Les 4 saisons du randonneur nu

Contrairement à la fréquentation des centres naturistes principalement estivale, la randonue, grâce à l'exercice physique qu'elle implique, peut être pratiquée toute l'année.

Le été semble à priori idéal en raison de la température, mais présente un certain nombre d'inconvénients. Presque tous les sentiers sont fréquentés par des promeneurs, même les plus reculés. Les activités agricoles, forestières et pastorales battent leur plein.
La flore et la faune sont assez agressives (ronces, orties, framboisiers, taons, mouches et moustiques.) d'autant plus que les itinéraires qui nous restent sont en général mal tracés.
L'automne est magnifique, les hordes de vacanciers étant passées, mais est aussi la période de la chasse. Le chasseur est tout aussi discret que nous ; comme nous circule sur des sentiers peu connus et hors traces. Il peut être à l'affût et emporte souvent des jumelles.
Un corps nu en forêt peut-être facilement confondu avec un chevreuil. Pour toutes ces raisons, soyons prudents en période de chasse !
L'hiver, il est possible avec un peu d'habitude de randonner nu par des températures inférieures à 0 et par temps sec et ensoleillé. . Avant de se dénuder, il est nécessaire d'échauffer le corps par une marche intense. On peut alors continuer nu à condition de maintenir l'effort. Randonner sur la neige à pied ou en raquettes apporte des sensations extraordinaires : caresse du soleil sur la peau, fraicheur d'une petite brise.
Le milieu est peu agressif : ronces, orties, insectes piqueurs ont disparu. Les feuilles étant tombées, le soleil pénètre mieux en forêt où nous évoluerons le plus souvent.
Le printemps voit peu à peu notre terrain de jeux s'agrandir. Les températures plus clémentes permettent des périodes d'exposition plus longues. La fréquentation reste cependant assez faible. Les paysages opposent les verts tendres des feuilles nouvelles aux verts sombres des résineux et aux dernières neiges sur les crêtes. Les sentiers peu fréquentés sont assez faciles à suiore car pas encore envahis par la végétation.

Pour en savoir plus : les acteurs du naturisme en liberté

A partir de 2002, quelques randonneurs naturistes on imaginé de partager leur passion commune à travers un groupe Yahoo. Très vite, ce dernier a pris de l'importance regroupant de nombreux amateurs francophones (plus de 1500 membres à ce jour).
fr.groups.yahoo.com/group/rando-nue

Le site naturiste « vivrenu.com », depuis 2005, ouvre largement ses colonnes à la randonnée naturiste.

L'association APNEL (Association pour la Promotion du Naturisme en Liberté), crée en 2007, oeuvre pour que soit clarifié l'article 222-32 du code pénal français afin que la simple nudité ne soit plus assimilée à de l'exhibition sexuelle.
Site internet : www.apnel.fr

Des associations de randonnée naturiste se sont crées :
- A Marseille :
L'Association naturiste Phocéenne.
Site internet : www.naturistes-phoceens.fr
- en Provence :
L'Association des randonneurs nus de Provence
Site internet : lesrandonneursnusdeprovence.e-monsite.com
- Dans la Drôme :
Les marcheurs nu du Val de Roanne
Site internet : mnvr.e-monsite.com
- en Bretagne :
L'Association des randonneurs naturistes de Bretagne (http://www.arnb.fr/)

Leurs objectifs sont similaires : organiser des randonnées pédestres naturistes dans leur région.
Elle est sont affiliées à la FFRP.

A signaler également une définition de la randonue sur Wikipedia à fr.wikipedia.org/wiki/Randonue

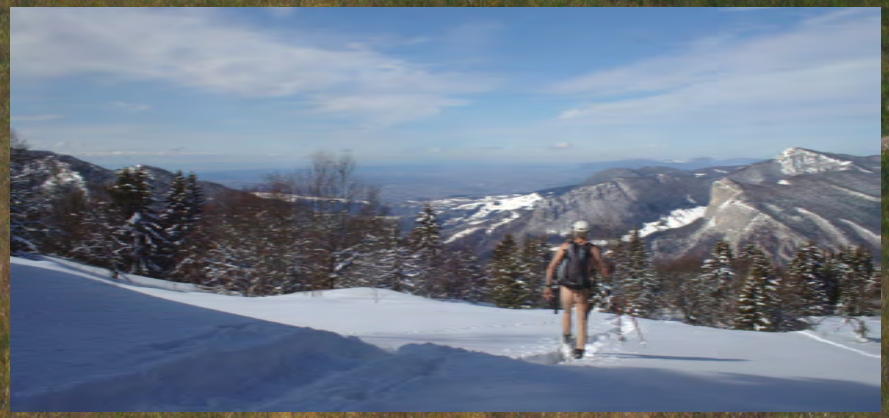
Un certain nombre de blogs individuels traitent de ce sujet. On les trouvera facilement sur internet en tapant le mot clef « randonue »

Pour le naturisme en général, on pourra se référer également au site de la Fédération Française de naturisme :
www.ffn-naturisme.com

Crédit photos : Bruno T.
Cette plaquette est une édition du Pré des Sources.

Nous randonnons nu, C'est notre plaisir,
Mais,
afin d'éviter de troubler qui que ce soit, nous privilégions des itinéraires ou des horaires où les rencontres sont peu probables.

La randonue tout au long des 4 saisons stimule les défenses de l'organisme et nous protège contre les petites maladies de l'hiver.
Elle semble également avoir un effet bénéfique sur les allergies aux pollens du printemps.
Un jour de randonue, c'est huit jours de santé !

Des groupes existent dans toutes les régions de France dont les membres se retrouvent sur le forum fr.groups.yahoo.com/group/rando-nue en vue de sorties collectives.

L'article 222-32 du Code Pénal réprime "l'exhibition sexuelle imposée à la vue d'autrui dans un lieu accessible aux regards du public".
La simple nudité, sans gestes déplacés ne peut être considérée comme une exhibition sexuelle.
Cependant, il semblerait que certains représentants de l'ordre ou magistrats ne fassent pas encore cette distinction. Ce qui explique notre discrétion sur le terrain.
L'association APNEL œuvre pour clarifier ce point.