

LISTE DES ACTIVITÉS RECONNUES PAR LA FFRS

Version novembre 2024

La liste des activités reconnues par la FFRS est établie par le Comité directeur et, en ce qui concerne les activités physiques et sportives, sur proposition de la Direction technique nationale en concertation avec la Commission médicale.

Elle est mise à jour chaque année et présentée à l'assemblée générale de la Fédération.

Elle permet la contractualisation avec l'assureur fédéral relative à la couverture des accidents corporels survenus à l'occasion des pratiques sportives des adhérents.

Le contrat d'assurance souscrit par la Fédération mentionne que pratiques associatives et pratiques individuelles (hors club), reconnues et hors compétition sont couvertes. La notice d'assurance est disponible dans les clubs et sur le site FFRS.

À la liste des activités physiques et sportives ci-dessous mentionnées viennent se rajouter les activités ludiques, culturelles, de relaxation et sophrologie, ainsi que les ateliers « mémoire » organisés par les clubs.

Discipline	Pratique en club et séjour	Pratique individuelle hors clubs
Sports de nature		
Déplacement en milieu naturel		
Char à voile		X
Activités cyclistes sur routes ou tous chemins	X	X
Vélo tout terrain (VTT)	X ^(*)	X ^(*)
Jogging	X	X
Marche nordique	X	X
Marche aquatique côtière	X	X
Randonnée pédestre (toutes formes de marche)	X	X
Randonnée équestre		X
Raquettes à neige	X	X
Roller		X
Ski à roulettes		X
Ski alpin	X	X
Ski de fond	X	X
Ski de randonnée	X	X
Surf des neiges		X
^(*) L'utilisation du vélo VTT est possible dans le cadre des activités cyclistes sur tous chemins, à l'exclusion du VTT Cross.		
Progression encordée		
Escalade	X	X
Via ferrata	X	X
Canyonisme		X
Spéléologie		X
Déplacement en milieu aquatique		
Aviron	X	X
Canoë kayak	X	X
Planche à voile	X	X
Voile	X	X
Surf		X
Stand up paddle (SUP)	X	X
Progression subaquatique		
Plongée	X	X
Randonnée sous-marine	X	X
Sport et jeux collectifs		
Sports et jeux collectifs / jeux de ballons	X	X

Discipline	Pratique en club et séjour	Pratique individuelle hors clubs
Activités d'expression et de maîtrise corporelle		
Activités dansées	X	X
Activités gymniques d'entretien et de forme	X	X
Arts martiaux et énergétiques dont Tai-chi, Qi gong	X	X
Self-défense	X	X
Yoga	X	X
Activité d'expression et de maîtrise du milieu aquatique		
Gymnastique aquatique et activités aquatiques	X	X
Natation	X	X
Activités de coopération et/ou d'opposition		
Badminton	X	X
Tennis, Tennis rebond	X	X
Tennis de table	X	X
Padel	X	X
Pickleball	X	X
Squash		X
Pelote basque	X	X
Pétanque / jeux de boules	X	X
Bowling / sports de quilles	X	X
Disc-golf	X	X
Golf	X	X
Swin-golf	X	X
Escrime	X	X
Billard	X	X
Activités de précision et concentration		
Tir à l'arc	X	X
Arbalète	X	X
Tir sportif	X	X
Sarbacane	X	X
Maintien en forme		
Sections multiactivités senior (SMS)	X	X
Activ'mémoire	X	X