

Rau de Cuous (Bévéra ; amont du Guiou)

ACCES AVAL : De Nice, prendre l'autoroute direction Vintimille, sortir à Menton puis prendre le col de Castillon direction Sospel (D2566a), en arrivant à Sospel si l'on veut faire une descente intégrale du Guiou prendre à gauche sur quelques kilomètres en direction de Moulinet et se garer au parking aval du pont du Guiou (panneau canyon du conseil général)

ACCES AMONT : pour Cuous + Guiou

Du pont du Guiou retourner vers Sospel pour prendre la route du col de Braus (D2204), une fois au col peu après l'auberge prendre la petite route à droite (D54) en direction de Lucéram, passer le col de l'Ablé pour se garer un peu plus bas au col de l'Orme.

De là, prendre à droite le sentier qui descend au pont de Sugliet (2^{ème} pont), point de départ du Rau de Cuous.

A noter que le 1^{er} pont enjambe le rau de Sugliet (très peu intéressant) qui est un affluent du Rau de Cuous.

ACCES AMONT : pour Cuous seulement

De Nice, prendre l'autoroute direction Vintimille, sortir à Nice l'Ariane puis remonter la vallée du Paillon en direction de l'Escarène (D21) puis se rendre à Lucéram et monter jusqu'au col de l'Orme

DESCRIPTION : Le début du canyon est un beau couloir encaissé, la végétation environnante rend la course assez sauvage, quelques petits sauts dans de beaux bassins agrémentent un début de parcours très sympa. S'ensuit une succession de désescalades, de sauts et de toboggans dans des vasques turquoises et de superbes biefs. A noter un bel encaissement sur la fin de ce parcours ludique et soutenu. Puis c'est le pont de Foutan, point de départ du très connu Vallon du Guiou.

La plus grande cascade ne dépasse pas 10m pour Cuous et 25m pour le Guiou.

Même si celui-ci est un peu court (1h30), il n'en reste pas moins magnifique.

MARCHE RETOUR : Pour ceux qui ont choisi de ne pas faire la descente du Guiou, le retour se fait à partir du pont de Foutan en empruntant le sentier qui remonte en rive gauche et ramène au sentier pris à l'aller. Retour au véhicule en 1h15 minutes environ.

CARACTERE AQUATIQUE : très aquatique, l'eau se réchauffe rapidement à la sortie du 1^{er} encaissement.

EQUIPEMENT : inexistant, on peut en effectuer la descente sans poser la corde une seule fois.

NECESSAIRE : Matériel individuel / trousse à spit / maillons rapides / sangle à couper / 2 cordes de 30m + secours.

HISTORIQUE :

Ouvert probablement par les pêcheurs locaux

CARTOGRAPHIE : Carte IGN, TOP 25. Vallée de la Bévéra, 3741 ET. Localisé en C6.