



Il s'agit d'un canyon montagneux et sauvage où alternent marche en rivière, désescalades et petits rappels. Cette descente s'adresse surtout aux amoureux de la nature.

# Vallon de Lamentargue

## Caractère aquatique

Un canyon qui coule très peu pendant les trois premières heures de descente, mais qui présente quelques belles vasques et de belles cascades dans sa dernière partie.

## Accès et retour

**Aval :** De Vintimille, remonter la vallée de la Roya jusqu'à Tende. Au centre du village, tourner à droite avant la gare SNCF en direction du Centre de convalescence (balise 56) et du camping. A la balise 58, face à l'entrée du camping, continuer tout droit et prendre une piste sur la gauche qui monte en direction de Cagnourine. Se garer au niveau d'un virage en épingle, au niveau de l'aire de décollage des parapentes (alt. 1115 m).

**Amont :** A pied, poursuivre sur le GR52A en direction de la Baisse de la Lagouna (balise 334) puis prendre le sentier sur la droite qui suit la courbe de niveau jusqu'au croisement avec le vallon de Lamentargue (alt. 1792 m), point de départ du canyon.

**Retour :** Sortir en rive gauche au niveau d'un pont en bois, le traverser et remonter la piste jusqu'à un début de sentier bali pour les VTT, le suivre jusqu'à la balise 319 pour rejoindre de nouveau la piste. La continuer dans le sens de la descente jusqu'à un bassin DFCl, puis prendre à droite jusqu'à l'aire de décollage des parapentes.

*Vue de la vallée au départ du Grigou.*



Tende



3841.0T



1790 m



2500 m



590 m



2h00



5h00



1h00



2 x 40 m



V4.A2.III



non



calcaire

