



# FICHE TECHNIQUE CANYON

**Période :** du 1 avril au 30 octobre

**Formule :** baptême, demi-journée, journée, week-end et stage initiation/perfectionnement.

**Site :**

- Vallée et canyon de l'Esteron : Clue de Saint-Auban, Clue des Mujouls, Clue d'Aiglun, Clue de Riolan.
- Gorge du Loup : Le loup et la Besse de Courmes.
- Vallée et canyon de la Roya : Clue de la Maglia, clue de Barbera
- Gorge du Verdon et alentours : Main Morte, Haut Jabron

**RDV :**

- Pour les canyons de l'Esteron, au Gîte Tonic :
  - pour les demi-journées à 8h30, 12h et 15h, canyon de Saint-Auban et des Mujouls.
  - pour les journées 8h30, canyon de Riolan et Aiglun.
- Pour les autres canyons et suivant le lieu de départ des participants, sur le trajet et/ou au départ officiel des canyons.

**Programme :**

**Canyon baptême/enfant/canyon de Saint-Auban :**

- durée 2h30
- accueil au Gîte Tonic, présentation du public, de l'encadrement et de la séance ; prise du matériel et équipement au local d'accueil (chausson et combinaison néoprène, baudrier, casque, corde) ; transport jusqu'au départ du canyon ; découverte du canyon ; briefing sur l'activité ; descente du début du canyon sur environ 300 mètres ; retour au véhicule ; retour au Gîte Tonic et récupération du matériel ; bilan de séance et perspectives.
- techniques abordées : marche, nage, toboggans, saut, rappel.

**Canyon demi-journée tous public/canyon de Saint-Auban :**

- durée 3H
- accueil au Gîte Tonic, présentation du public, de l'encadrement et de la séance ; prise du matériel et équipement au local d'accueil (chausson et combinaison néoprène, baudrier, casque, corde) ; transport jusqu'au départ du canyon ; découverte du canyon ; briefing sur l'activité ; descente du début jusqu'à la fin du canyon sur environ 1 Km ; retour au véhicule ; retour au Gîte Tonic et récupération du matériel ; bilan de séance et perspectives.

- techniques abordées : marche, nage, toboggans, saut, rappel et/ou tyrolienne.

### **Canyon journée /canyon de Riolan, Aiglun ou Maglia :**

- durée 5 à 6h
- accueil au Gîte Tonic, ou au départ du canyon, présentation du public, de l'encadrement et de la séance ; prise du matériel et équipement (chausson et combinaison néoprène, baudrier, casque, corde) ; mise en place des navette au départ et à l'arrivée du canyon ; découverte du canyon ; briefing sur l'activité ; descente du début jusqu'à la fin du canyon sur environ 3 Km ; retour au véhicule ; navette voiture et récupération du matériel ; bilan de séance et perspectives.
- techniques abordées : marche, nage, toboggans, saut, rappel et/ou tyrolienne.

### **Stage et week end :**

Programmation et durée à établir ensemble selon vos attentes et vos budgets.

*Prévoir maillot de bain, tee shirt en lycra, chaussures de trekking et/ou baskets, 1 litre d'eau/ personnes, barres de céréale et pique-nique pour les canyons journée.*