



Canyoning en Sierra de Guara Séjours Découverte 5 jours/4 nuits

Berceau du canyoning, la Sierra de Guara, située sur le versant espagnol des Pyrénées, propose sans aucun doute quelques uns des plus beaux canyons d'Europe. Dans un véritable labyrinthe minéral, chauffé à blanc par le soleil d'Aragon découvrez un "aqualand" naturel où la balade devient un jeu fait d'éclats de rire, d'émotions, et d'émerveillement.

Un moment de dépaysement total au paradis du canyon.

PROGRAMME INDICATIF

J1- Accueil à 9h et installation sur votre lieu d'hébergement .Remise de votre matériel de canyon, puis départ pour le cours inférieur du Rio Vero. Emblème de la Sierra de Guara, c'est le classique par excellence. Sans difficultés particulières, l'intérêt majeur de cette randonnée aquatique réside dans la beauté de son parcours et la traversée mystérieuse et contemplative de ses chaos titanesques.

J2- Le ravin de San Martin. Une descente hors des sentiers battus, idéale pour se familiariser tranquillement avec tous les accidents de terrain rencontré dans un canyon: biefs, cascades, petits sauts, chaos, le tout dans les paysages exceptionnels du Rio Alcanadre.

J3- Les Estrechos de Fornazos ou canyon de la Peonera, sur le cours inférieur de l'Alcanadre, c'est le canyon le plus ludique de la Sierra de Guara. Le plus populaire aussi, aqualand oblige, mais votre guide a plus d'un tour dans son sac pour préserver votre intimité...

J4- Les Oscuros de Balces. Coup de cœur garanti dans le passage final, véritable cathédrale minérale ou la Sierra de Guara laisse libre cours à sa démesure.

J5- Le canyon du Formiga. Sous le vol impassible des vautours fauves et des percnoptères, une succession quasi ininterrompue de sauts, de rappels et de toboggans. Tous les ingrédients sont là pour faire de cette descente un cocktail plaisir puissamment dosé. Retour à Alquezar, réintégration du matériel et dispersion vers 17h ou nuit supplémentaire sur place.

NB : ce programme est donnée à titre indicatif, le guide se réservant le droit d'en modifier l'ordre ou le contenu sans préavis en fonction du niveau général, de l'organisation pratique des différentes formules, en cas de mauvaises conditions météo ou si la sécurité du groupe l'exigeait. .../...



CANYONING EN SIERRA DE GUARA SEJOURS DECOUVERTE

DEROULEMENT D'UNE JOURNEE TYPE

Chaque matin, vient la cérémonie de conditionnement du pique-nique dans les bidons étanches. Ces bidons sont à leur tour glissés dans des sacs spéciaux, percés au fond afin d'évacuer l'eau au sortir de chaque bain et qui font office de flotteurs dans les passages de nage obligatoires.

Le départ a lieu généralement vers 9h30, soit en voiture (jusqu'à 1h de navette) soit directement à pied. La marche d'approche varie entre 15mn et 1h30. Elle s'effectue en short et tee-shirt, la combinaison néoprène étant rangée dans le sac à dos avec la gourde et le bidon étanche. Les chaussures pour l'approche sont les mêmes que celles qui seront utilisées dans le canyon.

En abordant le canyon, on endosse les combinaisons, on range les effets personnels à l'abri des bidons, et c'est parti !!!

Le jeu consiste à suivre le lit du rio, quel que soit son cours... Le bain devient vite inévitable: il est souvent frais...mais le soleil est espagnol!

Dans des paysages grandioses et insolites, la suite est une alternance de marche, de nage, de sauts (jamais obligatoires) et de toboggans, ponctuée de cris et de fous rires. Le franchissement de certains obstacles peut nécessiter le recours à des techniques simples de descente sur cordes, appelées "rappel". Celles-ci vous sont enseignées en temps utile par votre guide qui veille ensuite à la bonne utilisation de votre matériel ainsi qu'à votre assurance et à votre sécurité quand vous êtes en situation.

La pause casse-croûte se fait soit à l'entrée, soit à la sortie, soit dans le canyon même, en fonction du profil de la descente et de la vitesse moyenne de progression du groupe. Elle permet en général un vrai moment de farniente, agrémenté d'une bonne baignade, d'une séance de bronzette, voire même -pourquoi pas?- d'une petite sieste.

La descente proprement dite demande entre 3 et 5 heures selon les canyons.

Puis, débarrassés de la combi, nous entamons le retour vers Alquezar où à l'heure de l'apéro, attablés à l'une des nombreuses terrasses du village, devant un verre de moscatel et une assiette de tapas, on peut évoquer avec enthousiasme les exploits de la journée.

VOTRE HEBERGEMENT

En auberge à Alquezar, petit village médiéval considéré à juste titre comme l'un des plus beaux d'Espagne et lieu de séjour idéal comme point de départ pour explorer les nombreux canyons de la région. Possibilités également de camping ou d'hôtel.

Petits-déjeuners sur le lieu de votre hébergement. Dîners au restaurant de l'auberge ou dans le village, selon votre choix. Casse-croûte copieux et vivres de courses fournis pour le midi, sont répartis dans les sacs entre les divers participants.

(* Alquezar est devenu un endroit très "branché". En fonction des périodes, les disponibilités peuvent faire défaut. Il est préférable de prendre ses dispositions à l'avance. .../...

MATERIEL A EMPORTER

Pour le canyon :

- Une paire de baskets ou de pataougasses en toile pour l'eau et les marches d'approche
- Tee-shirts et bob ou casquette pour se protéger du soleil au cours des approches
- Maillot de bain
- Lunettes de soleil
- Cordon d'attache pour les lunettes de vue
- Lunettes de piscine ou masque de plongée pour les porteurs de lentilles de contact et les amateurs de paysages subaquatiques
- Gourde (bouteille plastique)
- Canif
- Crème solaire
- Elastoplast 5cm et Compeed pour la prévention et le traitement des ampoules
- Gants Mapa pour prévenir les irritations dues à l'abrasion de la roche
- Appareil photo étanche (existe en jetable).

Pour la vie sur place :

- Vêtements chauds pour le soir (pull, polaire, jeans...)
- Chaussures de rechange
- Coupe vent ou anorak
- Nécessaire de toilette
- 1 lampe de poche
- 1 pharmacie personnelle

Matériel fourni par nos soins :

- Équipement technique de canyoning : combinaisons néoprène, casques, sacs spéciaux, bidons étanches et le cas échéant, baudriers complets et cordes.
- Pharmacie collective

RENSEIGNEMENTS PRATIQUES

Durée:

5 jours et 4 nuits.

Niveau :

Facile à modéré. Activité tous publics. Age minimum recommandé : 12 ans (*).

Les dénivelés associés aux marches d'approche ou de sortie sont compris entre 100 et 400m par jour, soit de 15mn à 1h30. .../...

La descente du canyon proprement dit nécessite entre 3 et 5h. C'est une randonnée alternant marche, nage et franchissements faciles de petits obstacles. Sur certains canyons, l'usage de la corde peut être nécessaire pour franchir en rappel certains ressauts. Pas de panique !!! Nous sommes là pour vous initier à cette technique et veiller à votre sécurité pendant que vous opérez. Vous serez surpris: la plupart en redemande !

Il est indispensable de savoir nager sur une cinquantaine de mètres.



CANYONING EN SIERRA DE GUARA SEJOURS DECOUVERTE

(*) Si en canyoning les adultes retombent en enfance, les plus jeunes, eux, sont naturellement "comme des poissons dans l'eau". toboggans, sauts, rappels, rien ne les rebute. Au contraire, ils sont insatiables ! Les concernant, le principal problème auxquels les guides sont confrontés est celui des marches d'approche et de sortie qui, malgré la beauté des paysages, n'offrent pas le côté ludique que les enfants trouvent à la partie aquatique, émousent leur enthousiasme et leur paraissent rébarbatives. En revanche, les combinaisons néoprènes, longtemps mal adaptées aux petits gabarits, offrent désormais les mêmes conditions de confort que celles destinées aux adultes. L'âge minimum n'est donc pas tant un problème d'État Civil que de motivations face à certaines contraintes.

Portage :

Pique-nique et matériel technique dans des sacs spéciaux fournis par nos soins.

Encadrement :

Guides de canyoning, français ou espagnols, diplômés d'Etat.

Le plus de Sudaventure:

Groupes limités à 8 personnes maxi par guide, c'est à dire en deçà des recommandations de Jeunesse & Sports pour la France et de la réglementation en vigueur dans le Parc Naturel de la Sierra et Canyons de Guara en ce qui concerne les canyons de type "randonnée aquatique". Ce nombre restreint de participants vous offre un plus grand confort, un plus large éventail de descentes et permet une prestation de meilleure qualité.

Rendez vous :

En J1 à 9h, à l'Albergue Rural de Guara:

0033 974 318 396 / 0033 620 956 978

Possibilité de réserver nuits et repas (en option avec supplément) en cas d'arrivée la veille au soir ou de départ le lendemain du dernier jour d'activité.

En cas d'urgence :

A l'heure du rendez-vous : Portable de service : 0033 6 75 73 21 50

Le forfait :

Il comprend l'encadrement, la fourniture du matériel technique individuel et collectif de canyoning, les pique-niques. Il ne comprend pas l'hébergement en 1/2 pension, les boissons, visites de monuments, extras...

Documentation :

- "Descentes de Canyons dans le Haut Aragon", Patrick GIMAT & J.P. PONTROUE, Edisud.
- "Le grand guide des Pyrénées", Editions Milan.

Cartographie :

- "Espagne Nord-Est & Baléares", Carte Michelin n° 443
- "Parc de la Sierra et des Canyons de Guara" au 1/40 000, Editorial Pyreneo

.../...

PLANS D'ACCES

