

# Vallon de La Gironde

Pays	France	Région	PACA	Dép.	06	Commune	Le Mas	Massif	Mont S <sup>t</sup> -Sauveur
Bassin	Estéron	Cours d'eau :	La Gironde	Roche	Calcaire	Intérêt	1/4		
Alti Dép.	727m	Dénivelé	200m	Longueur	4000m	C. max	8m	Corde	5m
Approche	30min	Descente	4h	Retour	20min	Navette	4.0km	Cotation	v1.a3.II

**Accès :** De Nice se rendre à Aiglun puis vers Le Mas. Au Tardon se garer dans l'épingle à la balise 95. Avec l'autre voiture continuer vers Le Mas et juste avant prendre direction Les Sausses sur 1Km (D110). Se garer au pont de l'Arsiane balise 101.

**Approche :** Marche dans la rivière, au maximum sur les berges jusqu'au resserrement.

**Descente :** Des toboggans dans des goulottes plates, des sauts, 3 longs biefs bien sculptés. Tout cela s'enchaîne de façon continue jusqu'à 200m du pont de sortie et fin du parcours.

**Retour :** Traverser le pont et remonter aux Tardons et à la voiture.

**Engagement :** Randonnée aquatique, 10m de corde de sécurité. Peu glissant. A faire avec un bon débit pour profiter des toboggans presque plats dans les goulottes. Presque tous les obstacles peuvent se shunter sur les cotés.

**Période/caractère aquatique :** En début de saison ou à l'étiage (moins de toboggans)

**Remarques :** Se garer sans gêner les riverains aux Tardons.

**Numéros utiles :** Téléphone secours : 15 ou 18 ou 112 ou 04.97.22.22.22 Téléphone bulletin météo : 08.92.68.02.06

