



LES GUIDES RANDOXYGÈNE

Clues et canyons

2008



ALPES-MARITIMES
CONSEIL GÉNÉRAL



Descente en rappel sur les p lites rouges du vallon de Challandre (haut Cians).

ÉDITO

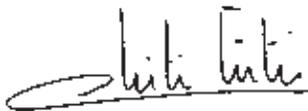
De tous les sports de pleine nature, le canyonisme est peut-être celui qui mérite le mieux cette appellation.

En parcourant les canyons, on pénètre en effet dans un univers tour à tour minéral, aquatique et végétal, qui fait brutalement oublier le contexte humanisé de notre environnement moderne.

Dans ces lieux secrets où l'homme ne se risqua qu'à la fin du XX^e siècle, se déroule aujourd'hui un ballet à la gestuelle prudente et méthodique : d'avril à octobre, les canyonistes harnachés de leurs combinaisons moulantes, baudriers, casques et cordes, s'enfoncent dans les gorges, chues et défilés entaillés par l'écoulement millénaire des eaux venues des cimes.

Surmontant leur appréhension ou pour certains taisant leur peur, ils se laissent guider par le rythme soutenu de la descente où glissades sur les toboggans de roche polie le disputent en intérêt aux rappels le long des cascades complices et aux sauts audacieux dans les vasques d'eau claire.

Pour goûter en sécurité aux plaisirs de cette discipline très en vogue, j'invite les randonneurs à une pratique responsable du canyonisme au fil des 36 canyons équipés et contrôlés par le Conseil général, cela bien évidemment dans le respect des règles en usage et notamment de l'arrêté préfectoral en vigueur dans les Alpes-Maritimes.



CHRISTIAN ESTROSI
Député-Maire de Nice
Président du Conseil général des Alpes-Maritimes



AU CŒUR DES ALPES-MARITIMES

Craus & Gullions



Larges escaliers de tuf dans la Siagne de la Pare.



Hormis quelques très rares pêcheurs sportifs, nul ne pensait voici encore quelques années à s'aventurer dans les cours d'eau les plus escarpés du moyen et du haut pays, là où un relief dissuasif à souhait repoussait les vellétés de tout un chacun. Pourtant, contre toute attente, une discipline sportive nouvelle allait peu à peu émerger des profondeurs de ces canyons encaissés et obscurs où hier encore personne n'aurait osé poser le pied.

Déjà les spéléologues de l'Audibergue ou du Marguareis avaient amadoué les grandes profondeurs, alors que "tombaient" les dernières grandes voies d'alpinisme du Mercantour, mais les canyons, eux, gardaient tout leur mystère et leur farouche beauté demeurait méconnue.

Jusqu'à ce qu'au début des années 1980, quelques aventuriers démunis de tout équipement adéquat se risquent à quelque folle descente dans un paysage sans repère, seulement hanté par la faune sauvage. Depuis lors, le ludisme de l'activité s'ajoutant au piment de la découverte, tous les vallons les plus

Clues & Canyons



secrets, les cascades les plus hautes ou les défilés les plus resserrés sont régulièrement sillonnés par des canyonistes passionnés venus de l'Europe entière et séduits par ces parcours envoûtants où l'on oublie presque le monde terrestre pour se fondre dans la fluidité ambiante.

La pureté des roches lissées par les flots millénaires, du blanc calcaire aux rouges pérites en passant par les calcifications les plus extravagantes où le monde végétal se fait pierre, autant de merveilles que l'œil ébahi du néophyte apprend bien vite à aimer.

Mais le vrai miracle, à présent qu'un matériel spécifique, gage de confort et de sécurité, est apparu sur le marché, c'est aux mouvements de l'eau, à ses caprices et à ses turbulences qu'on le doit : une apesanteur enivrante saisit le descendeur de rivière, de clue ou de canyon, instillant en lui cette communicative frénésie de sauts, glissades et autres acrobaties.

Qu'on ne s'y trompe pas, avant d'être un jeu, le

canyonisme monnaie ses charmes et d'aucuns ont malheureusement payé un lourd tribut à la malchance, à une coupable négligence ou à un encadrement défaillant. Le maître mot en la matière, la prudence, s'impose donc avant de se lancer dans cette belle aventure de la fin du XX^e siècle.

De l'Estéron à la Roya en passant par le Var, le Cians, la Vésubie, la Bévéra et leurs innombrables affluents, un véritable kaléidoscope de sensations attend les canyonistes : toboggans grisants, sauts annonciateurs de poussées d'adrénaline, rappels audacieux sur le tuf, les mousses vertes ou sous les chutes d'eau, nage dans les tourbillons d'écume accompagnent la progression au gré d'un relief complice. Mais on n'oubliera pas que dans cet affrontement passionnel qui dure le temps d'une descente, l'eau, élément divinisé par les Grecs en la personne de Silène, Dieu des sources et des rivières, garde une primauté rappelant l'homme à la modestie la plus élémentaire.

L'ACTION DU DÉPARTEMENT

Clues & Canyons



UNE SIGNALÉTIQUE

POUR INFORMER ET PRÉVENIR

Dans plusieurs canyons, les itinéraires d'accès ou de sortie empruntés habituellement engendrent des nuisances importantes pour les riverains : stationnement anarchique, non respect des propriétés privées, dégradation des captages d'eau pour l'irrigation, pollution sonore et visuelle...

Pour remédier à ce problème, le Conseil général des Alpes-Maritimes a mis en place une signalétique spécifique destinée à orienter les pratiquants dans l'approche et la sortie des canyons décrits dans cet ouvrage. Cette signalétique se compose d'une part d'un fléchage directionnel, d'autre part de panneaux d'informations sur l'activité. Seuls les canyons décrits dans ce guide sont équipés de tels dispositifs par les services départementaux à l'exclusion de tous autres itinéraires qui sont gérés sous la seule responsabilité des communes.

DES AMÉNAGEMENTS SPÉCIFIQUES

Création de sentiers d'accès, de sortie, suppression de blocs rocheux instables, confortement de canaux d'arrosage agricole, autant d'actions ponctuelles développées dans le cadre de la politique départementale de l'environnement. Au cœur des canyons, les secteurs qui nécessitent une progression fastidieuse en marchant dans l'eau recèlent une vie aquatique riche et fragile.

Pour limiter les atteintes à ce milieu spécifique, le Conseil général des Alpes-Maritimes met en place et signale des itinéraires de liaison permettant d'éviter ces zones par un cheminement aisé sur les rives.

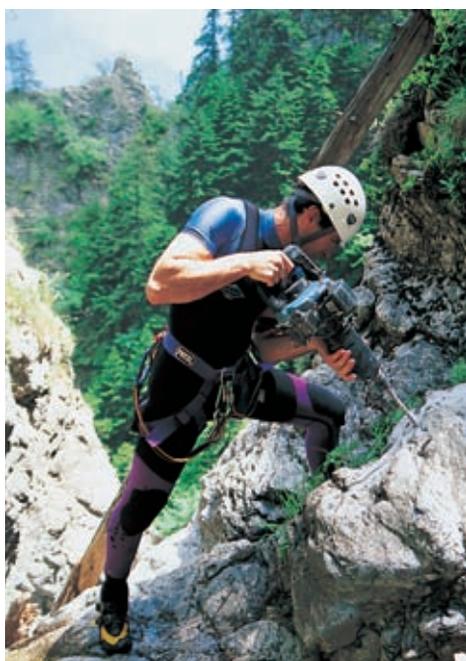


Clues & Canyons

LA PROTECTION

ET LE NETTOYAGE DES SITES

Les clues et canyons sont particulièrement exposés à deux facteurs majeurs de pollution : la concentration des effluents et les épaves de véhicules ou “monstres” précipités du haut des falaises. Face à ces nuisances, le Conseil général des Alpes-Maritimes a mis en place une politique offensive en encourageant la création de stations d'épuration et en finançant une collecte annuelle d'épaves arrachées par hélicoptère à leur linceul de roche.



L'ÉQUIPEMENT

Le rééquipement des canyons sélectionnés a débuté en 1992. Les anciens ancrages souvent vétustes et peu fiables ont été supprimés et remplacés par des broches inoxydables scellées à la résine. De plus les itinéraires décrits dans ce guide font régulièrement l'objet de visites de contrôle et d'entretien.



UNE FAUNE DISCRÈTE

La pratique récente du canyonisme peut modifier l'équilibre naturel et humain installé en ces lieux depuis des siècles.

Ne rien jeter dans l'eau. Ne pas souiller les abords de la rivière. Les dégradations sont lentes et toute pollution peut être transportée sur des kilomètres. Dès que la progression le permet, il convient d'éviter de marcher dans l'eau.

En effet, le fond du cours d'eau héberge toute l'année pontes, alevins et larves d'insectes.

Ces dernières constituent la principale source de nourriture des poissons (truite, chabot, vairon, barbeau méridional) et des écrevisses autochtones, en forte régression.

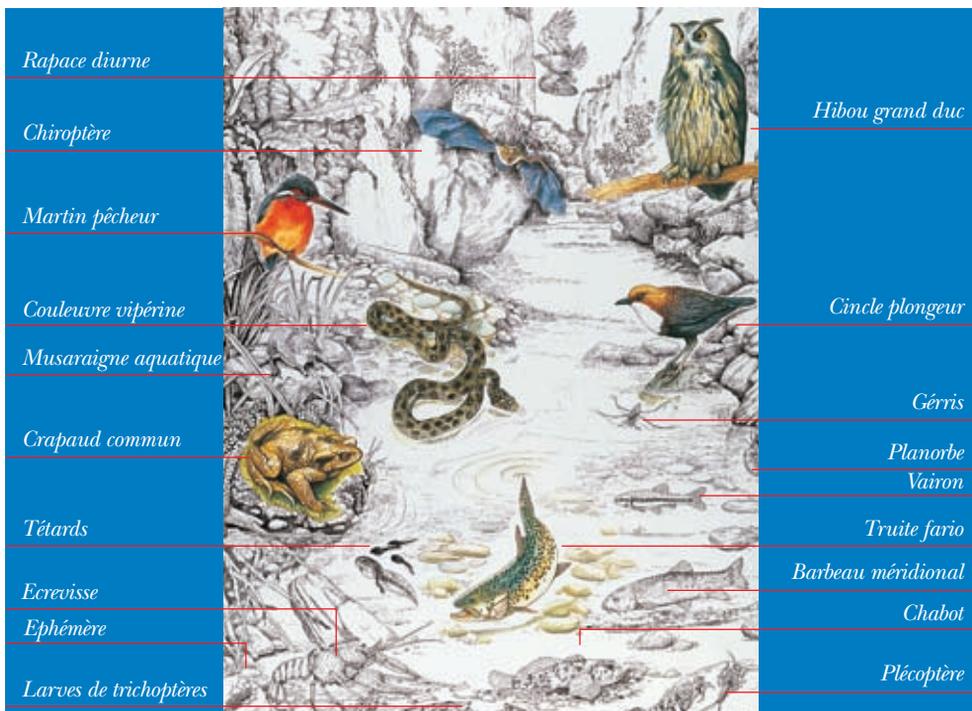
Tous ces animaux vivent ou se réfugient sous les pierres et ils peuvent être écrasés lors du piétinement. Grenouilles et crapauds évoluent aussi dans cet environnement spécifique et sont eux-mêmes la proie de choix des reptiles. Les canyons sont également le territoire d'oiseaux

très particuliers (cincle plongeur, martin pêcheur et rapaces) ainsi que de mammifères rares (chiroptères, musaraigne aquatique), espèces strictement attachées aux cours d'eau. La descente trop tôt dans la saison et les ambiances bruyantes perturbent les cycles de reproduction de ces animaux qui, pour la plupart d'entre eux, font l'objet de mesures de protection. Il est primordial d'être très attentif et d'avoir conscience que ces sites renferment une vie souvent insoupçonnable.

Dégrader la végétation, retourner des cailloux, troubler l'eau ont forcément un impact sur le milieu naturel et sur ses peuplements qui constituent un précieux élément de richesse écologique. Les indications et balisages spécifiques visent à éviter la disparition d'espèces et la perturbation des usages locaux.

L'avenir du canyonisme dépend de votre comportement.

DESSIN : FRANCK RAINAUT



UN MILIEU NATUREL FRAGILE

Clues & Canyons



Ambiance exotique dans les cascades supérieures du vallon de Gourgas (Vésubie).

UN ESPACE À PARTAGER

Clues & Canyons

LES AUTRES USAGERS

De nos jours, disposant d'un important temps libre, le citoyen qu'il soit randonneur, vététiste, canyoniste, chasseur, pêcheur, propriétaire ou protecteur de l'environnement convoite de plus en plus l'espace naturel, enjeu d'un indispensable partage entre tous ces usagers. Propriété individuelle de façon ponctuelle, la nature n'en demeure pas moins une propriété collective où s'exercent de multiples intérêts le plus souvent concurrents et même parfois antagonistes, notamment dans les rivières, vallons et ruisseaux de montagne.

En effet, un simple cours d'eau peut se voir attribuer de multiples vocations, revendiquées par de nombreux pratiquants connaisseurs du milieu dans lequel ils évoluent, mais souvent de façon très spécifique à travers l'activité qu'ils affectionnent :

- **Le pêcheur**, traditionnel usager des cours d'eau, solitaire et marginal dans les encaissements les plus marqués, évolue souvent à la montée en contournant les obstacles naturels et en recherchant le calme, la discrétion et la concentration. Avec la réglementation, les périodes d'ouverture, la taille et le nombre de prises et le zonage des cours d'eau, il œuvre pour la protection des milieux et la conservation des espèces.
- **Le canyoniste**, apparu plus récemment, en totale opposition avec le précédent, évolue en groupe à la descente, en franchissant les cascades profondes et en sautant dans les vasques profondes et en nageant dans les biefs allongés. Dans le département, un arrêté préfectoral régleme la pratique et tend à renforcer les règles d'usage et de respect des autres pratiquants.
- **Le riverain**, habitant des lieux, agriculteur ou propriétaire de terrains à proximité des chemins d'accès et de sortie, intégré au milieu que le canyoniste visite, recherche avant tout une cohabitation avec un

minimum de nuisances : calme, propreté du site, respect des prises d'eau et des canaux d'irrigation, tenue décente des pratiquants et absence de gêne dans les manœuvres ou le stationnement.

- **Le protecteur de la nature**, pas toujours pratiquant et connaisseur de l'activité, milite pour sa part en défendant les milieux naturels contre toute sorte d'intrusion afin de sauvegarder au maximum leur intégrité au nom de la biodiversité.

L'avenir de ces milieux passe par une impérative conciliation entre ces intérêts différents, voire un arbitrage et par une répartition dans l'espace et dans le temps des pratiques et des attentes de chacun afin de permettre une gestion optimale des activités et des usages.

Dans ces espaces de liberté, milieux naturels sensibles, l'équilibre est délicat à trouver entre la libre pratique d'une activité sportive, les activités ancestrales, les usages et la protection de l'environnement. Un comportement responsable allié à un strict respect de l'environnement et des usages locaux est le seul garant du libre accès futur à ces sites naturels grandioses.



Clues & Canyons

AVERTISSEMENTS

Ce guide est une invitation à la découverte des clues et canyons de Alpes-maritimes.

MAIS, ATTENTION ! le canyionisme, sport d'aventure par excellence, offre des plaisirs non dénués de risques. Sous une apparence simplicité, se cache en effet une activité qui exige une parfaite technicité et il ne faut pas sous-estimer les dangers de parcours qui, au-delà de l'aspect ludique, peuvent se révéler des pièges redoutables, le moindre incident prenant rapidement des proportions inimaginables quelques instants auparavant.

Les risques y sont multiples : crues subites ou débit trop important pouvant entraîner la noyade, glissade ou saut mal préparé se transformant en chute dangereuse, erreur technique dans les manœuvres de corde ou obstacle inopiné charrié par une crue, chute de pierres depuis les rives verticales, stress et hypothermie pouvant conduire à l'épuisement, etc.

LES RÈGLES D'OR

• Le débit d'eau

Comme en hiver pour la neige, la vigilance s'impose, car la difficulté de la progression et sa dangerosité dépendent essentiellement du volume d'eau véhiculé par les vallons, torrents et rivières, très variable en fonction des périodes.

• Le matériel

L'équipement individuel et collectif est essentiel à la sécurité de chacun et doit être adapté non seulement à l'activité aquatique, mais aussi à chaque itinéraire en particulier, car la moindre négligence en ce domaine peut entraîner de sévères déconvenues. Cet équipement est détaillé pour chaque itinéraire présenté.

• L'encadrement

Qu'il soit bénévole ou professionnel, le responsable du groupe doit choisir un itinéraire adapté au niveau technique des participants et aux conditions du moment. Le nombre de canyionistes doit notamment être cohérent par rapport à la durée de la descente, à l'heure de départ et aux caractéristiques du canyon.

• La maîtrise technique

C'est le gage de la sécurité, car seuls la connaissance du milieu, le discernement et l'analyse des obstacles à franchir permettent d'éviter incidents et accidents malheureusement trop fréquents en matière de pratique de canyionisme.

• Les conditions météo

Abc du randonneur et du montagnard en général, mais plus encore peut-être du canyioniste, la consultation préalable du dernier bulletin météo-montagne local s'impose de façon préemptoire avant de se lancer dans des parcours engagés de plusieurs heures.

[Répondeur départemental 08. 92. 68. 02. 06.](#)

• Réglementation

L'arrêté préfectoral du 22.12.98 qui régit la pratique du canyionisme dans les Alpes-Maritimes dresse l'inventaire des sites autorisés ou interdits, des périodes d'ouverture et de fermeture ainsi que les recommandations techniques afférentes et les mesures préventives à respecter. Il est affiché au départ de chacun des 36 itinéraires décrits dans ce guide.



Clues & Canyons

INFORMATIONS PRATIQUES

ACCÈS ROUTIER

Nombre de kilomètres depuis les grandes villes côtières les plus proches et indications routières pour accéder au départ ou à la sortie du canyon.



PÉRIODE AUTORISÉE

15 juin au 31 octobre, les lundi, mercredi, vendredi et dimanche, (9 h à 17 h)

PÉRIODE CONSEILLÉE

juillet à septembre.

ÉQUIPEMENT UTILE

- Matériel personnel,
- Matériel collectif,
- Cordes : 2 de 30 m,
+ 1 de secours.

CARTOGRAPHIE

“Haute Vallée du Var”
TOP25 n° 3540 ET
1:25 000e

PÉRIODE AUTORISÉE

Dates et heures fixées par l'arrêté préfectoral réglementant la pratique du canyonisme.

PÉRIODE CONSEILLÉE

Période la plus favorable pour effectuer la descente avec le maximum d'agrément.

ÉQUIPEMENT UTILE

Indications principales sur le matériel adapté au canyon concerné (longueur des cordes...).

Il convient néanmoins de se référer à la liste du matériel recommandé qui figure page 12 du guide.

CARTOGRAPHIE

Les références de la carte TOP 25 au 1:25 000e (coédition IGN - Conseil général) sont précisées pour chaque itinéraire. La carte permet de reconnaître l'itinéraire d'approche et celui de retour, donne des renseignements sur les échappatoires possibles, indique la taille et le nombre des affluents du canyon choisi, renseigne sur la surface et la végétation du bassin versant et permet de ne pas s'égarer.



Couvert forestier



Sol nu



Sol rocheux

LÉGENDE DES CARTES



Parcours du canyon



Sens du parcours



Accès et retour pédestre



Parking



Départ du canyon



Arrivée du canyon



Échappatoire



Route asphaltée



Piste non revêtue



Sentier ou chemin



Emplacement de poteau



Numéro de balise



Village



Hameau



Bâtiments groupés



Bâtiment isolé



Chapelle



Sommet



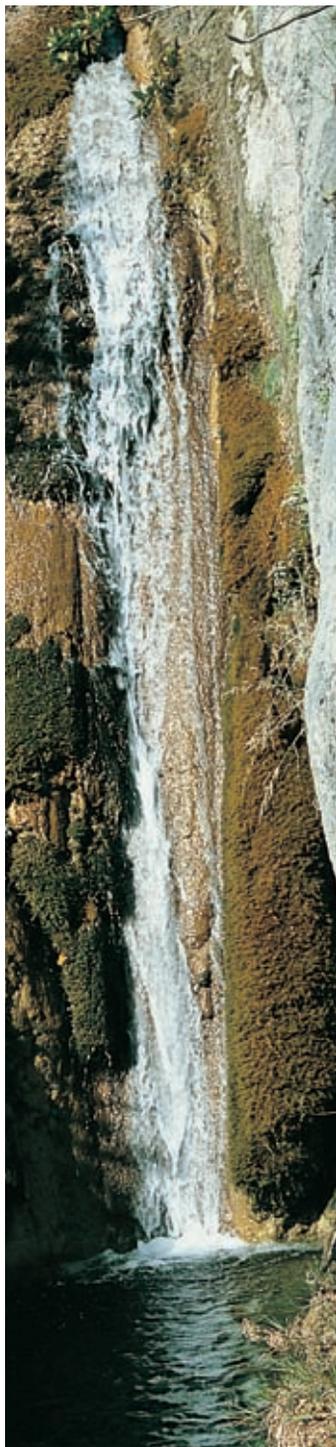
Site remarquable



Cours d'eau



Frontière



FICHE SIGNALÉTIQUE

NATURE DE LA ROCHE : Elle diffère selon les sites et influe sur la rapidité de montée des eaux suite à un orage (très rapide dans le cas des pélites rouges).

DÉBIT D'EAU : Il s'agit d'un débit indicatif en période d'étiage qui peut varier considérablement selon les saisons ou les précipitations.

TEMPÉRATURE DE L'EAU : Elle correspond à une température moyenne en saison estivale et peut être plus basse en début et en fin de saison ou suite à une période de mauvais temps.

BASSIN VERSANT : Surface comprenant l'ensemble des territoires alimentant le canyon ; en général, le débit d'eau du canyon est lié à la surface du bassin versant.

DÉNIVELÉE DESCENTE : Différence de niveau entre le départ et l'arrivée du canyon.

LONGUEUR DU CANYON : Kilométrage compris entre le début et la fin de la descente.

CASCADE MAXI : Hauteur de la plus haute cascade à franchir lors du parcours.

CARACTÉRISTIQUES : Elles sont indiquées pour chaque canyon selon une échelle variant de 0 à 5 étoiles.

IMMERSION : Caractère aquatique de l'itinéraire, en fonction du débit, de la longueur des parties nagées, des sauts et des rappels arrosés.

VERTICALITÉ : Synthèse du nombre de cascades, de leur hauteur et de la difficulté à les négocier en rappel.

ENGAGEMENT : Longueur du parcours et difficulté à s'en échapper en cas d'incident ou d'orage.

RISQUE DE CRUE : Exposition aux crues prenant en compte la fréquence des orages, leur violence et la rapidité de montée des eaux.

DIFFICULTÉ : Appréciation globale prenant en compte l'ensemble des paramètres du parcours.



FICHE SIGNALÉTIQUE

Nature de la roche :

Calcaire

Débit d'eau (étiage) :

100 l/s

Température de l'eau :

10° à 14°

Bassin versant :

8 km²

Dénivelée descente :

-110 m

Longueur du canyon :

0,6 km

Cascade maxi :

30 m

CARACTÉRISTIQUES



Immersion

★★★



Verticalité

★★★



Engagement

★★



Risque de crue

★★



Difficulté

★★★

ÉQUIPEMENT ET MATÉRIEL

Un équipement adapté au parcours et aux conditions météorologiques constitue un facteur important de confort et de sécurité ; cet équipement doit être en bon état et répondre aux normes en vigueur. Le choix précis du matériel technique nécessaire est également primordial, car de lui dépendent l'efficacité et la rapidité de progression.

ÉQUIPEMENT PERSONNEL

- combinaison bien ajustée au corps pour mieux protéger du froid (généralement veste à manches longues et pantalon, ou combinaison intégrale),
- chaussures polyvalentes (bon maintien de la cheville et bonne adhérence),
- chaussons néoprènes et gants (indispensables en eau froide),
- casque réglé et adapté (normes à respecter),
- cuissard équipé d'une longe double (assure sécurité et confort pendant les attentes aux relais et les rappels),
- descendeur et mousqueton de sécurité (le descendeur en huit est généralement utilisé),
- sifflet et couteau rapidement accessibles,
- sac à dos pour le transport de l'équipement et du matériel (permettant une rapide évacuation de l'eau),
- bidon étanche (protège les vivres de course, la pharmacie, etc.).

MATÉRIEL COLLECTIF

- cordes de longueur au moins égale à deux fois la hauteur de la plus grande cascade,
- matériel de remontée sur corde,
- matériel de rééquipement (remplacement d'un relais arraché par une crue ou équipement d'une échappatoire),
- corde supplémentaire de secours.



LE CASQUE

Le risque de chute de pierres est réel :

- en raison du déplacement éventuel de la faune sauvage ou domestique souvent présente sur les rives,
- en raison du frottement des cordes sur la roche lors des rappels,
- en raison du courant pouvant entraîner des galets,
- en raison du déplacement d'autres personnes au sommet des cascades.

La roche est généralement glissante et, en cas de chute, la protection apportée par le casque n'est pas négligeable.

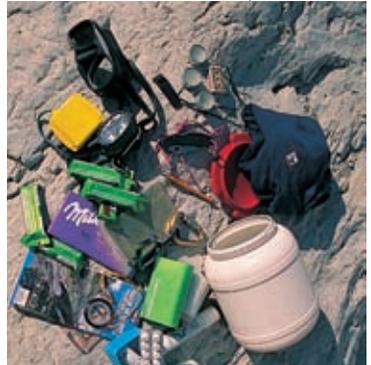


LE BIDON ÉTANCHE

Celui-ci préserve votre matériel de l'eau tout en assurant la flottaison du sac.

À l'intérieur de ce bidon, on trouvera notamment :

- vivres énergétiques et boisson,
- vêtements secs,
- trousse de secours adaptée,
- couverture de survie,
- bougies et briquet,
- papier, crayon, carte et topo du site,
- lampe frontale,
- masque de plongée,
- descendeur de secours.



LES CORDES

Dans le descriptif de chaque canyon la longueur des cordes est le plus souvent mentionnée sous la forme : "2 x 30 m". Cette indication correspond à la technique dite du "raboutage". Pour franchir les plus hautes cascades du canyon, il est nécessaire de relier les deux brins de corde entre eux afin d'obtenir ainsi la longueur indispensable (réaliser un nœud en huit).

Les avantages de cette technique sont :

- un gain de temps par l'usage d'une corde plus courte dans les petites cascades,
- la possibilité d'équiper simultanément deux petites cascades qui se suivent,
- un moindre mal en cas de perte d'une des deux cordes,
- la répartition du poids lors du transport,
- un renouvellement moins onéreux en cas de dégradation sur un brin.

Attention ! contrôler régulièrement l'état des cordes qui vieillissent et peuvent être abîmées par l'abrasion contre le rocher et le piétinement.



Clues & Canyons

DANGERS ET SÉCURITÉ

ATTENTION AU DÉBIT !

Le débit du cours d'eau est un facteur important de la difficulté d'un parcours.

En règle générale, la descente en rappel des cascades ne peut s'effectuer que par un débit d'eau très faible. L'allure débonnaire des départs de canyon n'a rien de comparable aux effets de l'eau accélérée dans les étroitures et les goulottes.

L'eau constitue la principale difficulté et le principal danger des canyons.

En dehors des cascades, les vasques doivent impérativement être calmes et tout mouvement d'eau visible incitera à la prudence : tourbillons, placages ou aspirations sous cascade sont en effet des dangers redoutables.

Les parties étroites ne doivent pas présenter de courant trop rapide, car le risque d'être entraîné par celui-ci est réel.



ATTENTION AUX CRUES !

La descente de canyon est exposée à un risque majeur : les crues.

Certains canyons alimentés par un bassin versant dépourvu de couverture végétale ou de nature géologique ne facilitant pas la pénétration de l'eau dans le sol (pélices rouges par exemple) sont rendus dangereux par les orages se produisant en amont. Des crues violentes et subites balayant tout sur leur passage s'y produisent.

Pour ces raisons, il convient de respecter certaines règles de sécurité :

Partir suffisamment tôt afin d'éviter les orages d'après-midi ; Si l'on est engagé dans un canyon alors qu'un orage éclate :

- ne pas continuer la descente, mais chercher à s'échapper sur les rives ;
- en cas d'impossibilité, grimper à l'abri dans une zone hors-crue en attendant la montée des eaux pour décider de la conduite à tenir ;
- en cas de crue violente, attendre la baisse du niveau des eaux, sachant qu'une nuit dehors est moins dangereuse que la poursuite de la descente.



Clues & Canyons

PRUDENCE LORS DES SAUTS !

Présents dans la majorité des descentes, les sauts constituent un risque objectif en même temps qu'un plaisir intense.

Il est impératif de toujours sonder une vasque avant de sauter :

- il est difficile d'appréhender la profondeur des vasques depuis le haut, surtout en eau trouble ;
- des blocs rocheux et des troncs ou branches d'arbre peuvent se cacher dans les remous ;
- les alluvions transportées lors des crues font varier la profondeur des vasques.

Les sauts de grande hauteur nécessitent une parfaite maîtrise technique :

- toute erreur peut entraîner des conséquences graves (luxation, fracture, traumatisme facial ou thoracique)
- ne jamais se laisser entraîner par les autres à sauter contre son gré.

MÉTÉO

Avant toute descente de clue, il est indispensable de s'informer sur les conditions météorologiques en appelant le répondeur départemental.

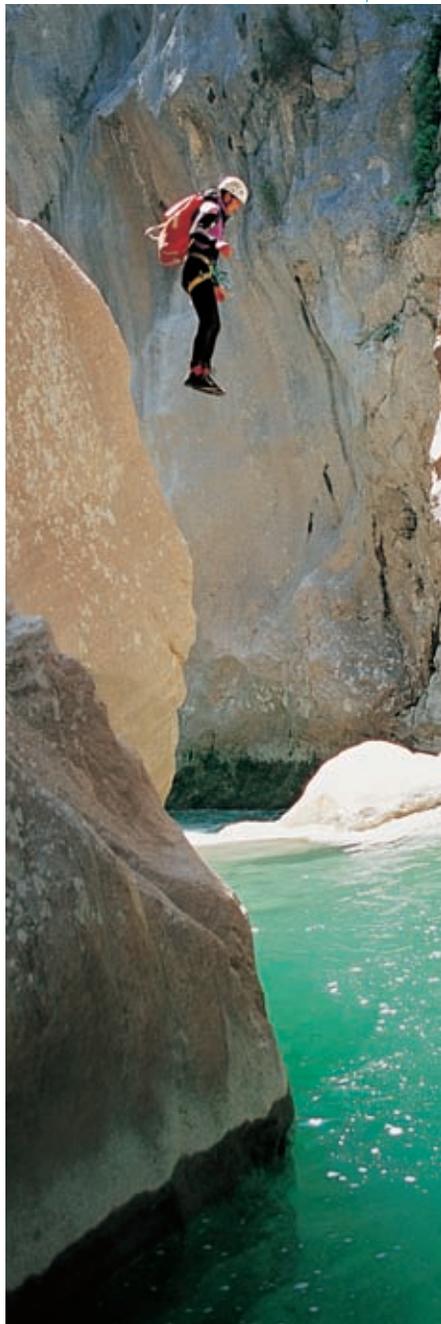
Il est conseillé de prendre plusieurs fois les renseignements dans les jours qui précèdent la sortie afin de suivre l'évolution des prévisions.

Ne pas s'engager dans un canyon si la météo est défavorable ou trop incertaine.

**Répondeur météo départemental :
08 92 68 02 06**

MODIFICATIONS

Compte tenu de la validité prévisionnelle de ce guide (3 ans), des modifications dans l'offre de parcours ou dans les périodes autorisées peuvent intervenir en fonction d'événements fortuits (éboulements, crues) ou planifiés (arrêté préfectoral).



RECOMMANDATIONS DE PRATIQUE

Clues & Canyons

AVANT LE DÉPART

- contrôler : la nature et les caractéristiques du du parcours, le matériel nécessaire, l'importance du débit d'eau, la stabilité du temps et le moyen de déclencher les secours.
- choisir l'itinéraire en fonction du nombre, du niveau technique et de la condition physique des participants,
- vérifier l'aptitude des participants à la nage et à l'immersion,
- prévenir une tierce personne de l'itinéraire choisi et de l'heure de retour,
- ne jamais partir seul et privilégier plutôt un groupe de 3 ou 4 personnes.

PENDANT LA DESCENTE

- partir suffisamment tôt et ne jamais progresser seul, ni en surnombre,
- contrôler systématiquement les amarrages et régulièrement l'état des cordes,
- sonder systématiquement les vasques avant de sauter,
- rester très vigilant dans la progression (marche, glissade, désescalade),
- chercher à s'échapper sur les rives en cas de dégradation des conditions météo,
- utiliser des signaux clairs et convenus entre les membres du groupe,
- se nourrir et s'hydrater régulièrement,
- être conciliant avec ceux qui vous précèdent ou qui vous doublent.

LIMITATION DU NOMBRE

DES PRATIQUANTS

Tout groupe de pratiquants ne peut excéder 8 personnes, à l'exception de la clue du Raton où l'effectif maximum est réduit à 6 personnes, encadrement non compris (texte réglementaire).

Cette limitation est destinée à éviter l'organisation de "collectives" incompatibles avec la dangerosité du milieu et le respect des horaires.



Clues & Canyons

ENCADREMENT

En dehors de la pratique individuelle du canyoning, deux types de sorties en groupe accompagné cohabitent :

- les sorties organisées au sein des clubs ou des associations, sorties gratuites et encadrées bénévolement ;
- les sorties organisées par des professionnels de l'activité, payantes et encadrées par une personne, possédant obligatoirement un brevet d'Etat.

LES CLUBS ET ASSOCIATIONS

Les Fédérations de Spéléologie (F.F.S.) et de la Montagne et de l'Escalade (F.F.M.E.) se sont beaucoup investies dans la formation de cadres bénévoles spécialisés dans la descente de canyons. Ces fédérations forment chaque année de nombreux moniteurs habilités à encadrer cette activité bénévolement, dans le cadre des sorties associatives. Ces formations très complètes permettent en 15 jours à des pratiquants avertis d'acquérir une parfaite maîtrise des techniques de progression et de secours, de réelles compétences en encadrement et une connaissance

approfondie de l'environnement naturel.

LES PROFESSIONNELS

Travailleurs indépendants ou regroupés au sein de divers organismes, ils doivent posséder un brevet d'Etat délivré par le Ministère de la Jeunesse et des Sports. Il n'existe pas de brevet d'Etat spécifique à la pratique du canyoning. Néanmoins, plusieurs brevets d'Etat sont reconnus pour l'encadrement de cette activité.

DIPLÔMES PROFESSIONNELS

ET BÉNÉVOLES

La liste complète des diplômes et qualifications nécessaires à l'encadrement de la pratique du canyoning figure dans l'arrêté préfectoral (voir page 18).

COORDONNÉES

La liste des clubs et associations, des professionnels de l'activité et des loueurs de matériel figure dans le guide pratique RandOxygène édité annuellement.



ARRÊTÉ PRÉFECTORAL

(N° 98.000481-BIS DU 22/12/1998)

- VU le code général des collectivités territoriales ;
- VU le code rural ;
- VU le code de la consommation et notamment ses articles L 221-1 à L 225-1 ;
- VU la loi n° 76.629 du 10 juillet 1976 relative à la protection de la nature ;
- VU la loi n° 84.610 du 16 juillet 1984 modifiée par la loi n° 92 52 du 13 juillet 1992 relative à la promotion et à l'organisation des activités physiques et sportives ;
- VU la loi n° 87.565 du 22 juillet 1987 relative à l'organisation de la sécurité civile, à la protection de la forêt contre l'incendie et à la prévention des risques majeurs ;
- VU la loi n° 92.3 du 3 janvier 1992 sur l'eau ;
- VU la loi n° 95.101 du 2 février 1995 relative au renforcement de la protection de l'environnement ;
- VU le décret n° 93.1035 du 31 août 1993 relatif à l'enseignement contre rémunération des activités physiques et sportives ;
- VU le décret n° 93.1101 du 3 septembre 1993 et l'arrêté du 13 janvier 1994 relatifs à la déclaration des établissements dans lesquels sont pratiquées des activités physiques et sportives et à la sécurité de ces activités ;
- VU le décret n° 94 629 du 5 août 1994 pris pour l'application des articles du code de la consommation susvisés et relatif à la prévention des risques résultant de l'usage des équipements de protection individuelle pour la pratique sportive ou de loisirs ;
- VU l'arrêté ministériel du 12 janvier 1994 relatif au contrôle de l'enseignement contre rémunération des activités physiques et sportives ;
- VU l'arrêté ministériel du 8 décembre 1995 et son annexe fixant les modalités d'encadrement et les conditions d'organisation et de pratique dans les séjours de vacances déclarés et dans les centres de loisirs sans hébergement habilités de certaines activités physiques et sportives ;
- VU l'arrêté n° 95 11 du 9 février 1995 du directeur du Parc national du Mercantour portant réglementation de la pratique des sports en eau vive dans le Parc national du Mercantour ;
- VU l'arrêté préfectoral n° 97.000109 du 14 mars 1997 portant réglementation du canyon dans le département des Alpes-Maritimes ;
- VU l'arrêté préfectoral n° 97.000241 du 16 juin 1997 portant réglementation du canyon dans le département des Alpes-Maritimes ;
- VU l'instruction n° 98 104 JS du 22 juin 1998 du ministère de la jeunesse et des sports portant recommandations pour la pratique de descente en canyon ;
- VU l'avis des maires concernés ;
- VU l'avis des chefs de service concernés ;

CONSIDÉRANT que la pratique du canyonisme consiste à parcourir des sites dénommés canyons, clues, cascades, défilés, rious, gorges, vallons, ravins, torrents, rivières, ruisseaux et combes, où peuvent alterner randonnée, nage, désescalade, sauts dans l'eau et descentes en rappel ;

CONSIDÉRANT que le risque d'accident est manifeste et que la pratique du canyon nécessite de maîtriser une technique adaptée et posséder une connaissance suffisante des sites ;

CONSIDÉRANT que cette activité fait l'objet d'une pratique de plus en plus répandue et qu'elle contribue au développement des activités sportives et touristiques ;

CONSIDÉRANT que le niveau d'eau et les crues peuvent rendre l'activité dangereuse à l'occasion de précipitations importantes spécifiques au département des Alpes-Maritimes ;

CONSIDÉRANT que l'engouement croissant pour cette activité peut générer des nuisances sur l'environnement naturel et la qualité de l'eau ;

CONSIDÉRANT que les canyons relèvent soit du domaine public, soit du domaine privé ;

CONSIDÉRANT la nécessité d'assurer la préservation de l'écosystème aquatique ;

CONSIDÉRANT la nécessité d'assurer le partage du milieu entre les pêcheurs et les pratiquants du canyon ;

Sur proposition du sous-préfet, directeur de cabinet, le préfet des Alpes-Maritimes arrête :

ARTICLE 1 : PÉRIODE DE PRATIQUE

La pratique du canyonisme est autorisée du 1er avril au 31 octobre inclus à l'exception des canyons figurant dans les articles 2 et 3 du présent arrêté où s'applique une réglementation spécifique Les canyons secs ou habituellement à sec sont autorisés toute l'année.

ARTICLE 2 : CANYONS OU PARTIES DE CANYONS RÉGLEMENTÉS

VALLÉES	CANYONS	HEURES AUTORISÉES	PÉRIODES AUTORISÉES	JOURS AUTORISÉS
Cians	RATON	Entrée : 1 heure après le lever du jour et en tout état de cause avant 10 h Sortie : avant 17 h	du 15 juin au 31 octobre	Tous les jours
Var	AMEN (cascades du final)	de 9h à 17 h		
Cians	CIANAVELLE	de 9 h à 17 h	du 01 avril au 31 octobre	Lundi Mercredi Vendredi Dimanche
Estéron	SAINT-AUBAN			
Tinée	ULLION			
Cagne	LA CAGNE (en aval de la passerelle du GR 51)			
Bévéra	BASSERA (en aval du GR 52 A) GUIOU			
Var	ROUDOULE			
Var	AMEN (du pont de l'Amen aux cascades du final)	de 9 h à 17 h	du 15 juin au 31 octobre	
Siagne	SIAGNE DE LA PARE (Escragnolles)			

ARTICLE 3 : CANYONS OU PARTIES DE CANYONS INTERDITS

VALLÉES	CANYONS	
Vésubie	DURANUS (en aval du canal de la Vésubie)	PRATIQUE INTERDITE TOUTE L'ANNÉE
	AFFAIA	
	SAINT-COLOMBAN	
	INFERNET (en amont du hameau des Panisses)	
	IMBERGUET (aval du pont sur la D. 19, et sur 300 m)	
	FIGARET	
Var	ENAUUX	
Bévéra	BEVERA	
Siagne	SIAGNE	
Loup	LOUP (du saut du Loup au Bès de Courmes)	
Estéron	CASCADE DE VEGAY	
Roya	BENDOLA (en aval du pont de Castou, alt. 428 m)	
	MAGLIA (en aval de la sortie balisée)	
	ZOUAYNE	
Cians	CHALLANDRE (en amont de la bergerie des Eguilles)	
	CASCADE DE THIERY (et Arsilane)	
Mercantour	Tous les canyons situés en zone centrale du Parc national du Mercantour	

ARTICLE 4 : LIMITATION DU NOMBRE DE PRATIQUANTS

Tout groupe de pratiquants ne peut excéder 8 personnes, à l'exception du canyon du Raton où l'effectif maximum est réduit à 6 personnes, encadrement non compris.

ARTICLE 5 : ENCADREMENT

5.1- DIPLÔMES ET QUALIFICATIONS NÉCESSAIRES À L'ENCADREMENT ET L'ENSEIGNEMENT PROFESSIONNELS DE LA PRATIQUE DU CANYONISME

Seuls les diplômes professionnels suivants ouvrent droit à rémunération :

- BREVET D'ÉTAT D'ÉDUCATEUR SPORTIF 1^{er} degré option spéléologie, assorti de l'attestation de qualification et d'aptitude à l'encadrement et l'enseignement professionnels de la pratique du canyon ou ce brevet délivré après 1996.
- BREVET D'ÉTAT D'ÉDUCATEUR SPORTIF 1^{er} degré option escalade, assorti de l'attestation de qualification et d'aptitude à l'encadrement et l'enseignement professionnels de la pratique du canyon ou ce brevet délivré après 1996.
- BREVET D'ÉTAT D'ÉDUCATEUR SPORTIF 1^{er} degré option canoë-kayak assorti de l'attestation de qualification et d'aptitude à l'encadrement et l'enseignement professionnels de la pratique du canyon.
- BREVET D'ÉTAT D'ALPINISME :
 - guide de haute montagne ou aspirant-guide de haute montagne assortis de l'attestation de qualification et d'aptitude à l'encadrement et l'enseignement professionnels de la pratique du canyon ou ces brevets délivrés après 1996 ;
 - accompagnateur en moyenne montagne assorti de l'attestation de qualification et d'aptitude à l'encadrement et l'enseignement professionnels de la pratique du canyon ;
 - tout diplôme professionnel étranger admis en équivalence.

Les exploitants d'établissements d'activités physiques et sportives proposant la pratique du canyionisme ainsi que toutes les personnes qui enseignent, encadrent ou animent contre rémunération cette activité doivent être déclarés auprès du préfet (Direction Départementale de la Jeunesse et des Sports).

5.2- DIPLÔMES ET QUALIFICATIONS FÉDÉRALES POUR L'ENCADREMENT BÉNÉVOLE DE LA PRATIQUE DU CANYONISME

- Diplôme de moniteur ou d'instructeur fédéral de canyionisme délivré par la Fédération Française de la Montagne et de l'Escalade ;
- ou tout autre diplôme reconnu par cette fédération.

ARTICLE 6 : RECOMMANDATIONS DE PRATIQUE

6.1 - SE PRÉPARER

Se renseigner :

- sur le parcours: niveau de difficulté technique, engagement, dénivelée, horaires, y compris marche d'approche et retour, en consultant les topoguides, les plaquettes d'informations, les organismes professionnels ou associatifs d'encadrement ;
- sur les échappatoires, routes, accès supplémentaires (carte IGN 1/25.000) ;
- sur le moyen le plus rapide de déclencher les secours.

S'informer précisément :

- sur la nature du parcours, et particulièrement, dans les canyons aquatiques, sur la présence de mouvements d'eau importants liés à une géomorphologie particulière (rappels, blocs siphonnants, marmites, drossages violents, galeries immergées ...);
- sur le débit d'eau (dépendant de la situation géographique, de l'altitude et de l'importance du bassin versant), et les temps de réponse en cas de précipitations en amont ;
- sur la météo (température, précipitations, risques d'orage ...);
- sur les dangers résultant de la régulation artificielle des débits des cours d'eau.

Beaucoup de systèmes de lâchers d'eau sont automatisés et donc imprévisibles.

Prévenir une tierce personne de l'itinéraire choisi et de l'heure probable de retour.

Ne jamais partir ou progresser seul ; de préférence partir à trois personnes.

6.2- S'ÉQUIPER

Emporter du matériel selon les normes en vigueur, adapté au parcours et aux conditions météorologiques.

Équipement individuel :

- vêtements isothermiques (veste à manches longues et pantalon, selon les canyons) ;
- casque de protection selon les normes en vigueur ;
- chaussures polyvalentes nage/marche ;
- cuissard et longe(s) double(s), ou longe simple avec deux sorties d'attache ;
- descendeur et mousqueton de sécurité ;
- sifflet.

Équipement collectif :

- corde(s) de longueur au moins égale à deux fois la longueur du plus long rappel ;
- mousquetons de sécurité ;
- matériel de remontée sur corde ;
- matériel de rééquipement (tamponnoir, chevilles autoforeuses, plaquettes et marteau, coinçeurs et cordelette...);
- corde supplémentaire de secours (de longueur au moins égale à une fois la longueur du plus grand rappel) ;
- lampe étanche ;
- couteau rapidement accessible.

6.3- PROGRESSER EN SÉCURITÉ

- rester groupés ;
- contrôler systématiquement les amarrages ;
- vérifier la longueur des cordes et leur état. Placer des protections aux points de frottement ou utiliser des techniques qui permettent de déplacer les points de frottement ;
- ne jamais sauter dans les vasques sans en avoir vérifié la possibilité (profondeur, encombrements et mouvements d'eau...);
- rester très vigilant dans les progressions de marche, les glissades ou les désescalades ;
- utiliser des signaux clairs et convenus entre les membres du groupe ;
- utiliser et s'hydrater régulièrement, emporter des boissons et des aliments énergétiques (important en cas d'attente forcée et pour lutter contre le refroidissement).

6.4 - RESPECTER LE MILIEU ET LES AUTRES USAGERS

- des baigneurs, des pêcheurs, des riverains partagent votre lieu de loisir, respectez-les ;
- être patient avec ceux qui vous précèdent, conciliant avec ceux qui vous doublent ;
- préférer les rives au lit du torrent dans les sections de marche afin de limiter le piétinement du fond de la rivière ;
- respecter l'eau, la flore, la faune ;
- respecter les itinéraires d'accès et de retour, ne pas piétiner les clôtures, refermer les barrières ;
- parquer les véhicules aux endroits prévus à cet effet.

ARTICLE 7 : RECOMMANDATIONS POUR L'ENCADREMENT

Un petit groupe est gage de confort, de sécurité et de discrétion. Dans les limites fixées par l'article 4, le nombre de participants par encadrant sera apprécié selon les conditions de pratique, le niveau des pratiquants et les paramètres suivants :

- débit de la rivière prévu lors de la sortie ;
- température eau/air ;
- durée totale de la course (y compris approche et retour) ;
- morphologie et encombrement des gorges ;
- engagement et absence d'échappatoires ;
- difficulté des passages rocheux à franchir ;
- hauteur des plus grandes verticales et nombre de rappels.

L'encadrant choisira au regard des considérations précédentes le matériel complémentaire dont il aura besoin pour mener à bien la sortie.

Vérifier l'aptitude des participants à savoir nager et s'immerger. Chaque pratiquant ou son représentant légal, pour les mineurs, atteste sur l'honneur de son aptitude à savoir nager et s'immerger, ou présente un certificat d'une autorité qualifiée.

Pour l'encadrement des mineurs dans les séjours de vacances déclarés et les centres de loisirs sans hébergement habilités, les modalités d'encadrement et les conditions d'organisation et de pratique sont fixées par l'annexe "canyon (descente de)" de l'arrêté Jeunesse et Sport du 8 décembre 1995 fixant les modalités d'encadrement et les conditions d'organisation et de pratique dans les séjours de vacances déclarés et dans les centres de loisirs sans hébergement habilités pour certaines activités physiques et sportives.

ARTICLE 8 : INFORMATION ET AFFICHAGE

Le présent arrêté doit être affiché en mairie et au départ des canyons par les autorités municipales.

ARTICLE 9 : SANCTIONS

Les contrevenants s'exposent aux sanctions administratives et pénales prévues par les textes en vigueur.

ARTICLE 10 :

Le présent arrêté pourra être révisé chaque année en fonction du bilan de la fréquentation et des incidents qui sera effectué en fin de saison.

ARTICLE 11 :

Les arrêtés préfectoraux :

- n° 97 000109 du 14 mars 1997 ;
- n° 97 000241 (modificatif) du 16 juin 1997 ;

sont abrogés.

Le présent arrêté se substitue aux différents arrêtés municipaux concernant la pratique du canyonisme.

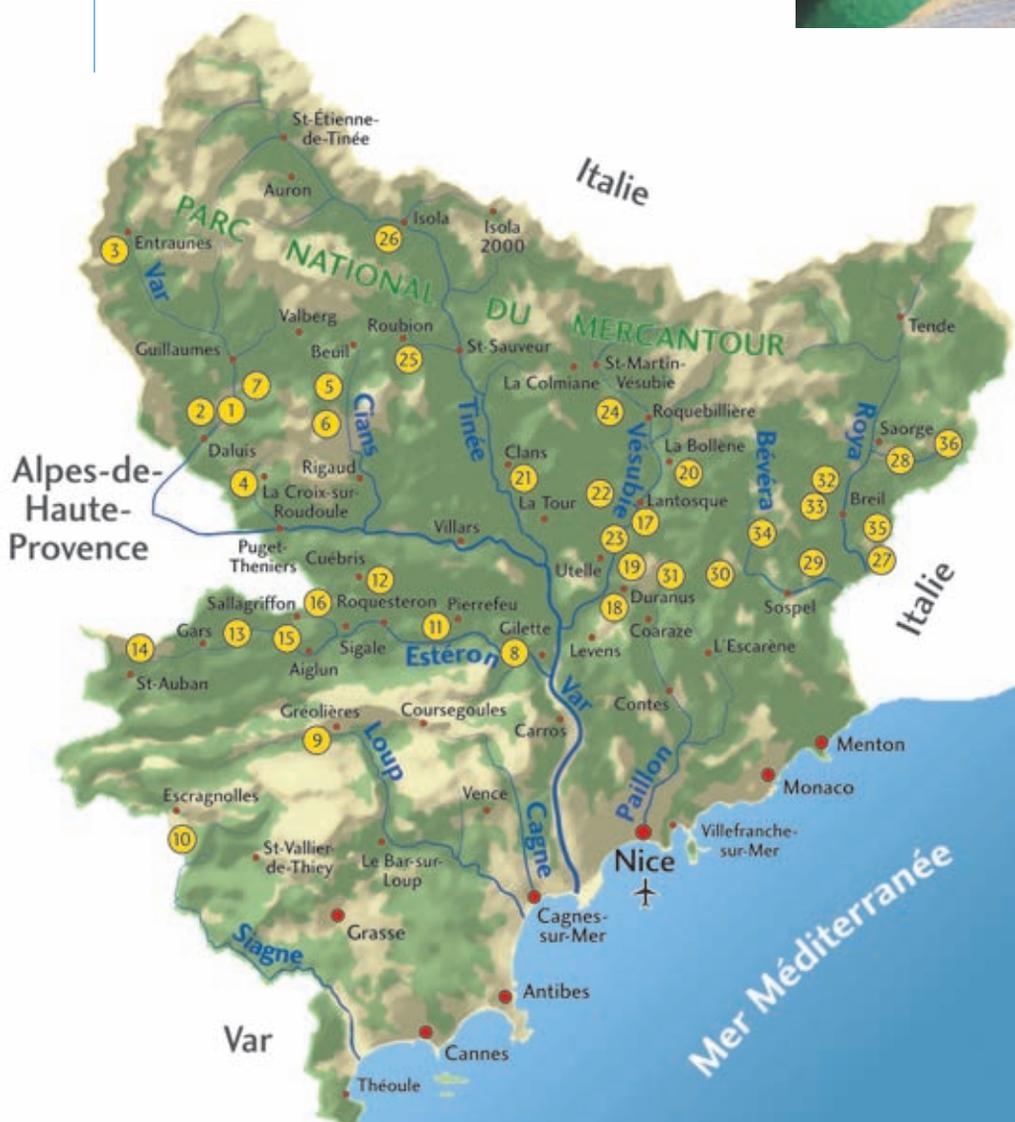
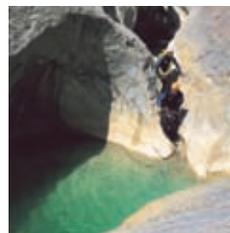
ARTICLE 12 :

Le secrétaire général de la préfecture des Alpes-Maritimes, le sous-préfet de Grasse, le sous-préfet, directeur de cabinet, le directeur régional de l'environnement, le directeur départemental des affaires sanitaires et sociales, le directeur départemental de l'agriculture et de la forêt, le directeur départemental de la jeunesse et des sports, le directeur départemental de la concurrence, de la consommation et de la répression des fraudes, le directeur départemental des services d'incendie et de secours, le chef du service départemental de l'office national des forêts, le commandant du groupement de gendarmerie des Alpes-Maritimes, le commandant de la C.R.S. n° 6, le chef du centre départemental de météorologie des Alpes-Maritimes et les maires des communes concernées sont chargés, chacun en ce qui le concerne, de l'exécution du présent arrêté qui sera inséré au recueil des actes administratifs de la préfecture.

(ARRÊTÉ PRÉFECTORAL N° 98.000481-BIS DU 22.12.1998 PORTANT RÉGLEMENTATION DE LA PRATIQUE DU CANYONISME DANS LE DÉPARTEMENT DES ALPES-MARITIMES)

36 ITINÉRAIRES SÉLECTIONNÉS

Clues & Canyons



Clues & Canyons

4 PÔLES DE PRATIQUE

VAR - CIANS

p. 25

- 1 - Gorges de Daluis
- 2 - Vallon de Berthéou
- 3 - Clue du Chaudan
- 4 - Gorges de la Roudoule
- 5 - Vallon de Challandre
- 6 - Clue du Raton
- 7 - Clue d'Amen



PRÉALPES - ESTÉRON

p. 41

- 8 - Clue de la Cerise
- 9 - Gours du Ray
- 10 - Siagne de la Pare
- 11 - Riou de Pierrefeu
- 12 - Riou de Cuébris
- 13 - Clue des Mujouls
- 14 - Clue de Saint-Auban
- 15 - Clue d'Aighun
- 16 - Clue du Riolan



TINÉE - VÉSUBIE

p. 61

- 17 - Vallon de l'Infernet
- 18 - Vallon de Duranus
- 19 - Vallon de l'Imberguet
- 20 - Riou de la Bollène
- 21 - Vallon du Monar
- 22 - Vallon de Bagnolar
- 23 - Vallon de la Peïra
- 24 - Vallon de Gourgas
- 25 - Moulin de Roubion
- 26 - Cascades de Louch



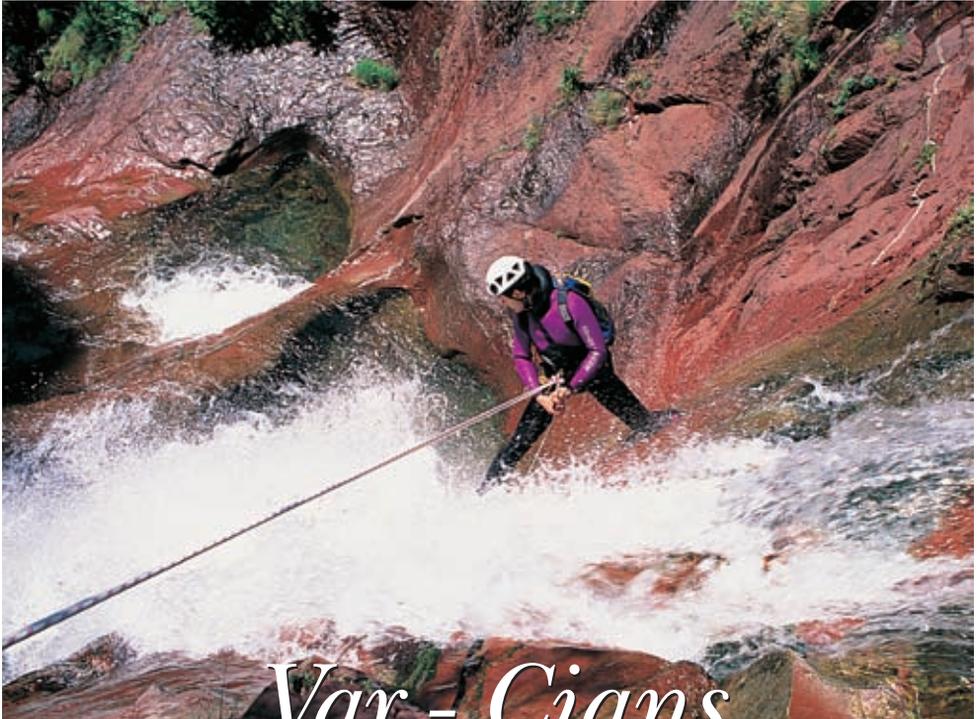
ROYA - BÉVÉRA

p. 83

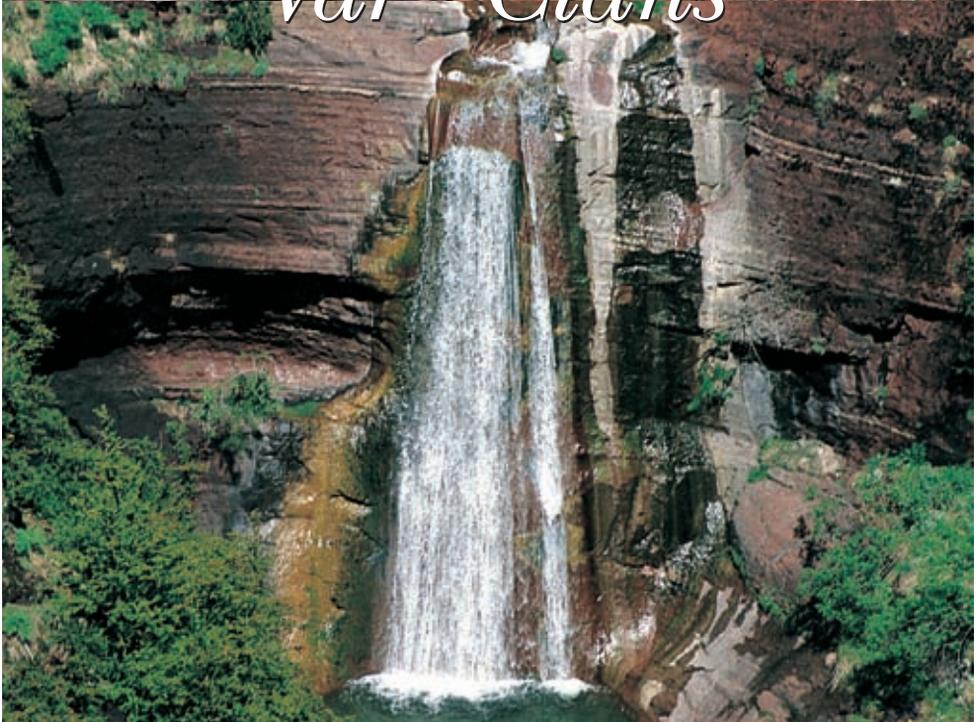
- 27 - Ruisseau Audin
- 28 - Bendola médiane
- 29 - Vallon de Basséra
- 30 - Vallon du Guiou
- 31 - Ruisseau de Planfaé
- 32 - Clue de la Maglia
- 33 - Vallon de Morghé
- 34 - Vallon de Réoune
- 35 - Vallon de Carleova
- 36 - Bendola intégrale







Var - Cians



1 - GORGES DE DALUIS

ACCÈS ROUTIER

DEPUIS LA CÔTE : 82 km

De Nice, remonter la vallée du Var jusqu'à Daluis (RD 6202, puis RD 2202) et poursuivre en direction des gorges sur 3 km pour laisser un véhicule au niveau de l'aire aménagée de Roua.

Parfois appelées "Colorado niçois", les gorges de Daluis offrent une randonnée aquatique d'envergure à la réputation justifiée : avec leurs hautes parois verticales de quelque 300 m et le coloris brun-rougeâtre de la roche (pélite), c'est un monde minéral datant du fond des âges géologiques qui découvre ses entrailles au visiteur éberlué. La première descente intégrale date de 1906 et fut réalisée par le célèbre spéléologue Édouard Alfred Martel. Si l'essentiel du parcours s'effectue en marchant sur les berges de galets, il faudra néanmoins traverser le lit du Var une vingtaine de fois au gré des méandres successifs parfois de l'eau jusqu'à la taille ; un débit d'étiage est donc indispensable pour ne pas risquer d'être entraîné par le courant parfois assez vif.



Au départ des gorges, le village de Guillaumes (800 m) et son clocher roman.

NAVETTE DE VÉHICULES : 3 km

Continuer en direction de Guillaumes pour se garer face à la cascade d'Amen (signalétique et aire de pique-nique), quelques centaines de mètres avant l'embranchement de la route de Villeplane.

RETOUR PÉDESTRE : 0 h 15

À la sortie des gorges, au niveau d'une ancienne passerelle suspendue (667 m), prendre un sentier en rive droite pour remonter à la route RD 2202 et regagner son véhicule.

ACCÈS PÉDESTRE : 0 h 10

Du parking (820 m), descendre par un sentier escarpé en fond de vallon pour rejoindre le lit du Var face à la cascade d'Amen (710 m).

DESCENTE DU CANYON : 2 h

Avant d'entamer la descente, un bref crochet en rive gauche permet une baignade dans la vasque située au pied des cascades finales de la clue d'Amen. Suivre le fil de l'eau en marchant sur les berges tantôt en rive droite, tantôt en rive gauche.

Un court passage encaissé au niveau des grandes parois rocheuses nécessite une progression plus aquatique.

PÉRIODE AUTORISÉE

15 juin au 31 octobre, les lundi, mercredi, vendredi et dimanche, (9 h à 17 h)

PÉRIODE CONSEILLÉE

juillet à septembre.

ÉQUIPEMENT UTILE

- Matériel personnel,
- Matériel collectif,
- Cordes : 2 de 30 m, + 1 de secours.

CARTOGRAPHIE

"Haute Vallée du Var"
TOP25 n° 3540 ET
1:25 000e



Au cœur du massif de *pêlites rouges* du Barrot (2 136 m), les eaux vertes du Var serpentent au fond des gorges.



FICHE SIGNALÉTIQUE

Nature de la roche :
Pêlites rouges
 Débit d'eau (étiage) :
 3500 l/s
 Température de l'eau :
 12° à 14°
 Bassin versant :
 320 km²
 Dénivelée descente :
 -40 m
 Longueur du canyon :
 2,5 km
 Cascade maxi :
 0 m

CARACTÉRISTIQUES



Immersion

★★



Verticalité



Engagement

★★★



Risque de crue

★★★



Difficulté

★

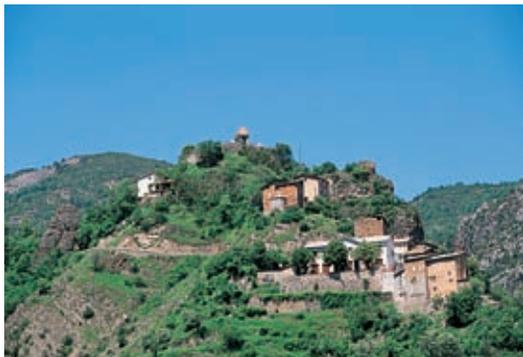
2 - VALLON DE BERTHÉOU

ACCÈS ROUTIER

DEPUIS LA CÔTE : 83 km
De Nice, remonter la vallée du Var jusqu'à Daluis (RD 6202, puis RD 2202). Continuer en direction de Guillaumes pendant 3 km pour parvenir à un grand pont situé à l'entrée des gorges de Daluis (pont de Berthéou). Laisser son véhicule à la sortie du pont, au niveau d'un téléphone de secours routier.

À la sortie aval des gorges de Daluis, le vallon de Berthéou, canyon idéal pour l'initiation, présente une douzaine de petites cascades à la roche admirablement polie par l'eau. Au bas de l'ultime cascade, on rejoint la rive droite du Var qu'il faut suivre sur 100 m environ afin de rejoindre le sentier de retour ; c'est pourquoi on pensera à vérifier avant le départ si le débit du Var permet une progression sans risques.

À noter qu'après la descente du canyon, un bref crochet en rive gauche du Var jusqu'au vallon de Talon, face au sentier de retour, mène à une vasque idyllique, propice à la baignade lors des canicules de juillet - août.



Le pittoresque village de Daluis (775 m), en rive droite du vallon.

NAVETTE DE VÉHICULES : NÉANT

ACCÈS PÉDESTRE : 0 h 10

Du pont de Berthéou (791 m - b.66), suivre un sentier horizontal en rive gauche du vallon jusqu'à la balise 5 et continuer tout droit pour atteindre une passerelle enjambant le vallon (780 m).

RETOUR PÉDESTRE : 0 h 30

De l'ancienne passerelle, prendre un sentier en rive droite pour remonter à la route RD 2202. Suivre celle-ci sur 500 m pour regagner le pont de Berthéou.

DESCENTE DU CANYON : 2 h 30

Suivre le cours d'eau qui se faufile d'abord entre deux parois de grès avant de rejoindre les roches rouges (pélites). Franchir une petite cascade et passer sous le pont de Berthéou. Une succession de petites cascades à très faible débit, de vasques peu profondes et de marche en rivière mène au confluent avec le Var.

Descendre ce dernier sur une centaine de mètres en rive droite jusqu'aux vestiges d'une ancienne passerelle pour trouver le sentier de retour (667 m).

PÉRIODE AUTORISÉE

1^{er} avril au 31 octobre
tous les jours.

PÉRIODE CONSEILLÉE

juin à septembre.

ÉQUIPEMENT UTILE

- Matériel personnel,
- Matériel collectif,
- Cordes : 1 de 20 m,
+ 1 de secours.

CARTOGRAPHIE

“Haute Vallée du Var”
TOP25 n° 3540 ET
1:25 000e



Descente en rappel dans l'une des plus remarquables étroitures du canyon.



FICHE SIGNALÉTIQUE

Nature de la roche :
Pélites rouges
 Débit d'eau (étiage) :
5 l/s
 Température de l'eau :
16° à 19°
 Bassin versant :
5 km²
 Dénivelée descente :
-110 m
 Longueur du canyon :
1 km
 Cascade maxi :
10 m

CARACTÉRISTIQUES



Immersion

★



Verticalité

★★



Engagement

★★



Risque de crue

★★★



Difficulté

★★

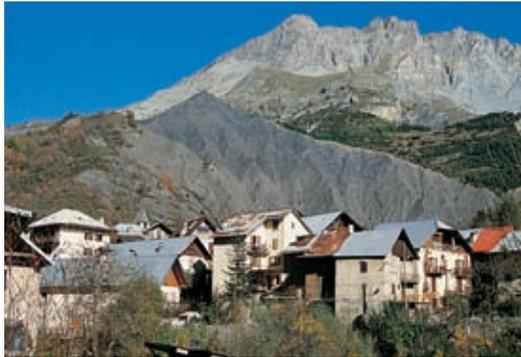
3 - CLUE DU CHAUDAN

ACCÈS ROUTIER

DEPUIS LA CÔTE : 109 km
De Nice, remonter la vallée du Var jusqu'à Entraunes (RD 6202, puis RD 2202) en dépassant successivement les villages de Touët, Puget-Théniers, Entrevaux, Daluis, Guillaumes, Villeneuve et Saint-Martin-d'Entraunes. Laisser son véhicule sur la place centrale d'Entraunes.

Relativement courte, mais très aquatique, la descente de la clue du Chaudan voit se succéder sauts, toboggans et cascades de façon ininterrompue. Les vasques, généralement profondes, permettent de nombreux sauts, mais on devra auparavant les sonder, car la profondeur peut varier sensiblement en fonction de la masse des alluvions déposées lors des crues. Situé en altitude, le bassin supérieur du Chaudan reste enneigé tardivement, ce qui entraîne généralement un débit d'eau important jusqu'à la fin du mois de juin, voire début juillet.

Par ailleurs la descente en période d'orages est à déconseiller formellement, l'eau se chargeant alors de limons noirs arrachés aux zones marneuses situées en amont.



Plus haut village de la vallée du Var, Entraunes (1 260 m).



PÉRIODE AUTORISÉE

1^{er} avril au 31 octobre
tous les jours.

PÉRIODE CONSEILLÉE

juillet et août.

ÉQUIPEMENT UTILE

- Matériel personnel,
- Matériel collectif,
- Cordes : 2 de 30 m,
+ 1 de secours.

CARTOGRAPHIE

“Haute Vallée du Var”
TOP25 n° 3540 ET
1:25 000

NAVETTE DE VÉHICULES : NÉANT

ACCÈS PÉDESTRE : 0 h 30

De l'entrée Sud d'Entraunes (1 260 m - b.256), prendre le chemin du col des Champs (GR52A) ; après les balises 257 et 258, couper un canal et, par un grand lacet dans un éboulis (b.259), atteindre un belvédère dominant la clue.

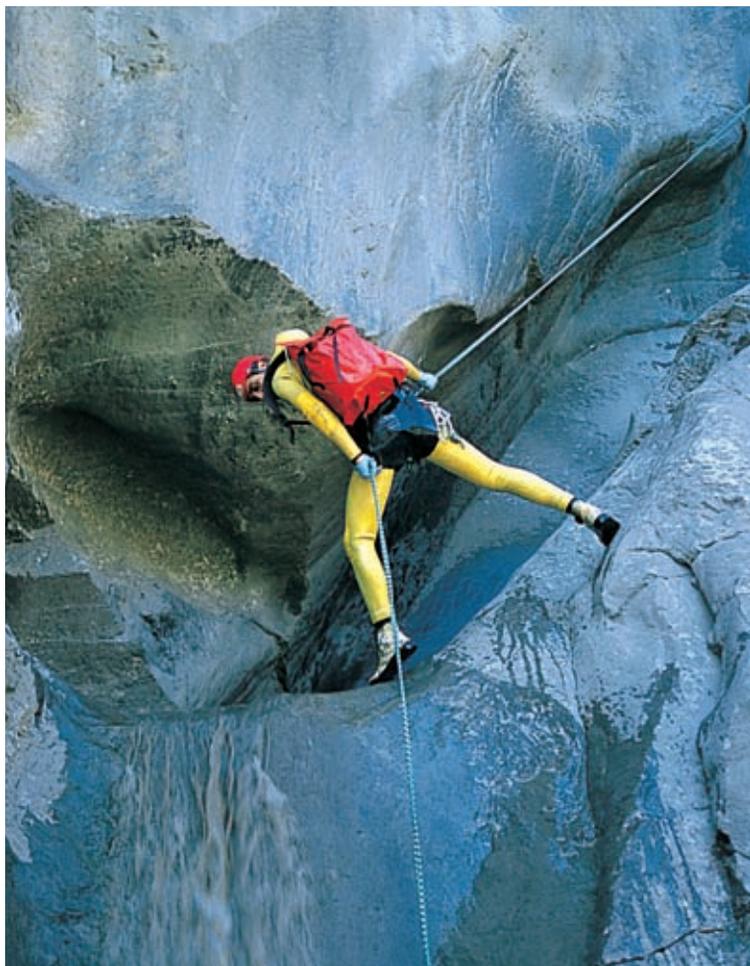
Poursuivre à flanc pour rejoindre la passerelle du Chaudan, point de départ de la descente (1 470 m).

DESCENTE DU CANYON : 2 h 30

Un premier resserrement offre quelques vasques avec des petits sauts et toboggans. Après un affluent en rive droite, une courte marche en rivière mène à la partie canyon proprement dite. À partir de ce point, aucune échappatoire n'est possible. Une succession de vasques entrecoupées de ressauts (sauts, toboggans, rappels) mène à la cascade terminale de 30 m qui peut se négocier par deux rappels successifs.

RETOUR PÉDESTRE : 0 h 20

Au bas du rappel de 30 m, avant une zone de gros blocs (1 363 m), prendre en rive gauche une trace dans les éboulis pour rejoindre un canal en contrebas. Le suivre jusqu'à couper le sentier de montée par lequel on regagne le point de départ matinal.



La cascade terminale de la clue du Chaudan avec son décor de calcaire gris.



FICHE SIGNALÉTIQUE

Nature de la roche :
Calcaire
 Débit d'eau (étiage) :
100 l/s
 Température de l'eau :
10° à 14°
 Bassin versant :
8 km²
 Dénivelée descente :
-110 m
 Longueur du canyon :
0,6 km
 Cascade maxi :
30 m

CARACTÉRISTIQUES



Immersion

★★★



Verticalité

★★★



Engagement

★★



Risque de crue

★★



Difficulté

★★★

4 - GORGES DE LA ROUDOULE

ACCÈS ROUTIER

DEPUIS LA CÔTE : 64 km
De Nice, remonter la vallée du Var jusqu'à Puget-Théniers (RD 6202) et bifurquer à droite pour remonter la vallée de la Roudoule par la RD 16. Laisser à droite la route de Puget-Rostang et Auware pour continuer en direction de la Croix-sur-Roudoule. Au niveau des gorges, sous le village de la Croix, garer son véhicule au niveau du pont suspendu enjambant la clue (parking à droite).

Descente originale se déroulant au fond de gorges très encaissées qui ont constitué de tout temps un obstacle majeur pour les communications en amont de Puget-Théniers. Pour relier les villages entre eux (Saint-Léger, La Croix-sur-Roudoule, Léouvé et plus loin Guillaumes), les Anciens ont bâti des ouvrages d'art audacieux pour franchir cette entaille. C'est ainsi que, durant la descente, on découvrira pas moins de quatre ponts dont le plus haut surplombe de 90 m le cours de la Roudoule. La chute est dominée par un vaste bassin-versant dénudé constitué de pèlites rouges : issu du Dôme de Barrot (2 136 m), celui-ci collecte très rapidement les eaux de pluie et, en cas d'orage, des crues violentes et subites balayant tout sur leur passage peuvent se produire.



Au faite de la Roudoule, le village perché de La Croix-sur-Roudoule (850 m).



NAVETTE DE VÉHICULES : NÉANT

ACCÈS PÉDESTRE : 0 h 15

Du parking, remonter la Roudoule en rive gauche par la route RD 16 pendant 800 m pour atteindre la balise 233. Quelques mètres en contrebas, le pont du sentier menant à Amarines marque le début de la descente.

RETOUR PÉDESTRE : 0 h 15

Du pont romain, remonter à la route par un bon sentier. En quelques centaines de mètres, regagner le parking de départ par la route.

PÉRIODE AUTORISÉE

1^{er} avril au 31 octobre, les lundi, mercredi, vendredi et dimanche, (9 h à 17 h)

PÉRIODE CONSEILLÉE

juin à septembre.

ÉQUIPEMENT UTILE

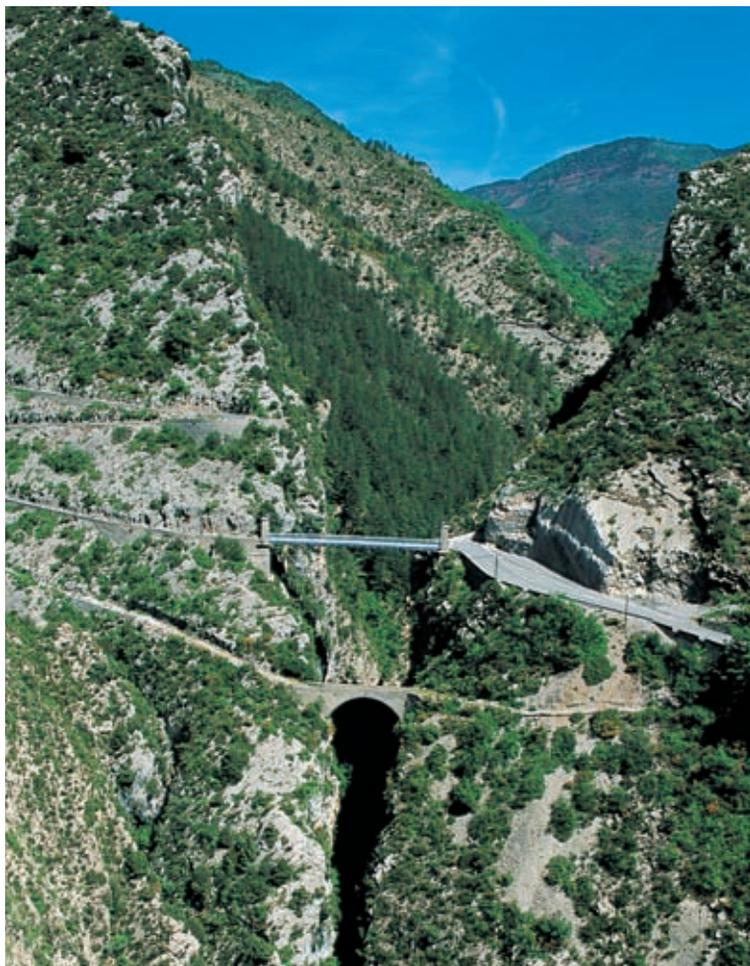
- Matériel personnel,
- Matériel collectif,
- Cordes : 1 de 30 m, + 1 de secours.

CARTOGRAPHIE

“Moyen Var”
TOP25 n° 3641 OT
1:25 000e

DESCENTE DU CANYON : 2 h 30

Du petit pont d'Amarines (714 m - b.233), suivre le cours de la Roudoule par un cheminement facile. Bientôt la rivière s'encaisse et les premiers obstacles apparaissent : débute alors une succession de vasques entrecoupées de petites cascades dont la descente nécessite parfois l'usage de la corde (petits rappels), mais permet le plus souvent sauts et glissades. Attention, toutes les vasques ne sont pas forcément profondes et certaines cachent des blocs sournois.



Ouvrages d'art audacieux dominant la profonde entaille des gorges de la Roudoule.



FICHE SIGNALÉTIQUE

Nature de la roche :
Calcaire
 Débit d'eau (étiage) :
200 l/s
 Température de l'eau :
12° à 16°
 Bassin versant :
22 km²
 Dénivelée descente :
-150 m
 Longueur du canyon :
1,2 km
 Cascade maxi :
12 m

CARACTÉRISTIQUES



Immersion

★★★



Verticalité

★★



Engagement

★★



Risque de crue

★★★★



Difficulté

★★★

5 - VALLON DE CHALLANDRE

ACCÈS ROUTIER

DEPUIS LA CÔTE : 65 km
De Nice, remonter la vallée du Var jusqu'à Touët-sur-Var (RD 6202) et peu après, prendre à droite la route des gorges du Cians en direction de Beuil (RD 28). Dans les gorges supérieures du Cians, dépasser les tunnels de la petite et de la grande clue pour se garer peu après au niveau de deux tunnels en courbe enserrant le vallon de Challandre.

Au cœur des abruptes gorges du Cians, s'ouvre le magnifique vallon de Challandre : après une marche initiale sur une sente le long du torrent à travers un sombre et frais sous-bois où alternent sapins et épicéas, on y débouche dans une zone très dégagée ; une succession de cascades ensoleillées permet alors d'enchaîner de nombreux rappels sur des dalles de pèlites aux chauds coloris violacés, particulièrement photogéniques.

À noter que la roche très glissante exige d'évoluer avec précaution, notamment au sommet des cascades où, plus que jamais, s'impose l'auto-assurance au relais, gage de sécurité en cas d'inadvertance.



En amont des gorges du Cians, le village de Beuil (1 450 m), entre alpages et mélèzin.

NAVETTE DE VÉHICULES : 2 km

Continuer en direction de Beuil pendant 2 km et, à la sortie des gorges, se garer à gauche au niveau de la balise 70.

RETOUR PÉDESTRE : NÉANT

OPTION SANS NAVETTE : 0 h 20

Du parking aval, rejoindre le parking amont par la route en 20 mn de marche (2 km).

ACCÈS PÉDESTRE : 1 h

De la balise 70 (1 251 m), s'élever par un bon sentier en sous-bois pour atteindre un petit col (1 500 m - b.70a). Bifurquer immédiatement après à gauche pour descendre rapidement jusqu'à une petite passerelle en bois enjambant le vallon (1 300 m).

DESCENTE DU CANYON : 3 h 30

La première partie du parcours consiste en une longue marche en sous-bois le long du cours d'eau, sur un petit sentier crée pour éviter de piétiner cette zone dévolue à la pêche. La suite de la descente devient vite technique avec de nombreux rappels. L'absence de vasques profondes ne favorise pas sauts ou glissades.

Une dernière partie pouvant s'éviter par une sente en rive gauche permet d'atteindre la route du Cians (1 108 m).

PÉRIODE AUTORISÉE

1^{er} avril au 31 octobre
tous les jours.

PÉRIODE CONSEILLÉE

juin à septembre.

ÉQUIPEMENT UTILE

- Matériel personnel,
- Matériel collectif,
- Cordes : 2 de 30 m,
+ 1 de secours.

CARTOGRAPHIE

“Haut Cians”
TOP25 n° 3640 OT
1:25 000



Superbe enchaînement de cascades et de vasques dans la partie inférieure du parcours.



FICHE SIGNALÉTIQUE

Nature de la roche :
Pélites rouges
 Débit d'eau (étiage) :
 30 l/s
 Température de l'eau :
 9° à 13°
 Bassin versant :
 19 km²
 Dénivelée descente :
 -200 m
 Longueur du canyon :
 2 km
 Cascade maxi :
 20 m

CARACTÉRISTIQUES



Immersion

★★



Verticalité

★★★



Engagement

★★



Risque de crue

★★★



Difficulté

★★★

6 - CLUE DU RATON

ACCÈS ROUTIER

DEPUIS LA CÔTE : 63 km

De Nice, remonter la vallée du Var jusqu'à Touët-sur-Var (RD 6202) et peu après, prendre à droite la route des gorges du Cians en direction de Beuil (RD 28). Dans les gorges supérieures du Cians, dépasser le tunnel de la petite clue et se garer au niveau d'une station de pompage, juste en aval du tunnel de la grande clue.



PÉRIODE AUTORISÉE

15 juin au 31 octobre
tous les jours,
entrée : avant 10 h
sortie : avant 17 h

PÉRIODE CONSEILLÉE

juillet à septembre.

ÉQUIPEMENT UTILE

- Matériel personnel,
- Matériel collectif,
- Cordes : 2 de 20 m,
+ 1 de secours.

CARTOGRAPHIE

"Haut Cians"
TOP25 n° 3640 OT
1:25 000e

Plus que tout autre canyon, le Raton mérite qu'on l'aborde avec une circonspection malheureusement justifiée par les dramatiques accidents qui s'y déroulèrent ces derniers étés. Une réglementation sévère régit d'ailleurs son parcours, limitant les groupes à six personnes, encadrement non compris. Cette longue descente se déroule dans un cadre d'une farouche beauté et on devra au fil des heures franchir une multitude d'obstacles ou se faufiler dans des failles particulièrement étroites qui s'infiltrent dans les parois de pelâtes rouges. Pour éviter les crues aussi violentes que subites consécutives aux orages, ne pas hésiter en cas de dégradation du temps à utiliser les échappatoires balisées qui rejoignent soit le hameau d'Illion avant la portion la plus engagée de la clue, soit la route du Cians avant l'étréiture finale.



En rive droite du Cians, le village de Rigaud (650 m), à l'habitat regroupé.

NAVETTE DE VÉHICULES : 18 km

Continuer jusqu'à Beuil et prendre la direction de Valberg. Après les Launes, prendre à gauche la petite route des Eguilles et dépasser un parking (b.17). Continuer sur une piste jusqu'à une intersection (b.18) et prendre la piste de droite carrossable, mais défoncée pour se rendre à l'Illion (b.26). La piste est alors interdite à la circulation (panneau d'interdiction et visites fréquentes de la gendarmerie !). Se garer sans gêner le passage des véhicules (bergers).

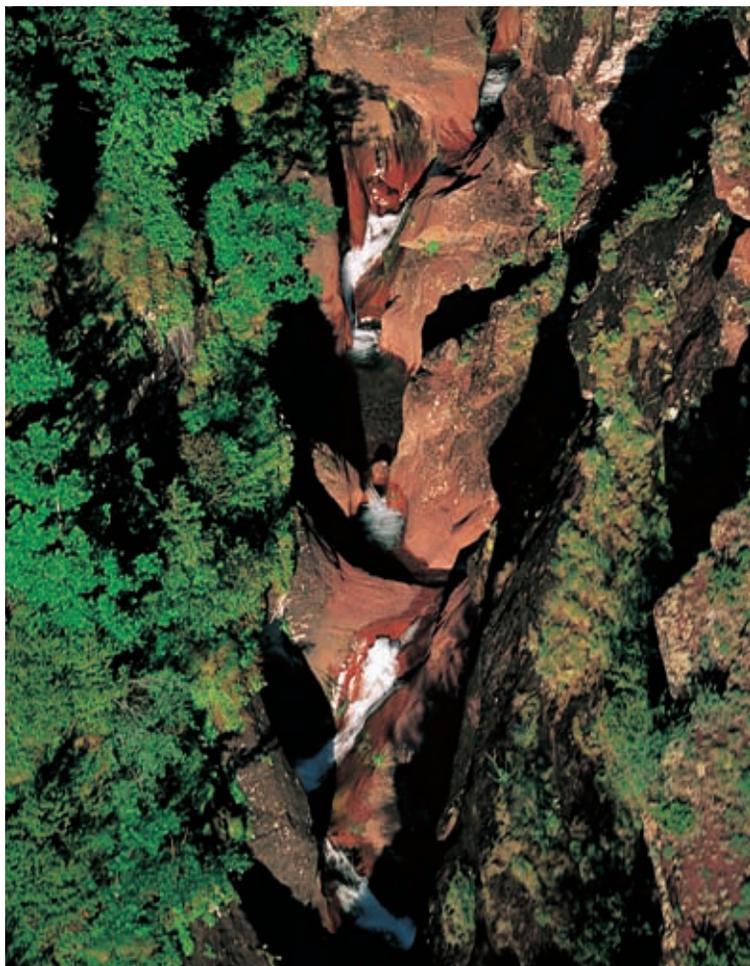
ACCÈS PÉDESTRE : 0 h 30

De l'Illion (1 568 m - b.26), poursuivre à pied sur la piste pendant 1 km jusqu'au sommet d'une montée bien marquée pour descendre en direction du canyon par une grande croupe herbeuse située à l'Est des Espangons (b.26a). Quelques ressauts faciles permettent d'atteindre le départ du canyon (1 520 m).

DESCENTE DU CANYON : 6 h

Une succession de petits obstacles jalonnent la descente : la cascade la plus haute mesure 15 m, mais la majorité des ressauts ne dépasse pas 10 m ; au total, c'est une trentaine de cascades qui nécessite l'usage de la corde. La sortie du canyon s'effectue au niveau du pont routier enjambant la clue au confluent avec le Cians (1 021 m). À mi-parcours, une première échappatoire en rive gauche permet de remonter directement au hameau de l'Illion par des pentes raides à la végétation arbustive et épineuse (300 m de remontée). En aval du grand chaos rocheux juste avant le resserrement final, une seconde échappatoire rejoint la route du Cians via un petit collet (100 m de remontée).

RETOUR PÉDESTRE : NÉANT



Une kyrielle de vasques et de ressauts rythme la progression tout au long de la clue du Raton.



FICHE SIGNALÉTIQUE

Nature de la roche :
Pélites rouges
 Débit d'eau (étiage) :
40 l/s
 Température de l'eau :
11° à 14°
 Bassin versant :
11 km²
 Dénivelée descente :
-500 m
 Longueur du canyon :
3 km
 Cascade maxi :
20 m

CARACTÉRISTIQUES



Immersion

★★



Verticalité

★★★



Engagement

★★★★



Risque de crue

★★★★★



Difficulté

★★★★

7 - CLUE D'AMEN

ACCÈS ROUTIER

DEPUIS LA CÔTE : 85 km

De Nice, remonter la vallée du Var jusqu'aux gorges de Daluis (RD 6202, puis RD 2202) et laisser un véhicule quelques centaines de mètres avant l'embranchement de la route de Villeplane au niveau d'une aire de pique-nique située en vue des cascades terminales de la clue.

Accessible par le chemin historique du hameau minier homonyme, la clue d'Amen, à la fois spectaculaire et esthétique, entaille le massif de petites rouges du Dôme de Barrot pour se jeter dans les eaux du Var juste à la sortie des gorges de Daluis. Par son étroitesse extrême et la hauteur de ses cascades finales, mais surtout par son ampleur et son engagement, ce parcours réputé nécessite une condition physique et une compétence technique irréprochables, gages de célérité et donc de sécurité.

En effet, aucune échappatoire n'existe une fois qu'on est engagé dans la partie inférieure de la clue qui n'offre par ailleurs aucune zone abritée en cas de brusque montée des eaux due à un orage sur le Dôme de Barrot (2 136 m). Seules les ultimes cascades peuvent être évitées par une petite sente balisée en rive gauche.



Face à la clue d'Amen, le bucolique hameau de Villeplane (1 215 m).

NAVETTE DE VÉHICULES : 4 km

Continuer par la RD 2202 jusqu'au pont des Roberts.

ACCÈS PÉDESTRE : 1 h 40

Du pont des Roberts (767 m - b.111), prendre le sentier d'Amen, franchir le vallon de Tirebœuf et atteindre la balise 112. Continuer en direction du col de Roua par un sentier en balcon au dessus de la clue pour atteindre le départ de celle-ci au niveau d'une grande passerelle en bois (1 063 m).

DESCENTE DU CANYON : 5 h

Une succession de vasques, marches et petites cascades (maxi 15 m) mène à la partie centrale présentant une marche d'environ 1 km. Après être passé sous une grande tour rocheuse en rive droite, le parcours devient ludique et technique jusqu'à la partie finale. Celle-ci est facile à identifier par son encaissement spectaculaire : dans une ambiance proche de la spéléologie, sept rappels s'y succèdent pour atteindre la vasque du bas de la clue par une

verticale de 30 m (un court passage en siphon peut éventuellement être évité par une escalade délicate). Une échappatoire commode existe en rive gauche au départ de la partie finale par une brèche caractéristique dominant un éboulis menant au bas de la clue.

RETOUR PÉDESTRE : 0 h 20

Traverser le Var (700 m) et le suivre vers l'aval pour remonter le premier vallon en rive droite par un cheminement évident. Attention ! La traversée du Var est impossible en cas de crue ou de débit important.

OPTION SANS NAVETTE : 0 h 45

Du confluent avec le Var, remonter les gorges de Daluis par le fond pour rejoindre le pont des Roberts par la petite route de Tirebœuf.



PÉRIODE AUTORISÉE

15 juin au 31 octobre, les lundi, mercredi, vendredi et dimanche, (9 h à 17 h).

PÉRIODE CONSEILLÉE

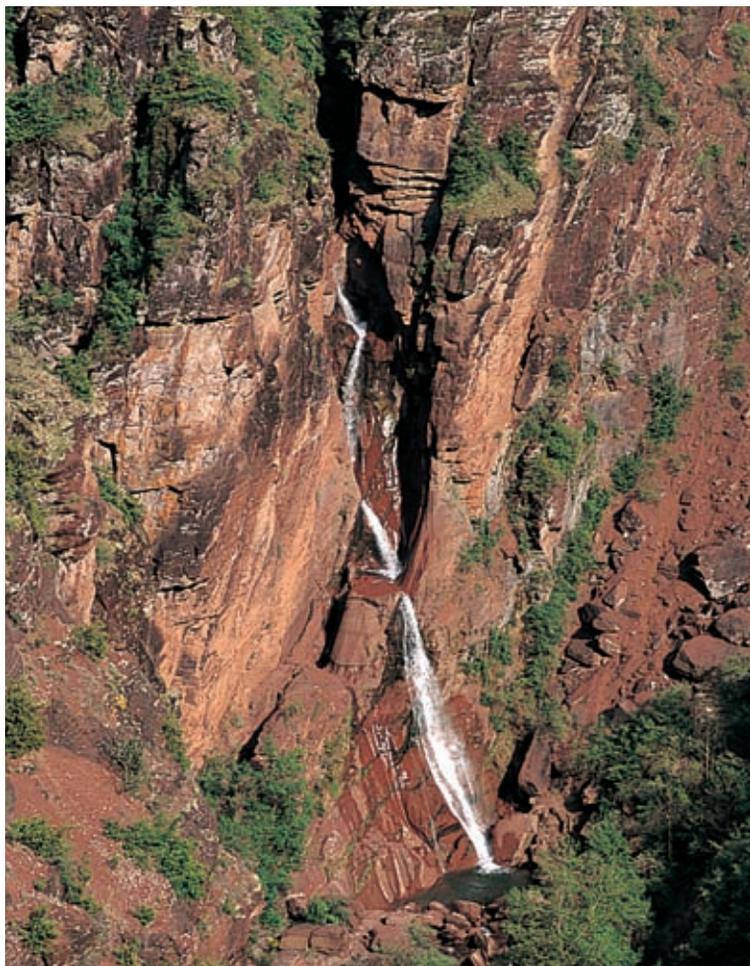
juillet à septembre.

ÉQUIPEMENT UTILE

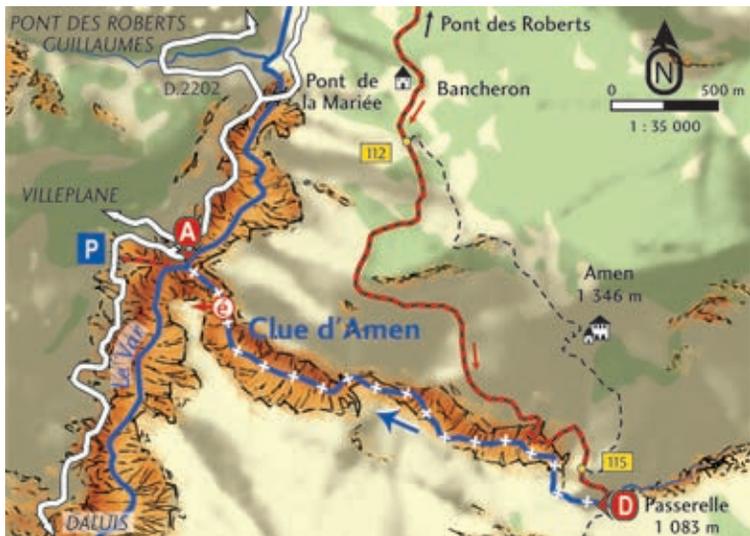
- Matériel personnel,
- Matériel collectif,
- Cordes : 2 de 30 m, + 1 de secours.

CARTOGRAPHIE

"Haute Vallée du Var"
TOP25 n° 3540 ET
1:25 000e



Comme surgie de nulle part, la cascade finale de la clue d'Amen se précipite dans les eaux du Var.



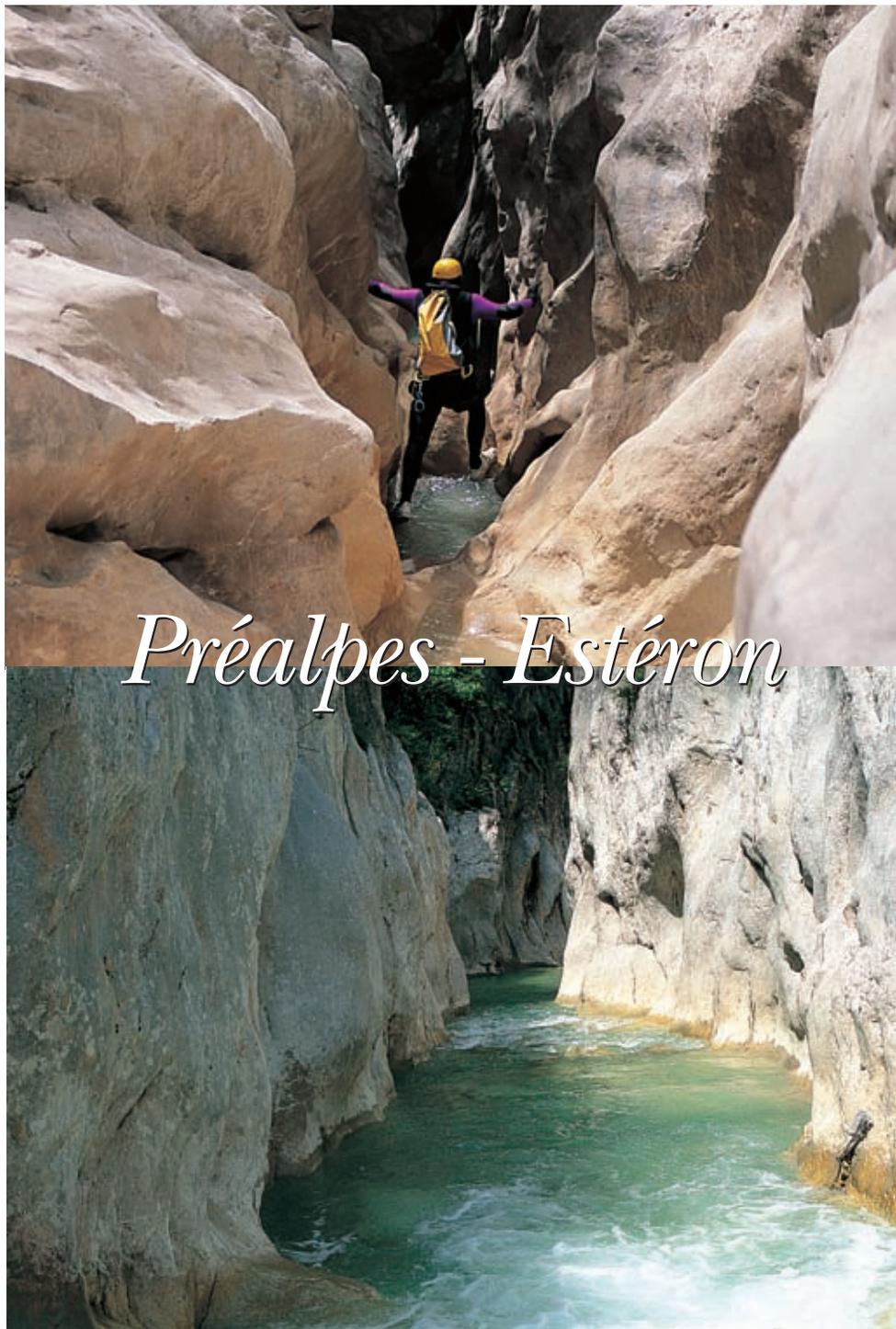
FICHE SIGNALÉTIQUE

Nature de la roche :
Pélites rouges
 Débit d'eau (étiage) :
40 l/s
 Température de l'eau :
12° à 15°
 Bassin versant :
11 km²
 Dénivelée descente :
-363 m
 Longueur du canyon :
3 km
 Cascade maxi :
30 m

CARACTÉRISTIQUES

-  Immersion ★★
-  Verticalité ★★★★★
-  Engagement ★★★★★
-  Risque de crue ★★★★★
-  Difficulté ★★★★★





Préalpes - Estéron

8 - CLUE DE LA CERISE

ACCÈS ROUTIER

DEPUIS LA CÔTE : 35 km
De Nice, suivre la RD 6202 le long du Var jusqu'au pont Charles Albert. Tourner à gauche et gagner Gilette par la RD 17. Continuer en direction de Roquestéron pendant 4,5 km et, dans une descente après l'ancienne gare de Collebelle, repérer une piste sur la gauche signalée par un poteau indicateur en bois indiquant le pont de la Cerise (b.17). Laisser son véhicule au départ de la piste au niveau d'une barrière.



PÉRIODE AUTORISÉE

1^{er} avril au 31 octobre
tous les jours.

PÉRIODE CONSEILLÉE

juillet à septembre.

ÉQUIPEMENT UTILE

- Matériel personnel,
- Matériel collectif,
- Cordes : 1 de 30 m,
(main-courante).

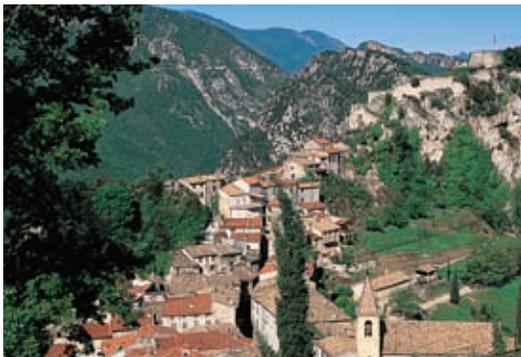
CARTOGRAPHIE

"Vallée de l'Estéron"
TOP25 n° 3642 ET
1:25 000e

Courte et très aquatique, la clue de la Cerise se parcourt principalement à la nage dans le cadre magnifique de la basse vallée de l'Estéron.

Attention ! Si ce parcours est accessible à un large public, il demande néanmoins un équipement adapté, un bon niveau en natation et une condition physique correcte, afin de ne pas se laisser entraîner par le courant de la rivière. En grimpant sur les berges, des sauts de toutes hauteurs agrémenteront la progression au fil de la descente.

À noter la double option offerte pour le retour : version pédestre classique via l'audacieux sentier des gorges et version aquatique avec remontée de l'Estéron lors des fortes chaleurs estivales.



Sentinelles dominant l'Estéron, le village perché de Gilette et son château féodal (450 m).

NAVETTE DE VÉHICULES : NÉANT

ACCÈS PÉDESTRE : 0 h 30

Franchir la barrière (396 m) et descendre le chemin en direction de l'Estéron en prenant à droite au niveau d'un carrefour de pistes. Quelques raccourcis permettent de couper les virages les plus prononcés (balisage jaune). Franchir le pont de la Cerise et rejoindre l'Estéron immédiatement en amont du pont par des dalles inclinées (190 m).

DESCENTE DU CANYON : 1 h

La descente débute sous le pont de la Cerise : une succession de longs biefs (jusqu'à 100 m) entrecoupés de courtes zones de marche s'enchaînent durant toute la descente. On notera successivement le franchissement d'une splendide arche rocheuse, puis le contournement d'un gros bloc par la gauche et enfin une admirable formation géologique sur la rive gauche (plissement calcaire en forme de chapeau de gendarme).

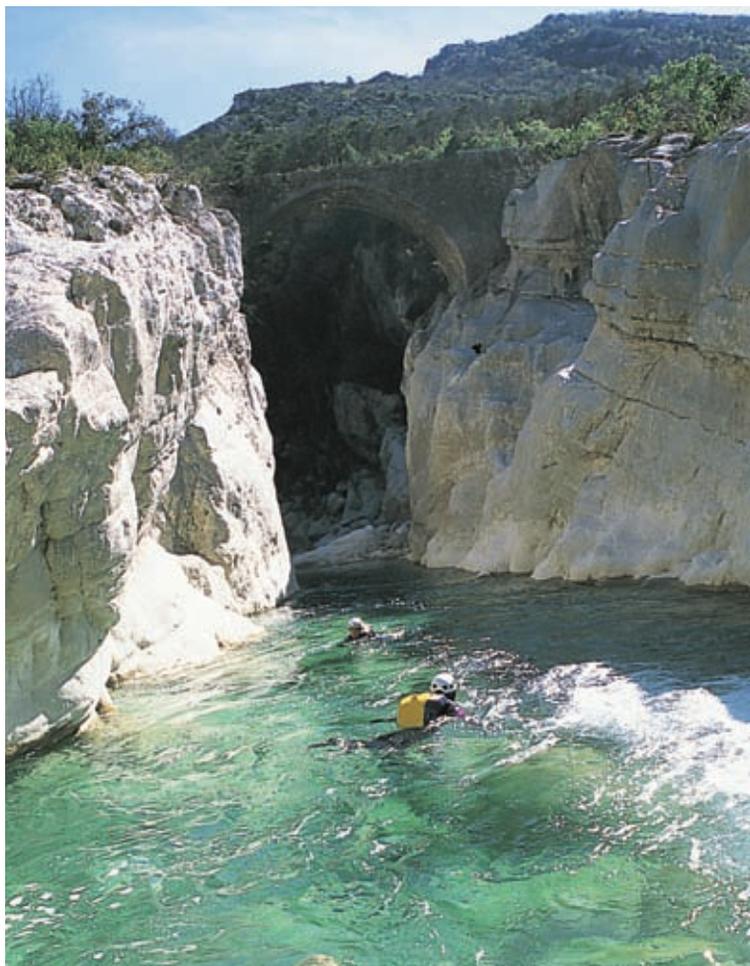
La fin du canyon est marquée par un net élargissement où, brusquement, des pentes boisées succèdent aux parois rocheuses (170 m).

REMONTÉE DU CANYON : 1 h 15

Originalité de la clue de la Cerise, le retour peut s'effectuer en suivant l'itinéraire-aller à contre-courant. En cas d'impossibilité de remonter l'Estéron (courant trop fort), utiliser l'option du retour pédestre.

RETOUR PÉDESTRE : 1 h 30

Peu après un grand coude de l'Estéron, longer la rivière quelques dizaines de mètres pour trouver en rive droite l'amorce d'un sentier qui s'élève parmi chènes et charmes-houblons. Parvenu à la balise 103, bifurquer à droite et remonter le chemin des gorges jusqu'à un bel oratoire. Redescendre ensuite vers le pont de la Cerise toujours par un excellent chemin (b.102, 101) ; traverser le pont et remonter au parking.



Le pont voûté de la Cerise sous lequel s'engouffrent les eaux pures de l'Estéron.



FICHE SIGNALÉTIQUE

Nature de la roche :
Calcaire
 Débit d'eau (étiage) :
1200 l/s
 Température de l'eau :
17° à 23°
 Bassin versant :
400 km²
 Dénivelée descente :
-20 m
 Longueur du canyon :
0,8 km
 Cascade maxi :
0 m

CARACTÉRISTIQUES

	Immersion	★★
	Verticalité	—
	Engagement	★★
	Risque de crue	★★★
	Difficulté	★

9 - GOURS DU RAY

ACCÈS ROUTIER

DEPUIS LA CÔTE : 40 km

De Nice, suivre l'A.8 vers l'Ouest jusqu'à Cagnes-sur-Mer et gagner la Colle-sur-Loup par la pénétrante. Remonter les gorges du Loup (RD 6-RD 5) et atteindre le village de Gréolières. À la sortie du village, ne pas monter en direction de Gréolières-les-Neiges, mais suivre une petite route horizontale (RD 79) en direction d'Andon pendant 3 km. Dépasser un premier vallon et se garer à droite au niveau d'un petit parking peu avant un second vallon.



PÉRIODE AUTORISÉE

1^{er} avril au 31 octobre tous les jours.

PÉRIODE CONSEILLÉE

juin à mi-septembre.

ÉQUIPEMENT UTILE

- Matériel personnel,
- Matériel collectif,
- Cordes : 1 de 20 m,
+ 1 de secours.

CARTOGRAPHIE

“Vallée de l'Estéron”
TOP25 n° 3642 ET
1:25 000e

La haute vallée du Loup, sauvage et verdoyante, abrite ce parcours aquatique et divertissant d'une demi-journée. On y évoluera dans un cadre plaisant et ensoleillé où de larges et profondes vasques permettent de tenter de jolis sauts. Si quelques cascades nécessitent un court rappel, les difficultés demeurent dans l'ensemble faibles et accessibles à un public peu familier des techniques de pointe en matière de canyonisme.

Un équipement correct est toutefois indispensable, car même si la descente de cette partie du Loup reste peu engagée, on y affrontera les risques minima inhérents à l'activité : chute, glissade incontrôlée, heurt de rochers...



Dominant la vallée du Loup, le village provençal de Gréolières (830 m).

NAVETTE DE VÉHICULES : NÉANT

ACCÈS PÉDESTRE : 0 h 30

Du parking (801 m), descendre une piste sous la route pour atteindre l'aqueduc du Loup. Suivre ce dernier vers l'Ouest et le quitter peu après, juste avant un tunnel, pour prendre à gauche un petit sentier qui permet de descendre jusqu'au Loup (707 m).

DESCENTE DU CANYON : 2 h

Suivre le cours de la rivière jusqu'à un premier obstacle formé d'un bloc rocheux suivi d'une vasque. Négocier la cascade par un rappel et continuer la descente par une alternance de vasques, petites cascades et courtes zones de marche. Au fil de la descente, plusieurs ressauts nécessitent l'usage de la corde contrairement à d'autres où les sauts sont possibles.

À mi-parcours, un enchaînement de deux cascades à fort débit s'évite par la rive gauche.

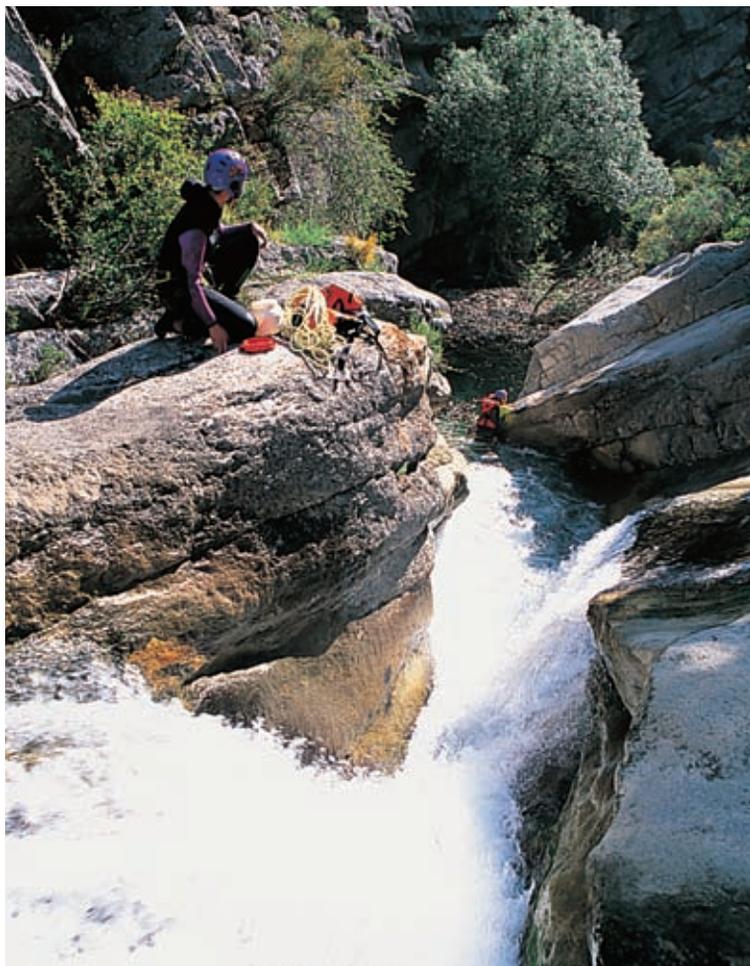
Après un dernier resserrement, une large vasque entourée de rives boisées marque la fin de la descente (631 m).

RETOUR PÉDESTRE : 0 h 30

De la vasque terminale, remonter un sentier pentu en rive gauche jusqu'à atteindre l'aqueduc du Loup. Suivre celui-ci vers l'Ouest pour rejoindre la piste empruntée à l'aller et regagner son véhicule.

Attention !

À partir du 2^e week-end de septembre, le secteur des Gours du Ray est interdit par arrêté municipal.



Les eaux du Loup offrent de belles vasques alimentées par des cascades écumantes.



FICHE SIGNALÉTIQUE

Nature de la roche :
Calcaire
 Débit d'eau (étiage) :
200 l/s
 Température de l'eau :
14° à 16°
 Bassin versant :
30 km²
 Dénivelée descente :
-76 m
 Longueur du canyon :
0,8 km
 Cascade maxi :
10 m

CARACTÉRISTIQUES



Immersion

★★



Verticalité

★★



Engagement

★★



Risque de crue

★★



Difficulté

★★

10- SIAGNE DE LA PARE

ACCÈS ROUTIER

DEPUIS LA CÔTE : 50 km
De Cannes, se rendre à Grasse par la pénétrente et suivre la route Napoléon (RD 6085) jusqu'à Escragnolles. Dans le village, prendre à gauche une petite route goudronnée qui descend en direction de la Siagne. Celle-ci dessert différents quartiers, puis se transforme en piste en aval du hameau des Gras. Garer son véhicule lorsque la piste devient difficilement carrossable.

Tout en haut du pays grassois, le parcours de la Siagne de la Pare permet l'exploration d'un vaste secteur sauvage et préservé. Plus que d'une simple descente de canyon, il s'agit d'un long périple où la marche d'approche, puis le retour par un itinéraire spectaculaire en balcon au-dessus de la rivière font partie intégrante du programme. C'est donc dans un esprit de découverte du milieu naturel si particulier des régions calcaires qu'on abordera cette longue journée de plein air.

L'eau très pure des nombreuses vasques incite à sauter, mais on se méfiera notamment au niveau de la première cascade importante qui dissimule un seuil rocheux sournois (rappel obligatoire).



Le Cabanon (861 m), hameau de la commune d'Escragnolles.

NAVETTE DE VÉHICULES : NÉANT

ACCÈS PÉDESTRE : 0 h 45

Suivre la piste, dépasser la balise 88 (720 m) et gagner son terminus à l'aplomb de la source de la Pare. Continuer dans la même direction par un sentier en légère descente, puis plus ou moins horizontal, jusqu'à rejoindre un grand éboulis caractéristique ; par celui-ci, descendre quelques lacets pour atteindre la Siagne (540 m).

DESCENTE DU CANYON : 3 h

Biefs, cascades et larges vasques d'eau généreuse alternent durant toute la descente avec des tronçons de marche sur les rives dans un paysage enchanteur où saules, chênes verts, figuiers, érables et ifs égaient le caractère minéral du site. Une dernière cascade mène au confluent avec la Siagne (390 m), terminus de la descente. À noter l'interdiction de parcourir la Siagne en aval de ce confluent.

RETOUR PÉDESTRE : 1 h 45

Du confluent, remonter la Siagne par sa rive droite sur une centaine de mètres pour trouver le départ de l'itinéraire de retour.

Une trace balisée de cairns en pierres permet de s'élever au mieux en suivant comme ligne directrice la crête séparant les deux Siagnes. De courtes portions rocheuses sont équipées à demeure d'une main-courante en corde où la progression auto-assurée est indispensable (s'assurer du bon état des cordes avant toute utilisation). Parvenu au tracé de la conduite d'eau, le suivre à gauche par un système de vires horizontales pour rejoindre l'itinéraire-aller et son véhicule.



PÉRIODE AUTORISÉE

15 juin au 31 octobre, les lundi, mercredi, vendredi et dimanche, de 9 h à 17 h.

PÉRIODE CONSEILLÉE

juillet à septembre.

ÉQUIPEMENT UTILE

- Matériel personnel,
- Matériel collectif,
- Cordes : 1 de 30 m, + 1 de secours.

CARTOGRAPHIE

"Haute Siagne"
TOP25 n° 3543 ET
1:25 000e



Cascades calcifiées couvertes de mousse verte et vasques d'eau limpide caractérisent le parcours.



FICHE SIGNALÉTIQUE

Nature de la roche :
Calcaire
 Débit d'eau (étiage) :
200 l/s
 Température de l'eau :
14° à 16°
 Bassin versant :
20 km²
 Dénivelée descente :
-150 m
 Longueur du canyon :
1,2 km
 Cascade maxi :
10 m

CARACTÉRISTIQUES

- 
Immersion ★★
- 
Verticalité ★
- 
Engagement ★★★
- 
Risque de crue ★★
- 
Difficulté ★★

11 - RIOU DE PIERREFEU

ACCÈS ROUTIER

DEPUIS LA CÔTE : 42 km
De Nice, suivre la RD 6202 le long du Var jusqu'au pont Charles Albert ; tourner à gauche et gagner Gillette par la RD 17. Continuer en direction de Roquestéron jusqu'au carrefour avec la route de Pierrefeu (RD 217) ; poursuivre vers Roquestéron pendant 1 km (RD 17) et garer son véhicule au niveau de la balise 75.



PÉRIODE AUTORISÉE

1^{er} avril au 31 octobre
tous les jours.

PÉRIODE CONSEILLÉE

mai à octobre.

ÉQUIPEMENT UTILE

- Matériel personnel,
- Matériel collectif,
- Cordes : 2 de 25 m,
+ 1 de secours.

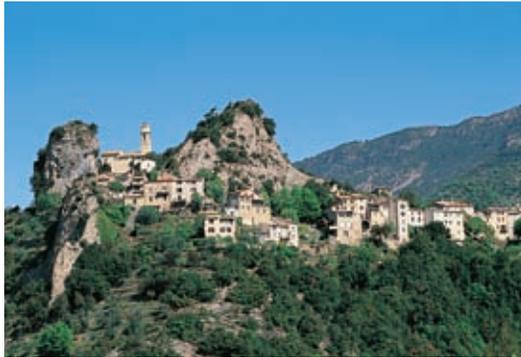
CARTOGRAPHIE

“Vallée de l'Estéron”
TOP25 n° 3642 ET
1:25 000e

Impossible d'imaginer en remontant la route menant au pittoresque vieux village de Pierrefeu que coulent en contrebas les eaux limpides du Riou.

Sa descente, où alternent passages techniques et randonnée aquatique, traverse de superbes paysages où vasques généreuses, dalles de calcaire ocre, bosquets de chênes verts et bois de pins forment un univers enchanteur.

On restera vigilant dans la partie inférieure, car quelques ressauts tentateurs présentent des réceptions douteuses sur des rochers immergés parfois peu visibles. L'arrivée dans les eaux vertes de l'Estéron sera l'occasion d'une dérive décontractante, juste le temps de parvenir au sentier de retour.



Perché au-dessus du Riou, le vieux village de Pierrefeu (620 m).

NAVETTE DE VÉHICULES : 5 km

Revenir au carrefour de Pierrefeu et monter au vieux village par la RD 217 ; laisser son véhicule sur le parking à l'entrée du village.

ACCÈS PÉDESTRE : 0 h 30

De l'extrémité Sud du village (620 m - b.71), descendre par un bon sentier en lacets jusqu'à ce que celui-ci coupe le Riou de Pierrefeu juste après la balise 72 (404 m).

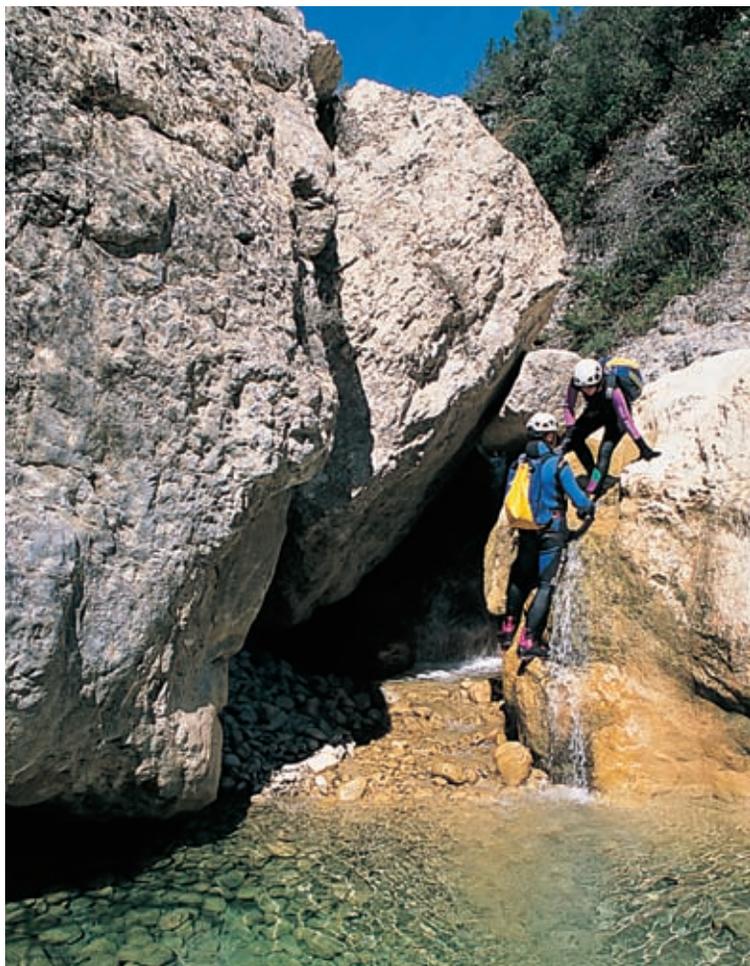
DESCENTE DU CANYON : 3 h

Une courte marche le long de la rivière mène à la première cascade, haute de 25 m ; la négocier en rappel, franchir un court défilé rocheux et continuer dans un environnement plus ouvert où la rivière présente quelques belles vasques. Une zone de marche (échappatoire possible en rive gauche par un canal permettant de rejoindre la RD 17), au niveau d'un énorme bloc rocheux, sous lequel on peut se glisser pour suivre le fil de l'eau, mène à la partie basse de la descente où, après être passé

sous le pont de la RD 17, on alterne cascades et vasques jusqu'au confluent avec l'Estéron (230 m).

RETOUR PÉDESTRE : 0 h 30

Descendre l'Estéron en rive gauche sur 200 m pour trouver le départ d'un sentier balisé en jaune qui remonte pour rejoindre la route RD 17 au niveau de la balise 75.



Désescalade sur de gros blocs dans la partie amont du Riou de Pierrefeu.



FICHE SIGNALÉTIQUE

Nature de la roche :
Calcaire
 Débit d'eau (étiage) :
30 l/s
 Température de l'eau :
16° à 23°
 Bassin versant :
13 km²
 Dénivelée descente :
-170 m
 Longueur du canyon :
2 km
 Cascade maxi :
25 m

CARACTÉRISTIQUES

- 
 Immersion ★
- 
 Verticalité ★★★
- 
 Engagement ★★
- 
 Risque de crue ★★
- 
 Difficulté ★★★

12- RIOU DE CUÉBRIS

ACCÈS ROUTIER

DEPUIS LA CÔTE : 55 km
De Nice, suivre la RD 6202 le long du Var jusqu'au pont Charles Albert ; tourner à gauche et gagner Roquestéron par la RD 17. Poursuivre en direction de Sigale et, peu après, bifurquer à droite pour gagner rapidement le village de Cuébris (RD 317). Laisser son véhicule à l'entrée du village ou sur une esplanade au bout du village.



PÉRIODE AUTORISÉE

1^{er} avril au 31 octobre
tous les jours.

PÉRIODE CONSEILLÉE

avril à juin.

ÉQUIPEMENT UTILE

- Matériel personnel,
- Matériel collectif,
- Cordes : 2 de 30 m,
+ 1 de secours.

CARTOGRAPHIE

"Vallée de l'Estéron"
TOP25 n° 3642 ET
1:25 000e

Itinéraire très court mais se déroulant dans un cadre somptueux. En raison de sa brièveté, c'est une descente qu'il faudra envisager comme une découverte du site et du village plutôt que comme une simple activité sportive ou ludique.

Au départ de la chute, l'ancien chemin d'accès au village profite de l'étroitesse des gorges pour traverser d'une paroi à l'autre par un audacieux pont en arche suivi d'un tunnel percé dans la roche massive afin de rejoindre des terres plus hospitalières. Afin de profiter pleinement du charme des lieux, il est vivement recommandé d'effectuer ce parcours en tout début de saison lorsque le Riou présente encore un débit régulier pour éviter d'y rencontrer de l'eau stagnante. Attention ! par fort débit, utiliser l'amarrage à gauche du gros bloc (en descendant) au sommet de la grande cascade.



Le village de Cuébris (550 m) semble tout droit sorti d'une crèche provençale.

NAVETTE DE VÉHICULES : NÉANT

ACCÈS PÉDESTRE : 0 h 05

De la sortie Nord de Cuébris (550 m – b.84), descendre à droite par un bon sentier pour atteindre très rapidement le pont sur le Riou, point de départ de la descente.

DESCENTE DU CANYON : 1 h

Du pont, un premier rappel permet de gagner le Riou. Une courte marche en rivière mène à un chaos de blocs où plusieurs cheminements permettent de le franchir.

On parvient ainsi au sommet de la grande cascade où deux options sont possibles : une descente très arrosée dans le fil de l'eau ou une descente au sec de l'autre côté d'un gros bloc. Quelle que soit l'option choisie, un magnifique rappel de 30 m conduit dans une large et profonde vasque qui nécessite la baignade.

Cette cascade marque la fin du canyon proprement dit ; après un dernier cheminement au travers de blocs rocheux, rejoindre le sentier de retour en rive droite.

RETOUR PÉDESTRE : 0 h 20

Quitter le vallon en rive droite juste après une zone de gros blocs au niveau d'une maison à l'abandon pour prendre un ancien chemin communal qui longe la bâtisse. Remonter par celui-ci en coupant une piste pour atteindre la route d'accès au village près d'un oratoire.



À l'aplomb du verrou rocheux de Cuébris, la grande cascade de 30 m.



FICHE SIGNALÉTIQUE

Nature de la roche :
Calcaire
 Débit d'eau (étiage) :
2 l/s
 Température de l'eau :
16° à 20°
 Bassin versant :
18 km²
 Dénivelée descente :
-50 m
 Longueur du canyon :
0,2 km
 Cascade maxi :
30 m

CARACTÉRISTIQUES

- 
 Immersion ★
- 
 Verticalité ★★★
- 
 Engagement ★★
- 
 Risque de crue ★★
- 
 Difficulté ★★★

13 - CLUE DES MUJOLS

ACCÈS ROUTIER

DEPUIS LA CÔTE : 72 km
De Nice, suivre la RD 6202 le long du Var jusqu'au pont Charles Albert. Tourner à gauche et gagner Roquestéron par la RD 17. Continuer jusqu'à Sigale, longer la clue du Riolan et atteindre le pont des Miolans ; prendre à gauche la RD 221 la pour rejoindre Collongues. Peu après, bifurquer à gauche pour gagner rapidement le village des Mujouls (RD 85). Laisser son véhicule sur le parking d'entrée du village.



PÉRIODE AUTORISÉE

1^{er} avril au 31 octobre
tous les jours.

PÉRIODE CONSEILLÉE

juin à septembre.

ÉQUIPEMENT UTILE

- Matériel personnel,
- Matériel collectif,
- Cordes : 1 de 30 m,
+ 1 de secours.

CARTOGRAPHIE

“Haut Estéron”
TOP25 n° 3542 ET
1:25 000e

Dans ce canyon très aquatique présentant peu de difficultés en dehors de celles liées au débit d'eau, l'Estéron coule dans un long défilé entouré de hautes falaises propices à la nidification des rapaces. Vers la mi-parcours, sur les parois de la rive gauche, d'imposantes cascades couvertes de tuf offrent un spectacle d'une rare beauté. À la sortie du canyon, la prise d'eau d'un ancien canal taillé à même le roc avec un passage en tunnel illustre le travail des générations passées pour accéder à cette richesse, jadis indispensable pour l'irrigation des cultures. À noter que cette descente ne devra être entreprise qu'à l'étiage le plus complet, en veillant constamment aux mouvements d'eau dans chacune des vasques et qu'il n'existe aucune échappatoire une fois engagé dans les gorges.



La passerelle suspendue sur l'Estéron construite en 2003 par le Conseil général.

NAVETTE DE VÉHICULES : NÉANT

ACCÈS PÉDESTRE : 1 h 30

Des Mujouls (b.66), descendre jusqu'à l'Estéron par le GR 4 (b. 67, 63) et le franchir pour rejoindre la balise 62. Quitter le GR 4 et prendre à droite un sentier qui remonte le vallon de la Villette pour atteindre un large replat (769 m). Une courte descente mène à la balise 61 à partir de laquelle on rejoint l'Estéron immédiatement en amont de la clue.

DESCENTE DU CANYON : 2 h

S'engager dans le premier bief et suivre le fil de l'Estéron où se succèdent marche, nage et petits ressauts. La progression continue par une alternance de désescalade et de nage. Un certain nombre d'obstacles dangereux en raison du débit (tourbillons ...) s'évitent en rive droite ou en rive gauche par des traversées et des petits rappels. La descente se termine juste après la prise d'eau d'un ancien canal (610 m).

RETOUR PÉDESTRE : 0 h 45

De la sortie de la clue, suivre en rive gauche le tracé du canal et rejoindre une piste longeant l'Estéron. L'emprunter jusqu'à la balise 69 et prendre à gauche un bon sentier qui monte vers les maisons des Peironas (b.67). Par une dernière montée, atteindre le village des Mujouls (750 m).



Au départ de la clue, la progression s'effectue dans un étroit défilé où alternent marche et nage.



FICHE SIGNALÉTIQUE

Nature de la roche :
Calcaire
 Débit d'eau (étiage) :
400 l/s
 Température de l'eau :
15° à 20°
 Bassin versant :
110 km²
 Dénivelée descente :
-46 m
 Longueur du canyon :
0,8 km
 Cascade maxi :
10 m

CARACTÉRISTIQUES



Immersion

★★★★



Verticalité

★★



Engagement

★★★



Risque de crue

★★★



Difficulté

★★★

14 - CLUE DE SAINT-AUBAN

ACCÈS ROUTIER

DEPUIS LA CÔTE : 77 km
De Cannes, se rendre à Grasse par la pénétrente et suivre la route Napoléon (RD 6085) en direction de Castellane. Environ 10 km après le col de Valferrière, au Logis du Pin, prendre à droite la route de Saint-Auban (RD 2211) ; parvenu au pied du village de Saint-Auban, se garer au départ de la clue.

La route touristique qui domine la clue en rive gauche permet de visualiser parfaitement le parcours avant d'affronter les eaux généreuses de l'Estéron. La proximité de la civilisation et la présence d'éventuels spectateurs marchant sur la route ne distrairont cependant pas les canyonistes qui resteront bien concentrés malgré cet environnement faussement sécurisant.

Précisons que cette descente n'est possible qu'en période d'étiage, car de nombreux passages présentent des risques liés au débit ; la vigilance sera donc de rigueur et tout mouvement d'eau apparent en surface devra inciter à la plus grande prudence afin d'éviter de regrettables accidents.



À l'entrée de la clue, le village étagé de Saint-Auban (1 100 m).



PÉRIODE AUTORISÉE

1^{er} avril au 31 octobre
les lundi, mercredi,
vendredi et dimanche,
de 9 h à 17 h.

PÉRIODE CONSEILLÉE

juin à septembre.

ÉQUIPEMENT UTILE

- Matériel personnel,
- Matériel collectif,
- Cordes : 2 de 20 m,
+ 1 de secours.

CARTOGRAPHIE

“Haut Estéron”
TOP25 n° 3542 ET
1:25 000e

NAVETTE DE VÉHICULES : NÉANT

ACCÈS PÉDESTRE : 0 h 05

De l'entrée de la clue (1 016 m), suivre la route jusqu'à un petit tunnel et rejoindre le lit de l'Estéron par des dalles inclinées (1 000 m).

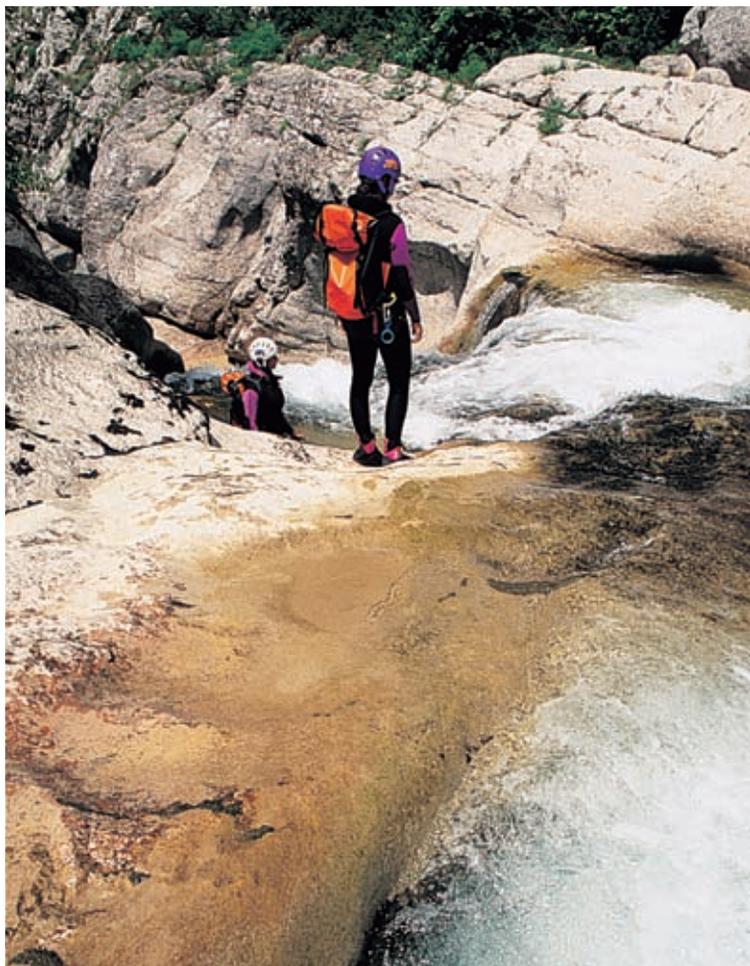
DESCENTE DU CANYON : 3 h

Une succession de ressauts et de vasques s'enchaîne au cours de la descente, mais plusieurs vasques présentent des tourbillons dangereux qu'il est impératif d'éviter. Les descentes en rappel s'effectuent quant à elles en dehors de la veine d'eau en raison de l'importance du débit.

RETOUR PÉDESTRE : 0 h 30

À la sortie de la clue (890 m), longer à gauche un ancien canal pour prendre un bon sentier qui monte rejoindre la route de Saint-Auban au niveau d'un lacet.

Par la route en balcon au-dessus des gorges, regagner le point de départ (prudence dans le tunnel).



Progression sur de belles dalles de calcaire blanc entaillées par les eaux généreuses de l'Estéron.



FICHE SIGNALÉTIQUE

Nature de la roche :
Calcaire
 Débit d'eau (étiage) :
220 l/s
 Température de l'eau :
11° à 13°
 Bassin versant :
50 km²
 Dénivelée descente :
-116 m
 Longueur du canyon :
1 km
 Cascade maxi :
20 m

CARACTÉRISTIQUES



Immersion

★★★



Verticalité

★★★



Engagement

★★★



Risque de crue

★★★



Difficulté

★★★

Au départ de Sallagriffon, parking d'entrée (750 m)

15- CLUE D'AIGLUN

ACCÈS ROUTIER

DEPUIS LA CÔTE : 62 km
De Nice, suivre la RD 6202 le long du Var jusqu'au pont Charles Albert. Tourner à gauche et gagner Roquestéron par la RD 17. Continuer en direction de Sigale pendant 3,5 km pour atteindre l'embranchement de la route d'Aiglun. Par celle-ci (RD 10) atteindre Aiglun et se garer sur le parking à la sortie Ouest du village.



PÉRIODE AUTORISÉE

1^{er} avril au 31 octobre
tous les jours.

PÉRIODE CONSEILLÉE

juin à septembre.

ÉQUIPEMENT UTILE

- Matériel personnel,
- Matériel collectif,
- Cordes : 1 de 30 m,
+ 1 de secours.

CARTOGRAPHIE

“Haut Estéron”
TOP25 n° 3542 ET
1:25 000e

C'est peut-être le canyon le plus célèbre du département : fréquenté de longue date, il permet une descente particulièrement esthétique en raison du site sauvage et grandiose où s'engouffrent les eaux vertes de l'Estéron. Son parcours nécessite impérativement un faible débit (étiage), car la progression s'effectue dans des défilés extrêmement étroits qui obligent parfois à se déplacer sur des vires en dehors de l'eau. Ces passages sont équipés pour la pose de mains-courantes et des cordes y sont parfois installées à demeure, mais on devra rester méfiant quant à leur fiabilité, car elles ne sont pas vérifiées et peuvent être détériorées par les crues ou les chutes de pierres. À noter la possibilité d'accéder au départ de la clue à pied depuis Aiglun via le sentier du mont Saint-Martin (1 h 45).



Au départ du parcours,
le village agreste
de Sallagriffon (768 m).

NAVETTE DE VÉHICULES : 20 km

Revenir en direction de Roquestéron par la route de l'aller sur 8 km et prendre à gauche la direction de Sigale (RD 17). Traverser le village, longer la clue du Riolan et continuer jusqu'au pont des Miolans. Prendre à gauche la RD 221a jusqu'au parking d'entrée de Sallagriffon.

ACCÈS PÉDESTRE : 0 h 45

Du parking (750 m), se diriger vers le village et prendre la route de droite au premier carrefour (b.75). La suivre jusqu'à la balise 75a pour emprunter un sentier en descente. Prendre le sentier à gauche des pistes forestières pour atteindre un panneau d'information sur le canyon : une montée rapide permet de déboucher sur une crête surplombant la clue. La longer vers l'Est jusqu'à un point faible (802 m) où l'on quitte le chemin du mont St-Martin pour utiliser un sentier qui descend au départ de la clue (550 m).

DESCENTE DU CANYON : 3 h

La descente se divise en 3 parties : une première partie très encaissée, suivie d'un bel élargissement formant

un cirque entouré de falaises (échappatoire peu évidente et très longue en rive droite) et une dernière partie à rive droite très resserrée qui précède l'arrivée. De longs biefs étroits où il faut nager se succèdent dans les parties encaissées, la progression étant ponctuée par quelques petits rappels. Les parties les plus étroites, dangereuses en raison du débit, s'évitent par des vires peu commodes nécessitant l'installation de mains-courantes sur lesquelles on progresse auto-assuré par une longe.

RETOUR PÉDESTRE : 0 h 20

À la sortie de la clue, continuer sur les rives de l'Estéron pendant 300 m environ jusqu'à trouver en rive gauche le sentier de retour au niveau d'un gros bloc, juste avant le pont routier. Une montée en écharpe au dessus de la route ramène au parking d'Aiglun.

OPTION SANS NAVETTE

Prendre le sentier qui s'élève en direction du Mont Saint Martin, avant de rejoindre le départ de la clue (b.75c et 75b).



Nage à travers d'étroits chenaux dans la partie inférieure de la clue.



FICHE SIGNALÉTIQUE

Nature de la roche :
Calcaire
 Débit d'eau (étiage) :
500 l/s
 Température de l'eau :
14° à 18°
 Bassin versant :
170 km²
 Dénivelée descente :
-80 m
 Longueur du canyon :
1 km
 Cascade maxi :
10 m

CARACTÉRISTIQUES



Immersion

★★★★



Verticalité

★★



Engagement

★★★★



Risque de crue

★★★★



Difficulté

★★★

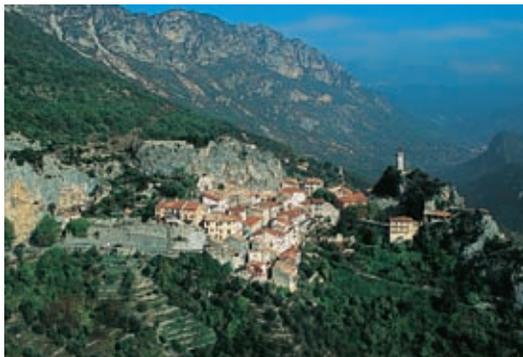
16 - CLUE DU RIOLAN

ACCÈS ROUTIER

DEPUIS LA CÔTE : 58 km
De Nice, suivre la RD 6202 le long du Var jusqu'au pont Charles Albert. Tourner à gauche et gagner Roquestéron par la RD 17. Continuer en direction de Sigale pendant 3,5 km pour atteindre l'embranchement de la route d'Aiglun. Par celle-ci (RD 10), atteindre le bas de la clue en quelques kilomètres et se garer au niveau du pont.

Des dimensions hors du commun et un environnement exceptionnel rendent le Riolan incontournable : pour beaucoup de spécialistes, c'est le plus bel itinéraire des Alpes-Maritimes. Le parcours se déroule entre de hautes parois resserrées où de longs corridors entrecoupés de nombreux ressauts se négocient intégralement à la nage.

La descente des cascades dans la veine d'eau, souvent obligatoire en raison de l'étroitesse de la clue, exige que le débit soit faible et le temps très stable ; en cas de montée des eaux, la progression deviendrait en effet vite dangereuse, voire impossible, et le piège du Riolan se refermerait alors sur les canyonistes imprudents pris en otage par la rivière.



Village aux accents provençaux, Sigale (630 m) domine le cours de l'Estéron.



PÉRIODE AUTORISÉE

1^{er} avril au 31 octobre
tous les jours.

PÉRIODE CONSEILLÉE

juin à septembre.

ÉQUIPEMENT UTILE

- Matériel personnel,
- Matériel collectif,
- Cordes : 1 de 30 m,
+ 1 de secours.

CARTOGRAPHIE

“Haut Estéron”
TOP25 n° 3542 ET
1:25 000e

NAVETTE DE VÉHICULES : 8 km

Revenir en direction de Roquestéron par la route de l'aller sur quelques kilomètres pour prendre à gauche la route de Sigale (RD 17). Traverser le village et après avoir surplombé les gorges, se garer au niveau d'un panneau d'information concernant la clue.

ACCÈS PÉDESTRE : 0 h 05

De la route (620 m), descendre un sentier sur une croupe pour rejoindre le départ de la clue (580 m).

DESCENTE DU CANYON : 4 h

Un premier encaissement où la rivière s'insinue dans un chaos de gros blocs oblige à choisir son cheminement en fonction des difficultés rencontrées (siphons, embâcles). Quelques longs et étroits chenaux où il est nécessaire de nager conduisent sous un superbe pont en arche. (échappatoire possible en rive gauche).

Une zone de marche mène en une vingtaine de minutes à la partie basse de la descente, la plus spectaculaire, mais aussi la plus engagée ; celle-ci se franchit par un enchaînement de cascades et de parties nagées. Après un élargissement, on arrive au pont routier et l'on sort de la rivière immédiatement en aval de celui-ci par la rive droite (400 m). Attention ! Juste avant l'arrivée, il est strictement interdit de longer le canal en rive gauche en raison des dégradations occasionnées par le passage répété des piétons.

RETOUR PÉDESTRE : NÉANT

OPTION SANS NAVETTE : 1 h 30

De la sortie du canyon, regagner le parking de départ via le village de Sigale en 1 h 30 de marche par un parcours alternant des portions de route et de sentier via les balises 121, 122, 137 et 138.



Au cœur de hautes parois de calcaire blanc, la progression nécessite des talents de nageur.



FICHE SIGNALÉTIQUE

Nature de la roche :
Calcaire
 Débit d'eau (étiage) :
10 l/s
 Température de l'eau :
15° à 25°
 Bassin versant :
50 km²
 Dénivelée descente :
-180 m
 Longueur du canyon :
3 km
 Cascade maxi :
15 m

CARACTÉRISTIQUES



Immersion

★★★★



Verticalité

★★★★



Engagement

★★★★



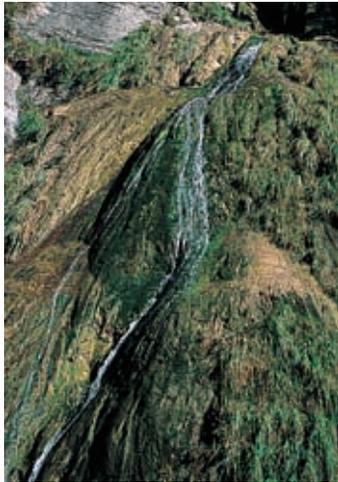
Risque de crue

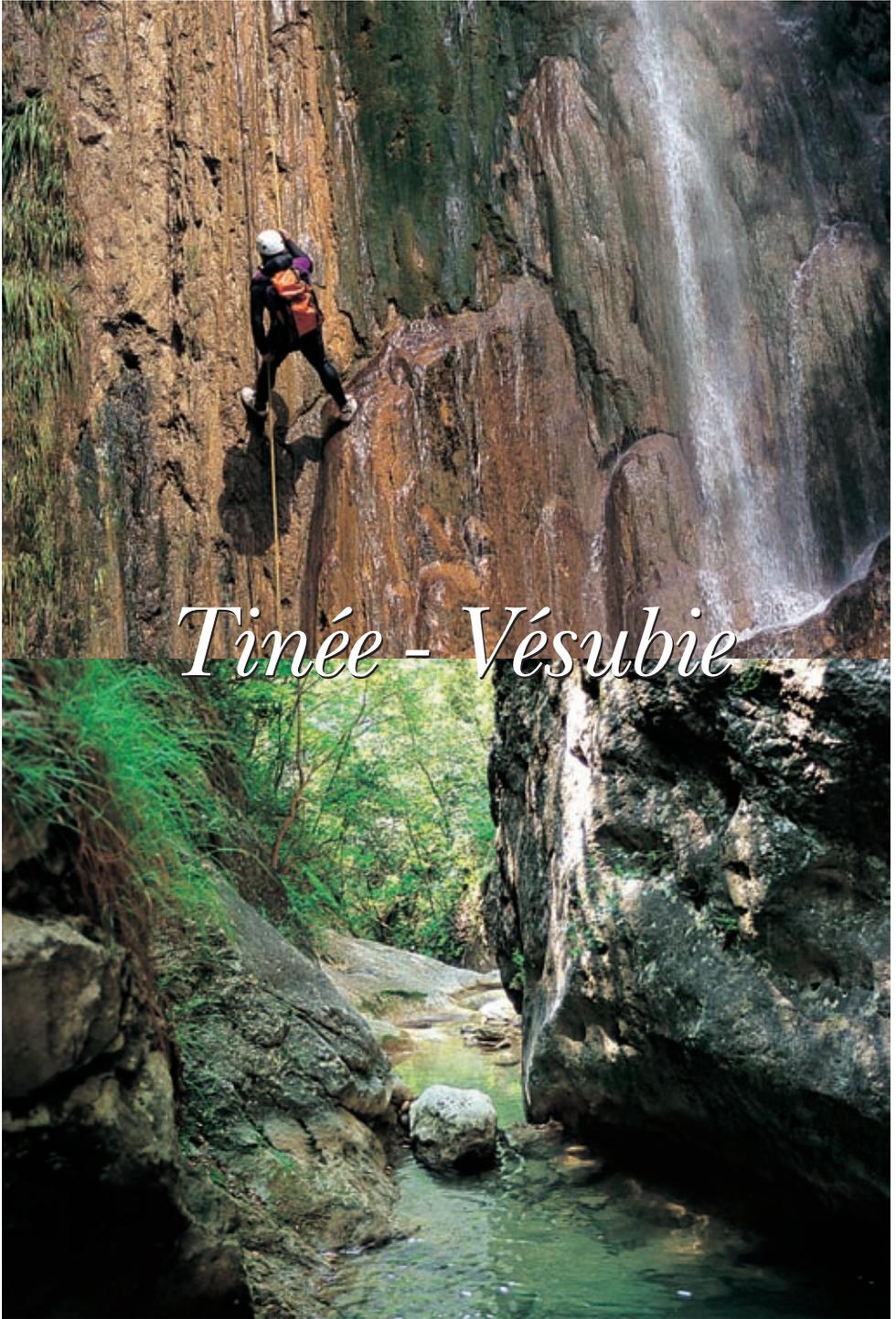
★★★★



Difficulté

★★★★





Tinée - Vésubie

17 - VALLON DE L'INFERNET

ACCÈS ROUTIER

DEPUIS LA CÔTE : 38 km
De Nice, remonter la vallée du Var par la RD 6202 jusqu'à Plan-du-Var. Prendre à droite la vallée de la Vésubie (RD 2565) et la suivre jusqu'au Suquet. Garer son véhicule sur le parking situé à proximité de l'auberge.

Dans ce canyon très court qui présente quelques passages remarquables, le point fort est sans conteste un superbe toboggan se jetant dans une vasque circulaire. Suite à un important glissement de terrain dans la zone en amont de la clue, la vasque située au pied du toboggan peut malheureusement être temporairement comblée par des alluvions ; il convient donc de prendre garde à ce niveau et de vérifier la profondeur de la vasque avant toute glissade intempestive.

À la sortie du canyon, on devra traverser la Vésubie à gué. Mais attention ! Cette traversée est impossible en période de fortes eaux ou en cas d'orage (présence d'un barrage avec chute d'eau immédiatement en aval).



L'église Saint-Honorat située à l'extrémité du hameau du Figaret (450 m).



NAVETTE DE VÉHICULES : NÉANT

ACCÈS PÉDESTRE : 0 h 45

Du Suquet (340 m), revenir le long de la RD 2565 jusqu'à la balise 127 pour prendre le sentier du col de la Porte (GR 510). S'élever en sous-bois, longer une ferme et atteindre la balise 128. Continuer tout droit et, après plusieurs lacets, rejoindre un beau point de vue sur la clue.

Le sentier devient alors plus ou moins horizontal ; le suivre pour trouver à gauche la bifurcation qui descend rapidement au vallon de l'Infernet (400 m).

DESCENTE DU CANYON : 1 h

Suivre le ruisseau jusqu'au début de la partie encaissée ; les premiers obstacles se négocient en descente, puis une cascade de 5 m nécessite un petit rappel. Quelques couloirs encaissés avec d'énormes blocs suspendus entre les parois conduisent au toboggan, point fort de la descente. Un long défilé suivi d'une courte marche en rivière mène au confluent avec la Vésubie (340 m). Traverser la rivière pour rejoindre le Suquet.

RETOUR PÉDESTRE : NÉANT

PÉRIODE AUTORISÉE

1^{er} avril au 31 octobre
tous les jours.

PÉRIODE CONSEILLÉE

juin à septembre.

ÉQUIPEMENT UTILE

- Matériel personnel,
- Matériel collectif,
- Cordes : 1 de 25 m,
+ 1 de secours.

CARTOGRAPHIE

"Vallée de la Vésubie"
TOP25 n° 3741 OT
1:25 000e



Progression sous une voûte de charme-houblon dans la partie basse de la clue.



FICHE SIGNALÉTIQUE

Nature de la roche :
Calcaire
 Débit d'eau (étiage) :
60 l/s
 Température de l'eau :
12° à 15°
 Bassin versant :
20 km²
 Dénivelée descente :
-60 m
 Longueur du canyon :
0,8 km
 Cascade maxi :
12 m

CARACTÉRISTIQUES



Immersion

★★★



Verticalité

★



Engagement

★★



Risque de crue

★★★



Difficulté

★★

18 - VALLON DE DURANUS

ACCÈS ROUTIER

DEPUIS LA CÔTE : 40 km
De Nice (aéroport), suivre la RD 6202 jusqu'à Plan-du-Var, puis remonter à droite la vallée de la Vésubie (RD 2565). Peu avant St-Jean-la-Rivière, tourner à droite pour rejoindre Duranus (RD 19). Dépasser le village et se garer peu après le pont enjambant le vallon de Duranus sans gêner la circulation.



PÉRIODE AUTORISÉE

1^{er} avril au 31 octobre
tous les jours.

PÉRIODE CONSEILLÉE

mai à octobre.

ÉQUIPEMENT UTILE

- Matériel personnel,
- Matériel collectif,
- Cordes : 1 de 30 m,
+ 1 de secours.

CARTOGRAPHIE

“Vallée de la Vésubie”
TOP25 n° 3741 0T
1:25 000e

Cette descente jadis classique est aujourd'hui limitée à la partie amont du vallon de Duranus en raison des risques liés à la présence, à mi-parcours, du canal de la Vésubie. Un lâcher d'eau subit et imprévisible peut en effet intervenir depuis ce canal (4 m³/s) en cas d'avarie sur l'adduction amenant l'eau depuis le captage de Saint-Jean-la-Rivière jusqu'aux bassins de Rimiez, sur les hauteurs de Nice. Néanmoins, la variété de la progression et le caractère aquatique de ce mini-canyon (rappels, sauts, nage) justifient sa présence dans cette sélection départementale.

Noyés dans une belle oliveraie protégée des vents du Nord, les maisons éparées de Duranus dominent le canyon.



NAVETTE DE VÉHICULES : NÉANT

En raison de la faible distance, celle-ci est naturellement facultative.

ACCÈS PÉDESTRE : NÉANT

DESCENTE DU CANYON : 1 h 30

Du grand pont enjambant le vallon de Duranus face au village (380 m), descendre en rive gauche par un raide escalier spécialement aménagé. Celui-ci mène à un canal d'arrosage passant sous une pile du pont : de ce point, un 1^{er} rappel de 10 m permet de rejoindre le fil de l'eau.

La descente proprement dite débute par quelques ressauts suivis d'une belle cascade inclinée de 7 m ; une marche en rivière bordée d'une végétation dense permet ensuite de rejoindre une partie plus encaissée. Quelques

rappels le long de jolies cascades (dont 2 de 11 et 12 m) s'y succèdent avec à mi-parcours la traversée à la nage d'une vasque (affluent en rive droite). Des obstacles de faible hauteur précèdent le terminus de la descente au niveau des installations liées au canal de la Vésubie. Sortir immédiatement en rive droite, longer une conduite et atteindre le pont sur lequel le canal franchit le vallon.

RETOUR PÉDESTRE : 0 h 30

Remonter en rive gauche du vallon par le sentier de desserte du canal. On atteint rapidement la RD 19 et on regagne par celle-ci (à gauche) le point de départ distant d'environ 1 km.



Descente en rappel dans l'encassement final.



FICHE SIGNALÉTIQUE

Nature de la roche :
Calcaire
 Débit d'eau (étiage) :
20 l/s
 Température de l'eau :
15° à 17°
 Bassin versant :
6 km²
 Dénivelée descente :
-90 m
 Longueur du canyon :
1,2 km
 Cascade maxi :
12 m

CARACTÉRISTIQUES



Immersion

★★



Verticalité

★



Engagement

★★★



Risque de crue

★★★



Difficulté

★

19 - VALLON DE L'IMBERGUET

ACCÈS ROUTIER

DEPUIS LA CÔTE : 32 km

De Nice, remonter la vallée du Var par la RD 6202 jusqu'à Plan-du-Var et prendre à droite la vallée de la Vésubie (RD 2565). Dépasser les gorges de la Vésubie et, peu avant le grand tunnel précédant l'arrivée à Saint-Jean-la-Rivière, se garer à gauche, face à l'arrivée de la cluë (emplacement de parking pour quelques véhicules).

Parcours de proximité idéal en début de saison, le canyon de l'Imberguet devient malheureusement impraticable à partir du milieu de l'été. Il se tarit en effet avec la sécheresse et les vasques d'eau croupie diminuent alors jusqu'à rendre la progression problématique en raison de leur profondeur et du caractère lisse et glissant de leurs parois.

Signalons qu'au début de la descente, il est interdit de marcher dans l'eau sur les 300 m situés en aval du pont routier : cette mesure a été prise pour la protection des écrevisses "à pied blanc" qui risquent d'être écrasées par le piétinement répété des canyonistes.



Invisible de la vallée, le village d'Utelle (800 m) règne sur les gorges de la Vésubie.

NAVETTE DE VÉHICULES : 5 km

Continuer sur la route de la Vésubie et peu avant Saint-Jean-la-Rivière, tourner à droite en direction de Duranus (RD 19). On arrive ainsi au hameau de Calençon ; se garer à la sortie de celui-ci, au niveau du panneau d'information sur le canyon.

ACCÈS PÉDESTRE : 0 h 05

Du parking (437 m), par un sentier entre d'anciennes restanques, rejoindre très rapidement le vallon (420 m).

DESCENTE DU CANYON : 3 h

Suivre le cours d'eau en marchant sur les rives pendant 300 m (un aménagement constitué d'échelons et de main-courante permet de contourner les vasques présentes sur ce tronçon d'itinéraire afin d'assurer la protection du milieu naturel).

Après cette zone protégée, le vallon s'encaisse rapidement et les cascades apparaissent, puis s'enchaînent, entrecoupées de belles vasques ; dans la partie basse, on rencontre un ancien ouvrage de captage d'eau aujourd'hui désaffecté qui alimentait le canal de la Vésubie.

De ce point, un sentier en rive gauche peut servir d'échappatoire en cas de nécessité.

Continuer la descente pour atteindre bientôt la Vésubie (227 m).

RETOUR PÉDESTRE : 0 h 05

Du dernier ressaut surplombant la Vésubie, prendre un tracé à gauche pour rejoindre une passerelle traversant la Vésubie et la route RD 2565 au niveau du parking aval.

PÉRIODE AUTORISÉE

1^{er} avril au 31 octobre
tous les jours.

PÉRIODE CONSEILLÉE

mai et juin.

ÉQUIPEMENT UTILE

- Matériel personnel,
- Matériel collectif,
- Cordes : 2 de 30 m,
+ 1 de secours.

CARTOGRAPHIE

"Vallée de la Vésubie"
TOP25 n° 3741 OT
1:25 000e



Descente en rappel sous une cascade peu avant le confluent avec la Vésubie.



FICHE SIGNALÉTIQUE

Nature de la roche :
Calcaire
 Débit d'eau (étiage) :
2 l/s
 Température de l'eau :
15° à 17°
 Bassin versant :
2 km²
 Dénivelée descente :
-193 m
 Longueur du canyon :
1 km
 Cascade maxi :
30 m

CARACTÉRISTIQUES

- 
 Immersion ★★
- 
 Verticalité ★★★
- 
 Engagement ★★★
- 
 Risque de crue ★★
- 
 Difficulté ★★★

20 - RIOU DE LA BOLLÈNE

ACCÈS ROUTIER

DEPUIS LA CÔTE : 45 km
De Nice, remonter la vallée du Var par la RD 6202 jusqu'à Plan-du-Var. Prendre à droite la vallée de la Vésubie (RD 2565) et la suivre jusqu'à Lantosque. Peu après, se garer à droite sur l'aire de repos de la Dorgane située juste avant le carrefour avec la route de La Bollène.

Au bas de l'immense forêt de conifères de Turini, cette descente très aquatique offre de nombreux sauts et toboggans de grande ampleur, toutefois réservés aux initiés ; plusieurs accidents causés par une mauvaise réception ont déjà eu lieu, notamment au niveau du grand toboggan. Il paraît utile de rappeler qu'il ne faut jamais obliger quelqu'un à sauter contre son gré et que l'usage de la corde est toujours possible, quitte à prendre quelques minutes supplémentaires pour poser un rappel.

Par ailleurs, précisons que le retour tel que décrit dans ce guide est impératif afin de limiter les nuisances pour les riverains.



Le village perché de La Bollène-Vésubie (690 m), en rive droite du Riou.



PÉRIODE AUTORISÉE

1^{er} avril au 31 octobre
tous les jours.

PÉRIODE CONSEILLÉE

juin à septembre.

ÉQUIPEMENT UTILE

- Matériel personnel,
- Matériel collectif,
- Cordes : 2 de 20 m,
+ 1 de secours.

CARTOGRAPHIE

“Vallée de la Vésubie”
TOP25 n° 3741 OT
1:25 000e

NAVETTE DE VÉHICULES : 6 km

De l'aire de repos, continuer sur la RD 2565 et tourner à droite pour monter à La Bollène (RD 70). Traverser le village et poursuivre en direction du col de Turini. Dépasser la chapelle Saint-Honorat et, après un tunnel, se garer au niveau d'une aire de pique-nique aménagée (b.200).

ACCÈS PÉDESTRE : 0 h 15

Du parking (833 m - b.200), descendre par un bon sentier pour atteindre le Riou au niveau du pont de l'Oule (770 m).

DESCENTE DU CANYON : 4 h

Suivre le fil de l'eau où plusieurs ressauts peuvent être sautés ; le caractère “canyon” s'accroît après un élargissement situé sous la route RD 70. Les obstacles deviennent plus hauts et deux magnifiques toboggans se succèdent, puis quelques ressauts mènent à un rappel étonnant de 15 m qui s'effectue dans un trou situé entre

un énorme bloc et la paroi rocheuse. Après un dernier bief nécessitant une nage, le canyon s'interrompt pour laisser la place à une calme rivière aux berges boisées (570 m).

RETOUR PÉDESTRE : 0 h 30

Au bas des difficultés, prendre une sente en rive droite qui suit le cours d'eau jusqu'à un pont enjambant le Riou. Franchir le pont et suivre le GR52A en rive gauche jusqu'à la balise 185. Quitter le GR pour prendre le chemin situé le plus à droite qui descend à l'aire de la Dorgane (485 m).



À mi-parcours, le spectaculaire toboggan de 15 m qui fait la réputation de cette cluë.



FICHE SIGNALÉTIQUE

Nature de la roche :
Calcaire
 Débit d'eau (étiage) :
20 l/s
 Température de l'eau :
13° à 16°
 Bassin versant :
10 km²
 Dénivelée descente :
-200 m
 Longueur du canyon :
2 km
 Cascade maxi :
20 m

CARACTÉRISTIQUES



Immersion

★★★



Verticalité

★★★



Engagement

★★★



Risque de crue

★★★



Difficulté

★★★

21 - VALLON DU MONAR

ACCÈS ROUTIER

DEPUIS LA CÔTE : 48 km
De Nice (aéroport), remonter la vallée du Var par la RD 6202 jusqu'à la Mescla. Prendre à droite la vallée de la Tinée (RD 2205) et la suivre jusqu'à Pont de Clans : se garer sur le parking à proximité de la maison de la communauté de communes.

Voici un parcours sportif à ne pas sous-estimer situé en aval de la route menant au village médiéval de Clans : on y trouvera en alternance, dans un cadre forestier et sauvage, des portions de randonnée aquatique et des passages encaissés pouvant présenter des risques liés au débit d'eau. Toujours bien alimenté, le Monar, dans sa partie amont, servait autrefois à alimenter 4 fontaines du village par un canal d'arrosage long de près de 4,5 km ; on retrouve un magnifique ouvrage du même type dans la partie aval, qui permettait quant à lui d'irriguer les campagnes en partie basse de la commune. Avant l'échappatoire située à proximité du passage d'une ligne à haute tension, les difficultés d'accès et le caractère boisé des rives rendront aléatoire toute tentative pour rejoindre la route en amont.



Le village médiéval de Clans (700 m), alimenté en eau par le long canal du Brusquet, issu du vallon du Monar.



PÉRIODE AUTORISÉE

1^{er} avril au 31 octobre
tous les jours.

PÉRIODE CONSEILLÉE

juillet à septembre.

ÉQUIPEMENT UTILE

- Matériel personnel,
- Matériel collectif,
- Cordes : 2 de 30 m,
+ 1 de secours.

CARTOGRAPHIE

“Moyenne Tinée”
TOP25 n° 3641 ET
1:25 000e

NAVETTE DE VÉHICULES : 6,5 km

Du parking de la maison de la communauté de communes, remonter la RD 55 jusqu'à Clans par une route sinueuse. Laisser son véhicule sur le parking du village.

ACCÈS PÉDESTRE : 0 h 30

Du parking, se diriger vers le centre du village et la chapelle Saint-Antoine (b. 41). De ce point, emprunter le sentier en descente vers le pont romain. Couper une petite route goudronnée et poursuivre par le chemin jusqu'à un lacet d'une piste en terre qu'on suit à droite jusqu'au pont.

DESCENTE DU CANYON : 4 h

Descendre dans le vallon en amont de la piste; une courte marche le long de la rivière mène après être passé sous le pont romain à la première cascade, haute de 25 m, dont la descente en rappel arrosé donne d'entrée l'ambiance de la descente. Franchir un court défilé aux parois resserrées et négocier la cascade suivante par un rappel qui permet de découvrir en bas les

anciens murs d'un canal en rive gauche et une magnifique formation de tuf sur la rive droite. Le parcours s'encaisse à nouveau de façon spectaculaire, et l'obstacle à franchir peut se révéler impressionnant surtout par fort débit. Négocier le début du rappel jusqu'à un palier pour découvrir la suite de la cascade et continuer à descendre dans une goulotte sur la gauche. Suivre le fil du vallon où se succèdent marche, nage, encaissements obscurs et petits ressauts qui nécessitent parfois l'usage de la corde. Juste après le franchissement d'un ancien barrage, un magnifique bief allongé mène au dernier obstacle, un plan incliné avec vasque suspendue (se longer impérativement) qui domine la dernière verticale de 15 m. La fin de la descente, sans obstacle particulier, se négocie grâce à de petites sentes sur les rives du Monar ; sortir en rive droite juste avant l'arrivée au pont routier.

RETOUR PÉDESTRE : 0 h 05

Un peu avant le pont de l'ancienne route, regagner rapidement son véhicule par un chemin en rive droite.



Descente en rappel dans un cadre forestier et sauvage.



FICHE SIGNALÉTIQUE

Nature de la roche :
Calcaire
 Débit d'eau (étiage) :
30 l/s
 Température de l'eau :
12° à 14°
 Bassin versant :
14 km²
 Dénivelée descente :
-190 m
 Longueur du canyon :
3 km
 Cascade maxi :
25 m

CARACTÉRISTIQUES

- 
 Immersion ★★★★
- 
 Verticalité ★★★★
- 
 Engagement ★★★★
- 
 Risque de crue ★★★★
- 
 Difficulté ★★★★

22 - VALLON DE BAGNOLAR

ACCÈS ROUTIER

DEPUIS LA CÔTE : 40 km
De Nice, remonter la vallée du Var par la RD 6202 jusqu'à Plan-du-Var ; prendre à droite la vallée de la Vésubie (RD 2565) et la suivre jusqu'au Suquet. Prendre à gauche la route de Pélasque (RD 373), dépasser le quartier du Farguet et, peu avant Pélasque, bifurquer à gauche pour emprunter une petite route qui démarre au niveau d'une fontaine. Gérer son véhicule peu après.



PÉRIODE AUTORISÉE

1^{er} avril au 31 octobre
tous les jours.

PÉRIODE CONSEILLÉE

mai à septembre.

ÉQUIPEMENT UTILE

- Matériel personnel,
- Matériel collectif,
- Cordes : 2 de 30 m,
+ 1 de secours.

CARTOGRAPHIE

"Vallée de la Vésubie"
TOP25 n° 3741 OT
1:25 000e

Dans ce beau canyon composé d'une succession de cascades et de vasques encaissées au fond d'une gorge étroite, le débit est généralement peu abondant en été jusqu'à devenir inexistant en période de sécheresse.

L'encaissement très prononcé et la pénombre ambiante renforcent le caractère sauvage du site qui offre quelques descentes de cascades particulièrement spectaculaires. Attention ! Les rives boisées du canyon sont fréquentées par une faune variée qui risque d'entraîner des chutes de pierres lors de ses déplacements. Signalons enfin que la descente du Riou du Figaret, en aval du canyon de Bagnolard, est interdite au canyonisme.



Le clocher de Pélasque (650 m), hameau de la commune de Lantosque.

NAVETTE DE VÉHICULES : NÉANT

ACCÈS PÉDESTRE : 1 h 30

Continuer à pied sur la route (690 m - b.142) qui se transforme rapidement en piste ("Tira Andréani"). À la balise 143, quitter la piste pour emprunter à gauche un sentier qui suit un canal issu du Riou du Figaret. Franchir le Riou sur une passerelle et par une montée soutenue en adret, rejoindre les granges des Barmes (1 032 m).

Une courte descente dans les prés permet d'atteindre le départ du canyon (980 m).

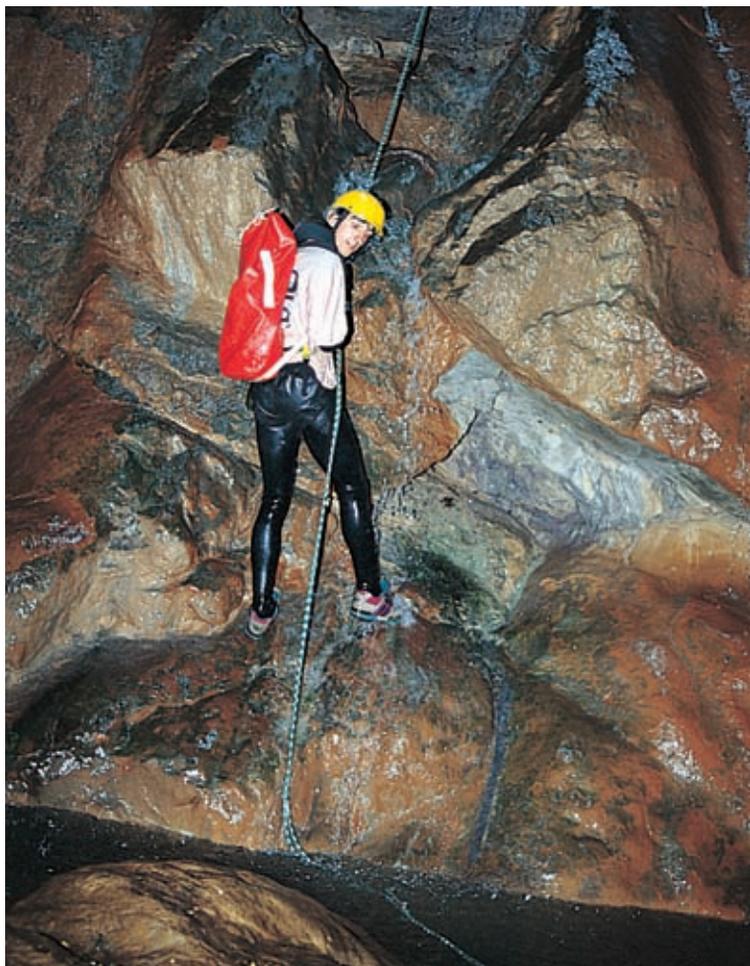
DESCENTE DU CANYON : 4 h

Descendre le vallon par une zone de marche entrecoupée de petits ressauts et de vasques pour atteindre une partie plus encaissée. Plusieurs cascades en alternance avec des bassins où il faut nager s'enchaînent jusqu'à un nouvel élargissement au niveau de la partie médiane du canyon (échappatoire possible en rive gauche par un ancien chemin coupant le vallon).

Le parcours s'encaisse à nouveau de façon spectaculaire et, par un enchaînement soutenu de cascades et de vasques, atteint la confluence avec le Riou du Figaret (680 m). Au total, la descente nécessite une quinzaine de rappels dont le plus haut mesure 25 m.

RETOUR PÉDESTRE : 0 h 30

Remonter le Riou du Figaret sur quelques centaines de mètres (plutôt en rive gauche) pour rejoindre la passerelle du sentier emprunté à l'aller et regagner son véhicule par ce dernier, puis par la piste.



Descente en rappel spectaculaire dans une ambiance proche de la spéléologie.



FICHE SIGNALÉTIQUE

Nature de la roche :
Calcaire
 Débit d'eau (étiage) :
0 l/s
 Température de l'eau :
12° à 15°
 Bassin versant :
5 km²
 Dénivelée descente :
-300 m
 Longueur du canyon :
1,5 km
 Cascade maxi :
25 m

CARACTÉRISTIQUES

- 
 Immersion ★
- 
 Verticalité ★★★★★
- 
 Engagement ★★★★★
- 
 Risque de crue ★★★
- 
 Difficulté ★★★★★

23 - VALLON DE LA PEÏRA

ACCÈS ROUTIER

DEPUIS LA CÔTE : 35 km
De Nice, remonter la vallée du Var par la RD 6202 jusqu'à Plan du Var et prendre à droite la vallée de la Vésubie (RD 2565), jusqu'à St-Jean-la-Rivière, (parking possible le long de RD 2565 ou éventuellement devant la mairie de l'autre côté du grand pont sur la Vésubie). Merci de ne pas monter en voiture sur la petite route permettant de gagner le haut de St-Jean-la-Rivière, car aucun emplacement de stationnement n'existe et la gêne pour les riverains est considérable.



PÉRIODE AUTORISÉE

1^{er} avril au 31 octobre
tous les jours.

PÉRIODE CONSEILLÉE

mai à septembre.

ÉQUIPEMENT UTILE

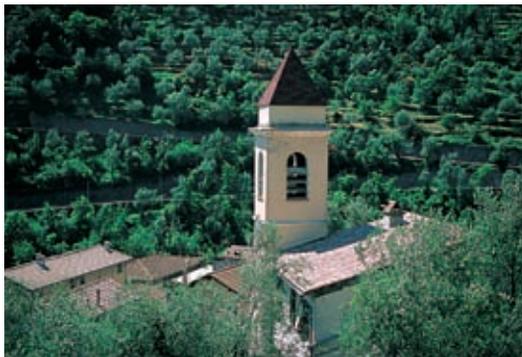
- Matériel personnel,
- Matériel collectif,
- Cordes : 2 de 60 m,
+ 1 de secours.

CARTOGRAPHIE

"Vallée de la Vésubie"
TOP25 n° 3741 OT
1:25 000e

Débit modéré et verticalité se conjuguent pour proposer cet itinéraire atypique dont les splendides cascades calcifiées s'éclairent sous l'action du soleil généreux de l'après-midi. L'ambiance aérienne de ce canyon en fait un site incontournable pour les amateurs de grands rappels et le destine logiquement à des groupes restreints.

Attention ! Éviter toute chute de pierre ou de matériel au sommet de la dernière verticale, car la vasque située à son aplomb accueille de nombreux baigneurs durant la période estivale. Penser également à bien séparer les brins du rappel pendant la descente afin d'éviter les vrilles et de récupérer aisément les cordes.



Saint-Jean-la-Rivière
(300 m), hameau
de la commune d'Utelle.

NAVETTE DE VÉHICULES : NÉANT

ACCÈS PÉDESTRE : 1 h

Face au pont sur la Vésubie (300 m - b.131), monter dans le hameau par des escaliers coupant les lacets d'une petite route. Du sommet du hameau (b.130), suivre un excellent chemin pavé qui, après une traversée, s'élève en lacets sous couvert forestier pour atteindre une crête importante.

Juste après la crête, quitter le chemin principal qui continue à monter pour prendre un sentier à droite ; par une traversée à flanc, ce dernier mène rapidement au vallon de la Peïra (650 m).

DESCENTE DU CANYON : 3 h 30

Après une courte zone de marche initiale, la descente s'articule autour de trois grandes cascades d'une hauteur supérieure à 50 m, entre lesquelles se succèdent de petits ressauts et de belles vasques permettant de se rafraîchir en sautant et en nageant.

À noter une échappatoire possible en rive droite en bas de la 2^e grande cascade.

RETOUR PÉDESTRE : 0 h 20

Du bas de la dernière cascade (330 m), une sente en rive gauche mène au pont de la route de Duranus (RD 19). Suivre celle-ci en descendant sur 1 km, puis longer la RD 2565 sur 500 m pour regagner Saint-Jean-la-Rivière et son véhicule.



Répétition dans les rappels initiaux avant d'affronter les grandes cascades.



FICHE SIGNALÉTIQUE

Nature de la roche :
Calcaire
 Débit d'eau (étiage) :
5 l/s
 Température de l'eau :
13° à 17°
 Bassin versant :
5 km²
 Dénivelée descente :
-320 m
 Longueur du canyon :
1 km
 Cascade maxi :
55 m

CARACTÉRISTIQUES



Immersion

★★



Verticalité

★★★★★



Engagement

★★★



Risque de crue

★★



Difficulté

★★★★

24 - VALLON DE GOURGAS

ACCÈS ROUTIER

DEPUIS LA CÔTE : 50 km
De Nice, remonter la vallée du Var par la RD 6202 jusqu'à Plan-du-Var. Prendre à droite la vallée de la Vésubie (RD 2565) jusqu'à Roquebillière. De la place centrale, se rendre à la maison de retraite et continuer par une petite route en direction du hameau de Conégo. Après le hameau, dans un lacet à gauche (791 m), poursuivre tout droit sur une piste qui coupe le vallon, point d'arrivée de la descente. Laisser son véhicule en bord de piste (parking peu évident, ne pas gêner la circulation).



PÉRIODE AUTORISÉE

1^{er} avril au 31 octobre
tous les jours.

PÉRIODE CONSEILLÉE

juin à mi-septembre.

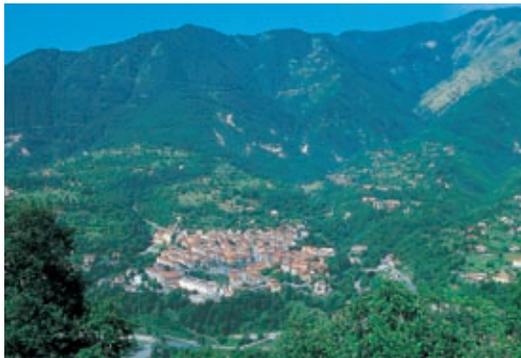
ÉQUIPEMENT UTILE

- Matériel personnel,
- Matériel collectif,
- Cordes : 1 de 30 m
2 de 60 m,
+ 1 de secours.

CARTOGRAPHIE

"Vallée de la Vésubie"
TOP25 n° 3741 OT
1:25 000e

Le vallon de Gourgas s'adresse aux sportifs avides de nouveaux espaces à découvrir : située en marge des grands sites de canyonisme, cette descente présente tous les atouts d'un terrain d'aventure. Si elle ne présente pas un caractère aquatique notable, une marche d'approche conséquente, de grandes verticales et un engagement certain en font du reste un objectif à ne pas sous-estimer. La diversité des étages de végétation, allant des forêts des granges de la Brasque aux rives de la moyenne Vésubie en passant par les alpages de la vacherie de Roquebillière, offre un paysage varié face aux hautes cimes du Mercantour.



Le village de Roquebillière avec en arrière plan le vallon de Gourgas, à l'aplomb de la pointe du Siruol (2 018 m).

NAVETTE DE VÉHICULES : NÉANT

ACCÈS PÉDESTRE : 2 h

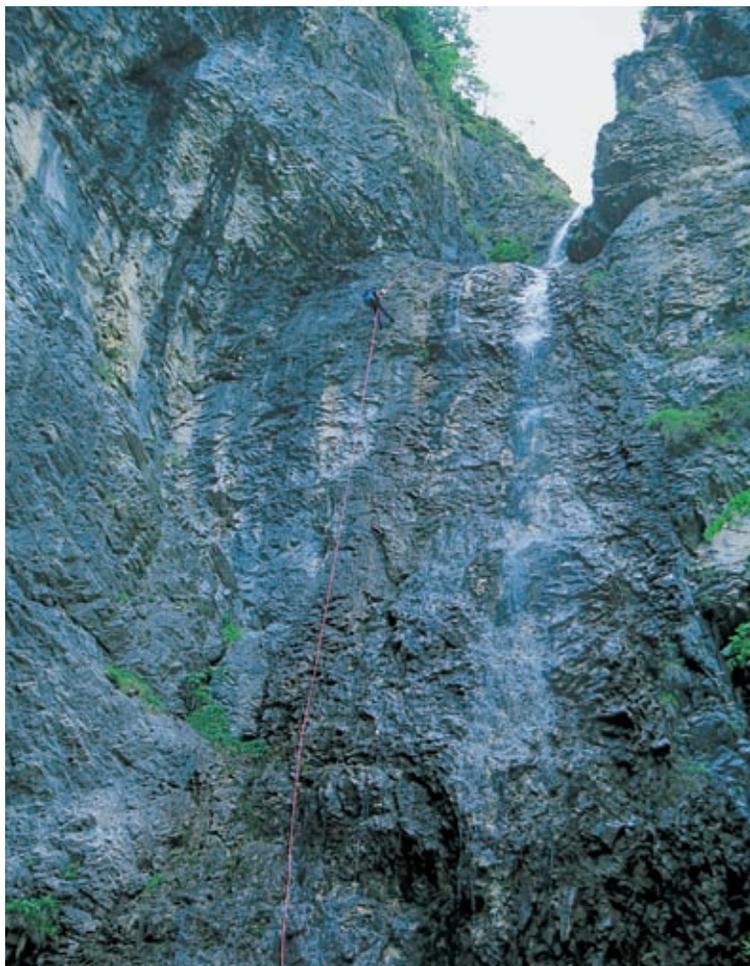
Du point où le vallon coupe la piste (750 m), prendre un chemin en rive droite et s'élever par celui-ci. Couper un ancien canal et atteindre le sentier de Rigaut (balisage jaune) au niveau d'un lacet caractéristique. Par une montée soutenue, gagner les granges de Rigaut (1 300 m - b.229) et continuer en direction de la vacherie de Roquebillière. Le sentier touche bientôt la crête de l'Abécoulié (1 359 m), passe à un petit collet (ruines) et se divise un peu plus loin en deux (1 467 m). Quitter le sentier balisé pour prendre à droite la sente descendante en versant Nord qui mène au départ du canyon (1 440 m).

DESCENTE DU CANYON : 6 h

La descente débute directement par une partie très verticale imposant de nombreux rappels dont une haute cascade très impressionnante qui se descend en deux temps : un premier

rappel de 22 m permet d'y rejoindre un étroit pallier (plan incliné) avant de gagner le bas de la cascade par un second rappel de 55 m. La progression se poursuit par une longue succession de cascades (20 m) et de petits ressauts jusqu'à couper une piste, point d'arrivée de la descente. Au total, on effectue une trentaine de rappels durant la descente. Attention ! Dans le cas où le groupe qui entreprend la descente dépasse trois personnes, il faudra veiller à prendre une corde supplémentaire pour négocier la grande cascade car le relais intermédiaire, particulièrement inconfortable, ne permet pas le regroupement de nombreux pratiquants. À noter une échappatoire possible à mi-chemin du parcours grâce à une petite sente en rive gauche qui se développe sous des barres rocheuses en direction du vallon de Graissacan.

RETOUR PÉDESTRE : NÉANT



Rappel impressionnant dans la grande cascade supérieure.



FICHE SIGNALÉTIQUE

Nature de la roche :
Calcaire
 Débit d'eau (étiage) :
20 l/s
 Température de l'eau :
12° à 16°
 Bassin versant :
3 km²
 Dénivelée descente :
-700 m
 Longueur du canyon :
2 km
 Cascade maxi :
55 m

CARACTÉRISTIQUES



Immersion

★★



Verticalité

★★★★★



Engagement

★★★★



Risque de crue

★★



Difficulté

★★★★★

25 - MOULIN DE ROUBION

ACCÈS ROUTIER

DEPUIS LA CÔTE : 75 km
De Nice, remonter la vallée du Var par la RD 6202 jusqu'à la Mescla. Prendre à droite la vallée de la Tinée (RD 2205) et la suivre jusqu'à Saint-Sauveur. Continuer la route du col de la Couillole, dépasser l'embranchement du village de Roure ainsi que les tunnels et le pont sur la Vionène avant de trouver en bord de route le quartier de la Nouzière, point de départ de l'itinéraire.

Itinéraire de montagne qui réunit toutes les difficultés liées à la verticalité et au débit important, et qui impose une parfaite maîtrise des techniques du canyonisme. La plus haute cascade qui surgit d'une arche naturelle est visible depuis la route : exceptionnelle pour le département, elle est particulièrement impressionnante et nécessite un engagement certain ainsi que l'autonomie de chaque participant. Une descente au sec permet toutefois d'éviter cet obstacle mais, sur la suite du parcours, ce n'est pas moins d'une dizaine de cascades à gros débit qu'il faudra négocier par des rappels proches de l'eau. Le caractère sauvage et austère du vallon, associé à un faible débit, devrait ravir les participants avertis qui effectueront impérativement ce parcours en sécurité durant la période d'étiage.



Abrité par de hautes falaises calcaires, le pictural village de Roubion (1 340 m).



PÉRIODE AUTORISÉE

1^{er} avril au 31 octobre
tous les jours.

PÉRIODE CONSEILLÉE

août et septembre.

ÉQUIPEMENT UTILE

- Matériel personnel,
- Matériel collectif,
- Cordes : 2 de 60 m,
+ 1 de secours.

CARTOGRAPHIE

“Moyenne Tinée”
TOP25 n° 3641 ET
1:25 000

NAVETTE DE VÉHICULES : NÉANT

ACCÈS PÉDESTRE : 0 h 05

De la route, descendre un sentier pour rejoindre le départ de la clue.

DESCENTE DU CANYON : 4 h

Après une courte zone de marche dans une ambiance forestière sombre et légèrement austère, ponctuée de quelques désescalades et d'un petit rappel, le vallon franchit une barre rocheuse à travers une arche naturelle pour se jeter quelque 55 m plus bas. Négocier ce rappel spectaculaire (échappatoire impossible) en prenant garde de rester en rive gauche de la cascade (débit minimum obligatoire) pour éviter une descente très arrosée dans le fil de l'eau, ou bien préférer une descente au sec toujours en rive gauche, de l'autre côté du pilier de l'arche. La suite de la descente devient par moment plus encaissée et les rappels s'y succèdent de façon ininterrompue sur une roche très glissante (pélite), avec un certain nombre d'obstacles dangereux en raison du débit et des

mouvements d'eau dans les vasques. Toujours bien observer les bassins de réception qui présentent des tourbillons qu'il est impératif d'éviter par des descentes en rappel en dehors de la veine d'eau. La progression nécessite l'installation de nombreuses main-courantes pour accéder au sommet des obstacles, et oblige à choisir son cheminement en fonction des difficultés rencontrées (échappatoire peu évidente et très longue). La descente se termine à la confluence avec la Vionène (respecter les aménagements cynégétiques).

RETOUR PÉDESTRE : 0 h 45

Traverser la Vionène (attention au débit) pour remonter une centaine de mètre en rive gauche. Franchir à nouveau le cours d'eau pour trouver à main droite une sente, qui mène à une clairière (grange). Un bon sentier monte sur le flanc de la rive droite du vallon de Saint-Sébastien et franchit celui-ci pour sortir sur la RD 30 peu avant le pont ; par la route en balcon au-dessus des gorges, regagner le point de départ.



A l'aplomb de l'arche naturelle, l'arrivée de l'impressionnante cascade de 55 m.



FICHE SIGNALÉTIQUE

Nature de la roche :
Pélites rouges
 Débit d'eau (étiage) :
100 l/s
 Température de l'eau :
12° à 14°
 Bassin versant :
5 km²
 Dénivelée descente :
-180 m
 Longueur du canyon :
0,350 km
 Cascade maxi :
55 m

CARACTÉRISTIQUES



Immersion

★★★



Verticalité

★★★★★



Engagement

★★★



Risque de crue

★★★



Difficulté

★★★★★

26 - CASCADES DE LOUCH

ACCÈS ROUTIER

DEPUIS LA CÔTE : 69 km
De Nice, remonter la vallée du Var par la RD 6202 jusqu'à la Mescla. Prendre à droite la vallée de la Tinée (RD 2205) et la suivre jusqu'à Isola-village. Bifurquer à gauche pour franchir la Tinée sur un pont situé face au centre de secours et garer son véhicule juste après celui-ci.



PÉRIODE AUTORISÉE

1^{er} avril au 31 octobre
tous les jours.

PÉRIODE CONSEILLÉE

août et septembre.

ÉQUIPEMENT UTILE

- Matériel personnel,
- Matériel collectif,
- Cordes : 2 de 100 m
1 de 40 m,
+ 1 de secours.

CARTOGRAPHIE

"Haute Tinée 2"
TOP25 n° 3640 ET
1:25 000e

Spectaculaire descente qui nécessite une parfaite maîtrise technique. Bien visible depuis le village d'Isola, la plus haute cascade ne mesure pas moins de 90 m : son franchissement en un seul rappel est particulièrement impressionnant et nécessite l'autonomie de chaque participant. En effet, du relais supérieur, il est impossible de surveiller le bon déroulement de la descente de ses coéquipiers en raison de la topographie des lieux. En dehors de la grande verticale, c'est une douzaine de cascades dont la hauteur oscille entre 10 et 20 m qu'il faudra négocier par des rappels souvent arrosés. C'est pourquoi un faible débit s'impose pour effectuer ce parcours en sécurité, l'étiage ne se rencontrant qu'en d'août et septembre, en raison de l'altitude élevée du bassin d'alimentation.



Carrefour historique de la haute Tinée, Isola-village (870 m) fait face aux cascades de Louch.

NAVETTE DE VÉHICULES : NÉANT

ACCÈS PÉDESTRE : 0 h 45

Du pont (870 m - b.2), prendre le sentier à droite de l'oratoire et s'élever par de nombreux lacets pour atteindre le plateau de Louch (b.4). Continuer tout droit pour bientôt rejoindre une piste (b.15). La suivre sur la droite jusqu'au vallon de Louch, point de départ de la descente (1 110 m).

DESCENTE DU CANYON : 3 h

Traverser sous le pont de la piste dans une large buse et effectuer quelques rappels et de courtes désescalades dans une ambiance forestière pour parvenir au sommet de la grande cascade. Un rappel de 15 m mène alors dans une étroite vasque suspendue qui domine la verticale de 90 m (échappatoire impossible). Négocier celle-ci en un grand rappel arrosé en prenant garde à la roche particulièrement glissante (débit minimum obligatoire).

La suite de la descente devient plus encaissée et les rappels arrosés s'y succèdent de façon ininterrompue jusqu'à la Tinée.

RETOUR PÉDESTRE : 0 h 05

Par une piste en rive droite de la Tinée, regagner rapidement son véhicule.



Venu du col de la Valette, le vallon de Louch se termine par de spectaculaires cascades.



FICHE SIGNALÉTIQUE

Nature de la roche :
Gneiss
 Débit d'eau (étiage) :
 50 l/s
 Température de l'eau :
 12° à 16°
 Bassin versant :
 7 km²
 Dénivelée descente :
 -240 m
 Longueur du canyon :
 0,5 km
 Cascade maxi :
 90 m

CARACTÉRISTIQUES



Immersion

★★★



Verticalité

★★★★★



Engagement

★★★



Risque de crue

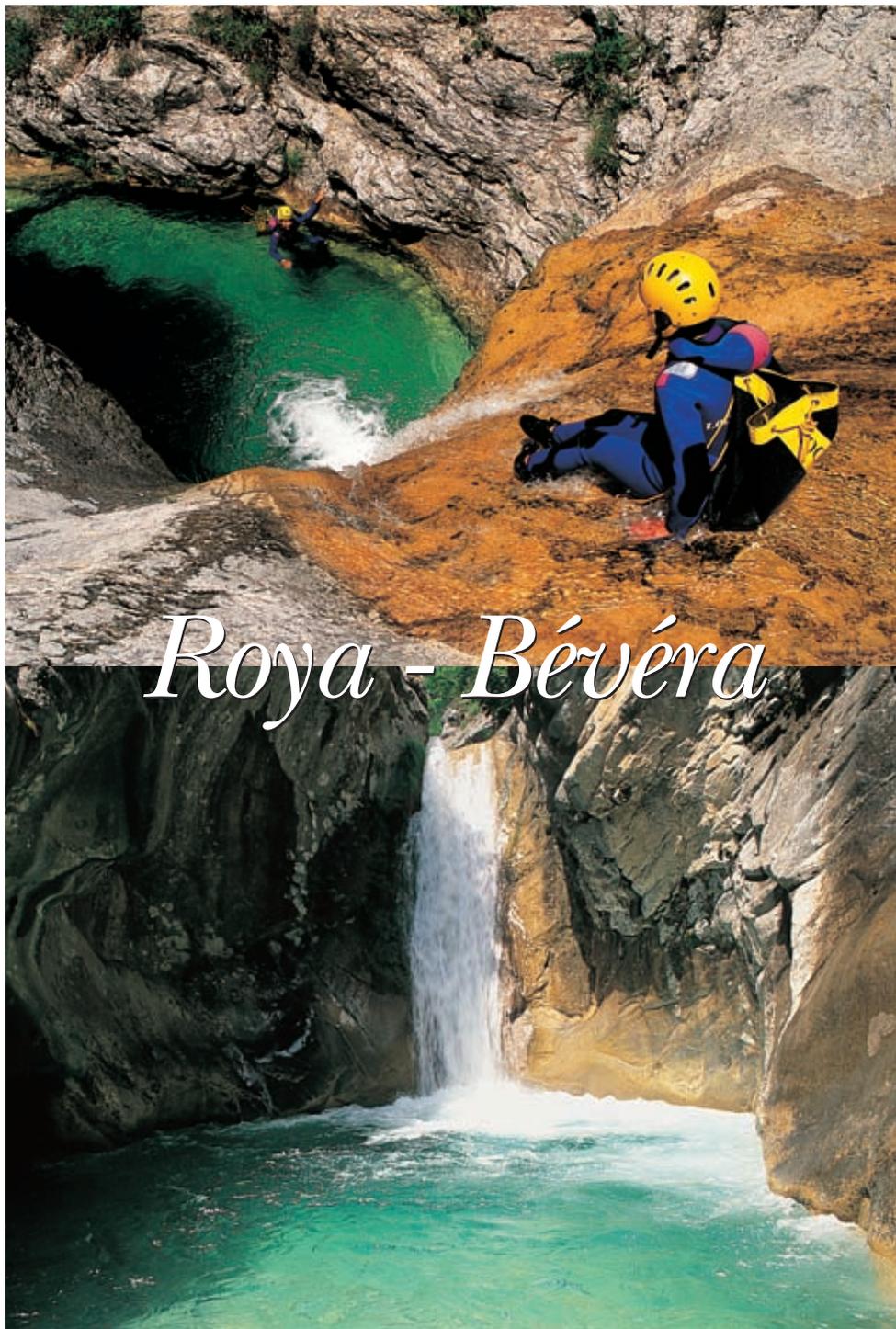
★★



Difficulté

★★★★★





Roya - Bévéra

27 - RUISSEAU AUDIN

ACCÈS ROUTIER

DEPUIS LA CÔTE : 30 km
De Menton, suivre l'autoroute A.8 vers l'Est jusqu'à Vintimille (Italie) et remonter la vallée de la Roya jusqu'à Olivetta ; juste avant la frontière, prendre à droite la route de Fanghetto et se garer sur le parking avant l'entrée du village.



PÉRIODE AUTORISÉE

1^{er} avril au 31 octobre
tous les jours.

PÉRIODE CONSEILLÉE

mai à septembre.

ÉQUIPEMENT UTILE

- Matériel personnel,
- Matériel collectif,
- Cordes : 1 de 20 m,
(main-courante).

CARTOGRAPHIE

“Vallée de la Roya”
TOP25 n° 3841 OT
1:25 000e

Dans l'ambiance ensoleillée d'un adret à la végétation méditerranéenne, le ruisseau Audin, descente particulièrement ludique à mi-chemin entre randonnée aquatique et canyonisme, s'impose pour l'initiation ou la pratique familiale décontractée. La roche fortement adhérente rend la progression agréable et la limpidité de l'eau permet de visualiser facilement la profondeur des vasques pour y effectuer de nombreux sauts. L'accès pédestre s'effectue par l'Italie au départ de Fanghetto, pittoresque village perché entouré de nombreuses olivées, alors que la descente se déroule intégralement en territoire français jusqu'au vieux pont restauré sur l'ancien chemin desservant la basse vallée de la Roya.



Face à la clue,
le hameau perché
de Piène Haute (600 m).

NAVETTE DE VÉHICULES : NÉANT

ACCÈS PÉDESTRE : 1 h

À l'entrée de Fanghetto (230 m), prendre à gauche le sentier valléen qui mène à Breil-sur-Roya ; après une brève montée, on arrive à la frontière France-Italie. Continuer sur une centaine de mètres et abandonner l'itinéraire valléen qui descend pour suivre un sentier horizontal sur la droite (b.411). Celui-ci s'élève doucement, puis longe un ancien canal venant du ruisseau Audin. Au niveau d'une croupe, une trace évidente permet de rejoindre le ruisseau Audin au point de départ de la descente (300 m).

DESCENTE DU CANYON : 2 h

Suivre l'intégralité du cours d'eau qui présente de belles vasques où de nombreux sauts sont possibles ; le caractère “canyon” est peu prononcé et le parcours très ensoleillé. Néanmoins, les rives sont abruptes et il est difficile de s'échapper en cas de problème ; après le passage sous une

conduite d'eau, arriver rapidement sous le vieux pont en pierre du sentier Fanghetto-Breil-sur-Roya. Sortir du vallon par la rive droite escarpée juste après le pont (170 m).

RETOUR PÉDESTRE : 0 h 15

Du pont, suivre le sentier valléen pour regagner rapidement Fanghetto.



Soleil, cascates et ambiance végétale participent à l'agrément du parcours.



FICHE SIGNALÉTIQUE

Nature de la roche :
Calcaire
 Débit d'eau (étiage) :
10 l/s
 Température de l'eau :
16° à 19°
 Bassin versant :
4 km²
 Dénivelée descente :
-130 m
 Longueur du canyon :
1,5 km
 Cascade maxi :
5 m

CARACTÉRISTIQUES

- 
 Immersion ★★
- 
 Verticalité ★
- 
 Engagement ★★
- 
 Risque de crue ★★
- 
 Difficulté ★★

28 - BENDOLA MÉDIANE

ACCÈS ROUTIER

DEPUIS LA CÔTE : 48 km
De Menton, suivre l'autoroute A.8 vers l'Est jusqu'à Vintimille (Italie) ; remonter la vallée de la Roya par la pénétrante, puis la RD 6204 jusqu'à Breil-sur-Roya. Continuer en direction de Fontan et, à la sortie des gorges de Saorge, prendre à droite la petite route menant à la Madone de Poggio ; laisser son véhicule au niveau d'une large épingle (b.161).



PÉRIODE AUTORISÉE

1^{er} avril au 31 octobre
tous les jours.

PÉRIODE CONSEILLÉE

juillet à septembre.

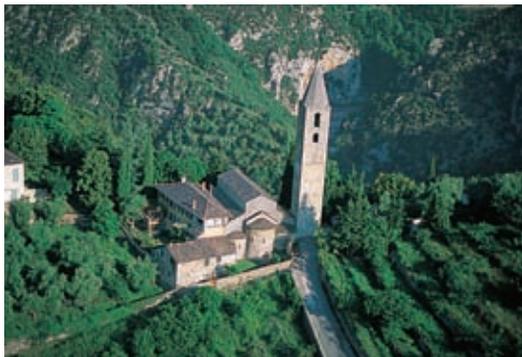
ÉQUIPEMENT UTILE

- Matériel personnel,
- Matériel collectif,
- Cordes : 1 de 20 m, (main-courante).

CARTOGRAPHIE

“Vallée de la Roya”
TOP25 n° 3841 OT
1:25 000e

Dans sa version intégrale, la descente de la Bendola, très technique, nécessite un bivouac à mi-parcours. En revanche, la partie médiane décrite ci-dessous s'effectue aisément dans la journée au départ de Saorge et présente peu de difficultés, l'usage de la corde n'y étant pas indispensable. Les gorges recèlent de longues parties nagées dans un environnement sauvage et impressionnant où l'encaissement très prononcé des parois ne permet aucune échappatoire. Attention ! Un important bassin-versant domine le site et, en cas d'orage en amont sur la crête frontière, une crue importante peut se produire de façon inopinée, comme en témoignent les troncs d'arbres coincés à des hauteurs invraisemblables à l'aplomb du canyon.



En aval du parcours, le sanctuaire de la Madone de Poggio (480 m), à Saorge.

NAVETTE DE VÉHICULES : NÉANT

ACCÈS PÉDESTRE : 2 h

De la balise 161 (480 m), suivre la piste carrossable interdite à la circulation qui mène à Castou (b.168) et au vallon de la Bendola. Traverser sur un beau pont en pierre (pont de Castou) et remonter le cours de la Bendola par un antique sentier en rive gauche (b.167). Après une montée, une traversée à flanc mène à la balise 166. Descendre pour traverser le vallon de la Madonina, remonter le long d'une ancienne campagne et, par une forte descente en lacets, gagner la passerelle de la Baragne enjambant le vallon de la Bendola (520 m).

DESCENTE DU CANYON : 3 h

De la passerelle, descendre en désescalade dans la Bendola et suivre le vallon qui devient rapidement encaissé pour offrir une succession ininterrompue de parties nagées. Quelques étroitures spectaculaires et de belles cascades de tuf sur les rives ponctuent la descente qui se termine au pont de Castou utilisé à l'aller (428 m).

Signalons que la descente de la Bendola entre le pont de Castou et la RD 6204 est interdite.

RETOUR PÉDESTRE : 1 h

Regagner son véhicule par la piste de l'aller.



Encaissées et très aquatiques, les gorges sont dominées par de vastes forêts ombrueuses.



FICHE SIGNALÉTIQUE

Nature de la roche :
Calcaire
 Débit d'eau (étiage) :
60 l/s
 Température de l'eau :
16° à 17°
 Bassin versant :
28 km²
 Dénivelée descente :
-90 m
 Longueur du canyon :
2,8 km
 Cascade maxi :
3 m

CARACTÉRISTIQUES

- 
 Immersion ★★★★
- 
 Verticalité —
- 
 Engagement ★★★★
- 
 Risque de crue ★★★★
- 
 Difficulté ★★

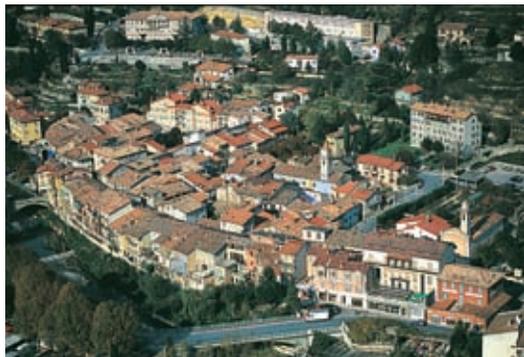
29 - VALLON DE BASSÉRA

ACCÈS ROUTIER

DEPUIS LA CÔTE : 24 km
De Menton, gagner Sospel par le tunnel du col de Castillon (RD 2566) ; à l'entrée de Sospel, prendre à droite la RD 2204 en direction du col de Brouis pendant 2 km, puis la petite route d'Olivetta qui longe la Bévéra (RD 93). Franchir le vallon de Niéva sur un pont et laisser son véhicule au niveau d'un deuxième pont routier qui enjambe le vallon de Basséra.

Dans ce très beau parcours en rivière sous couvert forestier présentant une succession de toboggans et de sauts entrecoupés de zones de marche, l'eau limpide et la forte adhérence de la roche facilitent la progression.

Il faut toutefois aborder prudemment les sauts et conserver une vigilance particulière sur les petits obstacles où bien souvent l'attention se relâche. Remarquer la présence étonnante de nombreux lauriers arborescents dans le bas de la descente ainsi que l'important phénomène de calcification qui emprisonne inexorablement d'une gangue de calcaire les feuilles amassées en bordure des vasques.



En bordure de la Bévéra, le village médiéval de Sospel (350 m).

NAVETTE DE VÉHICULES : 7 km

Revenir en direction de Sospel et bifurquer à droite pour prendre la direction du col de Brouis (RD 2204). Après quelques lacets, atteindre le col du Pérus et y garer son véhicule.

ACCÈS PÉDESTRE : 0 h 15

Du col du Pérus (659 m - b.86), rejoindre le départ du canyon (530 m) par un sentier à flanc en légère descente (GR52A).

DESCENTE DU CANYON : 2 h 30

La descente débute immédiatement par un superbe toboggan, point fort du parcours. L'ambiance sombre et légèrement austère du départ laisse rapidement la place à un milieu plus avenant sous un couvert forestier omniprésent. Portions de marche agréables, petits sauts et toboggans alternent jusqu'à l'arrivée où l'on rejoint le pont routier par un ancien canal en rive droite (330 m).

Échappatoires possibles tout au long de la descente en rive gauche pour rejoindre le sentier balisé.

RETOUR PÉDESTRE : NÉANT

OPTION SANS NAVETTE : 1 h

Du parking aval, rejoindre le départ du canyon par un bon sentier balisé en rive droite puis en rive gauche du vallon en 1 h de marche.



PÉRIODE AUTORISÉE

1^{er} avril au 31 octobre
les lundi, mercredi,
vendredi et dimanche,
(9 h à 17 h).

PÉRIODE CONSEILLÉE

mai à septembre.

ÉQUIPEMENT UTILE

- Matériel personnel,
- Matériel collectif,
- Cordes : 1 de 30 m,
+ 1 de secours.

CARTOGRAPHIE

“Vallée de la Bévéra”
TOP25 n° 3741 ET
1:25 000e



Ultime rappel dans la cascade précédant le pont d'arrivée.



FICHE SIGNALÉTIQUE

Nature de la roche :
Calcaire
 Débit d'eau (étiage) :
5 l/s
 Température de l'eau :
16° à 18°
 Bassin versant :
8 km²
 Dénivelée descente :
-200 m
 Longueur du canyon :
2 km
 Cascade maxi :
13 m

CARACTÉRISTIQUES

- 
Immersion ★★
- 
Verticalité ★
- 
Engagement ★★
- 
Risque de crue ★★
- 
Difficulté ★★

30 - VALLON DU GUIOU

ACCÈS ROUTIER

DEPUIS LA CÔTE : 23 km

De Menton, gagner Sospel par le tunnel du col de Castillon (RD 2566) ; traverser Sospel et suivre la RD 2566 en direction de Moulinet pendant 3 km pour atteindre le pont enjambant le vallon du Guiou. Laisser son véhicule à proximité du pont.

Long parcours en rivière dans un environnement enchanteur qui voit se succéder de superbes vasques à l'eau limpide et quelques resserrements entrecoupés de cascades. L'approche s'effectue par un beau sentier en rive droite jusqu'à rejoindre le vieux pont en arche de Fountan, point de départ du canyon. De nombreuses échappatoires sont possibles tout au long de la descente en utilisant des sentes qui remontent jusqu'au sentier d'accès.

Signalons que dans la partie terminale, l'eau devient subitement trouble : ceci n'est pas dû comme on pourrait l'imaginer à une quelconque pollution, mais à la présence de gypse dissous dans l'eau.



Les façades colorées de Sospel avec le célèbre pont fortifié sur la Bévéra (350 m).



NAVETTE DE VÉHICULES : NÉANT

RETOUR PÉDESTRE : NÉANT

ACCÈS PÉDESTRE : 1 h 30

Du pont (400 m - b.54), remonter le vallon en rive droite par un bon sentier jusqu'à la balise 52 ; continuer dans la même direction et atteindre le vieux pont restauré de Fountan qui marque le début de la descente.

DESCENTE DU CANYON : 4 h

Du pont de Fountan (660 m), suivre facilement le ruisseau jusqu'à un secteur plus encaissé qui présente de nombreuses vasques où alternent sauts et nage. Une nouvelle zone à la progression aisée avec quelques ressauts conduit aux principales difficultés : plusieurs cascades s'y succèdent, dont une haute de 25 m.

Un élargissement précède les derniers obstacles. Après la prise d'eau d'un canal, franchir encore quelques ressauts et, peu avant le pont routier, sortir en rive droite au niveau du sentier suivi à l'aller (400 m).

PÉRIODE AUTORISÉE

1^{er} avril au 31 octobre
les lundi, mercredi,
vendredi et dimanche,
(9 h à 17 h).

PÉRIODE CONSEILLÉE

juin à septembre.

ÉQUIPEMENT UTILE

- Matériel personnel,
- Matériel collectif,
- Cordes : 2 de 30 m,
+ 1 de secours.

CARTOGRAPHIE

“Vallée de la Bévéra”
TOP25 n° 3741 ET
1:25 000e



L'eau verte et limpide du vallon du Guiou incite à de revigorantes baignades.



FICHE SIGNALÉTIQUE

Nature de la roche :
Calcaire
 Débit d'eau (étiage) :
20 l/s
 Température de l'eau :
14° à 15°
 Bassin versant :
15 km²
 Dénivelée descente :
-260 m
 Longueur du canyon :
3 km
 Cascade maxi :
25 m

CARACTÉRISTIQUES

- 
 Immersion ★★★★
- 
 Verticalité ★★
- 
 Engagement ★★★★
- 
 Risque de crue ★★
- 
 Difficulté ★★★★

31 - RUISSEAU DE PLANFAÉ

ACCÈS ROUTIER

DEPUIS LA CÔTE : 34 km

De Nice, se rendre à

Coaraze en passant par

Contes et Bendéjun

(RD 2204, puis RD 15).

Continuer en direction du

col Saint-Roch jusqu'à un

pont franchissant le vallon

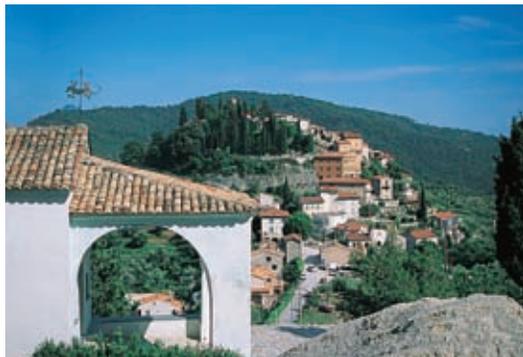
de Planfaé, juste avant

une série de lacets et

laisser son véhicule au

niveau du pont.

D'autant plus séduisant qu'on ne s'attend pas en ces lieux à trouver une telle ambiance, le ruisseau de Planfaé dévoile un condensé des plaisirs du canyonisme, tant au niveau visuel que technique : entourées de taillis de charmes-houblons, de belles et profondes vasques à l'eau froide et limpide émaillent le parcours, suggérant de nombreux sauts. L'usage de la corde reste néanmoins indispensable pour descendre quelques petites cascades. Signalons que le ruisseau de Planfaé correspond à la source du Paillon de Contes : le captage d'eau potable du village de Coaraze étant situé en aval du pont d'arrivée, il convient de ne pas souiller les abords de la rivière, car les dégradations sont lentes et toute pollution peut être transportée sur des kilomètres.



En aval du parcours, le pittoresque village de Coaraze (670 m).

NAVETTE DE VÉHICULES : 3 km

Poursuivre en direction du col Saint-Roch pendant 3 km et après quelques lacets, se garer au niveau d'une grande combe, sous un petit col caractéristique.

ACCÈS PÉDESTRE : 0 h 30

Du parking (780 m – b.197), gravir un raide sentier balisé pour gagner la baisse de la Graou (856 m).

Se diriger vers l'Est et, parvenu à une bifurcation (b.196), prendre le sentier du bas pour traverser à flanc dans la forêt jusqu'à la balise 196 a. Une courte descente mène au départ du canyon au niveau d'un ancien pont (738 m).

DESCENTE DU CANYON : 2 h 30

Après une brève marche initiale, le canyon commence à s'encaïsser : une succession de sauts, glissades et rappels s'enchaînent alors régulièrement dans une eau fraîche et limpide.

La partie basse, sans obstacle particulier, s'évite par de petites sentes commodes sur les rives.

Sortir en rive droite (577 m) juste avant l'arrivée au pont routier.

RETOUR PÉDESTRE : NÉANT

OPTION SANS NAVETTE : 0 h 30

Du parking aval, rejoindre le parking amont par la route en 30 mn de marche (3 km).

PÉRIODE AUTORISÉE

1^{er} avril au 31 octobre
tous les jours.

PÉRIODE CONSEILLÉE

mai à septembre.

ÉQUIPEMENT UTILE

- Matériel personnel,
- Matériel collectif,
- Cordes : 1 de 30 m,
+ 1 de secours.

CARTOGRAPHIE

“Vallée de la Bévéra”

TOP25 n° 3741 ET

1:25 000e





La limpidité parfaite de l'eau et la profondeur des vasques favorisent de nombreux sauts.



FICHE SIGNALÉTIQUE

Nature de la roche :
Calcaire
 Débit d'eau (étiage) :
50 l/s
 Température de l'eau :
12° à 15°
 Bassin versant :
6 km²
 Dénivelée descente :
-161 m
 Longueur du canyon :
2 km
 Cascade maxi :
15 m

CARACTÉRISTIQUES



Immersion

★★



Verticalité

★★



Engagement

★★



Risque de crue

★★



Difficulté

★★

32 - CLUE DE LA MAGLIA

ACCÈS ROUTIER

DEPUIS LA CÔTE : 41 km

De Menton, suivre l'autoroute A.8 vers l'Est jusqu'à Vintimille (Italie) ; remonter la vallée de la Roya par la pénétrante, puis la RD 6204 jusqu'à Breil-sur-Roya. Continuer par la RD 6204 en direction de Tende et peu après l'embranchement du col de Brouis, se garer au hameau de la Giandola le long de l'ancienne route désaffectée en prenant garde de ne pas gêner les riverains.

On peut dire qu'il s'agit de "la" classique du département avec une alternance de sauts, rappels et nage dans les vasques, garantie par le débit régulier de l'eau tout au long de l'été, le spectaculaire passage de la grotte valant à lui seul le déplacement. Mais chaque année de trop nombreux accidents ont lieu dans cette clue : il s'agit la plupart du temps de fractures et d'entorses survenant lors des sauts. En effet, si la majorité des obstacles peuvent se négocier en sautant, certaines cascades parfois insignifiantes recèlent des blocs cachés par les remous. Il convient d'être particulièrement vigilant et de ne pas se laisser entraîner par l'euphorie ambiante et l'effet de groupe dans cette clue très fréquentée.



Le village de Breil-sur-Roya (290 m), à l'admirable architecture en forme de demi-cercle.

NAVETTE DE VÉHICULES : 10 km

Revenir en direction de Breil-sur-Roya et prendre la route du col de Brouis (RD 2204) ; après deux lacets, prendre à droite l'étroite route de la Maglia. Peu après un tunnel, on arrive au départ du sentier menant à la clue (panneau d'information).

Ne pas se garer ici en raison de la gêne pour le riverain, mais continuer sur une centaine de mètres pour trouver un grand parking spécialement aménagé.

ACCÈS PÉDESTRE : 0 h 20

Du parking (720 m), revenir au panneau (b.145) et, par un sentier balisé, descendre jusqu'au départ de la clue (580 m).

DESCENTE DU CANYON : 4 h

Suivre le fil de l'eau par une alternance de marche, de descente de cascades et de nage ; un grand nombre de cascades permettent des sauts souvent impressionnants. Dans la partie médiane, le vallon s'engouffre dans une grotte qui se franchit par un rappel spectaculaire (échap-

patoire possible peu après la grotte par un sentier en rive droite). Plus loin, au niveau du captage d'eau d'un canal, il est impératif d'emprunter l'équipement prévu à cet effet en rive gauche et de ne pas utiliser les installations liées au captage. Un dernier saut ou un rappel permettent d'atteindre la vasque finale d'où part le sentier de sortie en rive gauche (372 m).

RETOUR PÉDESTRE : 0 h 30

Prendre en rive gauche un tracé montant qui atteint rapidement un sentier en balcon au-dessus de la rivière. Descendre à droite par celui-ci jusqu'au parking aval.

OPTION SANS NAVETTE : 1 h

De la Giandola, rejoindre le départ du canyon par un bon sentier balisé en rive gauche en 1 h de marche (sentier utilisé en partie pour le retour).



PÉRIODE AUTORISÉE

1^{er} avril au 31 octobre
tous les jours.

PÉRIODE CONSEILLÉE

juin à septembre.

ÉQUIPEMENT UTILE

- Matériel personnel,
- Matériel collectif,
- Cordes : 1 de 30 m,
+ 1 de secours.

CARTOGRAPHIE

"Vallée de la Roya"
TOP25 n° 3841 OT
1:25 000



Une ambiance spectaculaire, à la fois minérale et aquatique, caractérise cette descente attractive.



FICHE SIGNALÉTIQUE

Nature de la roche :
Calcaire
 Débit d'eau (étiage) :
160 l/s
 Température de l'eau :
13° à 15°
 Bassin versant :
20 km²
 Dénivelée descente :
-210 m
 Longueur du canyon :
2 km
 Cascade maxi :
15 m

CARACTÉRISTIQUES

- 
 Immersion ★★★★
- 
 Verticalité ★★★
- 
 Engagement ★★★
- 
 Risque de crue ★★
- 
 Difficulté ★★★

33 - VALLON DE MORGHÉ

ACCÈS ROUTIER

DEPUIS LA CÔTE : 48 km

De Menton, suivre l'autoroute A.8 vers l'Est jusqu'à Vintimille (Italie). Remonter la vallée de la Roya par la pénétrante, puis la RD 6204 jusqu'à Breil-sur-Roya.

À la sortie du village, prendre la RD 2204 en direction du col de Brouis sur 2 km et bifurquer à droite pour remonter la petite route de la Maglia. Franchir un tunnel, traverser le vallon de Morghé sur un pont et se garer juste après en bordure de piste en prenant soin de ne pas gêner la circulation.

Affluent de la chute de la Maglia, le vallon de Morghé offre une succession de verticales dans de superbes goulottes polies par le passage de l'eau : pour les amateurs de rappels, ce sera un véritable festival qui se termine par une arrivée en fil d'araignée dans une vasque ombreuse de la Maglia.

Le contraste est saisissant entre le très faible débit du vallon de Morghé et les eaux généreuses de la Maglia dont le grondement surprend au dernier moment. Pour achever le parcours, il reste alors à franchir la grotte, passage furtif dans la pénombre où seuls quelques rayons de soleil parviennent à s'insinuer. Il est impératif de prévoir une tenue néoprène adaptée, car après une première partie presque sèche, la descente devient ensuite très aquatique.



Le lac de Breil-sur-Roya (290 m), alimenté par les eaux abondantes de la Roya.



PÉRIODE AUTORISÉE

1^{er} avril au 31 octobre
tous les jours.

PÉRIODE CONSEILLÉE

juin à septembre.

ÉQUIPEMENT UTILE

- Matériel personnel,
- Matériel collectif,
- Cordes : 2 de 60 m,
1 de 30 m,
+ 1 de secours.

CARTOGRAPHIE

“Vallée de la Roya”
TOP25 n° 3841 OT
1:25 000e

NAVETTE DE VÉHICULES : NÉANT

ACCÈS PÉDESTRE : 0 h 05

De la route (680 m), descendre sous le pont pour rejoindre le vallon.

DESCENTE DU CANYON : 3 h

Suivre le vallon pour arriver très vite aux premiers rappels : ceux-ci s'enchaînent de façon ininterrompue jusqu'à la Maglia.
Au total, c'est une douzaine de cascades qu'il faudra négocier grâce à la corde. Leur hauteur est inférieure à 30 m à l'exception de la plus grande, bien visible de la route, qui mesure 60 m. Attention ! La grande cascade est précédée d'un plan incliné de 20 m : prudence dans les manœuvres de corde, car ce toboggan initial débouche directement sur la verticale de 60 m.
Au départ de ce grand rappel, l'emplacement du relais, glissant et malcommode, justifie de se longer sur les amarrages.
Par ailleurs, une lèvre de tuf se trouve à mi-parcours : le dernier canyoniste

devra prendre garde à positionner la corde au-dessus de celle-ci sous peine de ne pas pouvoir la rappeler ensuite. Une fois parvenu à la Maglia, une partie très aquatique avec quelques sauts mène à la grotte et le sentier de sortie se trouve peu après cette dernière.

RETOUR PÉDESTRE : 0 h 45

Juste après la grotte, au niveau d'un élargissement (450 m), prendre à droite (panneau “échappatoire”) un sentier qui remonte à la route de la Maglia ; regagner par celle-ci le point de départ distant de 1,5 km.



Visible depuis la route de la Maglia, la grande cascade de 60 m.



FICHE SIGNALÉTIQUE

Nature de la roche :
Calcaire
 Débit d'eau (étiage) :
5 l/s
 Température de l'eau :
13° à 15°
 Bassin versant :
20 km²
 Dénivelée descente :
-220 m
 Longueur du canyon :
0,5 km
 Cascade maxi :
60 m

CARACTÉRISTIQUES



Immersion

★★★



Verticalité

★★★★★



Engagement

★★★



Risque de crue

★★



Difficulté

★★★★

34 - VALLON DE RÉOUNE

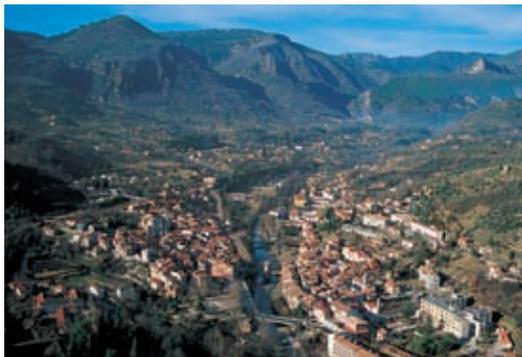
ACCÈS ROUTIER

DEPUIS LA CÔTE : 25 km

De Menton, gagner Sospel par le tunnel du col de Castillon (RD 2566) ; traverser Sospel et suivre la RD 2566 en direction de Moulinet pendant 5 km pour se garer à l'entrée des gorges du Pïaon au niveau de la balise 80.

Itinéraire peu fréquenté à la verticalité remarquable : de hautes et splendides cascades calcifiées de couleur jaune orangé s'enchaînent les unes derrière les autres durant une grande partie de la descente.

Au départ, c'est un parcours ombragé en rivière le long d'anciennes zones de culture où de nombreux vestiges témoignent du passé. Une bonne pratique de la marche en terrain varié permettra de garder un rythme soutenu à la progression dans ce tronçon d'itinéraire qui nécessite de très nombreuses petites désescalades. À l'arrivée, un long bief de la Bévéra qui s'insinue sous un ancien pont en arche incite à la baignade, mais il faudra garder à l'esprit que la pratique du canyonisme est interdite sur l'intégralité de cette rivière afin de préserver les intérêts piscicoles.



Le vaste bassin ensoleillé de Sospel et la haute vallée de la Bévéra.

NAVETTE DE VÉHICULES : 10 km

Revenir en direction de Sospel sur 3 km et bifurquer à gauche pour prendre une petite route qui descend franchir la Bévéra. À la sortie du pont prendre immédiatement à gauche, puis la première à droite pour s'élever par une petite route en lacets qui mène à la baisse de Figuièra. Laisser son véhicule au niveau du col en évitant toute gêne pour les riverains.

ACCÈS PÉDESTRE : 1 h

De la baisse de Figuièra (750 m - b.76), s'élever par le GR 52 dans un bois de pins pour rejoindre la balise 77. Quitter le GR et prendre à gauche un sentier à flanc dominant la Bévéra pour atteindre un inattendu plateau herbeux qui coiffe la pointe de Calvièra (1 108 m). Ne pas continuer sur le sentier horizontal qui rejoint le vallon plus loin, mais plonger directement vers celui-ci en utilisant une trace descendante vers la gauche qui coupe le sentier 50 m plus bas. On atteint ainsi rapidement le point de départ de la descente (970 m).

DESCENTE DU CANYON : 4 h

Suivre d'abord au mieux le ruisseau dont le cours peu pentu ne présente aucune difficulté particulière. On aboutit ainsi au bout de 500 m environ au sommet de la première grande verticale (55 m), début d'une longue et magnifique succession de rappels. Juste avant la Bévéra, une ou deux vasques profondes permettent d'abandonner le rappel au profit du saut et offrent une baignade amplement méritée.

RETOUR PÉDESTRE : 0 h 10

Du confluent avec la Bévéra, prendre en rive gauche une trace de pêcheurs pour rejoindre rapidement un superbe pont en arche à partir duquel un sentier balisé ramène à son véhicule.



PÉRIODE AUTORISÉE

1^{er} avril au 31 octobre
tous les jours.

PÉRIODE CONSEILLÉE

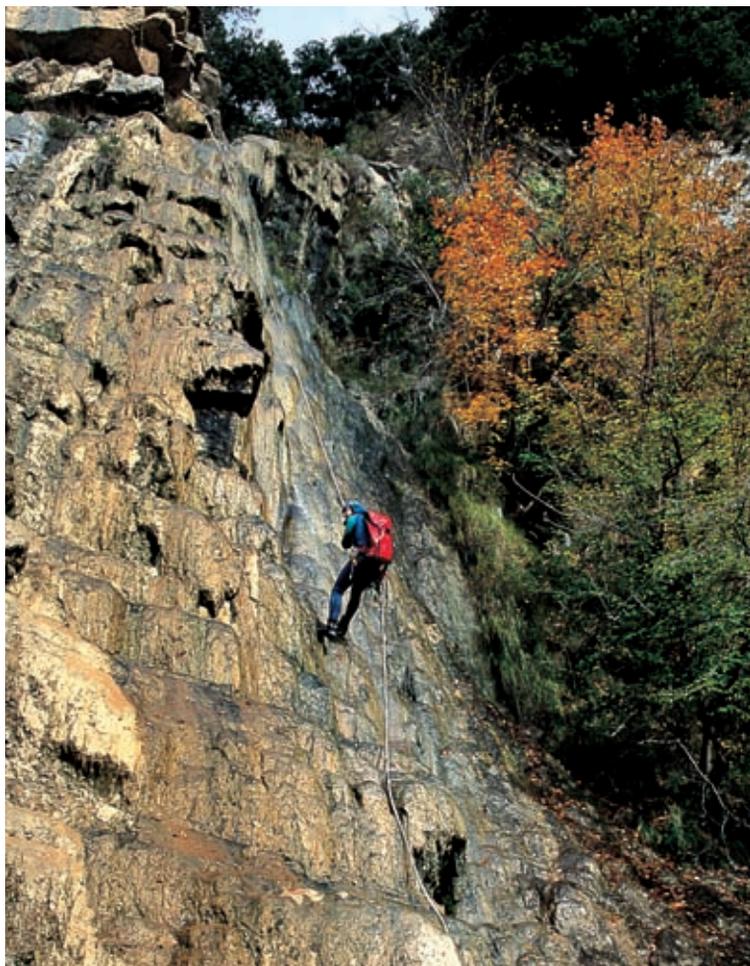
mai à juin.

ÉQUIPEMENT UTILE

- Matériel personnel,
- Matériel collectif,
- Cordes : 2 de 60 m,
1 de 20 m,
+ 1 de secours.

CARTOGRAPHIE

"Vallée de la Bévéra"
TOP25 n° 3741 ET
1:25 000e



Ambiance verticale caractéristique des grandes cascades de Réoune.



FICHE SIGNALÉTIQUE

Nature de la roche :
Calcaire
 Débit d'eau (étiage) :
5 l/s
 Température de l'eau :
15° à 18°
 Bassin versant :
1,5 km²
 Dénivelée descente :
-600 m
 Longueur du canyon :
1,5 km
 Cascade maxi :
55 m

CARACTÉRISTIQUES



Immersion



Verticalité



Engagement



Risque de crue



Difficulté



35 - VALLON DE CARLEVA

ACCÈS ROUTIER

DEPUIS LA CÔTE : 39 km

De Menton, suivre l'autoroute A.8 vers l'Est jusqu'à Vintimille (Italie) ; remonter la vallée de la Roya par la pénétrente et atteindre Breil-sur-Roya par la RD 6204. Laisser son véhicule sur la place du village.

Long canyon très sauvage offrant une eau limpide propice à la pratique de sauts et glissades de grande ampleur. C'est un parcours réellement sportif à ne pas sous-estimer, où les opérations de secours présentent une complexité particulière en raison de la difficulté d'accès et du caractère fortement boisé des rives rendant aléatoire toute intervention héliportée.

Signalons que les petits captages situés à mi-parcours du canyon alimentent en eau potable les habitants de Vésaire et Praghioù ; aussi, comme sur tous les sites, et encore plus particulièrement ici, il faudra veiller à ne pas souiller les abords de la rivière, car les dégradations sont lentes et toute pollution peut être transportée sur une longue distance.



Au cœur de Breil-sur-Roya (290 m), les clochers de l'église Santa Maria et de la chapelle de la Miséricorde (XVIII^e).

NAVETTE DE VÉHICULES : NÉANT

ACCÈS PÉDESTRE : 2 h

Sortir de Breil-sur-Roya par la porte Sud (290 m - b.3) pour arriver rapidement à la balise 105 par le sentier valléen et quitter ce dernier pour monter en direction de Vésaire ; traverser le hameau et poursuivre l'ascension. Après avoir franchi un premier vallon, on atteint le départ du canyon au deuxième grand vallon. Le début de la clue se situe à l'intersection du vallon et du sentier après une courte descente en lacets où est implanté un panneau d'information (850 m).

DESCENTE DU CANYON : 5 h

Par une zone de marche émaillée de petits obstacles qui se franchissent en désescalade, on parvient à la partie encaissée du canyon où sauts, glissades et rappels se suivent de façon soutenue.

À mi-parcours, on arrive à un premier captage d'eau potable (captage de Vésaire), suivi rapidement par un second (captage de Praghioù). Échappatoire possible par le canal de Praghioù en rive gauche uniquement en cas de nécessité. Dans les autres cas, le cheminement le long du canal est strictement interdit en raison des dégradations apportées à l'ouvrage. La suite de la descente reste soutenue jusqu'à un grand toboggan de 25 m (assurance sur une broche en rive droite pour atteindre la chaîne au départ de la cascade). Les difficultés s'estompent plus bas jusqu'au splendide pont en arche du sentier valléen, point d'arrivée de la descente (280 m).

RETOUR PÉDESTRE : 0 h 15

Du pont, suivre à droite le sentier valléen en rive droite pour rejoindre l'itinéraire-aller à la balise 105, puis le village de Breil-sur-Roya.

PÉRIODE AUTORISÉE

1^{er} avril au 31 octobre
tous les jours.

PÉRIODE CONSEILLÉE

juin à septembre.

ÉQUIPEMENT UTILE

- Matériel personnel,
- Matériel collectif,
- Cordes : 2 de 30 m,
+ 1 de secours.

CARTOGRAPHIE

"Vallée de la Roya"
TOP25 n° 3841 OT
1:25 000e





Au terme de la descente, le pont ancestral du chemin Breil-Airolo.



FICHE SIGNALÉTIQUE

Nature de la roche :
Calcaire
 Débit d'eau (étiage) :
10 l/s
 Température de l'eau :
15° à 18°
 Bassin versant :
8 km²
 Dénivelée descente :
-570 m
 Longueur du canyon :
4 km
 Cascade maxi :
30 m

CARACTÉRISTIQUES



Immersion

★★★



Verticalité

★★★



Engagement

★★★★★



Risque de crue

★★★



Difficulté

★★★★

36 - BENDOLA INTÉGRALE

ACCÈS ROUTIER

DEPUIS LA CÔTE : 50 km

De Menton, suivre l'autoroute A.8 vers l'Est jusqu'à Vintimille (Italie) ; remonter la vallée de la Roya par la pénétrente, puis la RD 6204 jusqu'à Breil-sur-Roya.

Continuer jusqu'à Fontan et prendre à droite la route de Saorge ; se garer sur le parking à l'entrée du village.

Cette interminable descente se déroulant sur deux jours avec un bivouac à mi-parcours, d'une distance de 15 km pour une dénivelée de 1 400 m, se classe certainement parmi les plus longs canyons d'Europe. Le transport d'un matériel conséquent imposé par le bivouac et la hauteur des cascades ralentit la progression, mais l'autonomie complète s'impose, car en cas d'accident dans la première partie, la transmission de l'alerte risque d'être tardive. Terrain d'aventure par excellence, la Bendola dans sa version intégrale reste le canyon le plus sauvage des Alpes-Maritimes et son parcours cumule éloignement, difficulté et engagement.

C'est dire que cette descente d'une ampleur exceptionnelle, qui s'adresse à des canyonistes avertis et entraînés, ne ressemble à aucune autre, réservant en retour des sensations d'une intensité particulière.



Au pied de la Bendola, le village monumental de Saorge (510 m).

NAVETTE DE VÉHICULES : 30 km

Redescendre à Fontan et suivre la RD 6204 jusqu'à St-Dalmas-de-Tende ; prendre à droite la route de la Brigade, traverser le village et continuer jusqu'à Notre-Dame-des-Fontaines. Poursuivre dans le vallon pour prendre à droite une piste forestière qui, par une longue montée, mène à la baisse de Sanson (véhicule 4 x 4 utile). Tourner à droite pour suivre la piste (versant italien), qui mène aux casernes en ruines situées sous la cime de Marta et y laisser son véhicule.

ACCÈS PÉDESTRE : 0 h 30

Des casernes (1 960 m), descendre directement à travers les alpages pour atteindre le vallon généralement à sec et le suivre jusqu'aux premiers obstacles (1 800 m).

DESCENTE DU CANYON : 2 jours

Suivre d'abord le vallon, le plus souvent à sec dans sa partie amont ; une dizaine de rappels, entre des zones de marche, se succèdent jusqu'à une partie plus encaissée où apparaît l'eau

(longue partie un peu monotone).

Quelques ressauts mènent alors à la première grande cascade constituée d'un plan incliné de 20 m surplombant un à-pic de 45 m : prudence dans les manœuvres en raison de l'étroitesse du relai au sommet de cette cascade.

D'autres cascades se succèdent alors de façon ininterrompue jusqu'au bivouac : au total, c'est une trentaine de rappels qu'il faudra effectuer dans des cascades inférieures à 25 m à l'exception d'une splendide verticale de 40 m tombant dans un bassin (sûrement le plus beau passage de la descente).

Attention ! Des crues importantes peuvent coincer troncs et branches d'arbres au départ des cascades.

La progression se trouve de ce fait entravée et les broches scellées deviennent inutilisables (amarrages naturels possibles).

Par ailleurs, des coulées de neige peuvent obstruer le vallon en début de saison et rendre la progression délicate.



PÉRIODE AUTORISÉE

1^{er} avril au 31 octobre
tous les jours.

PÉRIODE CONSEILLÉE

juillet et août.

ÉQUIPEMENT UTILE

- Matériel personnel,
- Matériel collectif,
- Matériel de bivouac
- Cordes : 2 de 50 m,
1 de 30 m
+ 1 de secours.

CARTOGRAPHIE

“Vallée de la Roya”
TOP25 n° 3841 OT
1:25 000e



Un des innombrables rappels de la première journée de descente.

Dépasser un premier site de bivouac en rive gauche de la rivière pour trouver un endroit plus confortable peu après : lorsqu'on arrive à un ressaut surplombant une belle vasque en forme de cœur, s'élever en rive droite par une bonne trace pour rejoindre un grand replat en forêt, lieu de bivouac privilégié nommé le "Bois des Ours" et situé dans le dernier coude de la Bendola avant le vallon de Graon.

Le deuxième jour, l'usage de la corde n'est plus indispensable et après quelques ressauts, c'est une très longue marche en rivière un peu fastidieuse qu'il est nécessaire d'effectuer pour rejoindre la passerelle de la Baragne, 5 km plus loin (échappatoire possible par un sentier en rive gauche).

La descente devient alors très encaissée et aquatique : de très longues parties nagées vont se succéder de façon presque ininterrompue jusqu'à un très beau pont en arche, point d'arrivée du canyon (pont de Castou).

Signalons que la fin de la descente de la Bendola entre le pont de Castou et

la RD 6204 est interdite (longue marche en rivière qui présente peu d'intérêt).

RETOUR PÉDESTRE : 1 h

Du pont de Castou (428 m), prendre la piste qui longe le vallon sur sa rive droite pour atteindre les ruines des granges de Castou (b.168).

Par la piste, gagner l'ancienne route de Saorge (b.161), remonter celle-ci jusqu'à la Madone de Poggio et par de jolies ruelles bordées de hautes maisons, traverser Saorge jusqu'au parking.



FICHE SIGNALÉTIQUE

Nature de la roche :
Calcaire
Débit d'eau (étiage) :
60 l/s
Température de l'eau :
16° à 17°
Bassin versant :
28 km²
Dénivelée descente :
-1400 m
Longueur du canyon :
15 km
Cascade maxi :
50 m

CARACTÉRISTIQUES



Immersion

★★★★



Verticalité

★★★★★



Engagement

★★★★★



Risque de crue

★★★★★



Difficulté

★★★★★

36 - BENDOLA INTÉGRALE (SUITE)

Roya







SÉCURITÉ - PRÉVENTION

ATTENTION ! Il faut avant toute descente de canyon vérifier d'une part l'autonomie du groupe et la fiabilité de l'équipement, d'autre part les conditions météorologiques du moment. Consultez impérativement le dernier bulletin météo du répondeur départemental (08 92 68 02 06).

ATTENTION ! Les parcours réputés faciles ou moyens en période d'étiage deviennent en période de fortes eaux très techniques, voire parfois carrément impraticables. L'augmentation du débit modifie les données et majore sensiblement la difficulté et les risques encourus. La notion d'engagement des pratiquants ne doit pas être mésestimée : étroitures avec courant violent, rappels sous cascades, vasques tourbillonnantes peuvent alors devenir des obstacles infranchissables et la possibilité de trouver une échappatoire est le plus souvent inexistante.

ATTENTION ! La majorité des accidents a lieu dans des passages ludiques : sauts, glissades.... Lors de ces passages, il est utile de garder à l'esprit que le moindre incident peut rapidement se transformer en une opération de secours longue et périlleuse en raison des difficultés d'accès aux sites.

ATTENTION ! Les itinéraires décrits dans ce guide doivent au besoin être interprétés ou modifiés en fonction des conditions climatiques et de la saison. En aucun cas il ne s'agit de parcours balisés et sécurisés, mais au contraire de parcours évoluant en pleine nature avec des risques objectifs inhérents à ce type de milieu (orages, crues, chute de pierres...)

ATTENTION ! La pratique du canyionisme dans les Alpes-Maritimes est réglementée par arrêté préfectoral. Il est impératif de se référer à ce texte qui concerne tout particulièrement la sécurité des pratiquants et la protection du milieu naturel.

ATTENTION ! Les dangers liés à la pratique du canyionisme sont assez évidents pour rappeler que les parcours s'accomplissent sous la responsabilité de l'encadrement (guides et moniteurs diplômés d'État ou bénévoles fédéraux) qui conduit les groupes ou encore sous celle de la personne la plus qualifiée en l'absence de cadres brevetés.

SECOURS - INTERVENTION

CONSIGNES EN CAS D'ACCIDENT

- dégager la victime et la mettre à l'abri (ne pas la laisser dans l'eau, l'installer si possible dans un endroit dégagé hors-crue),
- assurer les premiers soins d'urgence en tenant la victime au chaud,
- éviter de laisser la victime seule,
- utiliser le canyioniste le plus expérimenté ou un autre groupe pour alerter les secours,
- donner l'alerte en précisant : l'état de la victime, le lieu précis et l'heure de l'accident,
- se tenir à disposition des sauveteurs pour d'éventuelles précisions,
- signaler l'emplacement de la victime de façon visible dans l'attente des secours spécialisés.

COMMENT DONNER L'ALERTE ?

Rappelons que la couverture GSM des moyennes et hautes vallées reste très inégale et qu'en conséquence le recours au téléphone portable ne peut être systématique.

Prévenir les secours dès que possible grâce aux numéros suivants :

- le 112 : numéro d'urgence européen (24h/24h)
- le 15 : SAMU (appel gratuit)
- le 17 : Gendarmerie (appel gratuit)
- le 18 : Sapeurs-Pompiers (appel gratuit)
- le 04.93.22.76.90 : CODIS 06
- le 04.97.22.22.22 :

Secours en montagne spécialisé
(CRS n°6 ou PGHM)

EN CAS DE SECOURS AÉRIEN

- à l'arrivée de l'hélicoptère utiliser les signes conventionnels ci-dessous,
- protéger la victime des projections provoquées par l'hélicoptère,
- ne jamais approcher d'un hélicoptère avant d'y être invité par l'équipage,
- surveiller la descente du sauveteur qui peut malencontreusement provoquer des chutes de pierre.

DEMANDE
DE SECOURS
YES

PAS
DE SECOURS
NO



CONCEPTION ET ÉDITION :

Conseil général des Alpes-Maritimes.

CRÉDIT PHOTOGRAPHIQUE :

Georges Veran, Jacques Audibert, Christophe Magliano
(Conseil général des Alpes-Maritimes).

CARTOGRAPHIE : Bureau d'étude ECO (Nice)

MAQUETTE : L'Atelier typographique

IMPRESSION : Trulli (Vence).

Achevé d'imprimer le 15 juin 2008

Dépôt légal : 2^e trimestre. Imprimé en France.

Tous droits de traduction, reproduction et adaptation
sur tout support, pour tout pays, réservés au
Conseil général des Alpes-Maritimes.



RANDOXYGÈNE

PAS BÊTES ! LES GUIDES DU CONSEIL GÉNÉRAL



Les guides RandOxygène
sont consultables sur
www.cg06.fr

 **ALPES-MARITIMES**
CONSEIL GÉNÉRAL

La collection des guides RandOxygène (*Guide pratique, Rando Pédestre Haut Pays, Moyen Pays, Pays Côtier, VTT, Cluses et canyons, Via Ferrata et Raquette à neige*) est diffusée gratuitement par le Conseil général, dans les mairies, offices de tourisme et syndicats d'initiative des Alpes-Maritimes, dans les maisons du Parc national du Mercantour, ou par courrier en dehors du département.