



# Camp itinérant à pied : comment le préparer ?

## Dans cette fiche

---

- Les avantages d'un camp itinérant à pied
- Combien de kilomètres par jour ?
- Randonner avec un âne
- Une liste d'autres fiches FAQ Pionniers utiles

## Pour te répondre

---

### Avantages

- Pouvoir atteindre des endroits parfois inaccessibles autrement (points de vue, cours d'eau cachés, sommets...).
- Apprendre à se contenter de l'essentiel et profiter de la nature.
- Se dépenser physiquement et se dépasser. Ça entraîne la solidarité et de la cohésion de groupe.
- Développer des compétences pratiques : orientation, gestion de l'équipement, premiers secours, gestion du temps et planification, communication...

### Combien de kilomètres par jour ?

Pour déterminer le nombre de kilomètres par jour, prenez en compte :

- l'objectif à atteindre ;
- le dénivelé ;
- l'état de forme du groupe ;
- la météo ;
- les endroits de logement ou camping, les points d'intérêts, les pauses nécessaires.

Sur terrain plat, des adolescent-es peuvent marcher 15 à 30 km par jour.

Avec un sac à dos en plus, il est préférable de ne pas viser trop de kilomètres par jour, surtout si vous marchez plusieurs jours d'affilée.

En montagne, la mesure se fait plutôt en **heures** de marche qu'en kilomètres. Des adolescent-es peuvent marcher 4 à 7 heures pour 500 à 1200 m de dénivelé.

## Bienveillance et adaptation

Soyez attentifs les uns aux autres. Chacun a son propre rythme, condition physique et niveau de forme différent. En randonnée, l'essentiel est de s'adapter au plus lent sans le presser.

## Randonner avec un âne : une aventure insolite

Le principe : vous marchez et l'âne porte les bagages (30-40 kg maximum).

Une fois sur place, vous prenez soin de votre compagnon à quatre pattes, enrichissant ainsi votre expérience.

Il est possible de trouver des adresses d'âniers sur internet. Tout vous est expliqué avant de partir. Différentes formules sont envisageables (un ou plusieurs jours, itinéraire libre ou proposé par l'ânier, randonnée accompagnée ou libre, etc.).

### Pour compléter :

#### Fiches FAQ Pionniers

- Comment s'habiller pour la randonnée ?
- Comment faire son sac à dos ?
- Comment tracer un itinéraire ?
- Check-list : as-tu pensé à tout le matériel ?
- Comment gérer l'intendance en camp itinérant ?
- Comment s'hydrater en randonnée ?
- Comment veiller au bien-être et à la sécurité des scout-es en camp itinérant ?
- Comment se préparer à l'aventure d'un camp itinérant ?
- Où dormir lors d'un camp itinérant ?

#### Sur lesscouts.be

- Contenu boîte de soins et trousse de secours

### Encore une question ?

Cette fiche n'a pas répondu à tes questionnements ? Tu restes avec des interrogations ? Consulte les autres fiches de la FAQ ou laisse-nous ta question via le formulaire prévu à cet effet sur la page principale de la FAQ.