

Fast Hiking, Randonnée sportive.



Vous pratiquez la randonnée et souhaitez tester cette activité sous un aspect plus sportif en sortant de votre zone de confort,

Vous êtes un traileur ou une traileuse, vous souhaitez vous entraîner et tester votre autonomie en orientation et ravitaillement,

Vous pratiquez la marche d'endurance, activité sportive au même titre que le Fast Hiking,

Vous souhaitez découvrir la vallée de l'Auvézère au cours d'une activité dynamique,

Nous vous attendons le 16 mai 2026 à Génis pour un événement inédit en Dordogne.

Venez profiter de ce week-end prolongé avec vos amis ou votre famille, ceux qui ne participent pas aux épreuves pourront essayer d'autres pratiques de la FFRandonnée (marche nordique, bâtons dynamiques) et vous pourrez découvrir ensemble des activités culturelles, patrimoniales, artistiques ou gustatives de la région, comme :

[Elevage d'escargots Méli-Mélo](#), [Bergerie de Lanouaille](#), [Rucher d'Artemis](#), [Terre de Noyer](#), [A la noix patiente](#), [Conserverie Mathilde & Mauricette](#), [Ferme Roulland \(foie gras\)](#), [l'atelier du brin d'herbe](#), expo-vente de poteries, céramiques de Catherine, etc.

Et pour vos hébergements, de nombreuses possibilités, comme :

[Domaine voilà](#), [Chambres d'hôtes](#), [autres types d'hébergement...](#)

Mais le Fast Hiking, c'est quoi

C'est une randonnée rapide qui se pratique à allure soutenue en toute autonomie (orientation et ravitaillement) sur un parcours présentant un certain dénivelé et/ou des difficultés techniques. Le fast hiker s'engage dans un défi personnel ou collectif afin de parcourir un itinéraire le plus rapidement possible. Les notions d'effort et d'intensité sont au cœur de l'activité étant donné l'intensité et le rythme de marche (soutenu) que le fast hiker adopte en fonction de ses capacités et du profil du parcours sur lequel il s'engage (dénivelés, difficultés techniques...).

Le fast hiking se pratique avec une carte ou une trace GPX, sur des sentiers balisés ou non, avec le même équipement que la marche d'endurance (un sac léger pour une meilleure autonomie) et le plus souvent avec l'aide de bâtons de marche. [En savoir plus sur le fast-hiking.](#)

Comment découvrir cette activité ?

En raison des critères, technique et dénivelé, associés à cette activité, elle s'est développée dans un premier temps dans les massifs Pyrénéen et Alpin, mais s'étend progressivement à des régions dont le relief offre de bonnes conditions de pratique. C'est le cas en **Périgord vert (Dordogne)** où sont organisées le **16 mai 2026** deux épreuves.



Le 16 mai 2026 en Dordogne, deux épreuves au choix :

- L'open de Fast Hiking : parcours de 20,6 km et Dénivelé +/- 730 m

Accueil : à partir de 8h00 à la salle des fêtes de Génis [45.326245](tel:45.326245), [1.162836](tel:1.162836)

Départ : 9h (fin de course 15h30 max)

- Le Fast Hiking découverte : parcours de 12,7 km et Dénivelé +/- 410 m

Accueil : à partir de 8h00 à la salle des fêtes de Génis [45.326245](tel:45.326245), [1.162836](tel:1.162836)

Départ : 9h15 (fin de course 13h15 max)

Inscriptions :

Pour chaque épreuve, deux formules au choix : en individuel ou en équipe (2 à 4 participants) sur un parcours chronométré non balisé. Pas de classement individuel, mais un classement dans une des 4 catégories (Or, Argent, Bronze et Finisher) en fonction du temps réalisé par le participant (individuel) ou l'équipe.

Tarifs :

Individuel : 15 €/licenciés FFRando, 20 €/non licenciés

Équipe (par personne) : 12,50 €/ licenciés FFRando, 17,50 €/non licenciés

Consultez le [Règlement Fast Hiking Génis \(16 mai 2026\)](#)

Les inscriptions se font en ligne, sur le site internet de la [FFRandonnée/compétition](https://ffrandonnee.competition) (*attention sélectionnez bien la bonne épreuve en début de saisie du formulaire*)