un repas emballé à chaque étape, avec une poche en plastique à chaque étape. Mais ces différences de mentalité s'appliquent aussi en dehors de la randonnée. Certaines personnes sont sensibilisées au tri sélectif tandis que d'autres ne s'en préoccupent pas. La personne qui fait le tri sélectif chez elle va faire pareil lorsqu'elle va partir en montagne, mais d'autres personnes ne vont pas faire attention et vont acheter un saucisson sous vide à chaque étape, ou des chips … Enfin j'exagère, mais en tout cas, c'est très variable. Chaque randonneur a ses habitudes et sa manière de faire et il y en a qui sont très sensibilisés aux déchets et à l'environnement, et d'autres qui ne le sont pas du tout. Il y a de tout en montagne, tu vois de tout. Il y a des randonneurs qui sont super bien sensibilisés, qui sont équipés, qui connaissent la montagne et il y en a d'autres où c'est du grand n'importe quoi. Voilà, la réponse elle est là. C'est une pratique que chacun interprète comme il veut, c'est l'espace de liberté et donc certaines personnes font comme elles ont envie.

14. Comment voyez-vous la randonnée pédestre évoluer dans le moyen et le long terme ? Pourquoi ?

Nous avons déjà commencé à mettre des navettes en place afin de faire reculer les parkings en altitude pour que la nature puisse reprendre un peu ses droits. Donc voilà c'est de la mobilité douce avec moins de voitures sur les sites de départs de randonnées. En Espagne ils font une limitation du nombre de campeurs autour de certains refuges, donc ça peut être des décisions inspirées de ça, ce qui entraînerait une limitation du nombre de randonneurs à “l'extrême”. Il y a le Parc national des Calanques qui a déjà mis en place un système de réservation pour aller faire des randonnées sur certains itinéraires, donc nous n’en sommes pas encore là, mais peut-être qu’un jour on devra y venir. À un moment donné, il va falloir trouver des solutions pour pallier les problèmes rencontrés par les refuges, ce qui passera soit par l’augmentation de la capacité d’accueil des refuges et leur apport en eau et en nourriture, soit on limite le nombre de personnes pour pouvoir vivre en bon équilibre.

15. Souhaitez-vous ajouter quelque chose concernant votre expérience ou votre perception de la randonnée et de ses impacts ?

Il y a de tout qui se passe à la montagne, c'est pour ça qu’il y a pas de randonneur type, tu vois de tout et n'importe quoi. Dernièrement, on a eu des gens qui montaient et bivouaquaient sur place, et quand ils avaient fini, redescendaient en laissant tout le matériel sur place, leur tentes, leur duvet, leur matelas, … La randonnée en montagne, ce n’est pas que ça, mais c'est ça aussi. Après il y a des randonneurs qui sont très bien, qui sont des montagnards aguerris et habitués il n’y a pas de soucis, mais il y a de tout.

Annexe n°3 : Entretien avec Gonzalo LOPEZ (La Balaguère et ancien AMM) :

1. Que représente pour vous la randonnée pédestre itinérante sur le plan personnel ou professionnel ?

D'un point de vue personnel, c'est une activité qui me plaît beaucoup depuis toujours, et qui, personnellement, si je ne faisais pas de la randonnée, je m'ennuierais beaucoup. Pour moi, c'est un ressourcement énorme. Et d'un point de vue professionnel, c'est toute ma vie. D'un côté de la barrière ou de l'autre, je fais de la randonnée, et cela fait depuis 40 ans que je vis de cette pratique. J'ai pu faire de tout, que ce soit de la randonnée itinérante, comme de la randonnée en étoile, sur plusieurs jours, mais à partir d'un même point fixe, mais pendant longtemps, une bonne partie à été la randonnée itinérante. Cependant, d'un point de vue professionnel, la randonnée itinérante n'est pas ce qui marche le mieux aujourd'hui. Je dirais que ça se partage à peu près équitablement entre la rando itinérante et la rando en étoile. Comme on en discutait ce matin, aujourd'hui les gens veulent de plus en plus de confort, et la randonnée en étoile sait répondre à ces attentes, puisque l'on ne touche pas aux bagages durant tout le séjour. Tandis que la randonnée itinérante, même s'il y a des possibilités de transporter les bagages pour certains séjours, certaines personnes n'aiment pas s'occuper de leurs bagages tous les jours.

2. Les retombées économiques liées à la randonnée dans votre territoire sont-elles importantes ? (Ex. : hébergements, commerces, emploi local…)

C'est très important. Une bonne partie de cette vallée vit de la randonnée, que ce soit de façon directe ou indirecte. Pour commencer, La Balaguère vit de la randonnée, et la structure a des flux d'argent assez importants. C'est une activité économique certaine, et ici à Arrens-Marsous, c'est environ 50 personnes qui vivent de la randonnée, et qui font vivre en partie les hôtels, les gîtes, les refuges, … mais pas qu'ici, dans toutes les Pyrénées et ailleurs ! Alors oui, l'importance économique est énorme, de manière directe comme je l'ai dit, et encore plus de manière indirecte avec l'implication des commerces et artisans des territoires concernés par l'activité de randonnée.

3. Votre activité ou votre commune dépend-elle économiquement de la randonnée ?

Gonzalo : À 100 % ! S'il n'y a pas de randonnée, il n'y a pas La Balaguère, et je ne serais pas là.

Dorian : Et toi, hors saison, quand la fréquentation de randonneurs diminue, qu'est-ce qui se passe pour toi personnellement et professionnellement ?

Gonzalo : Pour nous, il n'y a pas vraiment de basse saison. Il y en a une du fait qu'il n'y ait pas de clients, mais notre activité ne s'arrête pas pour autant. Justement, notre activité en basse saison est de préparer la haute saison. Alors après c'est aussi l'occasion de prendre quelques semaines de vacance, c'est sûr, mais c'est justement lorsqu'il n'y a pas de randonnée que l'on peut en profiter pour travailler sur les séjours futurs et sur la haute saison, puisque l'été nous nous retrouvons dans l'incendie, avec plein de départs de groupes ici et là, dont il faut occuper, et où il y a parfois des problèmes.

Dorian : Et quand tu étais guide, comment se passait la basse saison pour toi ?

C'était bien ! Ça permettait aussi de faire autre chose. En réalité, lorsque je travaillais en tant qu'accompagnateur, je faisais beaucoup de semaines, mais après j'avais d'autres "casquettes",. J'ai été formateur en langue par exemple, et ça me plaisait énormément ! J'ai donné des cours d'espagnol pour le Parc national des Pyrénées, mais j'ai aussi donné des cours de français pour des espagnols qui venaient travailler à Saint-Lary par exemple. J'ai fait des choses très variées, et ça me plaisait beaucoup, je m'amusais beaucoup. Entre-temps, oui j'en profitais pour voyager et pour prendre mes vacances, mais je commençais déjà à bosser sur la partie "production" des voyages avec La Balaguère.

4. La randonnée contribue t-elle selon vous au développement local, notamment des zones rurales ou en difficulté ?

Bien sûr, plus que dans les zones urbaines ! Il n'y a qu'à prendre l'exemple de La Balaguère, qui est née dans le petit village d'Arrens, et qui y est restée car c'était une volonté de son fondateur, lui-même originaire d'ici. Il a eu des opportunités pour déménager au sein de communes et de villes plus importantes, mais il n'a jamais voulu. La Balaguère est restée ici, et c'est sûr que c'est un moteur économique important, je crois que c'est le deuxième employeur de la vallée. Comme je te l'ai dit, il y a une cinquantaine d'employés au sein des bureaux de l'agence, et on travaille également avec une quarantaine d'accompagnateur.rices sur l'ensemble des Pyrénées. Mais il n'y a pas que la randonnée organisée, il y a juste à voir la quantité de gens qui viennent en famille pour se promener, faire de la rando, les gens que l'on voit passer avec leur gros sacs à dos en train de faire le GR10, … la randonnée, ça bouge du monde !

5. Quelles améliorations permettraient selon vous, de mieux valoriser la randonnée sur le plan économique ?

Peut-être une communication plus grande entre les grands acteurs du territoire comme les offices de tourisme ou le Parc national, et les professionnels de la montagne. Cela pourrait peut-être permettre la création de plates-formes de renseignements des professionnels de la montagne, ou aussi des non professionnels. Je crois qu'aujourd'hui, il y a beaucoup de chemins et sentiers banalisés, il y a également pas mal de topoguides disponibles et accessibles pour tout le monde. Je pense que c'est un bon moment pour se coordonner entre professionnels du tourisme et acteurs du territoire afin de s'aider mutuellement en partageant des informations sur chacuns à nos clients respectifs.

6. Quels sont selon vous les effets de la randonnée sur l'environnement local ? (positifs ou négatifs)

Je pense qu'on a réussi à atteindre un certain équilibre. Dans le temps, on voyait des déchets, on voyait le passage des gens, … Maintenant, je crois que c'est assez minimisé. Je pense que maintenant, l'impact de la randonnée est assez réduit, même s'il est certain que l'on pourrait toujours espérer mieux. Mais les effets négatifs sont quand même minimes par rapport à ce que l'on pouvait voir autrefois. Aujourd'hui, les randonneurs sont assez sensibilisés à leur impact, je crois.

7. Pensez-vous que les randonneurs sont suffisamment sensibilisés à l'impact écologique de leur pratique ? Pourquoi ? Que faudrait-il améliorer ?

Gonzalo : Oui, maintenant les gens le sont plus comme on l'a évoqué. Après, certains réflexes et gestes qu'ils ont restent à travailler, comme les kleenex dans la nature par exemple. On dirait que les gens pensent que ça disparaît tout seul. C'est aussi le cas pour les personnes qui font leurs besoins à côté des chemins, il faut que les gens se sensibilisent à cela, car ce n'est pas du fumier !

Dorian : Vous jouez aussi un rôle dans cette sensibilisation via les guides lors des séjours avec les clients ?

Gonzalo : Bien sûr, le rôle des accompagnateurs a, à mon avis, joué un grand rôle dans l'évolution du comportement des gens en montagne, par exemple en apprenant à ne pas jeter de déchets dans la nature, mais aussi en apprenant à ramasser ceux que l'on croise. En réalité, les accompagnateurs sont la courroie entre les clients et la nature, ou plutôt entre le client et le milieu, naturel et social. À mon avis, ils ont beaucoup contribué au respect de la nature dont font maintenant preuve les randonneur.euses qui viennent même randonner en autonomie.

8. Ressentez-vous un impact quant à la présence d'entités protectrices comme le PNP ou le PNR (selon Corse ou Pyrénées) ? De quelle manière voyez-vous cet impact ? Est-il positif, négatif, modéré ? Pourquoi ?

À l'échelle nationale, ça a été très positif à mon avis. Le fait de mettre des normes, même si certaines personnes ne les comprennent pas à première vue, à long terme, a un effet positif. Les gens comprennent et assimilent les raisons de certaines interdictions au fur et à mesure Les normes des Parcs nationaux français, moi je les trouve très raisonnables. À mon avis, il n'y a rien de réellement contraignant. Nous, à la Balaguère, nous ne ressentons pas d'impact économique avec la présence du Parc, car les zones de restrictions restent relativement petites. On peut aller presque partout, et s'il y a des règles à respecter, nous les respecterons, tout simplement. Sur les Parcs nationaux espagnols, c'est assez différent, puisque l'on fait face à certaines restrictions, notamment sur le bivouac, qui ne sont pas forcément justifiées ni nécessaires, et cela impact certains séjours que l'on peut organiser à cheval entre la frontière.

9. La randonnée contribue-t-elle selon vous à valoriser le patrimoine local ?

Oui, pour le patrimoine naturel c'est sûr ! Toute personne qui part en montagne s'est à un moment donné dit "wow, c'est super ici !". Et ça, c'est un patrimoine commun, la faune, la flore, la végétation, les formations géologiques, les chemins eux-mêmes, ou encore les glaciers, qui sont un patrimoine en voie de dispariton. Qu'est-ce qui se passera quand ils vont disparaître ? Rien, mais ça sera très dommage et regrettable, car ça sera un patrimoine qui aura disparu. Après les patrimoines locaux, culturels sont également valorisés par la randonnée. Indirectement, les gens qui viennent par ici passent dans les villages où il y a des maisons traditionnelles, des églises, … et se confrontent à ce patrimoine local. Le fait que les gens viennent ici pour faire de la randonnée font que, petit à petit, ils prennent goût

au patrimoine de la montagne. Si quelqu'un va à la montagne, c'est parce que, pour lui, c'est un endroit fort.

10. Observez-vous des tensions, des conflits ou au contraire une bonne cohabitation entre randonneurs et locaux ?

Dans le temps, il y a eu des problèmes entre les chasseurs et les randonneurs, et entre les chasseurs et les cyclistes. Maintenant, je crois que ça s'est apaisé. Aujourd'hui, les locaux se rendent compte que les randonneurs représentent une opportunité pour eux, s'ils possèdent des locations notamment. Alors je pense que maintenant la cohabitation est bonne.

11. Si vous deviez aujourd'hui identifier un profil type de randonneur ou randonneuse que vous rencontrez fréquemment via votre activité, à quoi correspondrait-il ? (âge, CSP, niveau de pratique, budget, …)

Je dirais qu'il n'y a pas de profil type, parce qu'en randonnée, tu peux trouver des jeunes sportifs qui font du trail sur les sentiers, et qui passent à côté du petit vieux avec son bâton qui aime la randonnée, et qui est le randonneur traditionnel depuis toujours. On peut aussi bien croiser l'alpiniste qui part faire les grandes voies d'escalade, ou alors la personne tranquille, qui part juste faire un tour de quelques heures. Alors non, sur le terrain, il n'y a pas réellement de "profil type". Par contre, si tu me demandes le profil type des clients de La Balaguère. c'est une autre histoire là ! Je te dirai qu'il y a beaucoup de fonctionnaires, des gens avec un niveau de vie moyen/haut. Il y a des gens d'un certain âge, et notre clientèle commence à être majoritaire chez les 60 ans et plus. Mais sinon, non, il n'y a pas vraiment de profil type. Après, j'ai l'impression que les gens âgés sont plus attirés par la randonnée à la journée, même si on en voit quand même beaucoup randonner en itinérance. Mais les jeunes se prêtent davantage à cette pratique je pense, même si le public reste très varié. Et justement, pour moi c'est ça le charme de la randonnée, c'est que le public qui la pratique est très varié ! Et chacun a son style, pour certains, la performance est importante, pour d'autres c'est la recherche du calme et de la tranquillité. Chacun cherche son but, et s'ils s'y retrouvent, c'est l'essentiel. D'accord.

12. Quels freins ou limites identifiez-vous actuellement au développement de la randonnée itinérante ?

Alors pour moi les limites c'est chacun qui doit se les mettre, mais il n'y a pas vraiment de facteurs extérieurs qui pourraient venir la freiner.

13. Pensez-vous que ce type de tourisme est durable ? Pourquoi ?

Gonzalo : Oui, complètement, car c'est un tourisme qui se veut être respectueux du milieu, et de ce point de vue, la nature est inépuisable. Si on fait les choses avec une bonne gestion, normalement, le tourisme devrait être quelque chose que l'on pourrait faire pendant longtemps et qui n'auraient pas de limites. Il y a des lieux et endroits adaptés pour tout le monde, des lieux fait pour les familles, d'autres pour les connaisseurs et aguerris de la montagne, avec des chemins, sentiers et sommets n'étant pas adpatés à tout le monde car ils nécessitent une bonne connaissance du milieu, et c'est très bien ! Il faut que chacun

puisse trouver sa place dans le milieu, et à partir de là, c'est très durable, c'est vraiment une pratique respectueuse et durable.

Dorian : Dans les Pyrénées, le fait qu'il y ait des spots extrêmement fréquentés comme, Gavarnie, le lac de Gaube, … est-ce durable pour le milieu naturel ?

Gonzalo: Il faut que ça existe ce genre d'endroits. Ça permet qu'il y ait d'autres endroits où il n'y a personne qui va. Si lorsque tu passes dans des lieux très fréquentés, tout est propre, il n'y a pas de sentiers abîmés ni d'érosion, car il faut une gestion et une surveillance importante de ces lieux, il n'y a pas de soucis. De plus, il y a un côté rassurant dans ce genre d'endroits, où certaines personnes vont se sentir davantage en sécurité car elles voient qu'il y a du monde.

14. Comment voyez-vous la randonnée pédestre évoluer dans le moyen et le long terme ? Pourquoi ?

Une randonnée plus "confortable". Pas la randonnée en elle-même, car on ne pourra jamais rendre confortable une pente de 1000m, l'effort sera toujours là, mais rendre les services confortables. Par exemple, certains refuges sont en train d'évoluer et de s'aménager de manière à rendre le séjour de chacun plus agréable, avec des chambres de moins de lits et des chambres plus personnelles, avec des repas plus "élaborés", … Cet esprit un peu spartiate qui existait il y a 20 ou 30 ans, existe de moins en moins aujourd'hui. Il faut que la montagne soit un espace de liberté. Il faut que la montagne soit un espace de liberté parce que c'est comme ça que les gens viennent randonner, mais ce n'est pas pour autant qu'il faut en faire n'importe quoi. Il faut qu'il y ait une gestion de ces espaces, qui doivent correspondre à des directives scientifiques, des gens qui connaissent les limites de ces milieux naturels, et qui savent quels aménagements et solutions peuvent être mis en place.

15. Souhaitez-vous ajouter quelque chose concernant votre expérience ou votre perception de la randonnée et de ses impacts ?

Pour moi, la nature est un espace de liberté où chacun peut trouver ce qu'il cherche. Il y a autant de performances sportives que de bienfaits physiques et psychologiques. Il demande malgré tout une sensibilisation et une certaine pédagogie, une gestion claire, et à partir de là, on peut se l'approprier durablement.

Annexe n°4 : Entretien avec Pascale SIRAT (habitante d'une commune du PNP) :

1. Pouvez-vous vous présenter brièvement (âge, profession, lieu de résidence) ? Depuis combien de temps vivez-vous dans les Pyrénées ? avez vous vu le avant après GR10 ?

Je m'appelle Pascale SIRAT, j'ai 55 ans et je suis enseignante. J'habite à Esquièze-Sère depuis septembre 2000. Je suis à la base originaire d'Arcachon, et suis arrivée dans le coin pour le travail et pour des raisons personnelles, de choix de lieu et de vie dans un milieu rural de montagne.

2. Que représente pour vous la randonnée pédestre itinérante sur le plan personnel ou professionnel ?

Qu'est ce que je pourrais dire ? C'est une activité gratuite, facile dans le sens où l'on peut la choisir à son rythme, selon ses envies et selon ses besoins.

3. Quel regard portez-vous sur le développement de la randonnée itinérante dans les Pyrénées ces dernières années ? Comment l'avez-vous vu évoluer ?

De ce qu'on peut observer, il y a beaucoup plus de gens qui font de la randonnée itinérante, notamment des gens qui font du stop. En ce moment, il y en a beaucoup, j'en ai encore vu tout à l'heure ! Ce sont des gens qui font des randonnées sur plusieurs jours, avec un point de départ différent tous les jours, avec une logique vraiment itinérante et qui sont pour la majorité sans véhicules. Il y a beaucoup de citadins, et de gens venant d'autres départements, qui ne sont pas du tout du coin. Et il y a beaucoup de jeunes parmi ceux qui font du stop ! Il y a aussi des gens plus âgés, mais eux s'organisent sûrement pour garer une voiture à un endroit, et faire une boucle ou retrouver une autre voiture à un autre endroit. Les personnes plus âgées peuvent également faire plusieurs randonnées différentes mais depuis un point fixe. Il y a quand même une augmentation certaine depuis le Covid et le retour aux activités en extérieur, et puis c'est quelque chose qui est devenu à la mode aussi on va dire.

4. Quelle place occupe la randonnée dans votre territoire ? Les retombées économiques liées à la randonnée dans votre territoire sont-elles importantes ? (Ex. : hébergements, commerces, emploi local…) Votre activité ou votre commune dépend-elle économiquement de la randonnée ?

Les randonneur.euses sont des gens qui consomment, qui vont de temps en temps dans les restaurants, et qui vont faire des courses pour leurs repas. Ce n'est pas forcément un public qui va choisir l'hôtellerie car [pour la randonnée itinérante] c'est souvent des personnes qui vont bivouaquer. Je pense par exemple que pour des gens qui vont en itinérance sur une semaine, ils vont peut-être avoir une nuit à l'hôtel en arrivant, et une nuit avant de repartir. Autrement, dans la semaine ce sont des gens qui bivouaquent en montagne ou fréquentent éventuellement les refuges. Après, sur la randonnée plus classique [à la journée ou demi-journée], il y a beaucoup de gens qui viennent une semaine complète en vacances, tu as beaucoup de locations meublées. Chez nous, vers Esquièze-Sère et Luz-Saint-Sauveur, il y a un réel impact ! Il y a le ski l'hiver, et sur la saison estivale, c'est la randonnée et le

vélo. Ce sont beaucoup de familles qui viennent randonner en montagne l'été. Moi, mon activité professionnelle ne dépend pas de la randonnée. Après, il y a beaucoup de gens dans le coin qui ont des appartements ou des gîtes à louer. Et il y aussi des gens qui ont un métier en lien avec tout ça, que ce soit les magasins de sport, les accompagnateur.rices montagne, même s'il y en a plus beaucoup sur Luz, il y a aussi les restaurants et les bars, …

5 . Selon vous, la randonnée apporte-t-elle des bénéfices économiques à votre commune ou à votre territoire ? ou mauvaise pour l'économie ? et si oui Lesquels ? (Les commerces, hébergements ou services locaux profitent-ils réellement de la présence des randonneurs ?)

Ah oui ! Surtout avec le site UNESCO mondialement connu qu'est Gavarnie ! C'est en plus un site remarquable qui permet à des personnes de pratiquer en haute montagne, avec les crêtes du cirque, mais aussi de petite montagne pour les gens qui s'arrêtent à la cascade. Et après, les gens venus pour ça peuvent aussi découvrir toutes les autres randonnées à côté et les autres sites. À Esquièze-Sère et Luz, on est en plus entre Gavarnie, Cauterets, le Col du Tourmalet, le Pic du Midi de Bigorre, … et c'est un point stratégique pour les hauts lieux du territoire !

6. La randonnée contribue t-elle selon vous au développement local, notamment des zones rurales ou en difficulté ?

Je ne sais pas. Ici, on est pas vraiment une zone rurale en difficulté, c'est presque l'inverse. Les gens ici préfèrent louer leurs appartements pour les vacanciers, ce qui fait qu'il y a très peu de logements pour les gens qui souhaitent y vivre à l'année. Le tourisme nous pose un certain problème de ce côté là. Après oui, c'est bénéfique. Nos villages vivent de juin à septembre sur la période estivale, et de décembre à février avec le ski en hiver, mais les deux saisons savent se compléter.

7. Pensez-vous que certaines communes dépendent aujourd'hui de la fréquentation des randonneurs ?

Non, à part peut-être le village de Gavarnie qui dépend presque totalement de la randonnée car il n'y a rien d'autre. Nous sur Luz-Saint-Sauveur, il y a les termes, donc il y a d'autres activités. Mais oui Gavarnie complètement.

8. Quelles améliorations permettraient selon vous, de mieux valoriser la randonnée sur le plan économique ?

L'ATVG (Agence Touristique de la Vallée des Gaves), qui chapeaute toutes les offices du territoire ont fait un énorme travail sur tout ça. Ils ont fait plein de petits bouquins, de la publicité et un travail de communication important sur tous les sentiers de randonnée et les petites boucles autour des villages du territoire des Vallées du Gave principalement. Pour le GR10, ce n'est pas forcément ce que les gens font ici, il n'y en a pas tant que ça qui le font, où alors ils n'en empruntent que des parties. Il y a également eu un énorme travail de communication sur les petites randonnées culturelles autour des patrimoines pouvant se faire à partir des villages.

9. La randonnée contribue-t-elle selon vous à valoriser le patrimoine local ?

Oui, de part des petits sentiers historiques comme on a évoqué, mais aussi avec le pyrénéisme qui fait partie intégrante du patrimoine sur notre territoire. Dans notre vallée, il y a de nombreux moulins, des églises, des lavoirs, … et tout ce petit patrimoine peut être mis en avant par ces petites randonnées familiales autour des villages. C'est le cas à Luz et à Esquièze-Sère où on a un chemin pour découvrir les lavoirs.

10. Observez-vous des tensions, des conflits ou au contraire une bonne cohabitation entre randonneurs et locaux ?

Non, il n'y a pas tant de conflits que ça. Ici, nous n'avons pas ou très peu de patous car c'est majoritairement de l'élevage de bêtes à viandes, qu'ils laissent pâturer partout. Les patous vont plus être présents la où il y a des bêtes à lait, donc dans le Béarn par exemple. Après si, il y a des patous dans le Val d'Azun qui ont déjà posé problème aux randonneurs et cyclistes. Après il y a les vaches qui peuvent poser problème aux randonneur.euses, et on entend souvent des gens qui râlent parce que la vache leur a fait peur ou les a bousculé. Mais sinon, il n'y a pas vraiment de conflits d'usages.

11. Si vous deviez aujourd'hui identifier un profil type de randonneur ou randonneuse que vous rencontrez fréquemment via votre activité, à quoi correspondrait-il ? (âge, CSP, niveau de pratique, budget, …)

En ce moment, (début de la période estivale), il y a beaucoup de jeunes adultes sans enfants. Après, l'été, se sont beaucoup de familles, et en septembre-octobre, on retrouve les jeunes adultes sans enfants. Sur le territoire, les retraités vont plus fréquenter les termes, et vont alors faire de la petite randonnée. Après, on trouve quand même des retraités qui viennent en juin et en septembre, mais ce n'est pas la majorité.

12. Quels sont selon vous les effets de la randonnée sur l'environnement local ? (positifs ou négatifs)

Qu'est ce qu'on peut dire … que l'été il y a beaucoup plus de saletés malheureusement ! Ça arrive que des gens qui viennent pour la première fois n'aient pas les codes et ne ramassent pas toujours leurs déchets. Il n'y a pas forcément de dégradations, mais voilà, il y a plus d'affluence, ce qui peut peut-être gêner la faune sauvage. Au niveau de la flore, les gens ne cueillent pas les fleurs, et respectent globalement les restrictions du Parc.

13. Pensez-vous que les randonneurs sont suffisamment sensibilisés à l'impact écologique de leur pratique ? Pourquoi ? Que faudrait-il améliorer ?

Ils sont sensibilisés pour ceux qui en font beaucoup. Après, nous avons la chance d'avoir le Parc national et les gardes qui assurent la présence d'informations et de réglementations sur les grands lieux touristiques. Ces gens-là apportent un certain savoir-être.

15. Ressentez-vous un impact quant à la présence d'entités protectrices comme le PNP ou le PNR (selon Corse ou Pyrénées) ? De quelle manière voyez-vous cet impact ? Est-il positif, négatif, modéré ? Pourquoi ?

Alors, je trouve que c'est bien qu'ils puissent être sur les lieux de grands passages, qu'ils donnent des informations aux nouveaux randonneurs. Après, les locaux n'apprécient pas forcément la présence du Parc, parce que pour eux, ce sont des "écolos" trop "écolos".
Dans le cadre professionnel, on a le passeport éducatif, avec un travail à faire dans les écoles pour balayer tous les thèmes possibles autour de la nature, donc la biodiversité mais aussi tous les autres patrimoines. Moi, je trouve que les enfants ont de moins en moins de connaissances par les familles sur le milieu qui les entoure, donc c'est important que l'on puisse faire intervenir les gardes du Parc, et que l'on puisse travailler sur ces thèmes là ! Via ce passeport éducatif, on bénéficie de trois interventions en classe, et d'une sur le terrain. On participe à plein d'animations par le biais du Parc, comme par exemple des lâchés de bouquetins, le festival de l'image à Cauterets, et depuis quelques années on est sur un projet en lien aussi avec l'OFB, qui est le projet national d'ATE (Aire Terrestre Éducative) avec travail autour de la biodiversité, de sa connaissance, sa protection et sa conservation. Cela permet également de sensibiliser les enfants autour de la vie nocturne et de la question de pollution lumineuse, et c'est un projet sur le long terme se faisant sur plusieurs années.
Après, il y a des thèmes et sujets difficiles comme celui de l'ours, qui sont compliqués à aborder, surtout sur un territoire où il y a encore beaucoup d'éleveurs et éleveuses, malgré la baisse de l'activité. Ces derniers ont vraiment une vision opposée à celle du Parc national sur cette problématique, et c'est donc une question très sensible sur le territoire. Depuis que je suis arrivée, il n'y a pas d'évolution, ni des discours ni des mentalités, et les nouveaux jeunes qui s'installent tiennent le même discours que les anciens, et force est de constater que malheureusement, l'ours nous fait encore des dégâts, et les répercussions sur les troupeaux sont réelles. La présence de l'ours reste assez problématique, et c'est un sujet à éviter.

16. Quels freins ou limites identifiez-vous actuellement au développement de la randonnée itinérante ?

Les parkings au niveau de certains lieux touristiques sont très vite remplis et débordent parfois, et il y a très peu de places. À Gavarnie, on râle parce que le parking est payant même pour les locaux, donc ça nous impacte. Après, dans la montagne il y a beaucoup de refuges qui ont été refaits, avec des places supplémentaires.

17. Pensez-vous que ce type de tourisme est durable ? Pourquoi ?

Oui, car les gens découvrent la petite randonnée et si ça leur plaît, ils vont ensuite aller sur de la randonnée itinérante, et ça les amène à faire attention aux milieux naturels. Ces gens qui découvrent la randonnée itinérante vont faire attention à cet environnement, plus que ceux qui viennent en famille ou le week-end. Ils découvrent des lieux tellement magnifiques qu'ils veulent continuer à protéger ces lieux. Franchement, je ne pense pas que ce soit la randonnée itinérante qui impacte beaucoup la biodiversité, ce serait plus la petite randonnée à la journée. Ce n'est pas parce que tu as planté une tente une nuit à un endroit que tu vas abîmer tout ça quoi.

18. Comment voyez-vous la randonnée pédestre évoluer dans le moyen et le long terme ? Pourquoi ?

Il va peut-être y avoir encore plus de gens dans les prochaines années, mais pas beaucoup plus non plus. La randonnée itinérante, c'est quand même réservé à des gens sportifs, et tout le monde ne peut pas y accéder. Il n'y a pas forcément un gros coût financier, mais par la condition physique que ça exige, tout le monde ne peut pas aller sur de la randonnée itinérante. Les petites rando, jusqu'au lac de Gaube ou au cirque de Gavarnie, allez oui, mais dès que tu t'éloignes de ces grandes randonnées faciles, il y a beaucoup moins de monde quand même. Après financièrement, à part avoir une bonne paire de chaussures, un sac à dos et éventuellement une petite tente, ou alors faire une nuit en refuge, qui reste moins chère qu'une nuit en hôtel. Pour le matériel, les premiers prix de chez Décathlon sont accessibles, et quand on achète un sac à dos, on en a pour 15 ans, après oui, les paires de chaussures ça s'use mais voilà. Je pense que pour moi, ce n'est pas un loisir cher.

19. Souhaitez-vous ajouter quelque chose concernant votre expérience ou votre perception de la randonnée et de ses impacts ?

Non, je crois avoir tout dit !

Annexe n°5 : Entretien avec Marine LALLIER (Corsica Aventure) :

1. Peux-tu te présenter et nous expliquer ton rôle au sein de l'agence Corsica Aventure, ainsi que ton lien avec la randonnée pédestre itinérante ?

Je m'appelle Marine et je travaille au sein de l'agence Corsica Aventure. La randonnée pédestre itinérante constitue l'activité principale de mon travail, ce qui m'amène à y être confrontée quotidiennement. Sur le plan personnel, j'en ai également beaucoup pratiqué. J'ai découvert la randonnée lors de mon premier emploi, au Sultanat d'Oman, où je travaillais pour une agence réceptive. Cette expérience m'a donné envie de rester dans ce domaine, et depuis, je pratique la randonnée aussi bien dans un cadre professionnel que personnel.

2. Sur le plan économique, les retombées liées à la randonnée sur votre territoire sont-elles importantes ?

Oui. Ce n'est pas l'activité touristique principale, mais la randonnée en Corse est très utilisée et s'est fortement développée au fil des années. Même si ce n'est pas la seule forme de tourisme, les retombées économiques sont relativement importantes, notamment grâce à la médiatisation du GR20.

3. Votre activité ou votre commune dépend-elle économiquement de la randonnée ?

Mon activité, oui, forcément. En revanche, la commune d'Ajaccio en elle-même dépend moins de la randonnée, car ce n'est pas l'activité la plus développée localement. En revanche, à l'échelle régionale, la randonnée représente un enjeu économique important.

4. Selon toi, la randonnée contribue-t-elle au développement local, notamment des zones rurales ou isolées ?

Il n'y a pas vraiment de zones en grande difficulté, mais pour les zones rurales, oui. La randonnée a permis de développer certains petits villages par lesquels personne ne passait auparavant. Après, les principaux axes de randonnée sont connus depuis de nombreuses années.

5. As-tu des exemples de villages qui se sont développés grâce à la randonnée ?

Oui, par exemple les villages situés sur le Mare a Mare Sud, comme Sainte-Lucie-de-Tallano, ou d'autres petits villages du même type. En Balagne aussi, il existe de nombreuses randonnées qui traversent de petits villages, et cette dynamique se développe de plus en plus.

6. Quelles améliorations permettraient, selon toi, de mieux valoriser la randonnée sur le plan économique ?

La randonnée est déjà très bien développée économiquement. On arrive même davantage à une forme de saturation. Chercher à développer encore plus la randonnée d'un point de vue économique devient compliqué aujourd'hui.

7. Il faudrait donc développer d'autres activités ?

Oui, plutôt.

8. Quels sont selon toi les effets de la randonnée sur l'environnement ?

Les effets négatifs sont liés principalement aux déchets laissés par certains randonneurs, à la surfréquentation qui abîme les sentiers, ou encore aux comportements irrespectueux, comme le fait de ramasser des pierres pour les ramener chez soi. Ce sont surtout ces aspects-là.
En revanche, ces dernières années, on observe une prise de conscience écologique un peu plus marquée chez les pratiquants. Reste à voir comment cela évoluera dans les années à venir.

9. Sais-tu si certains sentiers sont nettoyés ? Existe-t-il des volontaires ?

De plus en plus ces dernières années, le PNRC entretient les sentiers qui relèvent de sa compétence. Ensuite, beaucoup de sentiers sont également nettoyés par les accompagnateurs ou par les habitants locaux. Certaines communes s'en occupent aussi, mais cela repose très souvent sur du bénévolat.

10. Penses-tu que la randonnée peut avoir des effets positifs sur l'environnement ?

Oui, dans le sens où elle permet à des personnes qui n'ont pas forcément accès à la nature de la découvrir. Cela permet de voir des animaux qu'elles n'ont jamais vus, et de prendre conscience de l'impact écologique de l'être humain. Parfois, lorsqu'on arrive dans un endroit très dégradé, cela peut provoquer une vraie prise de conscience et donner envie d'agir.

11. Ressens-tu un impact lié à la présence d'entités protectrices comme le PNR ou le PNRC ? Est-ce positif ou négatif ?

Le PNRC n'a pas forcément une très bonne réputation, car on a souvent l'impression qu'il ne fait pas grand-chose. Il y a un léger mieux, mais malheureusement, les responsabilités sont souvent renvoyées d'un acteur à l'autre.
Concernant les refuges, par exemple, certains sont dans un état déplorable. Le PNRC rejette parfois la responsabilité sur les gardiens, qui eux-mêmes disent que ce n'est pas leur rôle. Le PNRC aurait besoin de se mobiliser davantage et de moins fonctionner par copinage.

12. Des actions concrètes sont-elles tout de même mises en place ?

Un peu, mais cela n'aboutit pas toujours à des résultats concrets. Par exemple, sur le site de la Spelunca, qui est très dégradé depuis novembre 2023, des agents ont été envoyés pour constater l'état des lieux plusieurs mois plus tard. Mais depuis, rien n'a réellement été fait. Cela fait pourtant plus d'un an et demi.

13. Sur le plan social, la randonnée contribue-t-elle à valoriser le patrimoine local et culturel ?

Oui, clairement. Les sentiers qui traversent les villages, comme les Mare a Mare, permettent de valoriser le patrimoine, la culture corse, qui est très forte, mais aussi l'agriculture et les savoir-faire locaux.

14. Observe-t-on des tensions entre randonneurs et habitants ou plutôt une bonne cohabitation ?

Cela dépend. Certains habitants en ont assez du tourisme et l'acceptent difficilement. Mais en règle générale, si les visiteurs sont respectueux, polis et discrets, tout se passe bien. Malgré leur réputation, les Corses accueillent bien les gens qui se comportent correctement. Les tensions apparaissent surtout avec des comportements excessifs ou déplacés, comme le touriste qui exige un repas très spécifique dans un refuge isolé, inaccessible par la route.

15. As-tu entendu parler d'une surfréquentation ou d'impacts liés à un trop grand nombre de randonneurs ?

Oui, clairement. Cela a un impact important. C'est pour cette raison que l'accès a été limité dans certains endroits comme les îles Lavezzi ou Bavella.

16. Les quotas sont-ils toujours en place ?

Aux Lavezzi, oui. Pour Bavella, je ne sais pas s'ils ont été remis cette année. Il y avait aussi un troisième site, mais je ne me souviens plus lequel.

17. Peux-tu identifier un profil type de randonneur (âge, catégorie socioprofessionnelle, budget) ?

Dans notre agence, il s'agit généralement de personnes âgées de 45 à 65 ans, avec une situation financière confortable, plutôt CSP+.
En revanche, les randonneurs individuels ont des profils beaucoup plus variés, selon le type de randonnée pratiqué. Le trail se développe également beaucoup : il attire un public plus jeune, plus sportif, avec un budget généralement plus limité.

18. Pour conclure, quels freins ou limites identifies-tu au développement de la randonnée itinérante ?

La randonnée est déjà très développée. Le principal enjeu aujourd'hui est de limiter la fréquentation afin de préserver la nature, donc l'aspect écologique est central.
Un autre frein concerne l'accessibilité de la Corse : le coût des transports (bateaux, avions) reste élevé, ce qui peut freiner certains publics.

19. Penses-tu que ce type de tourisme soit durable ?

Il peut l'être, mais il reste beaucoup de travail à faire pour que ce soit réellement le cas. Dans son état actuel, le modèle montre déjà ses limites, notamment au niveau des refuges : un seul sanitaire pour 200 personnes, c'est parfois insalubre. Sans amélioration ou mise en place de quotas, ce modèle ne pourra pas durer.

20. Les principaux problèmes concernent donc les refuges et l'environnement ?

Oui, mais aussi les hébergements, qui manquent de plus en plus selon les secteurs.

21. Est-ce lié à l'augmentation de la fréquentation ?

Oui, et aussi au fait que certains gîtes ferment, notamment hors GR20. Sur le Mare e Monti, par exemple, il y a de moins en moins de gîtes, ce qui nous oblige à modifier les itinéraires chaque année.

22. Pourquoi ces fermetures ?

Souvent, ce sont des pensions de famille, et les repreneurs ne souhaitent pas continuer l'activité. Parfois, ce n'est pas assez rentable, ou les propriétaires se lassent.

23. Comment vois-tu l'évolution de la randonnée pédestre à moyen et long terme ?

Je pense qu'elle va évoluer en deux directions. D'un côté, une pratique plus sportive, orientée trail et défi physique, qui va continuer à se développer. De l'autre, une randonnée plus confortable, avec une demande croissante pour des formules comme le GR hôtel. Les attentes en matière de confort augmentent clairement.

24. Donc deux extrêmes ?

Oui, exactement.

25. Souhaites-tu ajouter quelque chose ?

Non, je pense qu'on a fait le tour.

Merci Marine.

Annexe n°6 : Entretien avec Alizée VISCONTI (AMM en Corse et Alpes) :

1. Peux-tu te présenter et expliquer ton parcours professionnel ?

J'ai 33 ans. J'ai fait des études d'ingénieur et j'ai un doctorat en physique-chimie des matériaux. C'est pendant mon doctorat que j'ai découvert la montagne. Pendant environ deux ans, j'ai fait beaucoup d'expéditions, plutôt en alpinisme. Ça m'a permis de beaucoup voyager et surtout de découvrir tout l'univers de la montagne.
Après ça, j'ai hésité entre passer le diplôme de guide de haute montagne et celui d'accompagnatrice en montagne. J'ai pesé le pour et le contre, et je me suis finalement dirigée vers la voie d'accompagnatrice en montagne, donc guide de randonnée. C'est ce que je fais depuis maintenant cinq ou six ans.

2. Que représente pour toi la randonnée pédestre itinérante, sur le plan personnel et professionnel ?

Personnellement, je ne fais pas beaucoup de randonnées pour le plaisir. Je fais surtout de l'escalade. La randonnée me sert surtout à accéder à des voies d'alpinisme : parfois il y a une grosse marche d'approche, un bivouac, puis on fait la voie. Mais je ne pars pas randonner juste pour randonner, à titre perso.
En revanche, sur le plan professionnel, la randonnée itinérante, c'est avant tout mon métier. Ça me permet tout simplement de vivre. C'est aussi une vraie forme d'évasion. Le fait de rester plusieurs jours en montagne, complètement déconnectée du quotidien, c'est quelque chose que j'adore. Ce que j'aime particulièrement, c'est vivre au rythme de la nature : se lever avec le soleil, adapter ses journées à la lumière, profiter du jour comme de la nuit. En montagne, on marche le jour, on dort la nuit. Contrairement à la vie quotidienne où on s'impose des horaires artificiels, là on s'adapte vraiment à la nature.
Et puis il y a la beauté des paysages, tout ce qu'on vit autour, c'est vraiment incroyable. Dans le cadre du travail aussi, comme il y a souvent un dépassement de soi, les gens sont plus vrais. On discute beaucoup, on échange, et on découvre les personnes autrement, dans un cadre exceptionnel.

3. Les retombées économiques liées à la randonnée dans ton territoire sont-elles importantes ?

En Corse, un petit peu, mais ce n'est clairement pas là que les touristes dépensent le plus d'argent. Sur le GR20, oui, il y a une économie liée à la randonnée, et les gens qui travaillent dessus en vivent. Mais les randonneurs dépensent peu. Le « GRiste », il paye son refuge, il paye sa bouffe, et c'est à peu près tout.
Ceux qui passent par des agences dépensent davantage pour le séjour, mais en dehors de ça, pas beaucoup plus. Nous, avec Corsica Aventure, la nourriture est prise sur place. Mais ceux qui viennent seuls, c'est tout juste s'ils ne viennent pas avec leur lyophilisé. Donc les retombées économiques pour la Corse, liées au GR, restent assez faibles. Ce ne sont pas eux qui vont beaucoup consommer au restaurant ou acheter des souvenirs.

Est-ce différent dans d'autres régions ?

Oui, clairement. Dans le Vercors, par exemple, c'est un territoire où la population locale vit du tourisme été comme hiver. Il y a beaucoup de randonnée, beaucoup de VTT, surtout de la randonnée. Là, tu as des hôtels, des restaurants, parce que les gens partent beaucoup plus à la journée.
En Corse, encore une fois, je parle surtout du GR20. Il y a sûrement des gens qui font des balades à la journée autour de Zonza ou ailleurs, mais je ne connais pas assez cette population-là pour en parler.

4. Ton activité ou ta commune dépendent-elles économiquement de la randonnée ?

Complètement. Moi, je travaille surtout l'été en Corse. En octobre, je fais encore un peu de scolaire, et en novembre je ne travaille pas du tout. J'ai un mois complet sans activité. Ensuite, de fin mars à fin avril, je n'ai pas de boulot non plus.
Sur le GR20, hors saison, tout est fermé. Et là où je vis dans le Vercors, c'est un peu pareil : en hors saison, la supérette est fermée, les commerces ferment, tout est à l'arrêt. C'est ouvert l'été, ouvert l'hiver, mais entre les deux, en novembre notamment, quand il ne fait pas beau et qu'il n'y a pas encore de neige, tout ferme. Les gens prennent tous leurs vacances au même moment.
Après, oui, une saison suffit pour vivre à l'année, parce que c'est lissé, mais il y a clairement des mois sans salaire.

5. Penses-tu que la randonnée contribue au développement local, notamment dans les zones rurales ?

Je pense que la randonnée contribue surtout au développement des zones où il y a déjà un attrait fort pour la randonnée. Aujourd'hui, il y a un vrai engouement pour la randonnée connue, voire « instagrammable ».
Le GR20 est super connu, il a énormément grossi. Mais un petit coin paumé, même s'il y a de très jolies randonnées, si ce n'est pas connu, je ne suis pas sûre que ça contribue au développement de quoi que ce soit, parce que personne n'y va.
Des villages comme Conca jusqu'à Vizzavona, sans le GR20, il n'y a rien. À Vizzavona, tout est basé sur le GR : hôtels, supérette, gare. En revanche, le GR ne passe pas par énormément de villages.
Dans le Vercors, c'est différent. En randonnée itinérante, on passe souvent par des refuges. Sinon, l'été, les gîtes sont blindés. Il y a des randonneurs partout. Et quand tu regardes le chemin de Compostelle, là par contre, ça développe énormément les territoires.

6. Quelle amélioration permettrait de mieux valoriser la randonnée sur le plan économique ?

Déjà, développer la nourriture locale. En Corse, l'été, il y aurait largement de quoi bien manger, bien mieux que ce qu'on mange sur le GR. Mais après, c'est une histoire de coût et surtout de quantité à fournir. Aujourd'hui, c'est quasiment que de la nourriture importée. Les produits corses, à eux seuls, ne peuvent pas nourrir toute la Corse l'été, ce n'est juste pas possible.

7. Quels sont les impacts environnementaux de la randonnée ? Positif ou négatif ?

Pour moi, l'impact est clairement négatif. Sur le GR20, on voit très peu d'animaux. Dès que tu sors des sentiers, tu vois des mouflons, des cerfs, de la faune partout. Il y a aussi énormément de déchets humains, des mouchoirs derrière chaque caillou, et ça ne se dégrade pas.
Le piétinement tasse les sols, provoque de l'érosion, surtout quand les gens coupent les virages. Plus on concentre d'humains sur un milieu naturel, plus on le détruit. C'est très bon pour l'humain, mais pas pour l'environnement.

8. Les randonneurs sont-ils suffisamment sensibilisés ?

Ils sont sensibilisés, mais ils ne se rendent pas compte de plein de petites choses. Couper un sentier, nourrir un animal sauvage, ce sont des gestes faits sans mauvaise intention, mais qui ont de grosses conséquences. Par exemple, donner un sandwich à une marmotte peut la faire mourir pendant l'hibernation.

9. Ressens- tu un impact de la présence d'entités protectrices comme le parc naturel ?

Oui, il y a un impact. Avant, sur le GR20, les nuitées étaient payées directement aux gardiens, qui devaient ensuite reverser au parc. Il y a deux ou trois ans, ils ont mis en place la réservation en ligne. Depuis, le parc récupère directement l'argent des nuitées.
Depuis ce moment-là, il y a eu des améliorations : des toilettes, des terrasses pour les tentes pour éviter que l'eau ruisselle dedans, des douches, parfois même de l'eau chaude. Je trouve que depuis trois ans, il y a eu du progrès, clairement.
Malgré ça, on reste bien en dessous de ce qui se fait dans les Pyrénées et dans les Alpes, pour un prix équivalent. Là-bas, il y a une vraie qualité d'accueil, de nourriture et d'hébergement.

Et sur la protection de l'environnement, quel est l'impact ?

La protection est compliquée parce que la Corse est immense, avec très peu de villages et de très grandes zones sauvages. Empêcher le bivouac sauvage, c'est extrêmement difficile. Moi, à chaque GR, j'en croise. Certains se vantent même de ne pas payer le refuge et de poser leur tente alors que c'est interdit.

10. La randonnée contribue-t-elle à la valorisation du patrimoine local ?

En tant qu'accompagnatrice, j'essaye en tout cas. Quand je croise un berger, je discute. Je parle du fromage, des bêtes, du territoire. Les gens adorent ça. Sur le GR20, on croise peu de locaux parce que c'est très isolé, mais quand un gardien raconte des histoires, c'est toujours apprécié.
Après, sur le GR20 plus qu'ailleurs, la tendance est à la performance : aller vite, enchaîner les étapes. Les gens prennent moins le temps que sur d'autres itinéraires, comme un tour de la Vanoise par exemple. En revanche, entre randonneurs, il se crée de vrais liens sociaux.

11. Y a-t-il des tensions entre randonneurs et acteurs locaux ?

Oui, ça se frite parfois. Souvent entre les gardiens et les randonneurs. Les gardiens sont épuisés, parfois pas très sympas, et les randonneurs ne sont pas toujours respectueux non plus : tentes sales, déchets, manque de considération pour le travail du gardien. Beaucoup de randonneurs ont au moins une mauvaise histoire avec un gardien sur le GR20.

12. Quel est le profil des randonneurs que tu rencontres ?

Mes clients sont en général plus âgés, autour de 45 ans, parce que deux semaines à 800 ou 1 800 euros, il faut pouvoir les payer. Ce sont souvent des cadres ou des personnes qui économisent longtemps pour réaliser ce projet.
Les randonneurs que je croise en solo sont souvent plus jeunes, parfois de mon âge, souvent influencés par ce qu'ils ont vu sur les réseaux sociaux. Tant qu'il fait beau, tout va bien. Mais au premier orage, ils viennent demander conseil aux guides.

13. Quelles sont les limites actuelles au développement de la randonnée itinérante ?

La principale limite, c'est la quantité de personnes. Sur le GR20, on a déjà dépassé les capacités d'accueil. Il y a aussi des problèmes d'eau et de sécurité. Trop de monde, c'est plus de risques, plus d'érosion et un appauvrissement de la faune et de la flore. Comme sur le Mont-Blanc, il faudra de plus en plus limiter l'accès.

14. Penses tu que ce tourisme soit durable ?

Oui, tant que ça reste contrôlé en volume.

15. Comment vois-tu évoluer la randonnée dans les années à venir ?

Je pense que ça va continuer à prendre de l'ampleur. Le sport et le plein air sont de plus en plus à la mode. Mais on est aussi dans une logique de course à la performance. Avant, les gens prenaient un mois, une carte, redescendaient dans les villages. Aujourd'hui, ils te disent surtout « j'ai doublé les étapes », parfois même avant de te dire bonjour.

16. Souhaites-tu ajouter quelque chose ?

Non c'est très bien.

Annexe n°7 : Entretien avec un agent du PNR de Corse :

1. Pouvez-vous vous présenter et nous expliquer votre rôle au sein du PNRC, ainsi que ton lien avec la randonnée pédestre itinérante ?

Je suis agent technique au parc naturel et régional de Corse depuis 22 ans. Mes missions, c'est essentiellement du travail estival sur le GR20 et dans un refuge avec deux autres collègues, pour l'accueil et tout ce qui tout ce qui incombe au fonctionnement d'un refuge. L'hiver on s'occupe des chemins, monte dans les refuges pour qu'ils soient praticables.

2. Que représente pour vous la randonnée itinérante sur le plan personnel et professionnel ?

Moi, j'y suis tout le temps par rapport au travail. On est tout le temps sur les chemins que ce soit sur les Mare a Mare ou sur le GR20, pour s'occuper de l'entretien, la signalétique, le balisage et la mise en état des chemins. L'hiver on y est aussi à ski dans le massif.

3. Quelle place occupe la randonnée itinérante dans les missions et les actions du PNRC ?

Le PNRC a cinq services : il y a la randonnée, l'éducation, l'environnement, le patrimoine et les réserves comme Scandola. Mais la randonnée, je pense que c'est au moins 60 % du boulot du parc.

4. La randonnée représente-t-elle une source de revenus pour le PNRC ?

Oui. Le Parc régional est financé en partie par la Région et les rentrées économiques liées à la randonnée viennent des nuitées dans les refuges.

5. Ces revenus proviennent- ils surtout du GR20 ou également du Mare a Mare ?

Les Mare a mare ne font pas vivre le Parc, parce que ça transite par les communes et par des gîtes privés. Par contre le GR20, toute la centrale de réservation est gérée par le Parc et l'argent rentre au Parc. Ça sert essentiellement à l'investissement et au fonctionnement, tout au long de l'année.

-

6. Pensez vous que la randonnée a servi de levier de développement local pour certains territoires de Corse, des endroits un peu enclavés ?

Il y a une surfréquentation sur le GR20 avec à peu près 20 000 personnes par an. Indirectement ça crée du développement économique notamment pour les gardiens qui achètent leurs produits dans les vallées. Ça fait fonctionner les hélicos et les muletiers. Il y a une économie qui se crée grâce au GR. Le parc essaie maintenant de moins faire de pubs pour le GR20 et de renvoyer un peu les gens sur les Mare a Mare et Tra mare e Monti pour désengorger un peu le GR et pour renvoyer une partie des randonneurs vers l'intérieur. Mais ça n'a rien à voir avec le GR. Le GR est surfréquenté. On est à la limite. Il y a une centrale de réservation. Les gens arrivent même sans réservation. Maintenant le prix des tickets a augmenté pour ceux qui arrivent sans réservation, pour les décourager. Mais malgré ça, il y a quand même du monde.

7. Le PNRC met-il en œuvre des actions pour favoriser les retombées économiques liées à la randonnée ?

Comme je te l'ai dit, au refuge, il y a beaucoup de personnes par jour. Il faut donc les faire manger et boire. Ceux qui travaillent avec nous, je les appelle les « épiciers », ils ont la délégation de service public pour la nourriture. En début de saison, ils font leurs achats un peu partout : chez les producteurs régionaux, dans les supermarchés ou auprès des distributeurs de boissons. ça représente beaucoup d'activités.

8. Le PNRC s'occupe-t-il directement de ces achats ?

Non, c'est le délégataire qui a le refuge pendant trois ans. Il achète tout ce qui est nourriture et boisson dans la vallée, donc ça fait travailler du monde. Après il faut tout monter avec des hélicos. Ils font travailler des muletiers pour évacuer les poubelles. Le Parc fait des travaux dans tous les refuges. Ça fait travailler des entreprises, des architectes, économiquement c'est important.

9. Quelles sont les missions du Parc concernant la randonnée, l'entretien des sentiers et les refuges ?

Les missions du parc liées randonnée, c'est essentiellement de maintenir en état les grands itinéraires : c'est-à-dire le GR20, les Mare a Mare et Tra mare e monti. Il faut les entretenir, les baliser et mettre une signalétique. Pour les refuges qui appartiennent au Parc, il faut les

garder en état et chaque année. Chaque année il y a des travaux dans les différents refuges, que ce soit pour les sanitaires ou pour les toitures. Il y a toujours quelque chose à faire. En fonction du besoin et de l'urgence, c'est le parc qui fait des travaux d'investissement dans chaque refuge. Nous les agents du Parc qui sommes dans les refuges, on est là pour réguler les gens qui arrivent, voir s'ils ont réservé, vendre les tickets, et gérer la sécurité. On s'occupe aussi des problèmes de sanitaires, des canalisations, des captages d'eau. En résumé, on gère tout sauf la nourriture et les boissons pendant la saison estivale.

10. Les refuges appartiennent-ils au Parc en Corse ?

Les 16 refuges appartiennent au Parc. Ils sont sur des communes bien précises et comme le parc est un syndicat mixte, les communes donnent les délégations au Parc pour toute gestion. C'est le Parc qui en est propriétaire pour la saison estivale pendant cinq mois, c'est les gérants, ceux qui ont eu la délégation de service public pendant trois ans, c'est eux qui gèrent tout ce qui est bouffe et boisson.

11. Comment s'organise l'entretien des refuges et des sentiers en hiver ?

Les refuges du GR20 restent ouverts, mais ils ne sont pas gardés l'hiver. Tous les 15 à 20 jours, les agents du Parc font un tour dans chaque refuge pour vider les poubelles, mettre un peu de bois, donner un coup de balai et vérifier que tout se passe bien. Comme on va moins sur le GR20 l'hiver à cause de l'altitude et de la neige, on travaille davantage sur les Mare a Mare, essentiellement sur les chemins. On ne s'occupe pas des gîtes, puisqu'ils sont privés.

12. Quels sont, selon toi, les effets de la randonnée sur l'environnement ?

Il y a un peu de dégradation sur les chemins. Dans les zones où il y a beaucoup d'éboulis, le passage trace le chemin et les pierres partent. Mais comme la fréquentation n'est pas la même toute l'année et qu'elle est essentiellement concentrée l'été, la nature se régénère un peu pendant l'hiver.

13. Le GR20 est-il vraiment impraticable en hiver ?

L'hiver, le GR20 est enneigé à environ 60 %. Il n'y a pas beaucoup de monde, seulement quelques personnes qui montent le week-end dans les refuges. Quand il y a beaucoup de neige, il y en a qui font la traversée à ski : ça s'appelle l'Alta Strada.

14. Penses-tu que les randonneurs sont sensibilisés à leur impact écologique ?

Ils sont quand même assez respectueux. On ne trouve pas beaucoup de déchets sur le GR20 entre les étapes.

15. Est-ce également le cas sur les Mare a Mare ou les autres sentiers ?

Oui, sur les Mare a Mare aussi. Mais leur fréquentation est dérisoire en comparaison. Par exemple, sur le Mare a Mare Nord, il y a eu environ 500 personnes l'année dernière. Alors que le GR il y en a eu 20 000.

16. Le PNRC met-il en place des actions particulières pour protéger certaines espèces ou certains espaces ?

Il y a des mesures dans les zones où se trouve le gypaète barbu. Comme il y a peu de couples, ils sont surveillés et protégés en permanence. Lorsque le petit va naître ou vient de naître, certaines zones sont interdites au survol en hélicoptère pour ne pas les déranger, sauf pour les secours. Pour les visiteurs, c'est différent : nous ne sommes pas un parc national, donc les chiens sont autorisés. Ça peut poser problème avec les mouflons si un chien part derrière eux, et il n'y a pas vraiment de police sur le terrain.

17. Comment le Parc fait-il respecter les interdictions, par exemple concernant le bivouac ?

À l'époque, il y avait des agents assermentés qui pouvaient mettre des PV. Aujourd'hui, certains agents ont passé l'assermentation, mais toute la procédure de verbalisation et de surveillance n'a pas réellement été mise en place. Si on voit des gens bivouaquer là où ils n'ont pas le droit, notamment près des refuges, on leur dit que c'est interdit. Mais s'ils persistent, on n'a pas réellement de moyen de les faire partir ni de leur mettre un PV. C'est donc surtout de la dissuasion. Parfois, je leur dis que s'ils croisent nos collègues, ils risquent

une amende de 135€, mais c'est de l'intox. La direction du Parc et les communes n'ont pas mis en place tout le dispositif de verbalisation et de surveillance.

18. Selon toi, le PNRC pourrait-il agir davantage pour préserver les espaces naturels ?

C'est sûr qu'il pourrait y avoir plus de surveillance justement pour ce que l'on vient de dire. Ca éviterait que des gens restent aux abords des lacs ou au milieu des étapes. Il n'y en a pas beaucoup, mais avec plus de surveillance il n'y en aurait plus du tout.
Il y a aussi la préservation des mouflons pour éviter qu'ils soient dérangés. Comme il y a déjà beaucoup de monde, le Parc essaie de réguler la fréquentation et n'a pas trop augmenté les capacités des refuges pour ne pas accentuer la surfréquentation

19. Existe-t-il aujourd'hui des quotas dans les refuges ?

Oui. On est autour de 120 personnes, même si ça dépend des refuges. Avant, il n'y avait pas de quota et on pouvait parfois arriver à 150 personnes. Les quotas ont été mis en place avec l'explosion de la randonnée, surtout depuis 2018 et depuis le Covid. Avant, c'était à peu près correct ; maintenant, il y a trop de monde. Mais ce qu'il y a c'est que c'est cher donc il y en a moins qui viennent.

20. Sais-tu pourquoi la fréquentation a autant augmenté depuis 2018 ?

Je ne sais pas vraiment. Après le Covid, ça a explosé, ça c'est sûr. Nous, on était pas dans les refuges avant 2018, donc je ne connais pas précisément les chiffres de cette période mais disons que depuis le Covid ça a explosé. Il y a aussi beaucoup de trailers qui font le GR20 qui doublent les étapes, qui sont rapides. Ça c'est beaucoup développé, et est ce que ça a un impact ? Je ne sais pas.

21. Penses-tu que la randonnée contribue à valoriser le patrimoine culturel et naturel de la Corse ?

Pour le patrimoine, pas tant que ça, je trouve. Les gens viennent surtout, je pense, pour la beauté des paysages et parce que le GR20 a cette réputation de chemin très difficile. Pour la culture corse et le reste, beaucoup s'en battent les cacahuètes. Ils viennent une semaine, ils ont une semaine pour faire le GR Nord. Quand il fait mauvais, on leur dit de ne pas partir parce que c'est dangereux, mais ils répondent qu'ils doivent repartir dimanche. C'est un peu un tourisme de consommation.

22. Trouve-t-on malgré tout des produits corses dans les refuges ?

Il y a de la charcuterie et du fromage. Après, certains refuges sont loin des routes, donc ce n'est pas évident. Pour faire une soupe corse avec des légumes du jardin ou du veau aux olives par exemple, il faut pouvoir conserver la viande et monter les légumes avec un âne ou un hélicoptère. Ce n'est donc pas simple. Il y a certains produits corses, mais pas beaucoup plus que ça.

23. Observes-tu des tensions entre les randonneurs et les acteurs du territoire, notamment dans les refuges ?

Pas du tout dans les refuges. Les randonneurs arrivent, ils n'ont pas trop le choix. Nous, on n'a pas d'histoires, même si de temps en temps il peut y avoir quelqu'un de plus compliqué. On est plutôt cool, mais après quand quelqu'un casse les bonbons, on le recadre tout de suite, qu'est ce que tu veux qu'il fasse ?. Ce ne sont pas les mêmes comportements qu'à la plage : là-haut, tout le monde discute, les gens s'aident et se parlent à table. Ça n'a rien à voir avec la plage où ils se regardent tous, le plus beau, le plus bronzé, le machin. Il y a plus d'entraide et c'est plus sympa. On n'a pas de problème particulier.

24. Peux-tu identifier un profil type de randonneur sur le GR20 ?

Le problème, c'est qu'il y a de tout. Il y a des randonneurs habitués et entraînés, qui vont marcher sans problème. Ensuite, tu as le « Parigo » qui n'a jamais fait de montagne et qui pense que, parce qu'il est en bonne condition physique, il va réussir, mais il ne s'en sort pas. Il y a aussi des personnes âgées trop chargées, qui ne savent pas marcher sur les cailloux et qui peuvent mettre 12 heures pour faire une étape. Il y a vraiment de tout. Je dirais qu'environ 20 % sont de vrais montagnards qui savent de quoi ils parlent. Les autres, ils ne savent pas marcher, ils ont des sacs à dos qui sont énormes. Faire le GR20, c'est la mode. Quand on leur dit qu'il ne faut pas partir parce qu'il fait mauvais temps, certains répondent qu'ils doivent prendre le bateau ou le train et partent quand même. Le vrai montagnard, lui, va écouter parce qu'il sait de quoi on parle.
En plus on voit les gens, ils arrivent tard au refuge chez nous, c'est pénible. Quand tu arrives au refuge vers 14 heures, tu as le temps de t'installer, de prendre ta douche, de discuter avec les gardiens et les autres randonneurs, de poser des questions sur le patrimoine ou sur le refuge. Ensuite, tu manges tranquillement et tu prépares l'étape du lendemain. Quand ils arrivent à 19 ou 20 h, ils n'ont pas monté la tente, ils n'ont pas mangé, ils ne se sont pas lavés et ils sont complètement épuisés physiquement. Où est le plaisir ? On est en

montagne : même si notre refuge n'est qu'à 2000m, c'est vraiment de la montagne et c'est difficile.

25. Les randonneurs consomment-ils beaucoup dans les refuges ?

Les randonneurs de juin et de septembre consomment beaucoup : ils prennent le repas et un peu de tout. En juillet et août, il y a plus de jeunes, de vacanciers, de colonies, d'écoliers ou d'étudiants, qui ont généralement un budget plus limité. Ils dépensent donc un peu moins. Ce n'est pas la même population.

26. Quels freins identifies-tu au développement de la randonnée itinérante ? Penses-tu que ce tourisme soit durable ?

Pour l'instant, ça dure et ça ne désemplit pas : la fréquentation augmente. Dès que la centrale de réservation ouvre, c'est tout de suite plein.

27. Comment vois-tu l'évolution de la fréquentation sur le long terme ?

Sur le long terme, je pense que le Parc va rester sur sa position, c'est-à-dire limiter les capacités autour de 120 personnes et faire payer beaucoup plus cher ceux qui arrivent sans réservation. Cette année, on voit déjà qu'il y a moins de personnes qui arrivent comme ça. Je ne sais pas si c'est parce qu'elles trouvent ça trop cher ou parce qu'elles commencent à comprendre que, si elles n'ont pas réservé, il ne faut pas venir. On vend moins de tickets aux personnes qui arrivent à la volée. Quand on te dit que c'est complet, c'est complet. Le Parc essaie aussi de ne plus laisser la possibilité de décaler facilement les dates de réservation et de mettre plus de contraintes pour pousser les gens à bien organiser leur parcours.

28. Penses-tu que la situation va se stabiliser avec ce système de réservation et de quotas ?

Moi, je pense que ça va rester comme ça.

29. Et concernant l'environnement, penses-tu que les sentiers vont continuer à se dégrader ?

Il y a des endroits avec des éboulis où, au début, il n'y avait pas beaucoup de traces. Maintenant, le chemin se voit de loin tellement il y a de passages. Mais je ne pense pas que la dégradation soit énorme, parce que l'hiver, cela se stabilise.

30. Quelle différence fais-tu entre un parc régional et un parc national ?

Les parcs nationaux sont plus stricts, mais ce sont des fonctionnements différents.

31. Penses-tu que le Parc naturel régional de Corse puisse un jour devenir un parc national ?

Non. Il y aurait plus de contraintes ; c'est aussi une question politique.

Ce document constitue un travail universitaire réalisé dans le cadre d'un Master dans le Tourisme de Sport et d'Aventure. Toute information, donnée ou analyse issue de ce mémoire et réutilisée dans un autre document devra être dûment sourcée, en mentionnant les auteur·es et la référence du présent travail. La citation de ce mémoire est encouragée pour toute utilisation de son contenu ou de ses résultats.

Crédits photos de la page de garde : D. PRIÈRE

Crédits photos de la page de garde de fin : A. POUSSIN

UFR ESTHUA
TOURISME ET CULTURE
UNIVERSITÉ D'ANGERS

université angers

Adèle POUSSIN & *Dorian* PRIERE
Étudiant·es en Master "Tourisme Sportif et d'Aventure"



Sous la direction de Mme **MANDIN**