

# 19 Bagnolar

VALLÉE DE LA VÉSUBIE



Gros canyon de printemps très encaissé et végétal.

 Durée totale	 Marche Aller	 Descente du canyon	 Marche Retour
6:00	1:30 Grosse montée	4:00	0:30 En descente

## Description:

C'est un canyon de printemps qui se fait plus aux alentours de avril, mai, juin ; passé cette période le Vallon de Bagnolar est généralement sec. L'aventure commence obligatoirement avec une marche d'approche de 1h30 et +500m de dénivelé. Vos efforts seront récompensés avec une succession de belles cascades et de vasques encaissées au fond d'une gorge étroite, une ambiance de pénombre, un caractère sauvage moussu et végétal, un paysage surréaliste !

Période autorisée : 1<sup>er</sup> avril au au 31 octobre

Âge minimum : 16 ans

Saut demandé : 4m

Cascade Max : 25m en rappel

Difficulté générale : ● Noir

Difficulté verticale : ★★★

Difficulté aquatique : ★★

Tarif individuel : 80 €

Tarif réduit : 75 € (à partir de 5 participants)

+ d'infos sur:



# Infos pratiques

## Matériel à prévoir:

Il est très important que vous pensiez à prendre des chaussures de sport à lacets en bon état qui protègent bien les pieds des chocs. Les sandales, ballerines, aquashoes et autres chaussures légères ne protégeant pas suffisamment les pieds sont totalement proscrites.

### Vous pouvez également prendre avec vous :

- un maillot de bains
- une serviette pour le retour de l'activité
- de quoi reprendre des forces, barre de céréales, fruits secs...
- une bouteille d'eau, comptez 1,5 litres par personne pour la journée
- un pique-nique indestructible qui résistera bien aux chocs dans un bidon étanche
- votre traitement médical si vous en avez besoin pendant l'activité, le moniteur pourra le prendre dans son bidon étanche
- si vous avez les cheveux longs, un élastique pour les accrocher
- si vous utilisez vos lunettes de vue, un cordon de fixation pour ne pas les perdre
- si vous avez un haut en lycra et que vous êtes frileux, prenez-le
- si vous avez un appareil photo ou une caméra waterproof, vous pouvez l'emmener sous votre propre responsabilité, prévoyez un cordon de fixation ou un flotteur pour éviter que votre appareil finisse au fond d'une vasque
- si vous avez opté pour la location d'un appareil photo ou d'une caméra embarquée, prévoyez une carte micro SD pour pouvoir repartir avec vos photos
- et enfin votre plus beau sourire, indispensable !

## IMPORTANT :

- La totalité du paiement de votre activité se fera sur place le jour J auprès de votre moniteur en chèque ou en espèces, dans ce dernier cas prévoyez l'appoint. Les paiements par Carte Bancaire, Chèques Vacances ANCV et Coupons Sport ANCV ne sont pas acceptés.

## Matériel fourni:

Nous prêtons à chaque participant :

- une paire de chaussettes néoprène
- une combinaison néoprène complète
- un baudrier équipé de culotte de glisse, longes et descendeur
- un casque

Et aussi :

- des sacs à dos pour vos bouteilles d'eau
- des bidons étanches pour vos sandwichs

Le moniteur prend avec lui un sac à dos, les cordes et un bidon étanche pour la trousse de secours, les clés de voitures.

## Recommandations:

Nous vous déconseillons d'emmener d'autres objets en canyon qui risqueraient d'être détériorés. Les bidons ne protègent pas des chocs et ne sont pas garantie étanche à 100%. Dans la mesure du possible, il ne faut pas laisser d'objet de valeur dans les véhicules car les différents parkings des lieux d'activité sont sans surveillance. Laissez vos bijoux et affaires de valeur chez vous. La responsabilité du moniteur ne saurait être engagée en cas de vol, perte ou détérioration de votre propre matériel.

## Rendez-vous:

Le rendez-vous est au parking de l'Auberge du Bon Puits sur la Route de la Vésubie M2565 au niveau du carrefour avec la M373 direction «Pélasque, Le Figaret» à mi-chemin entre Saint-Jean la Rivière 06450 et Lantosque 06450.

Lancer un itinéraire:



⚠ Prévoyez une marge d'au moins 30 minutes sur les temps de trajet indiqués par les navigateurs car les routes des Alpes Maritimes sont sinueuses et très fréquentées en haute saison.

