

# CANYONS DE HAUTE-SAVOIE

*2<sup>e</sup> édition*

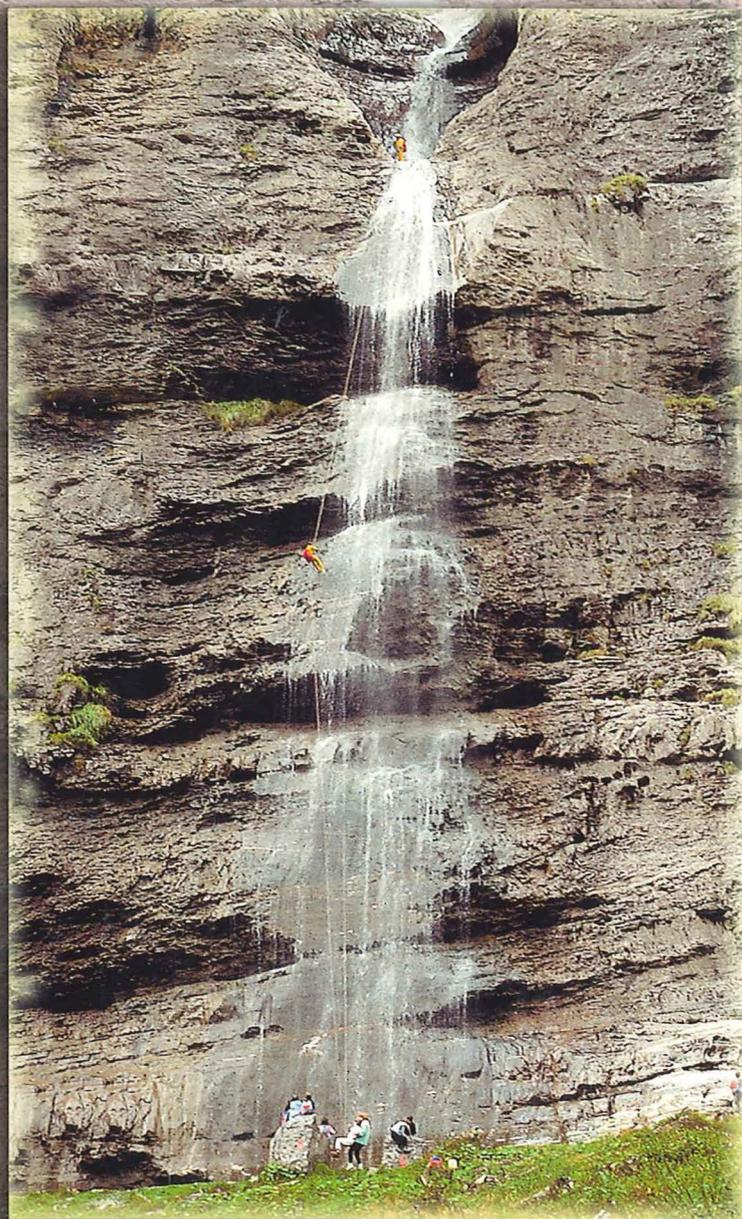
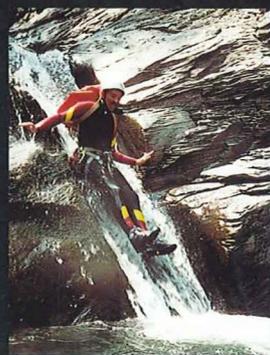


**Ch. CHARLETTY**

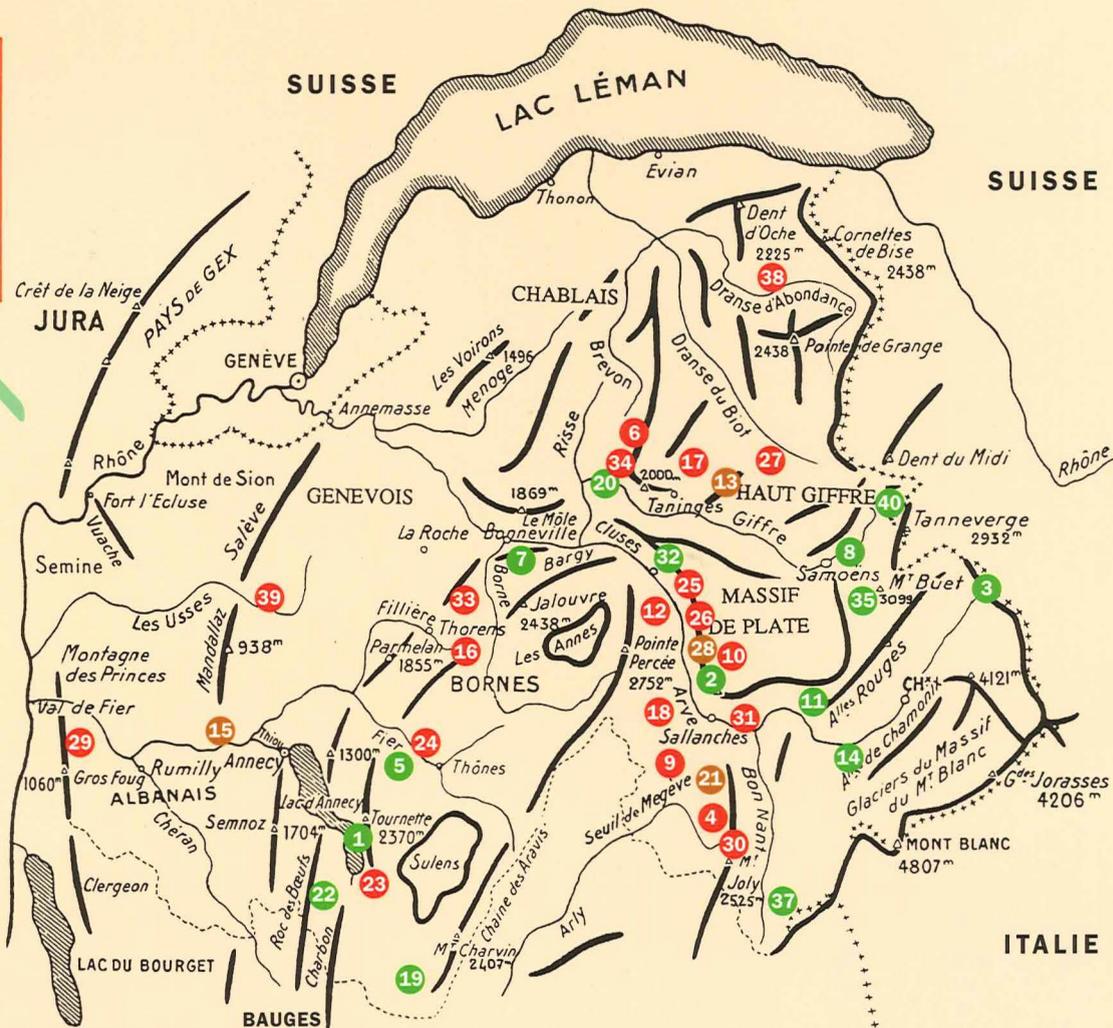
**G. GUDEFIN**

**B. HUGON**

**J. P. BEAUDOIN**



**Editions GAP**



**40 CANYONS de HAUTE-SAVOIE**  
 par le Comité Départemental de Spéléologie 74



Canyon des Rots



**Avertissement** ..... 6

**Historique** ..... 7

**Pourquoi ce topo-guide ?** ..... 8

**Recommandations ministérielles pour la pratique du canyoning** ..... 13

**Cotation des difficultés d'une descente** ..... 15

**Utilisation du Guide** ..... 16

**Liste des canyons** ..... 17

**Support régional et typologie des canyons** ..... 18

**Les canyons descriptif (fiches topos)** ..... 43

N°1 - Canyon d'Angon..... 44	N°22 - Canyon de la Mine..... 100
N°2 - Cascades d'Arpenaz..... 48	N°23 - Canyon de Montmin..... 102
N°3 - Canyon de Barberine..... 52	N°24 - Cascades de Morette..... 106
N°4 - Canyon de la Belle au Bois..... 54	N°25 - Canyon du Nant d'Orlier..... 108
N°5 - Cascades de la Belle Inconnue..... 58	N°26 - Nant de la Rippaz..... 110
N°6 - Cascades de Bellevaux..... 60	N°27 - Cascades de Nyon..... 114
N°7 - Gorges du Bronze..... 62	N°28 - Cascades d'Oèx..... 118
N°8 - Canyon du Clévieux..... 64	N°29 - Gorges du Parmand..... 120
N°9 - Torrent de Cœur..... 66	N°30 - Canyon de Potty..... 122
N°10 - Canyon de Crève Cœur..... 70	N°31 - Cascades de Reninge..... 124
N°11 - Canyon de la Diosaz..... 74	N°32 - Canyon des Rots ou Balme..... 128
N°12 - Cascades de Doran..... 78	N°33 - Canyon des Sambuis..... 130
N°13 - Ravin d'Etry..... 80	N°34 - Cascades du Saix..... 132
N°14 - Cascades des Favrand..... 82	N°35 - Canyon de la Tine des Fonds (amont)..... 134
N°15 - Gorges du Fier..... 84	N°36 - Canyon de la Tine des Fonds (aval)..... 136
N°16 - Canyon de la Filière..... 86	N°37 - Canyon de Tré la Tête..... 142
N°17 - Canyon du Foron..... 88	N°38 - Canyon d'Ubine..... 144
N°18 - Cascades des Fours..... 90	N°39 - Canyon des Usses..... 148
N°19 - Canyon de Frontenex..... 92	N°40 - Canyon de la Vogealle..... 150
N°20 - Gorges du Giffre..... 94	
N°21 - Canyon du Glapet..... 98	

**Remerciements** ..... 155

**Bibliographie** ..... 156

**Adresses utiles** ..... 157



## Horaire de descente :

Temps moyen pour une équipe de quatre personnes autonomes dans leur progression.

## HOD :

Heure Optimale de Départ. C'est l'heure maximale à laquelle il faut descendre dans le canyon. Il faut donc rajouter le temps de la marche d'approche, le temps de s'équiper, du casse-croûte...

## Retour / Navette :

Les retours "à pied" sont exprimés en temps (h) et les navettes de voiture en distance (km).

## Période de pratique :

J F M A M **J J A S O** N D

Symbolisée pour les différentes périodes de l'année où la course est en général praticable (vert), en précisant la période idéale (rouge).

## Corde et équipement :

Chaque équipe doit être capable de rééquiper complètement le canyon, donc posséder trousse à spit et amarrages.

## Une corde supplémentaire de sécurité est obligatoire :

Elle doit mesurer le double de la longueur de la plus grande cascade.

## Intérêt de la course :



D'autant plus important que le bonhomme est souriant ! Une course peut être difficile, mais peu intéressante ou facile et intéressante.

## Sigles topographiques :

**Echap RG** : échappatoire rive gauche, dans le sens de la descente.

**Affi RD** : affluent rive droite.

**C 8** : cascade de 8 mètres, à partir de l'amarrage.

**SP 10** : saut possible de 10 mètres, en respectant les règles d'usage.

**T 15** : toboggan de 15 mètres.

**GP 5** : glissade possible sur 5 mètres, en respectant les règles d'usage.



**danger** : siphon, rappel sous cascade, coincement possible, éboulis, névé...

N° Fiche	Difficulté	Intérêt	NOM DU CANYON	COMMUNE	Page
1	D / 2	😊	<b>ANGON</b> (canyon d')	Talloires	44
2	TD / 4	😊	<b>ARPENAZ</b> (cascades d')	Sallanches	48
3	D / 2	😊	<b>BARBERINE</b> (canyon de)	Vallorcine	52
4	AD / 2	😊	<b>BELLE AU BOIS</b> (canyon de la)	Megève	54
5	AD / 3	😊	<b>BELLE INCONNUE</b> (cascade de la)	Thônes	58
6	AD / 3	😊	<b>BELLEVAUX</b> (cascades de)	Bellevaux	60
7	AD / 4	😊	<b>BRONZE</b> (gorges du)	Thuét	62
8	AD / 4	😊	<b>CLÉVIEUX</b> (canyon du)	Samoëns	64
9	D / 2	😊	<b>CŒUR</b> (torrent de)	Sallanches	66
10	TD / 3	😊	<b>CREVE CŒUR</b> (canyon de)	Sallanches	70
11	TD / 4	😊	<b>DIOSAZ</b> (canyon de la)	Servoz	74
12	D / 2	😊	<b>DORAN</b> (cascades de)	Sallanches	78
13	PD / 1	😊	<b>ETRY</b> (ravin d')	Verchaix	80
14	TD / 2	😊	<b>FAVRANDS</b> (cascades des)	Chamonix	82
15	AD / 4	😊	<b>FIER</b> (gorges du)	Lovagny	84
16	D / 2	😊	<b>FILIERE</b> (canyon de la)	Thorens Glières	86
17	AD / 2	😊	<b>FORON</b> (canyon du)	Taninges	88
18	TD / 4	😊	<b>FOURS</b> (cascades des)	Sallanches	90
19	PD / 3	😊	<b>FRONTENEX</b> (canyon de)	Faverges	92
20	PD / 4	😊	<b>GIFFRE</b> (gorges du)	Mieussy	94
21	AD / 2	😊	<b>GLAPET</b> (canyon du)	Megève	98
22	AD / 3	😊	<b>MINE</b> (canyon de la)	Doussard	100
23	PD / 2	😊	<b>MONTMIN</b> (canyon de)	Montmin	102
24	AD / 2	😊	<b>MORETTE</b> (cascades de)	Thônes	106
25	TD / 3	😊	<b>NANT D'ORLIER</b> (canyon du)	Magland	108
26	AD / 2	😊	<b>NANT DE LA RIPPAZ</b>	Samoëns	110
27	AD / 2	😊	<b>NYON</b> (cascades de)	Morzine	114
28	AD / 2	😊	<b>OEX</b> (cascades d')	Magland	118
29	F / 3	😊	<b>PARMAND</b> (gorges du)	St André Val de Fier	120
30	AD / 3	😊	<b>POTTY</b> (canyon de)	Praz-sur-Arly	122
31	TD / 3	😊	<b>RENINGE</b> (cascades de)	Sallanches	124
32	AD / 1	😊	<b>ROTS</b> (canyon des) ou <b>BALME</b>	Magland	128
33	AD / 3	😊	<b>SAMBUIS</b> (canyon des)	Petit Bornand	130
34	AD / 3	😊	<b>SAIX</b> (cascades du)	Mieussy	132
35	D / 3	😊	<b>TINE DES FONDS</b> (amont)	Sixt	134
36	ED / 4	😊	<b>TINE DES FONDS</b> (aval)	Sixt	136
37	ED / 4	😊	<b>TRE LA TETE</b> (canyon de)	Les Contamines	142
38	AD / 1	😊	<b>UBINE</b> (canyon d')	Vacheresse	144
39	AD / 3	😊	<b>USSES</b> (canyon des)	Allonzier	148
40	TD / 3	😊	<b>VOGELLE</b> (canyon de la)	Sixt	150

# Canyon d'Angon

**Massif** : BORNES  
**Commune** : Talloires  
**Carte IGN** : Anney 3431 OT

**Bassin versant** :  
*altitude maxi* : 2130 m  
*superficie* : 6,8 km<sup>2</sup>

D12



**Approche** : 0 h 10  
**Descente** : 4 h 00  
**Retour** : 0 h 15  
**HOD** : 10 h 00

**Alt. départ** : 710 m  
**Dénivelée** : 250 m  
**Longueur** : 1 km  
**Roche** : calcaire



**Barrage en amont** : non

**Qualité eau** : correcte

**Périodes idéales** : J F M A M J J A S O N D



2 x 65 m

## 1<sup>re</sup> descente connue

Partie amont :  
 G. GERMAIN, Spéléo-club  
 de Duingt, 1985.  
 Intégrale : J. ESPEJO,  
 spéléologue, 1989.

## Description

Très beau canyon,  
 présentant des difficultés  
 très variées : sauts,  
 cascades, toboggans.  
 La descente de la C60  
 est exceptionnelle.  
 Il y a possibilité de  
 commencer la course par  
 la passerelle touristique  
 donnant au milieu de  
 la C60. Dans ce cas,  
 prendre le sentier qui  
 surplombe le canyon  
 rive droite, pour éviter  
 la navette d'auto :  
 45 min pour remonter  
 tout le canyon par  
 le sentier.

Attention à la sortie  
 du canyon, il faut  
 impérativement sortir  
 à gauche, au-dessus  
 du barrage.

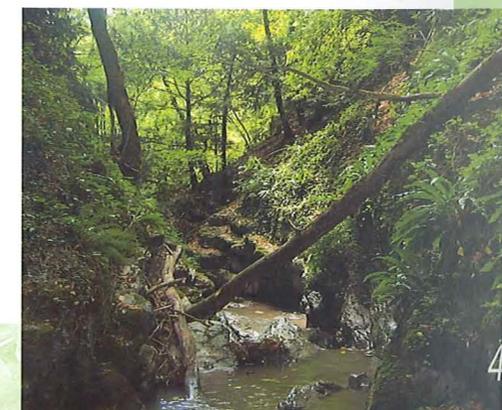
## Caractère aquatique

La cascade de 60 mètres  
 peut poser un problème  
 en cas de fort débit.  
 Ne pas équiper sur  
 l'arbre RD surplombant  
 la cascade C60 (risque de  
 chute de blocs attendant  
 aux racines de l'arbre).  
 Danger sur la cascade  
 après la C25 : un siphon  
 et un rappel en cas de  
 fort débit (échap. RG).

## Engagement

Des échappatoires existent  
 tout le long de la course  
 en RD. Seule la partie  
 C60 m, passerelle, C30 m  
 est encaissée.

## 1. Canyon d'Angon



## 1. Canyon d'Angon

### Accès

Sur la route de Talloires D909a, au carrefour des Granges, prendre la route D42 qui monte direction Perroix, Vérel.

A l'entrée de Vérel, prendre une petite route à droite : "Chemin de la Closette", 150 m avant le centre technique (panneau "Cascades

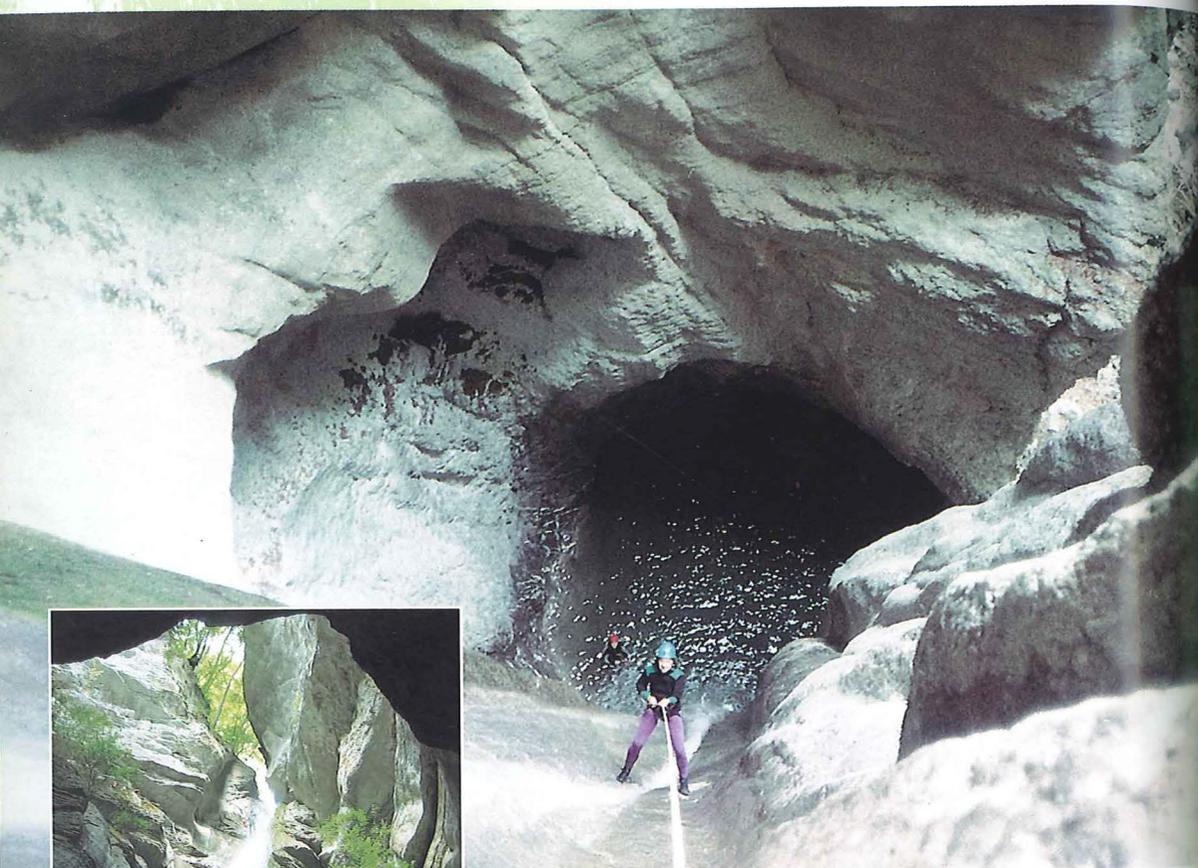
d'Angon, Pont des Fées"), puis laisser l'auto sur le parking. Le départ du canyon se trouve sous le pont en pierre.

### Navette

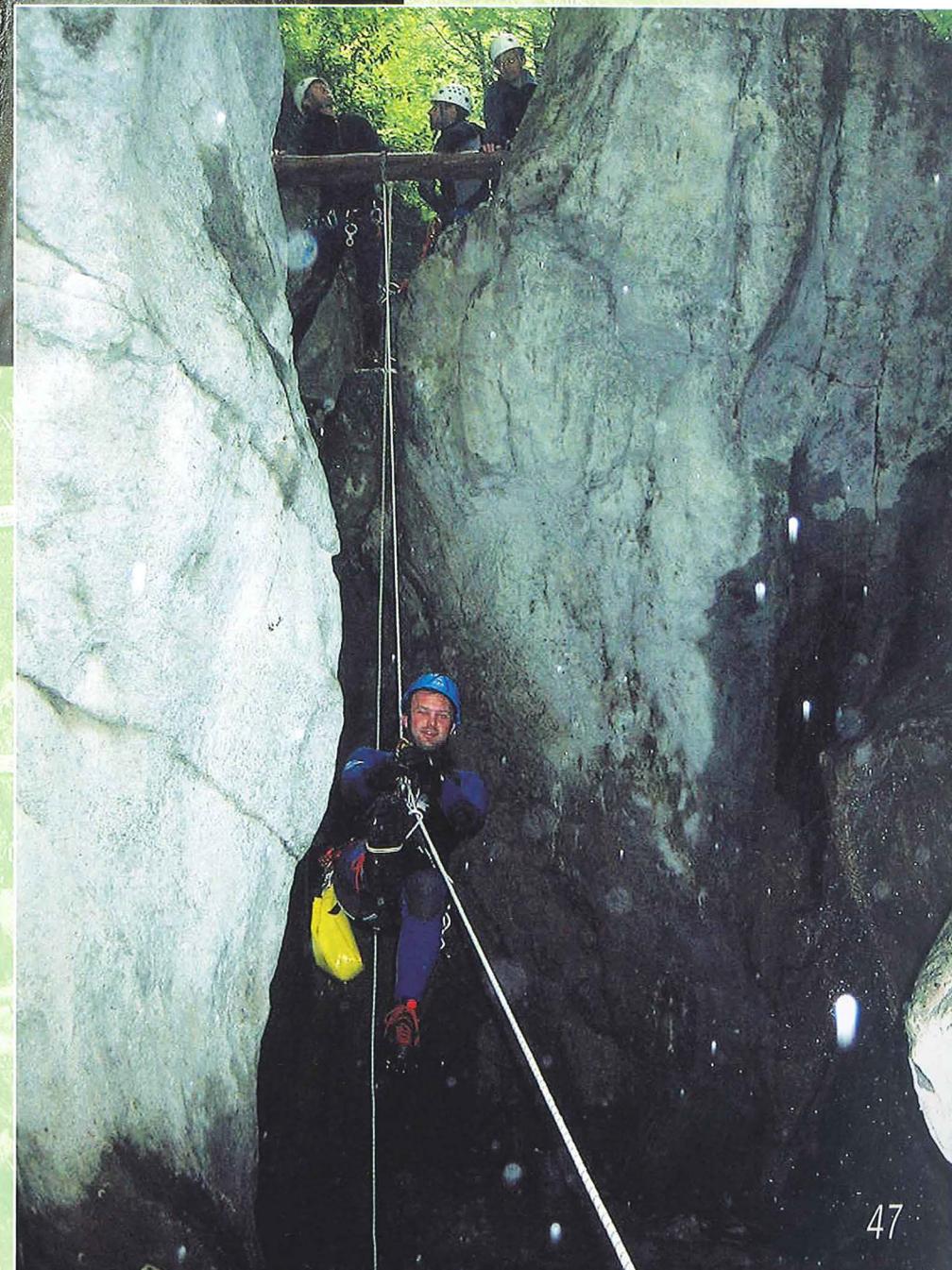
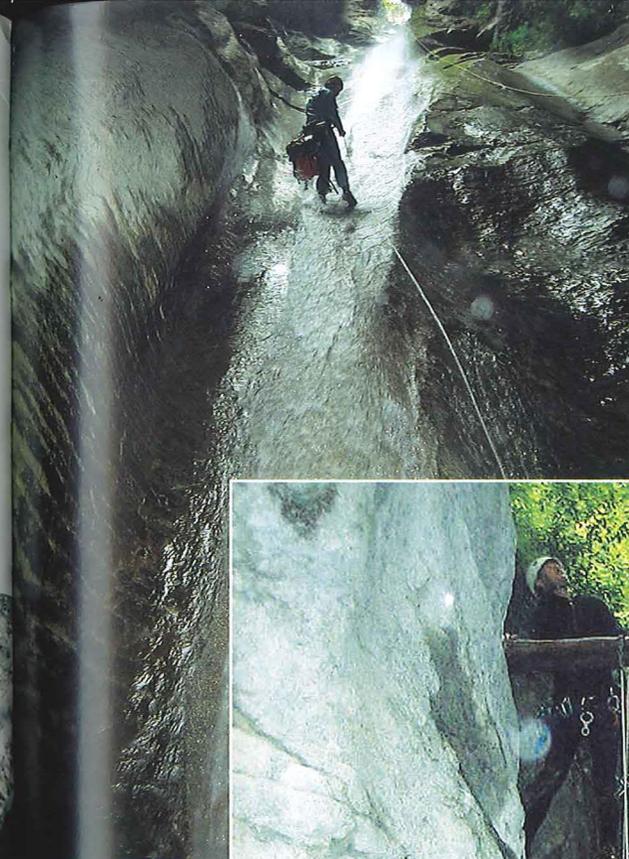
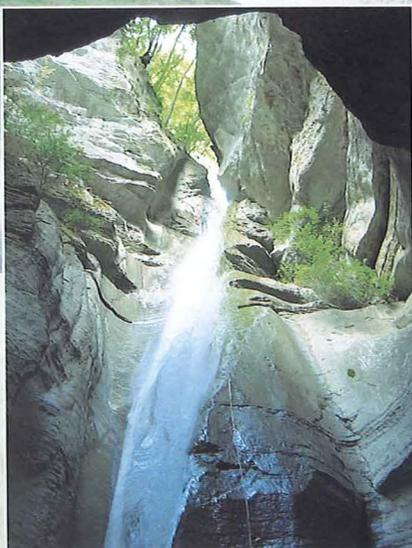
A l'aval, laisser une auto dans le haut du village d'Angon, au niveau d'un petit pont : 5 km.

## 1. Canyon d'Angon

La C60 et la C5 d'Angon.



La C60 d'Angon.



# Cascades d'Arpenaz

**Massif** : GRAND MASSIF  
**Commune** : Sallanches  
**Carte IGN** : Samoëns 3530 ET

**Bassin versant** :  
*altitude maxi* : 2692 m  
*superficie* : 7,3 km<sup>2</sup>

TD/4



**Approche** : 2 h 30  
**Descente** : 8 h 00  
**Retour** : 0 h 00  
**HOD** : 8 h 30

**Alt. départ** : 1550 m  
**Dénivelée** : 1000 m  
**Longueur** : 2250 m  
**Roche** : calcaire



**Barrage en amont** : non

**Qualité eau** : excellente

**Périodes idéales** : J F M A M **J J A S O** N D



2 x 60 m

## 1<sup>re</sup> descente connue

Intégrale : B. CHANTREL  
 (CAF de Chedde), 1996.

## Description

La fabuleuse cascade d'Arpenaz visible de l'autoroute représente la finale du canyon : 250 m de verticale ! Le canyon se présente en deux parties : La 1<sup>re</sup> partie : après avoir quitté le site magnifique de Véran, on aborde les premières difficultés par une succession de petites descentes et petits toboggans, puis la rivière s'enfonce dans une étroiture.

Le dernier rappel de 58 m est suivi par une rampe qui nous ramène au fond du canyon et marque la fin de la 1<sup>re</sup> partie.

La 2<sup>e</sup> partie (alt. 1280 m) : le canyon s'enfonce de nouveau entre deux falaises

d'une centaine de mètres de haut, et distantes de quelques mètres.

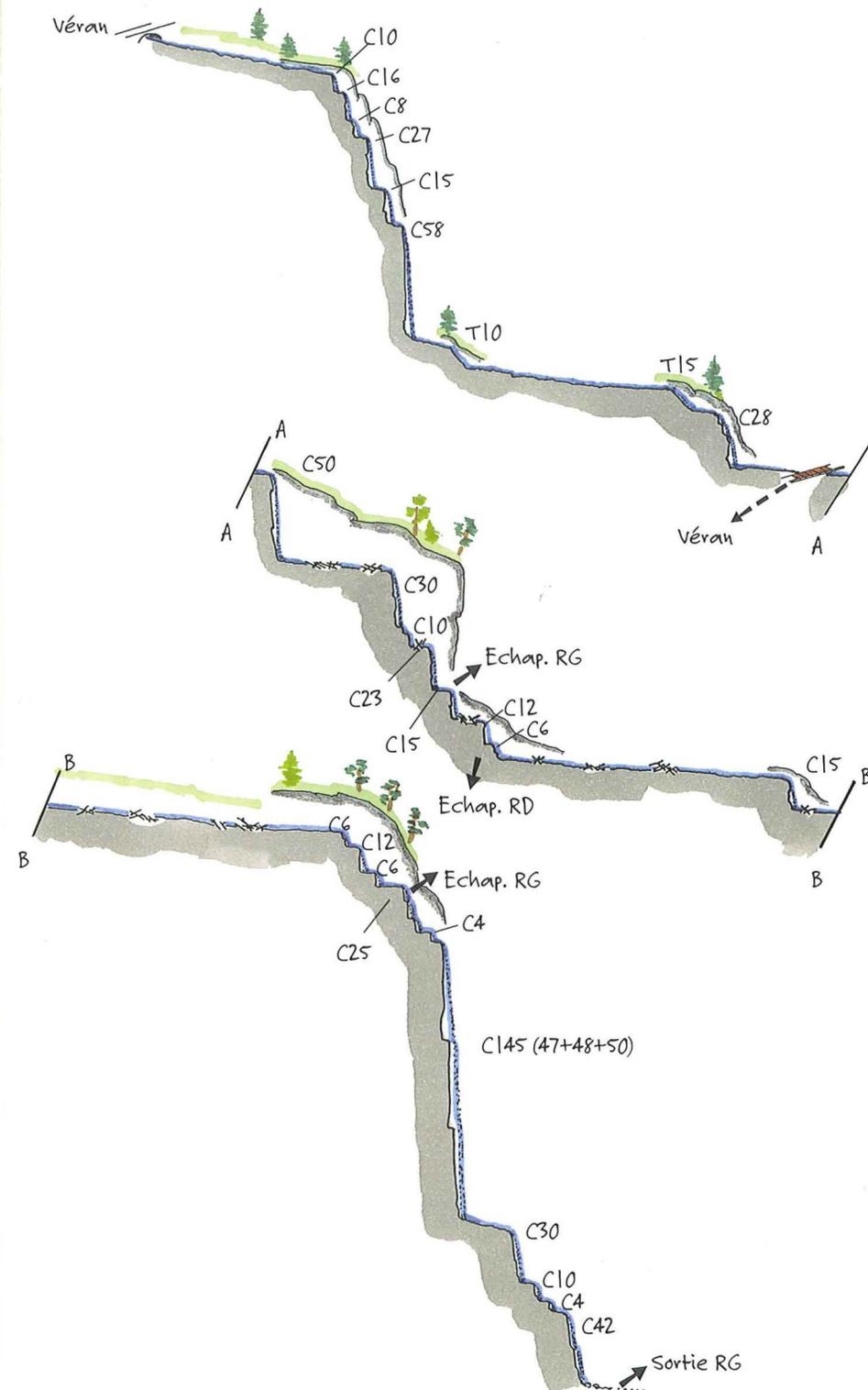
La progression est rendue difficile car beaucoup plus encaissée et encombrée d'arbres.

A l'approche de la grande verticale, faire un petit rappel de 4 m, pour se positionner le plus près possible du vide, permettant de faire une descente en fil d'araignée de 47 m, puis une vire RD permet de faire le 1<sup>er</sup> relais, après un pendule aérien !!! Le 2<sup>e</sup> relais se situe 48 m plus bas, sous un surplomb dans l'axe du 1<sup>er</sup>.

## Caractère aquatique

La dernière cascade n'est envisageable qu'avec très peu d'eau, il est nécessaire d'attendre plusieurs jours après un orage.

## 2. Cascades d'Arpenaz



## 2. Cascades d'Arpenaz



### Engagement

Canyon très engagé avec ses 31 rappels. Le maniement des cordes est délicat en raison des troncs d'arbre, et la dernière verticale impose de ne pas rater les relais...

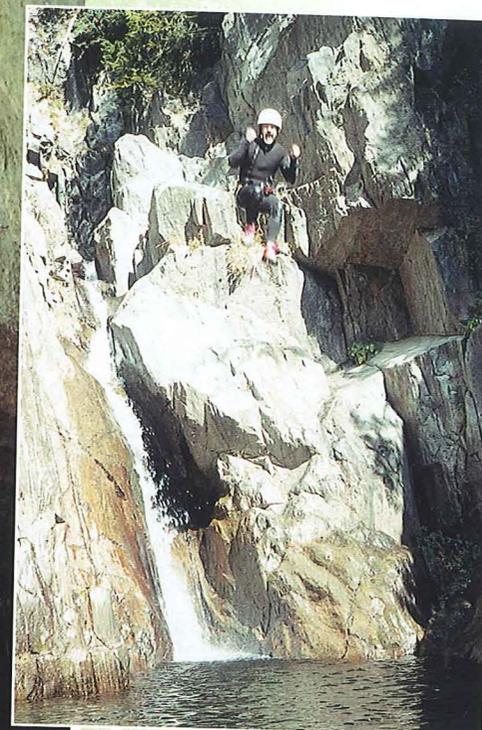
### Accès

Entre Sallanches et Cluses (N205), prendre la direction de Luzier, au 1<sup>er</sup> carrefour, prendre à gauche puis, au bout de 500 m, prendre un petit chemin qui vous mènera au parking au pied de la grande cascade. Monter RG par un sentier balisé qui passe devant une école d'escalade. Après 1 km, prendre un petit chemin à gauche qui vous mènera à Véran (marquage V).

### Navette

Aucune.

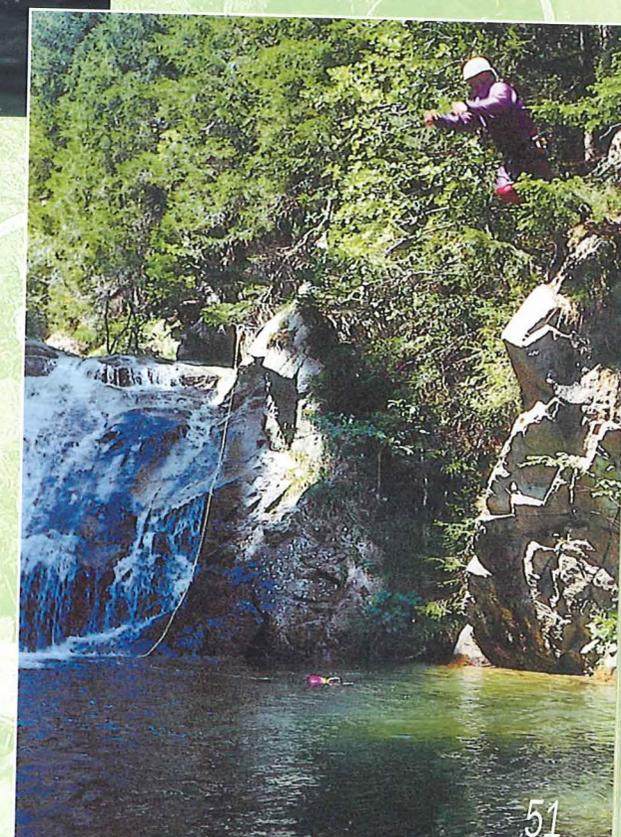
## 3. Canyon de Barberine



Quelques jolis sauts qui agrémentent la Barberine.



Les superbes "gouilles" du canyon de Barberine.





# Canyon de Barberine

**Massif** : AIGUILLES ROUGES  
**Commune** : Vallorcine  
**Carte IGN** : Chamonix 3630 OT

**Bassin versant** :  
*altitude maxi* : 2834 m  
*superficie* : 32 km<sup>2</sup>

D12



**Approche** : 2 h 00

**Descente** : 2 h 30 + 2 h 00

**Retour** : 0 h 10

**HOD** : 11 h 00

**Alt. départ** : 1630 m

**Dénivelée** : 500 m

**Longueur** : 500 + 750 m

**Roche** : gneiss



**Barrage en amont** : oui

**Qualité eau** : excellente

**Périodes idéales** : J F M A M J J A S O N D



2 x 40 m

## 1<sup>re</sup> descente connue

Intégrale : C. CHARLETTY, G. GUDEFIN, P. NOEL, groupe spéléo URSUS et Spéléo-club du Mont-Blanc, 1995.

## Description

Ce canyon se présente en deux parties distinctes. La première est plus engagée et plus sportive, avec une grande série de petites cascades et de sauts magnifiques. La deuxième partie commence par la Grande Cascade de Barberine (C40 m) visible du belvédère, puis après quelques ressauts et de la marche, nous arrivons à une C8 sautable où il est possible de faire un beau saut de 11 m en montant RG.

Suit la cascade du Dard (C25 m) et après quelques toboggans, la sortie se fait en RD, à l'extérieur du village. Cette deuxième partie étant surfréquentée par les guides professionnels, nous la déconseillons en pleine saison.

## Caractère aquatique

Pendant toute la descente, on ne peut s'empêcher de penser aux millions de mètres cubes d'eau, au-dessus de notre tête...

## Engagement

Seule la première partie est encaissée et présente peu d'échappatoires. Un sentier RD longe pratiquement toute la deuxième partie.

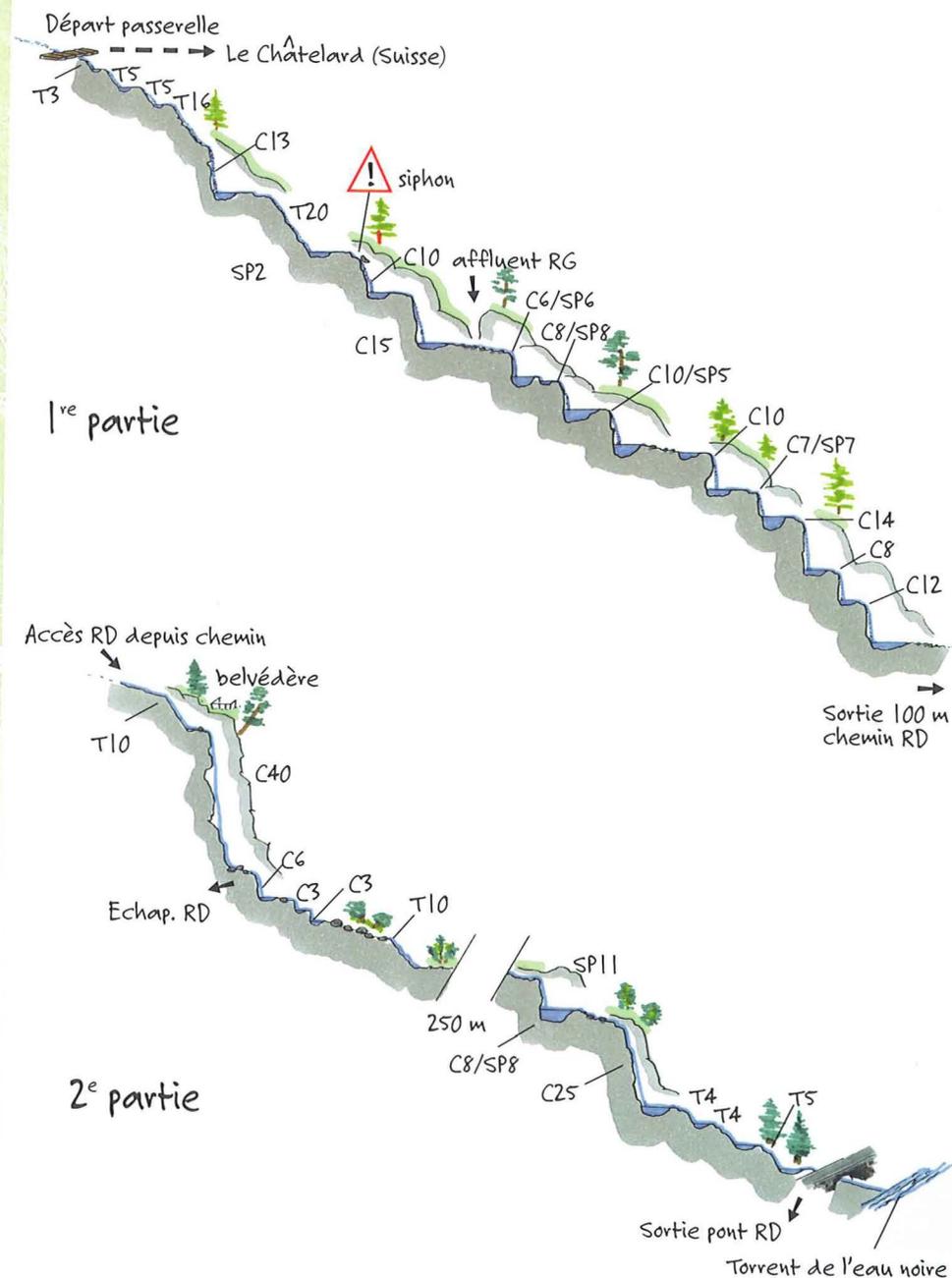
## Accès

1,5 km après Vallorcine N506, prendre à gauche direction Barberine. Laisser l'auto avant le pont pour éviter d'encombrer le village à 200 m. Suivre le sentier qui monte au barrage d'Emosson. A 1650 m d'altitude, dans un virage à gauche, prendre le sentier de droite qui descend sur le canyon, direction Le Châtelard, Finhaut.

## Navette

Aucune.

## 3. Canyon de Barberine





## Canyon de la Belle au Bois

**Massif** : MONT-BLANC  
**Commune** : Megève  
**Carte IGN** : Megève 3531 OT

**Bassin versant** :  
*altitude maxi* : 2525 m  
*superficie* : 25 km<sup>2</sup>

AD12

 **Approche** : 0 h 00  
**Descente** : 1 h 30  
**Retour** : 0 h 20  
**HOD** : 15 h 00

**Alt. départ** : 1300 m  
**Dénivelée** : 80 m  
**Longueur** : 1 km  
**Roche** : gneiss



**Barrage en amont** : non  
**Qualité eau** : douteuse

**Périodes idéales** : J F M A M J J A S O N D



2 x 30 m

### 1<sup>re</sup> descente connue

Yannick SEIGNEUR, 1991.

### Description

C'est un canyon sympathique, idéal pour l'initiation, ne présentant pas de grande difficulté.

### Caractère aquatique

Quelques sauts et de belles gouilles agrémentent la descente.

### Engagement

Possibilité de sortir à tout moment.

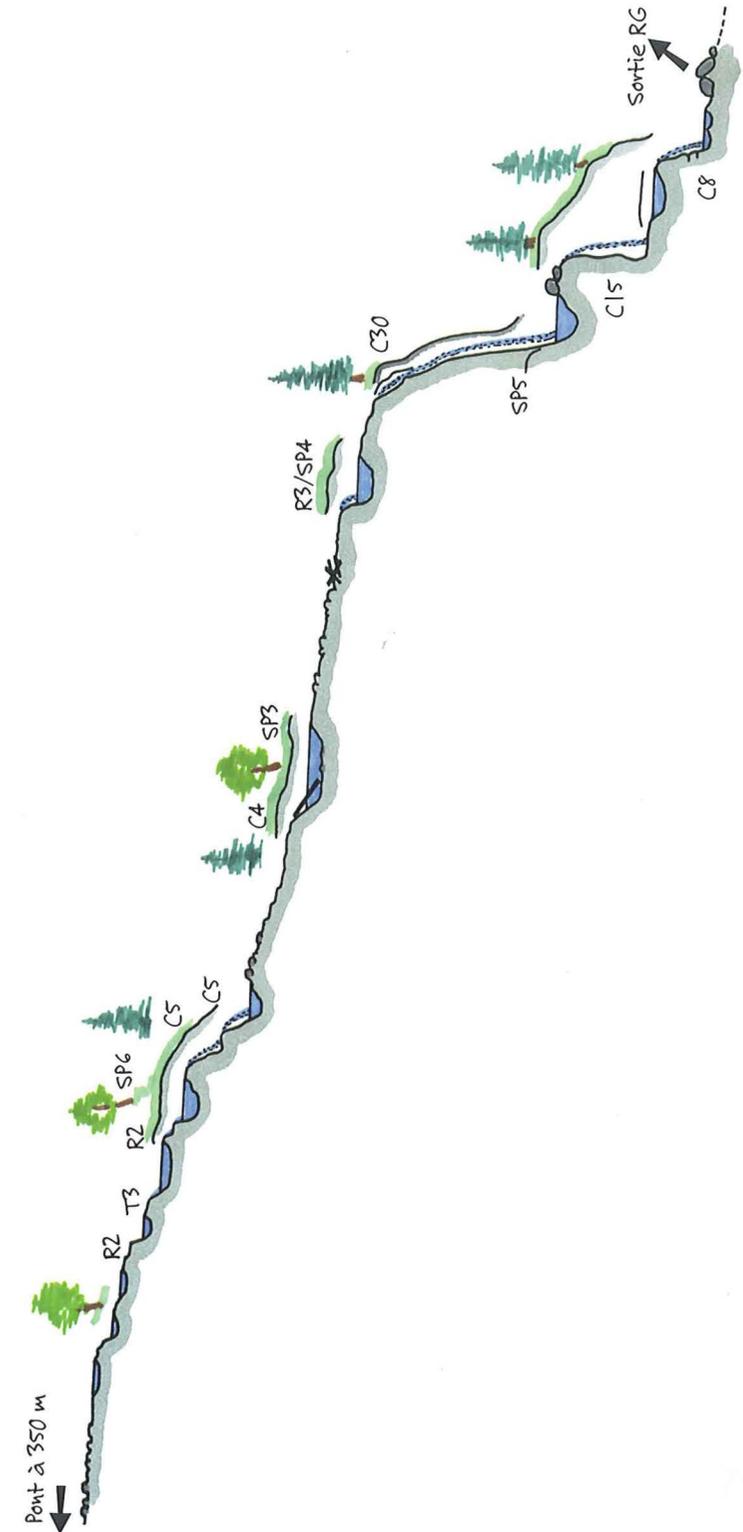
### Accès

Depuis Megève, prendre la route du Mont d'Arbois, prendre à droite direction Le Maz, et s'arrêter au niveau du pont qui traverse le torrent. Pour le retour suivre le sentier rive gauche après la C8.

### Navette

Aucune.

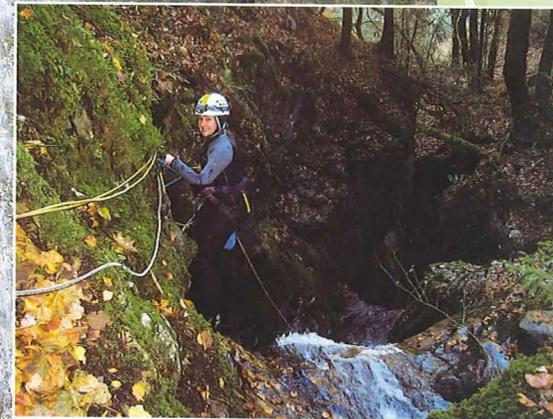
## 4. Canyon de la Belle au Bois



#### 4. Canyon de la Belle au Bois



#### 5. Cascade de la Belle Inconnue



# Cascade de la Belle Inconnue

**Massif** : BORNES  
**Commune** : Thônes  
**Carte IGN** : Annecy 3431 OT

**Bassin versant** :  
*altitude maxi* : 1850 m  
*superficie* : 2,5 km<sup>2</sup>

AD13



**Approche** : 0 h 45  
**Descente** : 2 h 00  
**Retour** : 0 h 15  
**HOD** : 13 h 00

**Alt. départ** : 830 m  
**Dénivelée** : 200 m  
**Longueur** : 700 m  
**Roche** : calcaire



**Barrage en amont** : non

**Qualité eau** : excellente

**Périodes idéales** : J F M **A M J J A S O** N D



2 x 35 m

## 1<sup>re</sup> descente connue

Spéléo-club d'Annecy dans les années 1970.

## Description

Voilà un exemple de plus, où il est difficile de mettre une frontière entre l'activité spéléo et l'activité canyoning. Le parcours vertical se déroule en partie sous terre. Nous suivons le ruisseau qui se perd, et réurge 80 m plus bas. Cela permet de faire une belle leçon de karstologie. Il est intéressant d'associer la course avec le canyon de Morette, 1 km en amont.

## Caractère aquatique

Aucun saut possible.

## Engagement

Dans la partie souterraine, il est préférable de s'engager avec un petit niveau d'eau, car l'ambiance y devient vite très engagée... Une frontale est nécessaire.

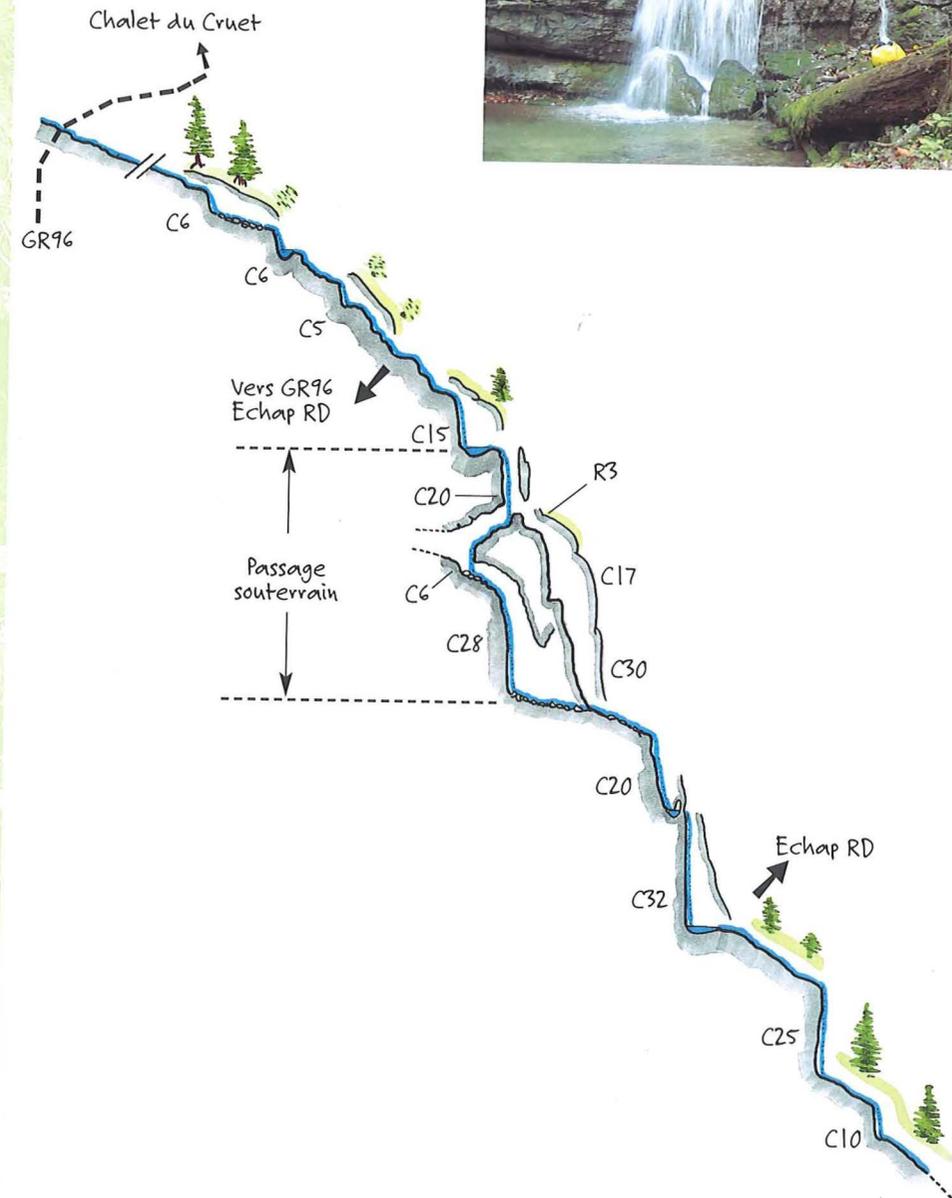
## Accès

Depuis Annecy, prendre la route de Thônes (D909). Pour éviter la navette, se garer au parking du Musée de la Résistance. Prendre le sentier GR 96 qui part à droite, juste avant le pont sur le Fier. Suivre le GR pour prendre tout le dénivelé. Quitter la piste carrossable pour suivre à droite un petit sentier qui s'engage au bord d'une pinède. Vous passerez devant un gros chalet rénové sur votre gauche.

## Navette

Aucune.

## 5. Cascade de la Belle Inconnue



# Cascades de Bellevaux

**Massif** : CHABLAIS  
**Commune** : Bellevaux  
**Carte IGN** : Taninges 3529 Ouest

**Bassin versant** :  
*altitude maxi* : 1625 m  
*superficie* : 3,2 km<sup>2</sup>

AD13

 **Approche** : 0 h 30  
**Descente** : 1 h 30  
**Retour** : 0 h 00  
**HOD** : 14 h 00

**Alt. départ** : 970 m  
**Dénivelée** : 100 m  
**Longueur** : 250 m  
**Roche** : calcaire



**Barrage en amont** : non  
**Qualité eau** : douteuse

**Périodes idéales** : J F M A M J J A S O N D



2 x 35 m

## 1<sup>re</sup> descente connue

C. RUFÉ et R. MAGNIN  
 (Spéléo-club  
 d'Annemasse), 1987.

## Description

Petit canyon agréable, très vertical. On ne quitte pas la corde tout au long de la course. Il faut donc bien maîtriser ses techniques de rappel. Un saut est possible dans la dernière vasque.

Ce canyon est utilisé dans de nombreux stages de formations techniques, ce qui explique le suréquipement inox.

## Caractère aquatique

Danger dans la dernière vasque par fort débit.

## Engagement

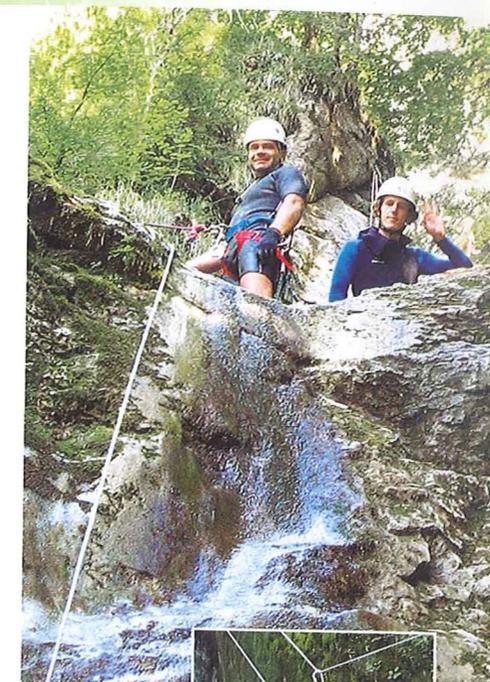
Echappatoire difficile.

## Accès

En venant de Mégevette D26, à la sortie du village de Bellevaux, prendre une petite route à droite, et passer devant la pisciculture. Faire 700 m et laisser l'auto avant le petit pont, sur un parking à droite, d'où les dernières cascades sont visibles. S'équiper et reprendre la route sur 250 m pour s'engager sur un sentier balisé direction Châtelard, à gauche, qui nous conduira jusqu'au départ du canyon.

## Navette

Aucune.



Finale de la C10.



Au sommet de la C30.



# Gorges du Bronze

**Massif** : BORNES  
**Commune** : Thuet  
**Carte IGN** : La Clusaz 3430 ET

**Bassin versant** :  
*altitude maxi* : 2438 m  
*superficie* : 18 km<sup>2</sup>

ADI4



**Approche** : 0 h 10  
**Descente** : 1 h 30  
**Retour** : 0 h 00  
**HOD** : 14 h 00

**Alt. départ** : 550 m  
**Dénivelée** : 80 m  
**Longueur** : 500 m  
**Roche** : calcaire



**Barrage en amont** : non

**Qualité eau** : polluée

**Périodes idéales** : J F M A M J J A S O N D



20 m

## 1<sup>re</sup> descente connue

Lucien BOUCLIER,  
spéléologue, 1980.

## Description

Très beau canyon court, mais bien encaissé, avec quelques cascades ne dépassant pas 10 m. Les décharges sauvages en amont de la rivière, sont une fois de plus, la preuve que les autochtones ne sont pas toujours les garants d'une bonne gestion de notre environnement.

## Caractère aquatique

Ne s'engager dans la descente qu'avec un débit inférieur à 1 m<sup>3</sup>/sec., car les mouvements d'eau seraient dangereux.

## Engagement

Aucune échappatoire dans la partie du bas.

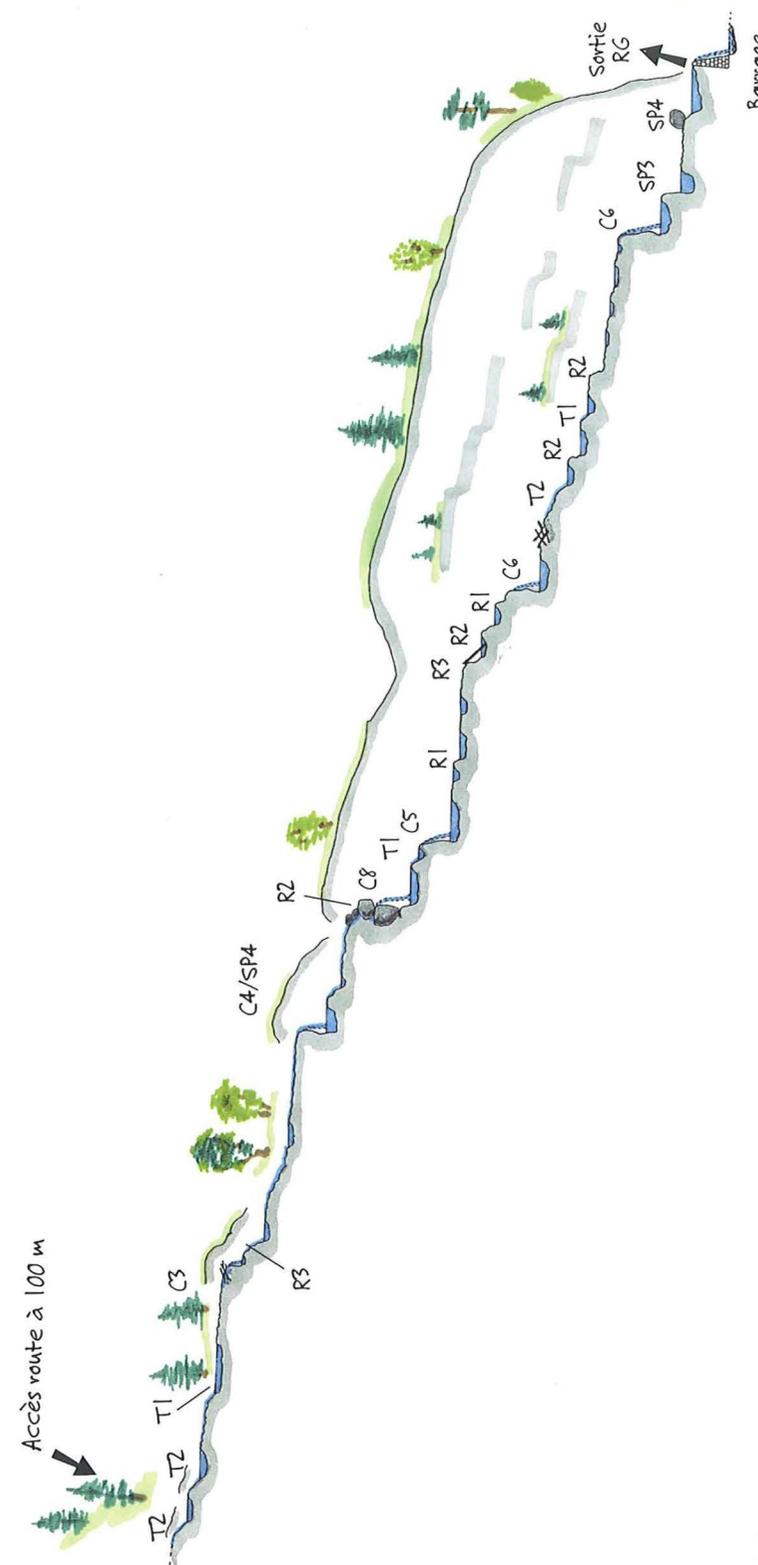
## Accès

Après Bonneville, direction Chamonix par la N205, tourner à droite direction Brison-Mont-Saxonnex, puis traverser Thuet par la D186. Après 2 km, prendre à gauche au carrefour pour laisser l'auto à 100 m, au premier muret. Descendre encordé dans les bois pour rejoindre le Bronze.

## Navette

Laisser une auto à Thuet, prendre la première route à droite, puis le premier chemin carrossable à droite qui mène à la sortie des gorges du Bronze (100 m).

## 7. Gorges du Bronze



# Canyon du Clévieux

**Massif** : HAUT GIFFRE  
**Commune** : Samoëns  
**Carte IGN** : Samoëns 3529 ET

**Bassin versant** :  
*altitude maxi* : 2638 m  
*superficie* : 15,2 km<sup>2</sup>

AD14



**Approche** : 0 h 10  
**Descente** : 1 h 30  
**Retour** : 0 h 10  
**HOD** : 14 h 00

**Alt. départ** : 970 m  
**Dénivelée** : 80 m  
**Longueur** : 400 m  
**Roche** : calcaire



**Barrage en amont** : non

**Qualité eau** : correcte

**Périodes idéales** : J F M A M J J A S O N D



25 m

## 1<sup>re</sup> descente connue

Groupe d'Exploration des Karsts Hauts Alpains (L. BOUCLIER - R. MAIRE, spéléologues), 1983.

## Description

Canyon idéal pour l'initiation. Quelques cascades ne dépassant pas 11 m se succèdent, sans possibilité de saut. Vous remarquerez en RD une des résurgences du gouffre Jean Bernard.

## Caractère aquatique

Les cascades seraient difficiles à éviter par fort débit. Il ne faut donc pas sous-estimer les dangers.

## Engagement

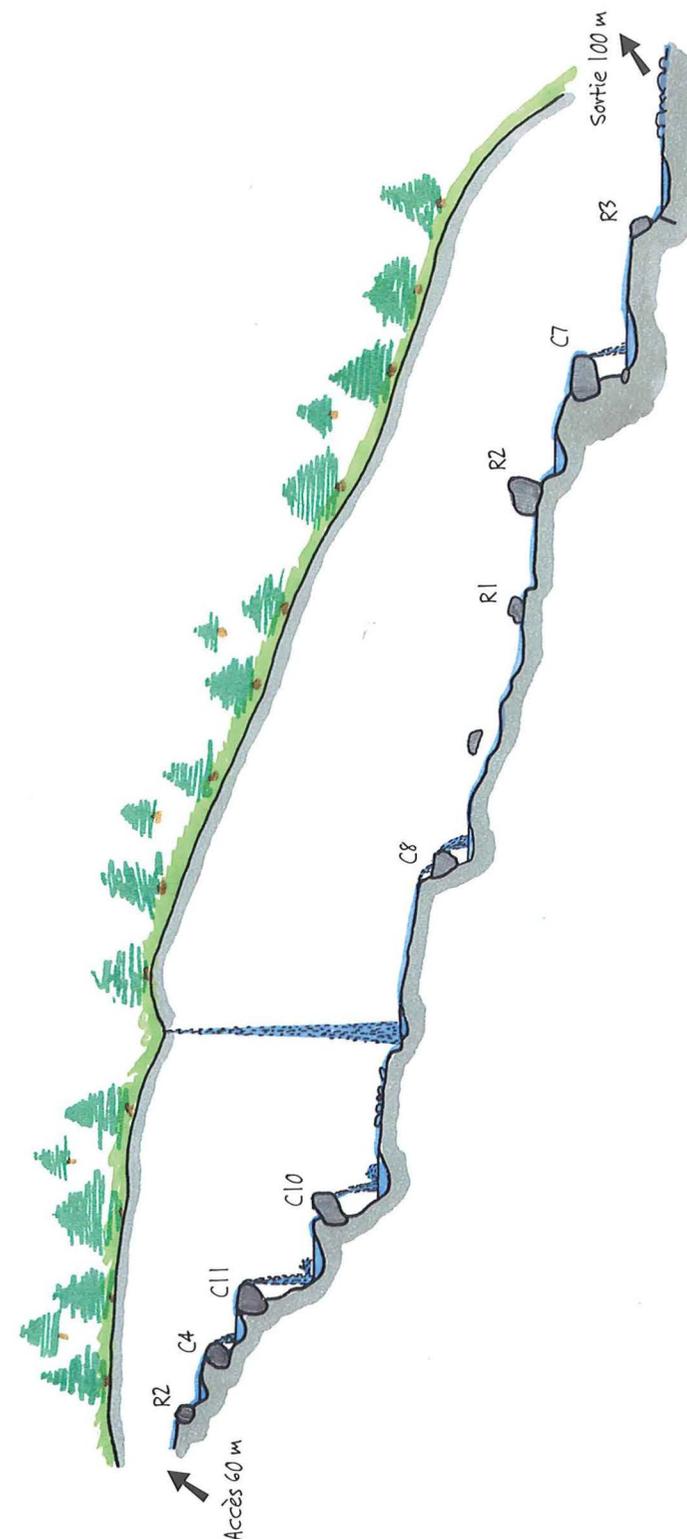
Aucune échappatoire possible.

## Accès

De Samoëns, prendre à gauche direction Les Allamands. Après 2 km, laisser une auto au parking du Pied du Crêt, correspondant à l'arrivée du canyon. Remonter encore 1 km sur la route pour se garer sur un grand parking. Il faut descendre sur la gauche, en contrebas, pour rejoindre le début du canyon.

## Navette

1 km.





## Torrent de Cœur

**Massif** : ARAVIS  
**Commune** : Sallanches  
**Carte IGN** : La Clusaz 3430 ET

**Bassin versant** :  
*altitude maxi* : 2538 m  
*superficie* : 10 km<sup>2</sup>

D12



**Approche** : 1 h 45  
**Descente** : 3 h 30  
**Retour** : 0 h 00  
**HOD** : 10 h 00

**Alt. départ** : 1550 m  
**Dénivelée** : 485 m  
**Longueur** : 2750 m  
**Roche** : calcaire



**Barrage en amont** : non

**Qualité eau** : excellente

**Périodes idéales** : J F M A **M J J A S O N D**



50 m

### 1<sup>re</sup> descente connue

CAF de Chedde, 1991  
 (B. CHANTREL et Y. DUPUIS).

### Description

Le départ se fait sur de grandes dalles lisses sculptées par l'eau et veinées de calcite. On rentre rapidement dans une succession de petites cascades. Le premier tiers est peu encaissé et ponctué par un rappel de 15 m. Une marche à travers des blocs calme les esprits. Le deuxième tiers est plus aquatique et plus encaissé. Le dernier tiers est une progression à travers les blocs présentant de nouveau un resserrement.

### Caractère aquatique

Une succession de toboggans et de petits sauts, avec de belles marmites.

### Engagement

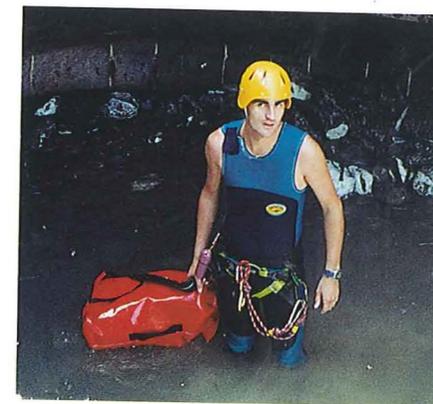
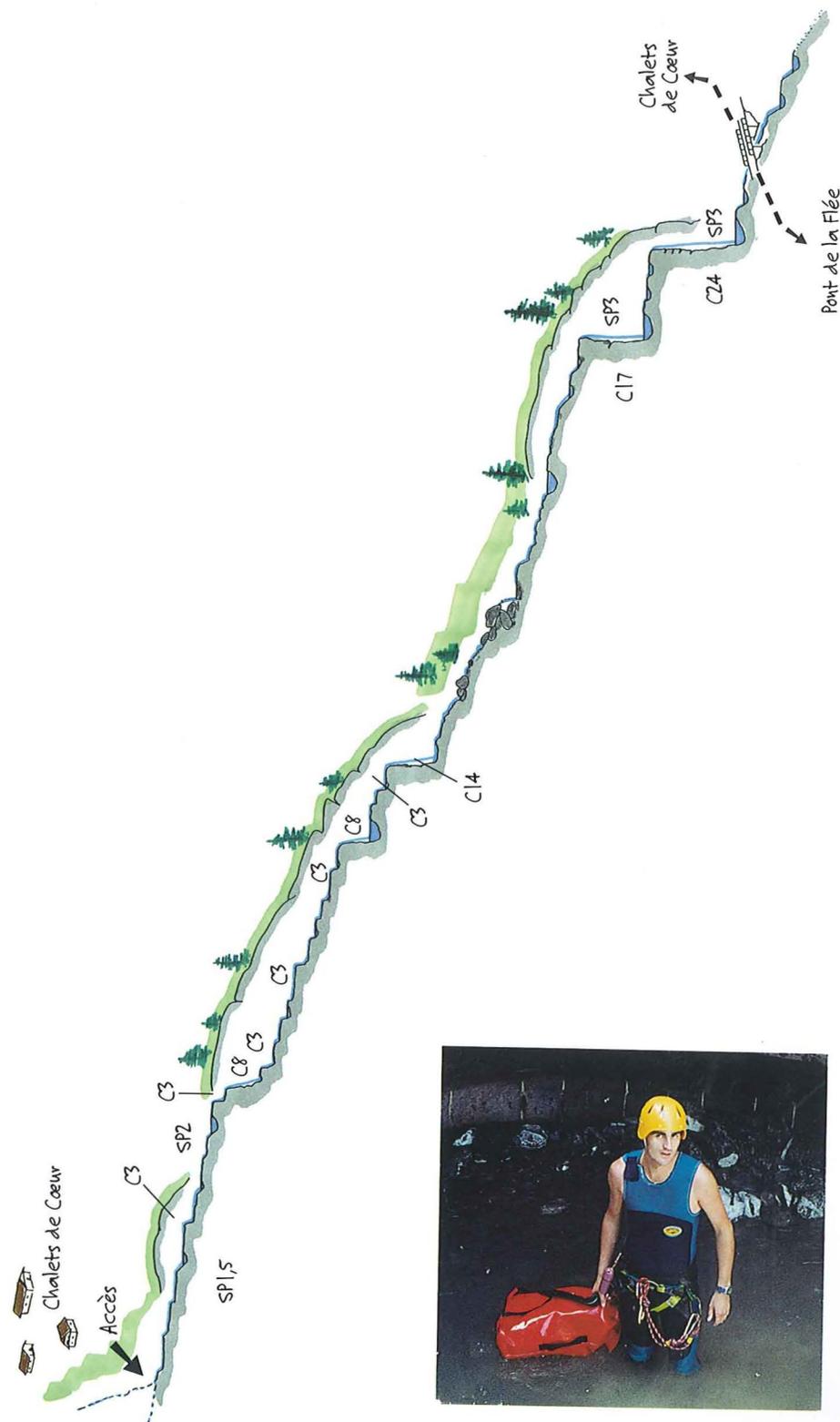
Peu engagé. Possibilité de s'échapper à plusieurs niveaux RG.

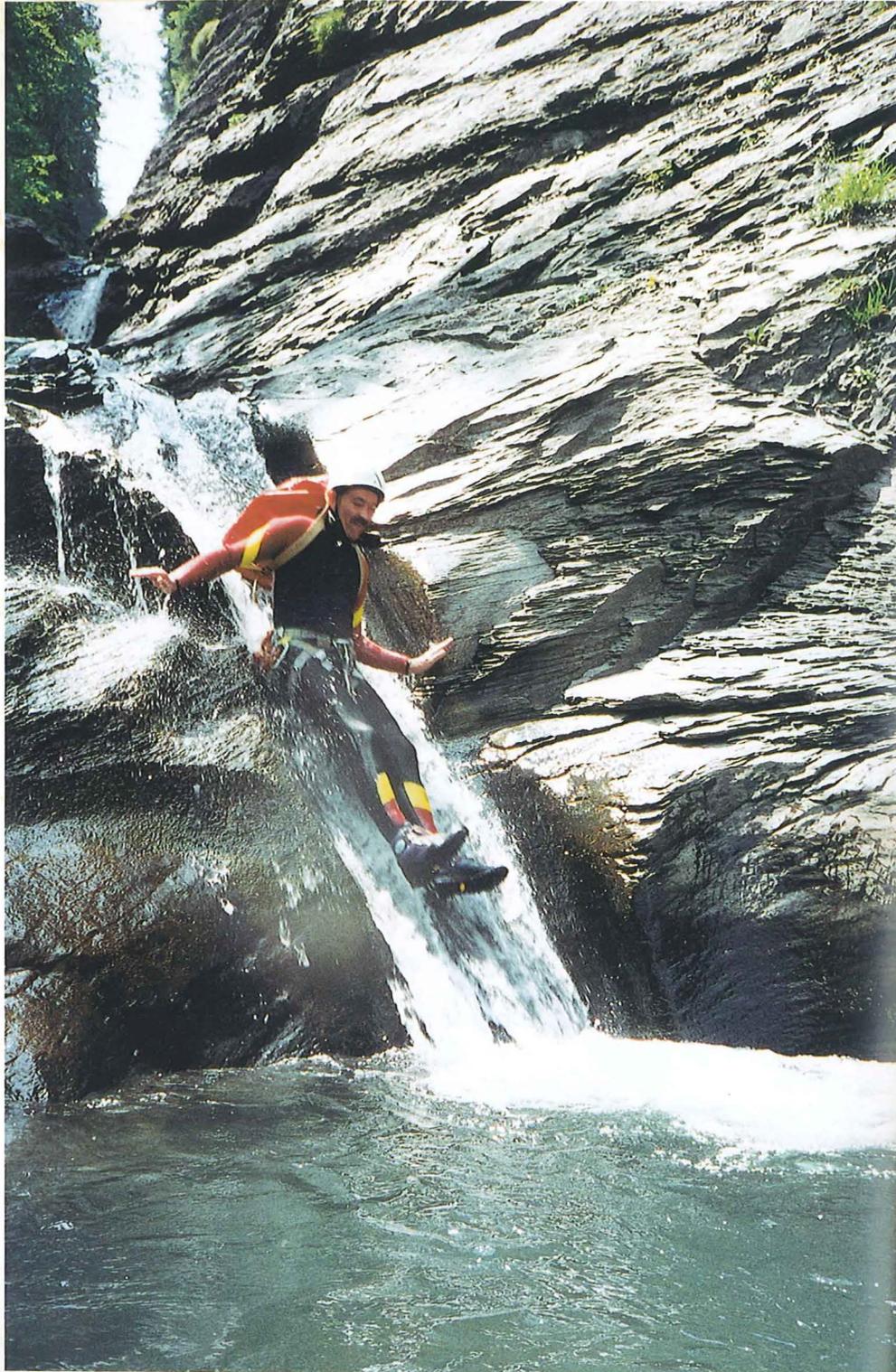
### Accès

De Sallanches, prendre une petite route desservant les villages de Tour de Servoz, Lintre Bellecombe et le Pont de la Flée. Se garer près du pont (interdit après 9 h 00) et continuer à pied en direction de la Pierre Fendue, les Chalets de Cœur. De là, redescendre direction Sud pour rejoindre le canyon. Il y a possibilité de sortir au premier pont, en descendant.

### Navette

Aucune.







# Canyon de Crève Cœur

**Massif** : GRAND MASSIF  
**Commune** : Sallanches  
**Carte IGN** : Samoëns 3530 ET

**Bassin versant** :  
*altitude maxi* : 2636 m  
*superficie* : 3,2 km<sup>2</sup>

TD/3



**Approche** : 0 h 45  
**Descente** : 6 h 30  
**Retour** : 0 h 00  
**HOD** : 10 h 00

**Alt. départ** : 1220 m  
**Dénivelée** : 671 m  
**Longueur** : 2750 m  
**Roche** : calcaire



**Barrage en amont** : non

**Qualité eau** : excellente

**Périodes idéales** J F M A **M J J A S O N D**



2 x 65 m

## 1<sup>re</sup> descente connue

Partie inférieure :  
stage ENSA, 1991.  
Partie supérieure :  
CAF de Chedde  
(B. CHANTREL), 1996.

## Description

Une succession de cascades dans des étroitures, puis le canyon s'élargit. Très peu de marche entre les cascades. Au total, une trentaine de cascades dont deux grandes (90 et 65 m), qui nécessitent une bonne technique de rappel et de maniement des cordes.

## Caractère aquatique

Très peu d'eau, possibilité de laisser la veste dans le sac. Les rappels ne sont jamais complètement sous les cascades.

## Engagement

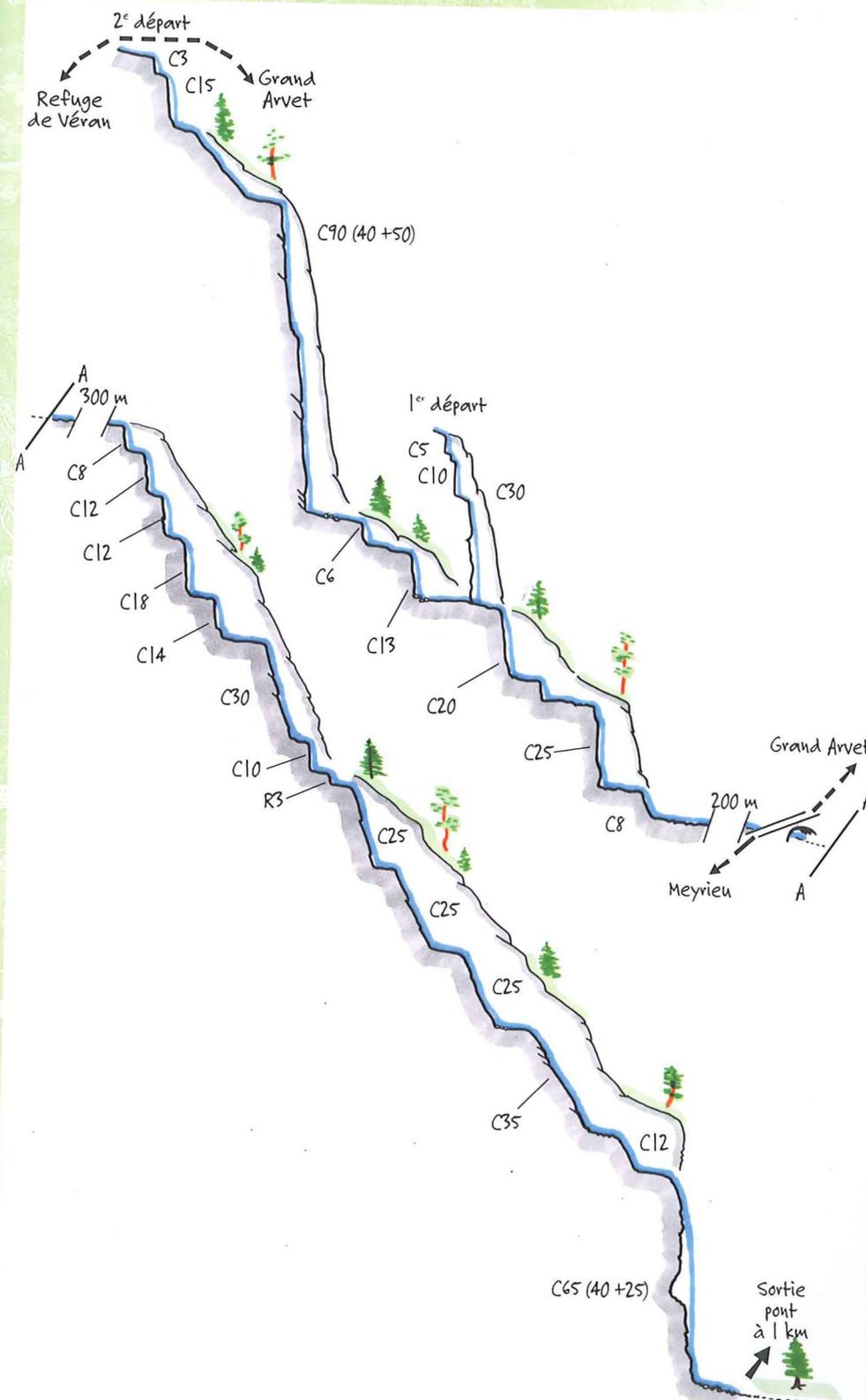
Plusieurs chemins traversent le canyon, donc possibilité de se dégager assez facilement. Les vagues de crues y sont redoutables. Ne s'engager que par très beau temps.

## Accès

De Sallanches, prendre St-Martin-sur-Arve, puis direction Reninge, chalets du Grand Arvet. Se garer 200 m après les chalets, en face d'un banc et d'une table. Prendre à ce niveau un chemin peu marqué qui monte très raide pour gagner le torrent. Le chemin traverse le torrent, ce sera le premier départ. Pour le deuxième départ continuer le sentier, direction refuge de Véran.

## Navette

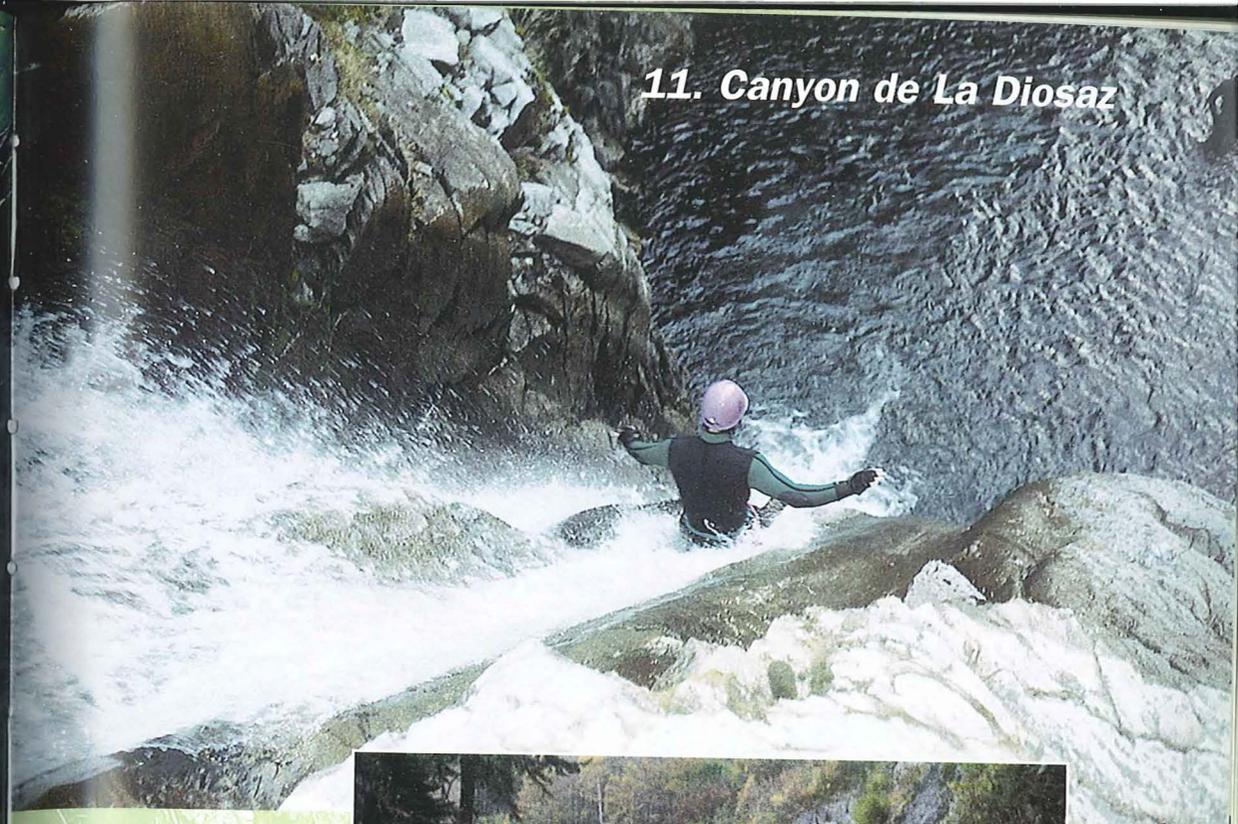
3 km avant Sallanches (N205), tourner à gauche jusqu'à Luzier. Laisser une auto au niveau du pont de bois. Navette de 6,5 km.



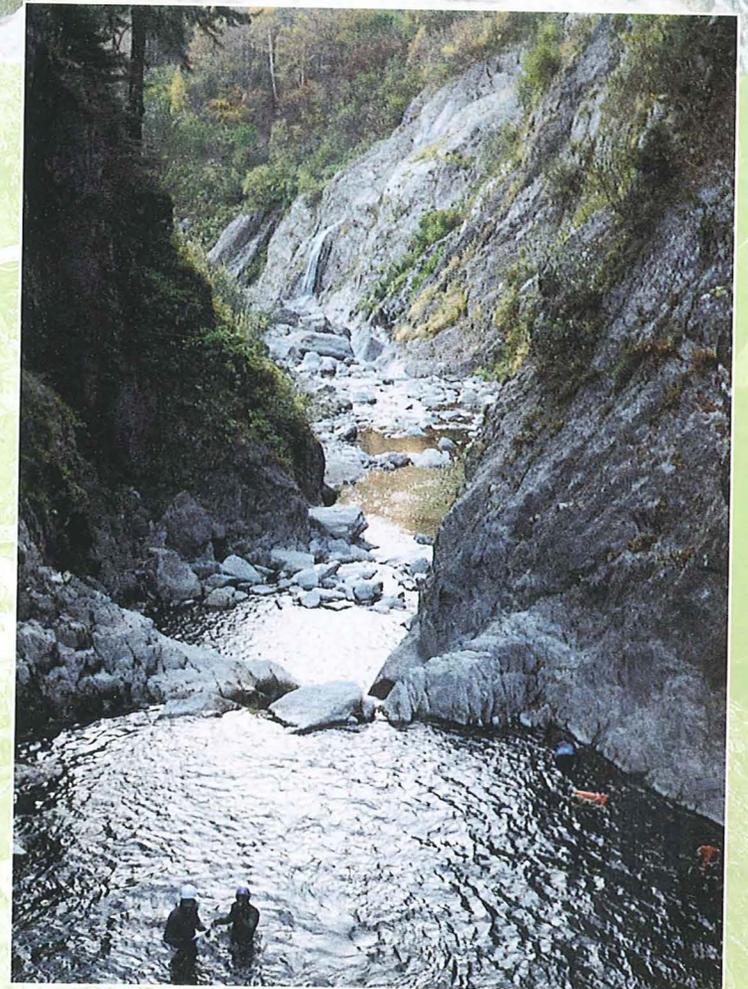
10. Canyon de Crève Cœur



11. Canyon de La Diosaz



Les toboggans  
du canyon de  
la Diosaz.



# Canyon de la Diosaz

<b>Massif</b>	: AIGUILLES ROUGES	<b>Bassin versant :</b>	
<b>Commune</b>	: Servoz	<i>altitude maxi</i>	: 2965 m
<b>Carte IGN</b>	: Saint-Gervais 3531 ET	<i>superficie</i>	: 40 km <sup>2</sup>
	<b>Approche</b> : 2 h 00	<b>Alt. départ</b>	: 1320 m
	<b>Descente</b> : 6 h 00	<b>Dénivelée</b>	: 500 m
	<b>Retour</b> : 0 h 15	<b>Longueur</b>	: 3,5 km
	<b>HOD</b> : 9 h 00	<b>Roche</b>	: granit
<b>Barrage en amont</b>	: oui	<b>Qualité eau</b>	: excellente
<b>Périodes idéales :</b>	J F M A M J J A S O N D		

TD/4



2 x 30 m

## 1<sup>re</sup> descente connue

Groupe Spéléo Hauteville-Lompnès, 1989.

## Description

Un des plus beaux canyons des Alpes du Nord.

Mais aussi le plus sportif !

Les Gorges de la Diosaz sont creusées dans un beau granit clair. La marche d'approche est superbe.

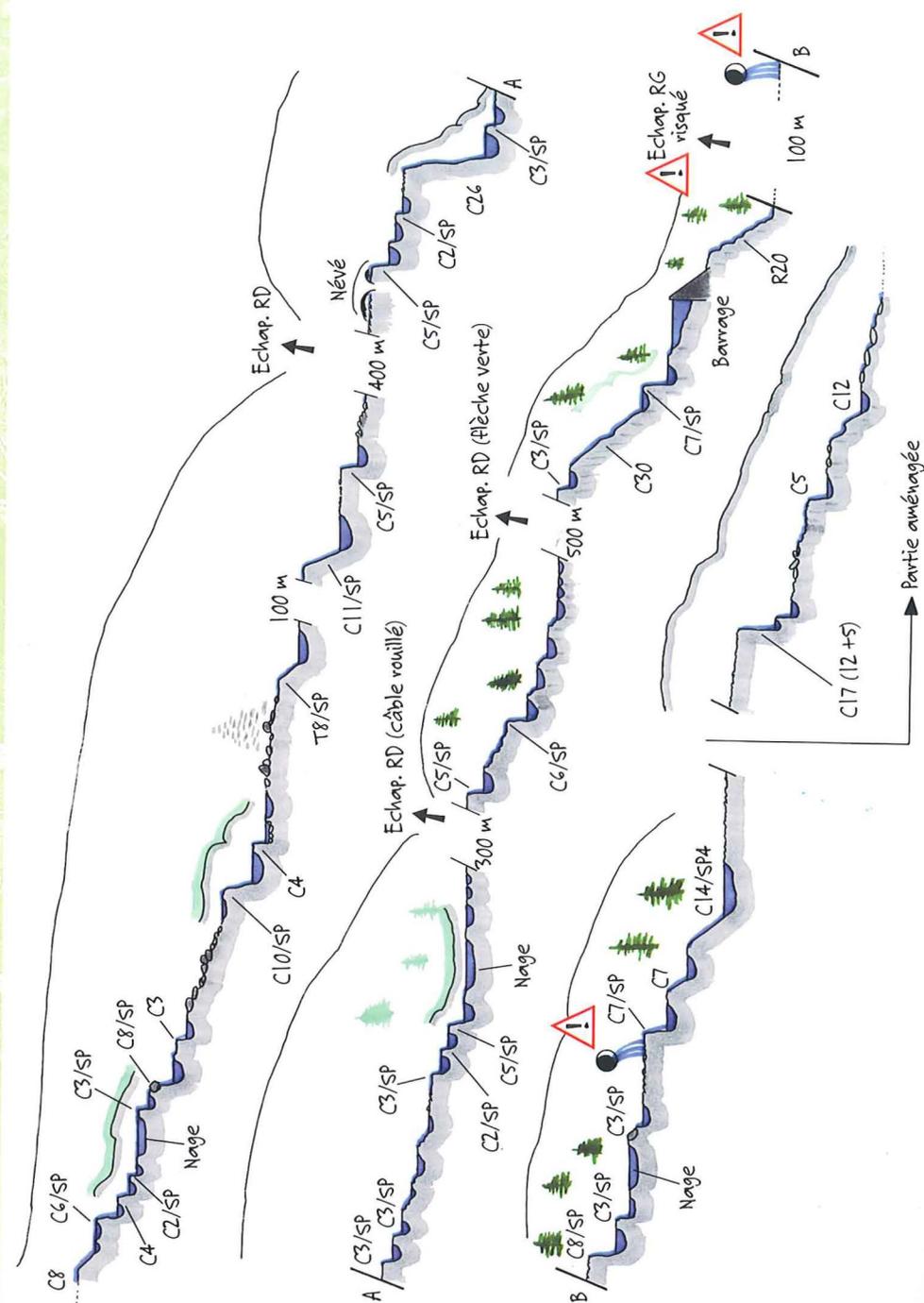
L'extrême aval des gorges est aménagé pour les touristes. C'est un canyon de saut par excellence.

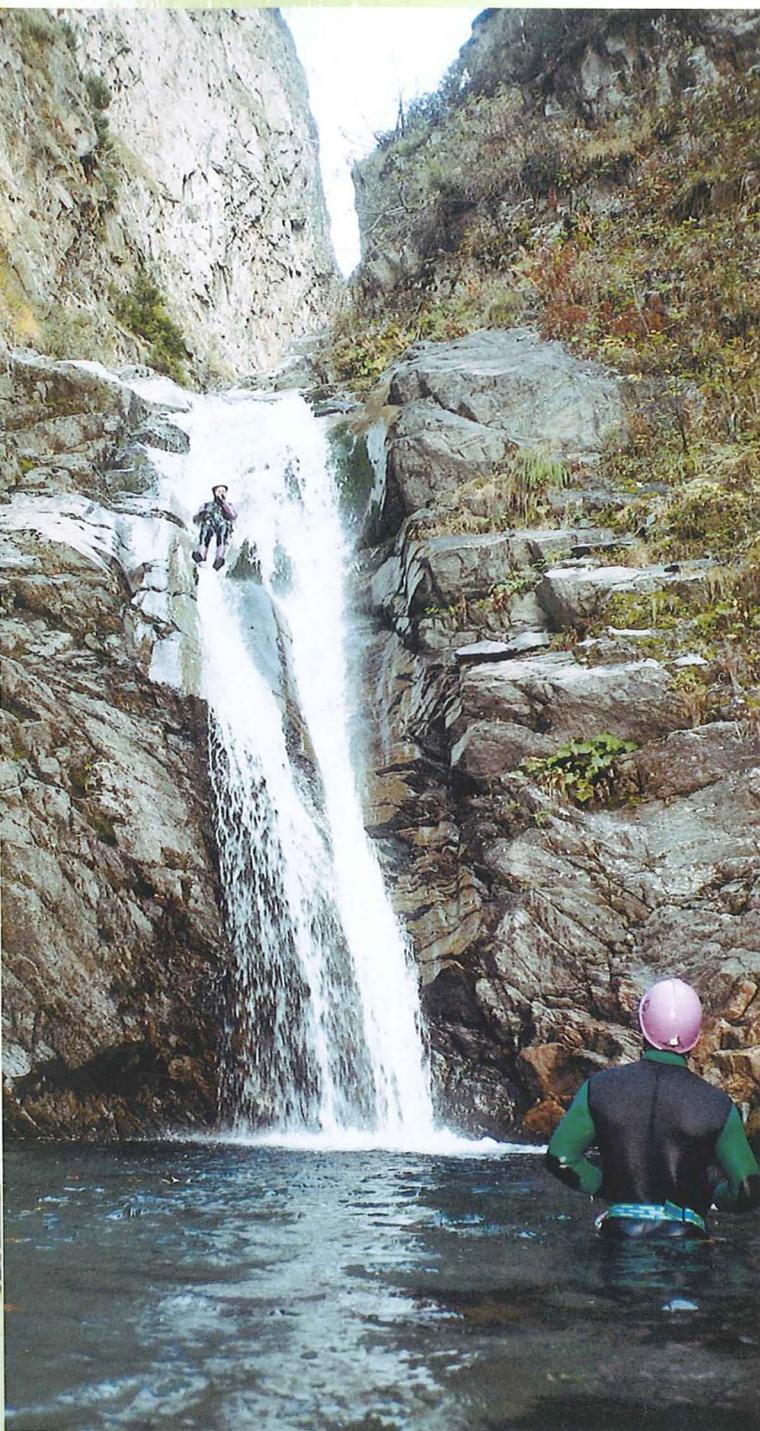
Sur 36 cascades, 25 peuvent se sauter. Compte tenu du fait que l'on peut augmenter la hauteur des sauts en s'élevant sur les berges, leur hauteur cumulée atteint presque 150 m !

Un premier toboggan de 8 m est suivi de plusieurs cascades (C6, C4 et C2) que l'on peut sauter.

Après avoir traversé un long bassin à la nage, on arrive à une C8 avec un gros bloc coincé au sommet. Le saut délicat est possible après désescalade. On perd ensuite du dénivelé par une progression chaotique, puis la gorge se resserre et l'on arrive à une C10 avec, à sa base, une marmite vert émeraude de 15 m de diamètre. Cet endroit est vraiment unique, et le saut est possible ! Une C4 fait suite. Ne pas la sauter (blocs). On traverse une nouvelle zone chaotique jusqu'à un toboggan de 8 m, très incliné. Sa base est occupée ici encore par une immense marmite dans laquelle on saute, après désescalade. Après 100 m de progression facile, on arrive à une cascade inclinée de 11 m. Le saut, ou mieux, la glissade, est exceptionnelle !

Peu après, on saute une C5 et on enchaîne par une progression chaotique où une échappatoire est alors possible RD (au névé). Les cascades reprennent. La première de 5 m, suivie d'une série de bassins profonds, se saute. On arrive à une cascade très encaissée de 26 m avec, à sa base, un bassin profond et bouillonnant. Suit une série de ressauts. Tous peuvent se sauter, mais attention, certains sont peu profonds. Le dernier, qui est le plus haut (5 m), précède une courte progression sans difficulté. A ce niveau, une nouvelle échappatoire est possible RD en s'aidant d'un gros câble rouillé, en place. On trouve peu après une C5 et une C6 que l'on peut sauter. On va ensuite progresser dans une zone





Les toboggans du canyon de la Diosaz.

assez longue avec une alternance de petits ressauts et de bassins, dans laquelle on trouve une goulotte avec des virages, dignes de figurer à *Aqualand*.

La gorge se verticalise à nouveau.

On descend en partie en rappel une C30 inclinée, suivie immédiatement d'une C7 que l'on peut sauter depuis sa rive droite.

On traverse un grand bassin constitué par un barrage où toute l'eau est captée.

On descend RD, au-dessous d'un ressaut de 20 m, jusqu'à un grand bassin. Une arrivée d'eau RG alimente la suite du canyon qui devient très encaissé, mais une échappatoire est possible RG en remontant un raide couloir d'éboulis qui recoupe un vague sentier qu'il faudra suivre en direction de l'aval.

Les deux cascades suivantes de 8 et 3 m peuvent se sauter.

Une C3 peut se franchir en se laissant glisser du sommet d'un gros bloc coincé.

On peut sauter ensuite une C7, suivie de deux autres inclinées de 7 et 14 m que l'on descend en rappel.

On traverse un grand bassin à la nage et l'on arrive dans la partie aménagée où il est possible de s'échapper RG

par une pente terreuse parcourue par un vague sentier qui rejoint la place E.D.F. La partie aménagée est constituée d'une C17 (12 + 5), d'une C5 et d'un toboggan de 12 m, mais il faut les éviter, le propriétaire étant tout à fait hostile à la descente. La partie aménagée est ouverte à peu près de juin à septembre.

### Caractère aquatique

L'eau est très froide (5°C) et les gants sont appréciés. Le bassin d'alimentation est important en altitude, mais, en amont des gorges, les eaux sont captées par le barrage de la Bajulaz. Un faible débit sera très apprécié pour cette course.

### REMARQUES :

Au moment où nous publions, ce canyon est frappé d'interdiction par un arrêté municipal. Cet arrêté ne concerne que la pratique du canyoning, mais pas de la pêche... Nous espérons vivement que la municipalité reviendra sur sa décision : l'interdiction pure et simple ne remplacera jamais une action d'information et de prévention.

### Engagement

Plusieurs passages sont encaissés et sans échappatoire. Nous conseillons très fortement de sortir au câble RD, car cela correspond à la partie la plus intéressante et permet d'éviter les problèmes de barrage et de terrains privés. Le sentier rejoint celui de la marche d'approche.

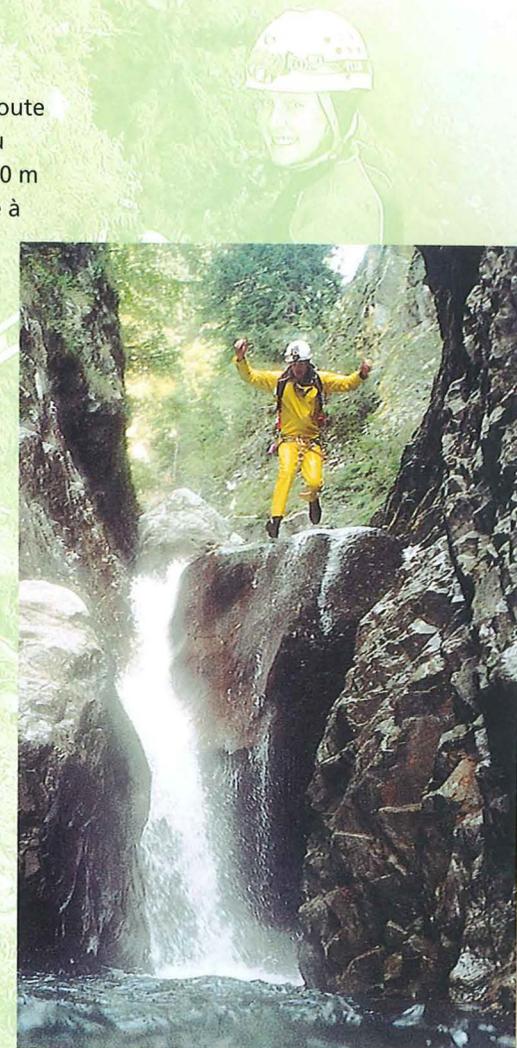
### Accès

De Servoz, prendre la route qui monte au-dessus du village. Au bout de 1500 m environ, dans un virage à gauche, une pancarte indique Pormenaz. Prendre le chemin et le suivre jusqu'à une place où l'on se gare. Traverser ensuite un pont et poursuivre le chemin à pied. Au bout de 20 min, on laisse sur la gauche le sentier de Pormenaz pour poursuivre le chemin, par un sentier qui surplombe les gorges. On passe devant une première cabane correspondant à la première échappatoire. Continuer de monter 30 min pour passer

devant la cabane du Vieux Cheppy, le sentier amorce une rude descente et traverse peu après un ravin avec un ruisseau au niveau duquel il faut descendre pour rejoindre la Diosaz.

### Navette

Aucune.





# Cascades de Doran

<b>Massif</b> : ARAVIS	<b>Bassin versant</b> :	D12
<b>Commune</b> : Sallanches	<i>altitude maxi</i> : 2750 m	
<b>Carte IGN</b> : La Clusaz 3430 ET	<i>superficie</i> : 3,5 km <sup>2</sup>	☹️
<b>Approche</b> : 1 h 30	<b>Alt. départ</b> : 1350 m	
<b>Descente</b> : 2 h 30	<b>Dénivelée</b> : 200 m	
<b>Retour</b> : 0 h 45	<b>Longueur</b> : 500 m	
<b>HOD</b> : 10 h 00	<b>Roche</b> : calcaire	
<b>Barrage en amont</b> : non	<b>Qualité eau</b> : polluée	🧶 2 x 60 m
<b>Périodes idéales</b> : J F M A M J <b>J A S O N D</b>		



### 1<sup>re</sup> descente connue

C. CHARLETTY, G. GUDEFIN, P. NOEL, Spéléo-club du Mont-Blanc, 1996.

### Description

Ce canyon se caractérise par sa grande cascade de 70 m, visible du bas de la vallée. Il mérite le détour surtout pour le panorama qu'il offre sur le massif du Mont-Blanc. Les quelques cascades en amont sont peu intéressantes.

### Caractère aquatique

La grande cascade doit se faire uniquement par grand étiage. Comme pour toutes les grandes verticales, il ne faut pas rater les relais...

### Engagement

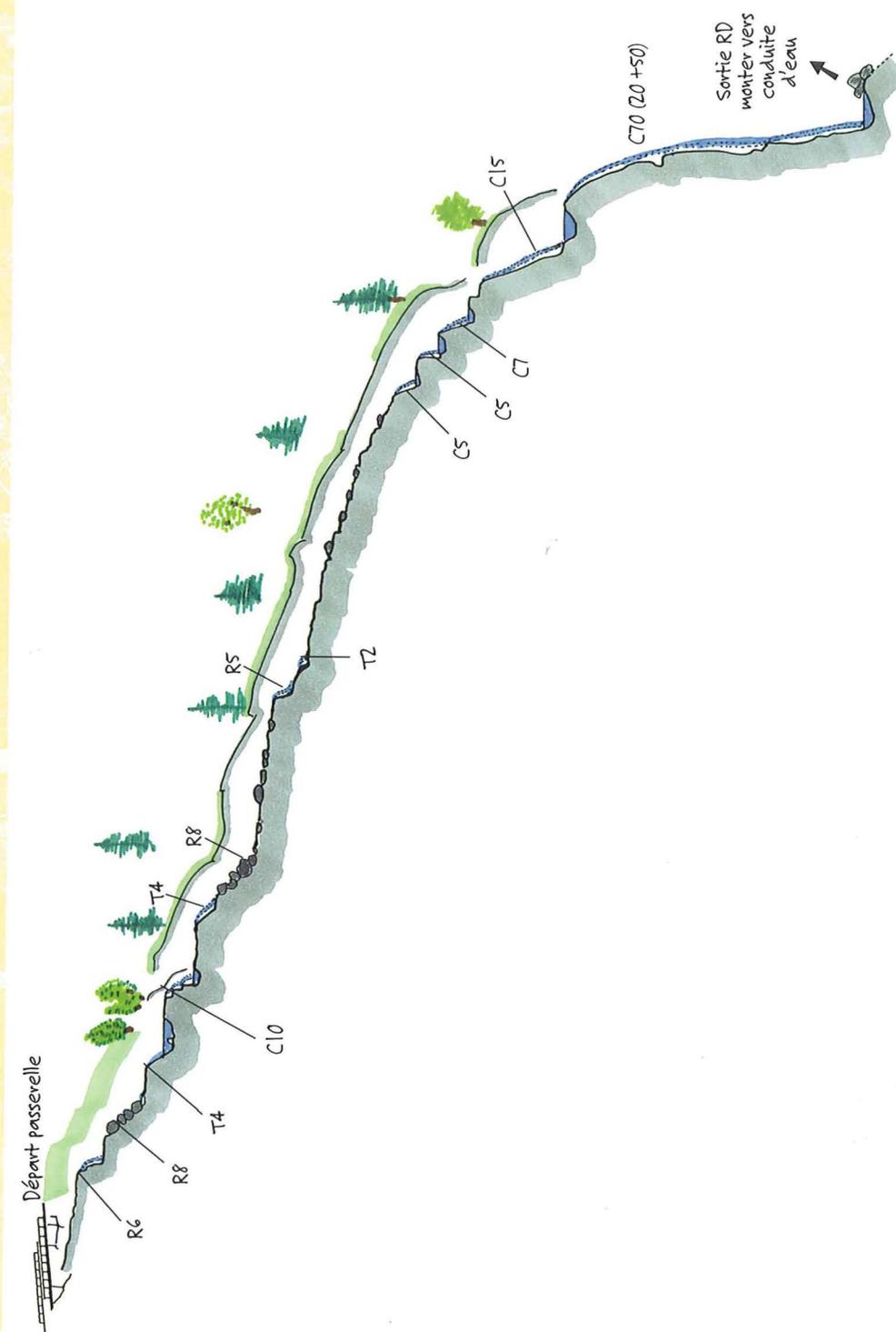
Des échappatoires sont possibles tout le long du parcours.

### Accès

De Sallanches, prendre la route qui monte à Burzier. Laisser l'auto au parking du télésiège abandonné. Monter par le chemin qui mène à Doran, mais 500 m avant le refuge, bifurquer à droite pour rejoindre une passerelle vers un captage d'eau, qui correspond au départ de la course. Pour le retour, sortir rive droite pour reprendre le chemin de Combafour.

### Navette

Aucune.





## Ravin d'Etry

**Massif** : HAUT GIFFRE  
**Commune** : Verchaix  
**Carte IGN** : Samoëns 3530 ET

**Bassin versant** :  
*altitude maxi* : 1637 m  
*superficie* : 1,6 km<sup>2</sup>

PD/1



**Approche** : 0 h 05  
**Descente** : 3 h 00  
**Retour** : 0 h 05  
**HOD** : 14 h 00

**Alt. départ** : 1000 m  
**Dénivelée** : 300 m  
**Longueur** : 700 m  
**Roche** : calcaire



**Barrage en amont** : non

**Qualité eau** : excellente

**Périodes idéales** : J F M A M J J A S O N D



2 x 35 m

### 1<sup>re</sup> descente connue

Groupe Spéléo Gaillard, 1991.

### Description

La 1<sup>re</sup> partie, très délicate à équiper, n'est pas conseillée. La 2<sup>e</sup> partie présente une suite de petites cascades et ressauts, sans difficulté.

### Caractère aquatique

Il n'y a pas de problème particulier lié à l'eau.

### Engagement

Possibilité de s'échapper tout le long de la course.

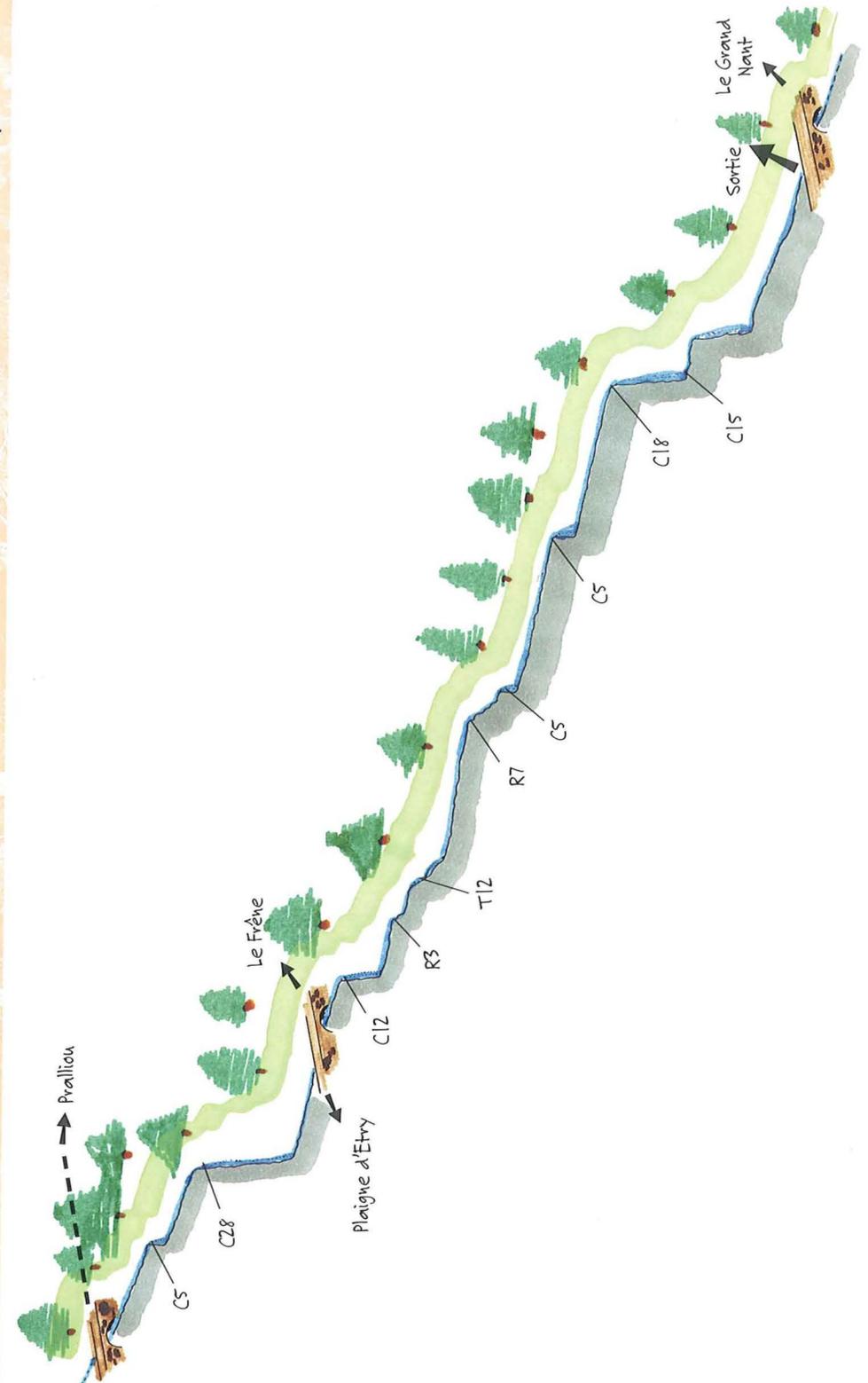
### Accès

De Taninges, suivre la D907, direction Samoëns. 1,5 km avant le carrefour Morillon-Verchaix, prendre une petite route pour Luche sur la gauche (croix). Laisser une voiture à la rivière et continuer le chemin carrossable le Grand Nant. Monter à Verchaix, prendre sur la gauche et encore à gauche pour Verchaix Haut. Arrivé à un virage en épingle à droite, poursuivre tout droit, direction le Chêne, le Frêne.

### Navette

Pour la 2<sup>e</sup> partie, laisser un véhicule après le Frêne et prendre à pied le petit chemin jusqu'au ravin.

## 13. Ravin d'Etry





## Cascades des Favrand

**Massif** : MONT-BLANC  
**Commune** : Chamonix  
**Carte IGN** : Chamonix 3630 OT

**Bassin versant** :  
*altitude maxi* : 3842 m  
*superficie* : 3,5 km<sup>2</sup>

TD/2



**Approche** : 1 h 30  
**Descente** : 7 h 00  
**Retour** : 0 h 00  
**HOD** : 9 h 00

**Alt. départ** : 1890 m  
**Dénivelée** : 620 m  
**Longueur** : 1500 m  
**Roche** : granit



**Barrage en amont** : non

**Qualité eau** : excellente

**Périodes idéales** : J F M A M J J A S O N D



2 x 50 m

### 1<sup>re</sup> descente connue

B. Hugon (Groupe Spéléo Hauteville-Lompnès), 1991.

### Description

Malgré le manque d'engagement, c'est une descente agréable avec de nombreuses cascades magnifiquement sculptées, le tout dans un cadre dont la renommée n'est plus à faire. La première partie jusqu'au confluent est constituée de petites cascades inclinées. Après le confluent, se trouve une partie encaissée avec un débit important. La dernière partie présente la plus grande cascade de 44 m. Pour certaines cascades, il est impossible d'éviter la gerbe d'eau qui devient un véritable assommoir !

### Caractère aquatique

Nombreuses cascades en goulotte avec un débit important dû à la fonte des glaciers. L'eau y est très froide.

### Engagement

Très nombreuses échappatoires, bien qu'il existe ponctuellement des portions engagées.

### Accès

Deux possibilités :

- 1) Prendre le téléphérique du Plan de l'Aiguille du Midi et descendre à vue pour rejoindre le départ du ruisseau à l'aplomb de l'Aiguille.
- 2) Prendre sur la droite de la plate-forme d'accès au tunnel du Mont-Blanc un bon sentier qui

monte au Plan de l'Aiguille. Après être passé vers un ancien baraquement (1685 m), rejoindre à vue le départ du ruisseau.

### Navette

Aucune.





## Gorges du Fier

**Massif** : ALBANAIS  
**Commune** : Lovagny  
**Carte IGN** : Annecy 3431 OT

**Bassin versant** :  
*altitude maxi* : 2360 m  
*superficie* : 300 km<sup>2</sup>

AD14



**Approche** : 0 h 15  
**Descente** : 1 h 00  
**Retour** : 0 h 30  
**HOD** : 14 h 00

**Alt. départ** : 350 m  
**Dénivelée** : 20 m  
**Longueur** : 250 m  
**Roche** : calcaire



**Barrage en amont** : oui

**Qualité eau** : correcte

**Périodes idéales** : J F M A M J J A S O N D



35 m

### 1<sup>re</sup> descente connue

L'aménagement des passerelles remonte à 1869.

### Description

Ce canyon est assez exceptionnel, de par ses creusements. Hélas, l'exploitation touristique limite son exploration sportive (**interdiction de mars à novembre**). C'est une course essentiellement aquatique, avec de longs biefs à la nage. La sortie est **impérative** avant la "Mer de Rochers", où le Fier s'engouffre sous des résidus de plaques calcaires assez impressionnantes. Nous conseillons donc d'équiper, au préalable, une corde à l'aval permettant de sortir de la gorge.

### Caractère aquatique

Un barrage EDF se situe à l'amont. Un niveau d'étiage est indispensable pour parcourir ce canyon.

### Engagement

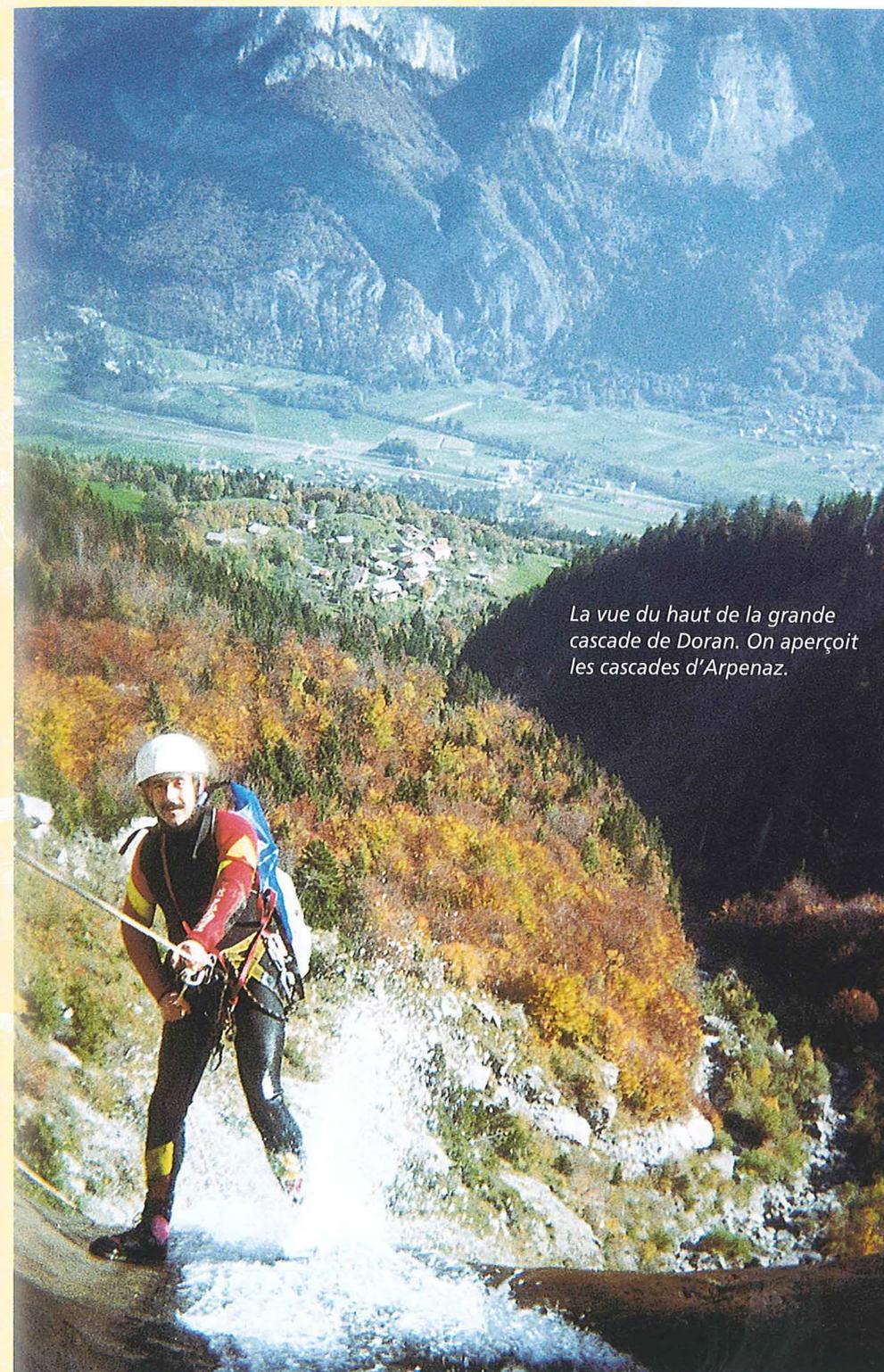
Aucune possibilité de sortir de la gorge, avant la "Mer de Rochers".

### Accès

A l'Ouest d'Annecy, aller jusqu'à Lovagny, puis suivre les pancartes du parcours touristique.

### Navette

Aucune.



La vue du haut de la grande cascade de Doran. On aperçoit les cascades d'Arpenaz.



## Canyon de la Filière

**Massif** : LES GLIERES  
**Commune** : Thorens Glières  
**Carte IGN** : Thorens 3430 O

**Bassin versant** :  
*altitude maxi* : 1900 m  
*superficie* : 60 km<sup>2</sup>

D12



**Approche** : 0 h 20  
**Descente** : 4 h 00  
**Retour** : 0 h 30  
**HOD** : 12 h 00

**Alt. départ** : 1200 m  
**Dénivelée** : 200 m  
**Longueur** : 750 m  
**Roche** : calcaire



**Barrage en amont** : non

**Qualité eau** : excellente

**Périodes idéales** : J F M A M J J A S O N D



2 x 50 m

### 1<sup>re</sup> descente connue

Spéléo-club d'Annemasse, 1988.

### Description

Partant du célèbre Plateau des Glières, la Filière s'encastre dans un joli canyon, situé lui-même au fond d'un ravin étroit. Les flancs escarpés sont recouverts d'une belle forêt de sapins, qui ont une fâcheuse tendance à finir leur vie au fond du canyon. Quelques grands rappels impliquent une bonne maîtrise des techniques de corde.

### Caractère aquatique

Pas de difficultés particulières, mais le débit peut devenir trop faible en arrière-saison.

### Engagement

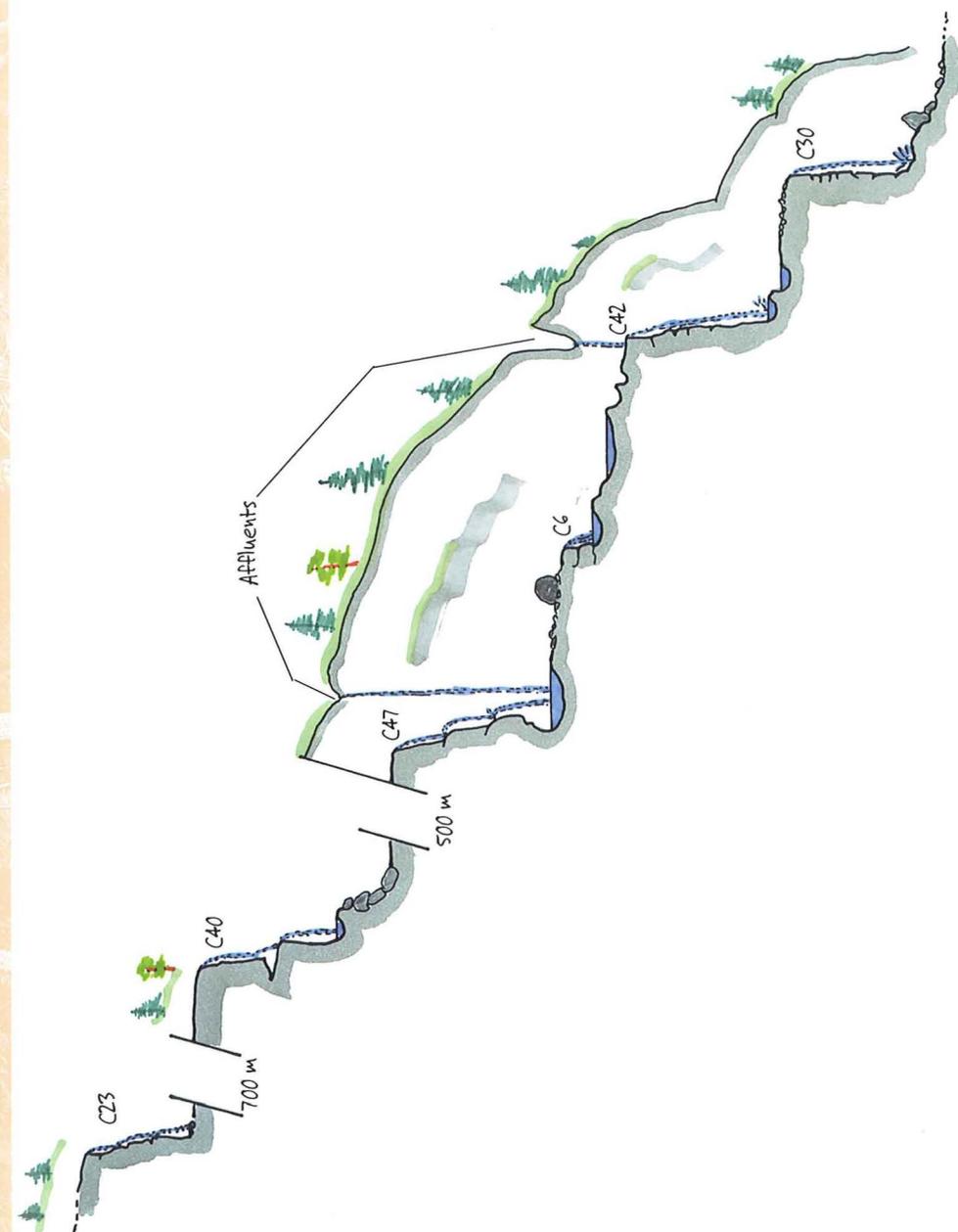
Possibilités d'échappatoires à différents endroits.

### Accès

De Thorens Glières, prendre la route du Plateau des Glières. Dès que l'on arrive sur le plateau et que la route redescend, prendre à droite, puis prendre de nouveau le premier chemin à droite vers les chalets. Continuer jusqu'au pont passant au-dessus de la Filière marquant le départ de la course en rive droite. Arrivé au bas du canyon, on trouve rapidement un bon chemin que l'on suit jusqu'à la voiture laissée en aval.

### Navette

Du hameau de la Verrerie, situé au bord de la Filière, remonter le chemin qui conduit au parking de la Diau (pancarte). Le terminus du canyon se situe environ 1,5 km en amont du ruisseau. On l'atteint facilement par un bon chemin interdit aux véhicules. Il est possible, depuis l'aval, de gagner le départ du canyon par des sentiers balisés (1h30).





# Canyon du Foron

<b>Massif</b> : CHABLAIS	<b>Bassin versant</b> :	<b>AD12</b>
<b>Commune</b> : Taninges	<i>altitude maxi</i> : 2240 m	
<b>Carte IGN</b> : Taninges 3529 Ouest	<i>superficie</i> : 9 km <sup>2</sup>	☹️
<b>Approche</b> : 0 h 00	<b>Alt. départ</b> : 1187 m	
<b>Descente</b> : 3 h 00	<b>Dénivelée</b> : 110 m	
<b>Retour</b> : 0 h 30	<b>Longueur</b> : 600 m	
<b>HOD</b> : 12 h 00	<b>Roche</b> : calcaire	🪄
<b>Barrage en amont</b> : non	<b>Qualité eau</b> : correcte	
<b>Périodes idéales</b> J F M A M J J A S O N D		2 x 30 m

**1<sup>re</sup> descente connue**  
?

### Description

C'est un canyon bien adapté à l'initiation, mais toutes

les techniques de cordes doivent être maîtrisées par celui qui mène la course. La première cascade est la plus délicate : main courante en RG, puis main courante en RD. La première vasque se saute de différentes hauteurs (jusqu'à 7 m). Sortir de la vasque en RG, car toutes les autres cascades sont équipées en main courante RG. Une succession de belles cascades de 5 à 30 m nous amène dans un grand cirque, où se termine la course. Le retour se fait sur un sentier en RD, puis en RG jusqu'au pont.

### Caractère aquatique

Seule la première partie présente des difficultés si le débit est trop important.

Toutes les autres cascades sont équipées hors crues.

### Engagement

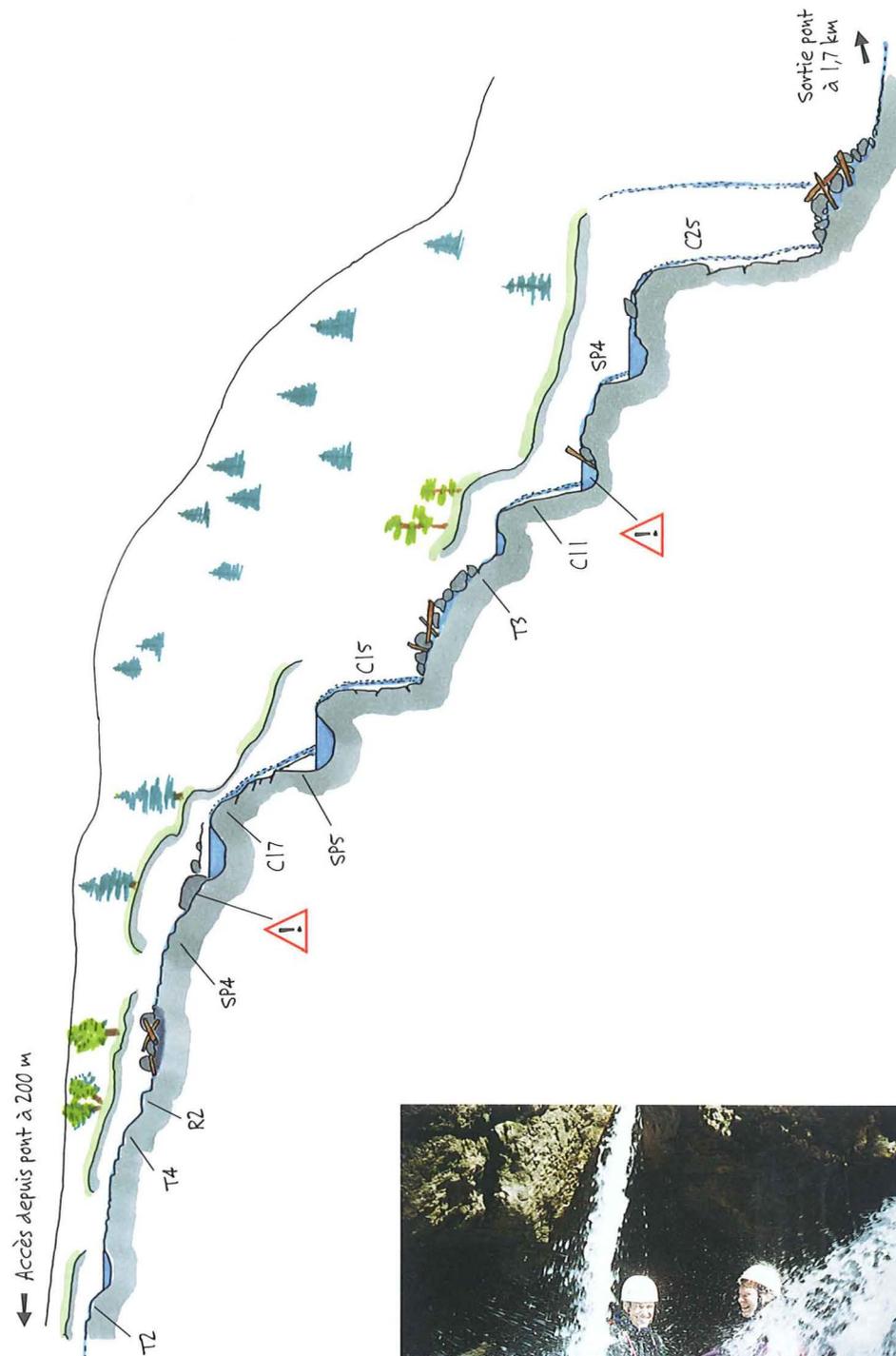
Canyon peu engagé, possibilité de sortir rive droite sur pratiquement tout le parcours.

### Accès

Après Taninges, prendre la direction des Gets D902. Au pont des Gets, tourner à gauche, direction Le Praz de Lys D307. Laisser une auto au pont du Moulin, qui correspond à l'arrivée du canyon. Reprendre la D328, sur 2 km, puis tourner à droite, direction Col de l'Encrenaz. Après 1,5 km, tourner à droite au petit pont : départ de la course.

### Navette

3 km.



# Cascades des Fours

**Massif** : ARAVIS  
**Commune** : Sallanches  
**Carte IGN** : La Clusaz 3430 ET

**Bassin versant** :  
*altitude maxi* : 2750 m  
*superficie* : 3 km<sup>2</sup>

TD14

 **Approche** : 3 h 00  
**Descente** : 7 h 00  
**Retour** : 0 h 00  
**HOD** : 8 h 00

**Alt. départ** : 1870 m  
**Dénivelée** : 806 m  
**Longueur** : 2,2 km  
**Roche** : calcaire



**Barrage en amont** : non

**Qualité eau** : excellente

**Périodes idéales** : J F M A M J J A S O N D



2 x 120 m



En haut de la grande cascade des Fours.

## 1<sup>re</sup> descente connue

Partie haute : H. FILLIETTAZ, spéléologue, 1994.

Partie basse : E. GELINEAU et S. ORY, Spéléo-club de Passy, 1998.

## Description

Très engagé, ce canyon a un profil vertical, car toute la progression se fait sans quitter la corde dans la 1<sup>re</sup> partie. Un bivouac est possible en haut de la cascade de 100 m, ce qui permet d'admirer le superbe coucher de soleil sur le massif du Mont-Blanc. Une dernière cascade de 40 m est possible, mais le profil en goulotte demande à être très vigilant. Il est possible de la court-circuiter en RD.

Après 1 heure de marche, nous accédons à la deuxième partie, très encaissée, et plus aquatique.

## Caractère aquatique

La réception dans la première C20 peut présenter un gros danger par fort débit (> 1 m<sup>3</sup>).

## Engagement

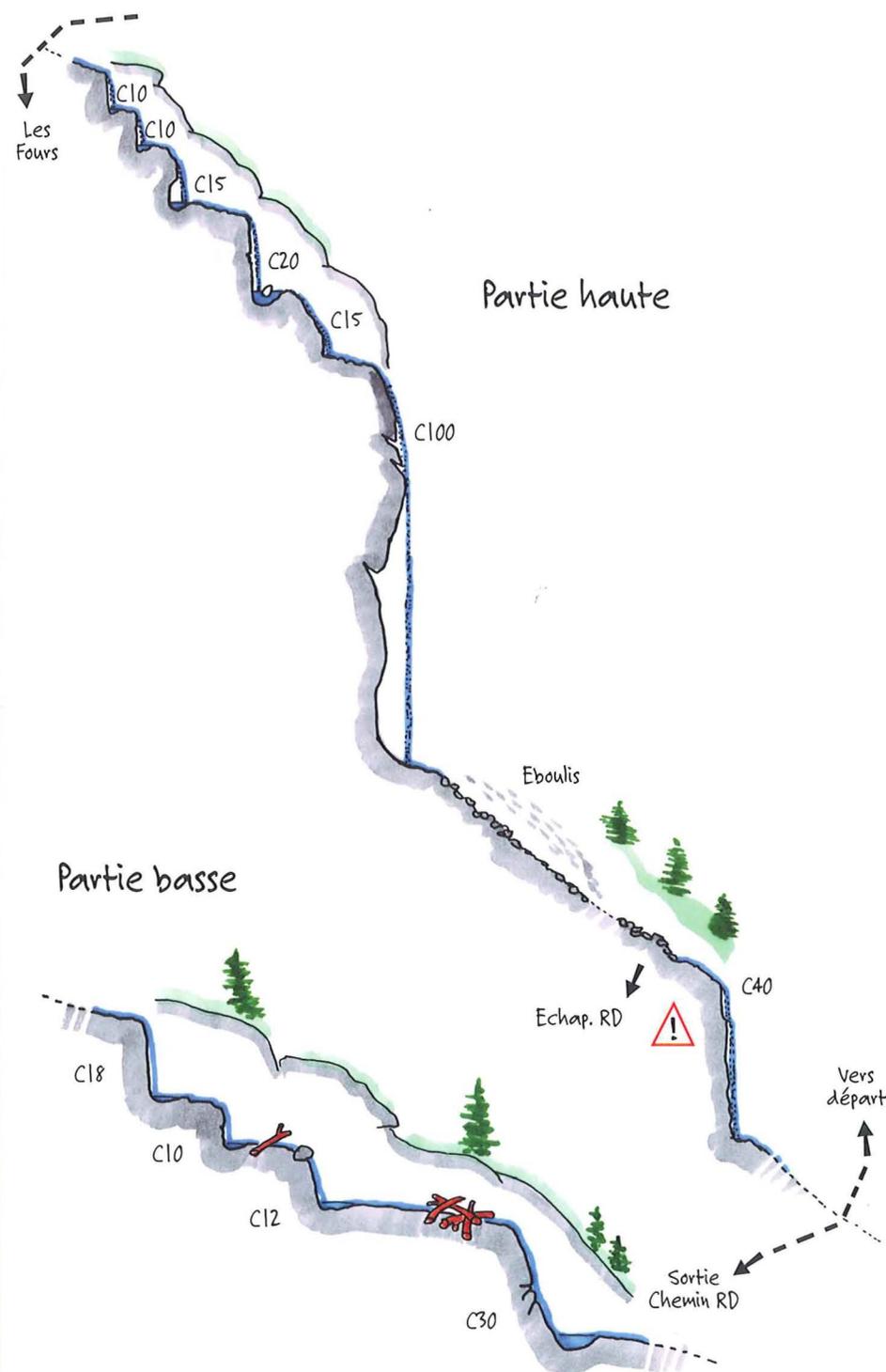
Une seule échappatoire est possible, en bas de la C100. Aucune échappatoire dans la 2<sup>e</sup> partie.

## Accès

De Sallanches, prendre la petite route qui monte à Sainte Anne-Bellecombe, puis laisser l'auto au Pont de la Flée. Prendre le sentier qui monte à la Pierre Fendue, passer sous la grande cascade des Fours, puis prendre le sentier de gauche, qui passe au-dessus des cascades en rive gauche (passage délicat).

## Navette

Aucune.





## Canyon de Frontenex

**Massif** : BAUGES  
**Commune** : Faverges  
**Carte IGN** : Les Bauges 3432 OT

**Bassin versant** :  
*altitude maxi* : 2064 m  
*superficie* : 6,3 km<sup>2</sup>

PD13



**Approche** : 0 h 00  
**Descente** : 0 h 20  
**Retour** : 0 h 05  
**HOD** : 13 h 00

**Alt. départ** : 673 m  
**Dénivelée** : 30 m  
**Longueur** : 100 m  
**Roche** : calcaire



**Barrage en amont** : non  
**Qualité eau** : correcte

**Périodes idéales** : J F M A M J J A S O N D



20 m

### 1<sup>re</sup> descente connue

Juan ESPEJO, spéléologue, 1983.

### Description

Ce canyon se trouve en face des cascades touristiques de Seythenex, cascades dont la descente est réalisable (corde de 40 m pour la C18), mais l'exploitation touristique impose une autorisation du propriétaire. Le canyon de Frontenex est un canyon miniature, avec un condensé des difficultés que l'on peut trouver dans un canyon : petites cascades, toboggans, marmites. Il est donc idéal pour l'initiation. On peut associer cette course avec le canyon de la Mine, qui se trouve dans le même secteur.

### Caractère aquatique

Le débit est relativement important et certaines cascades, bien que de faible hauteur, doivent être abordées avec précaution.

### Engagement

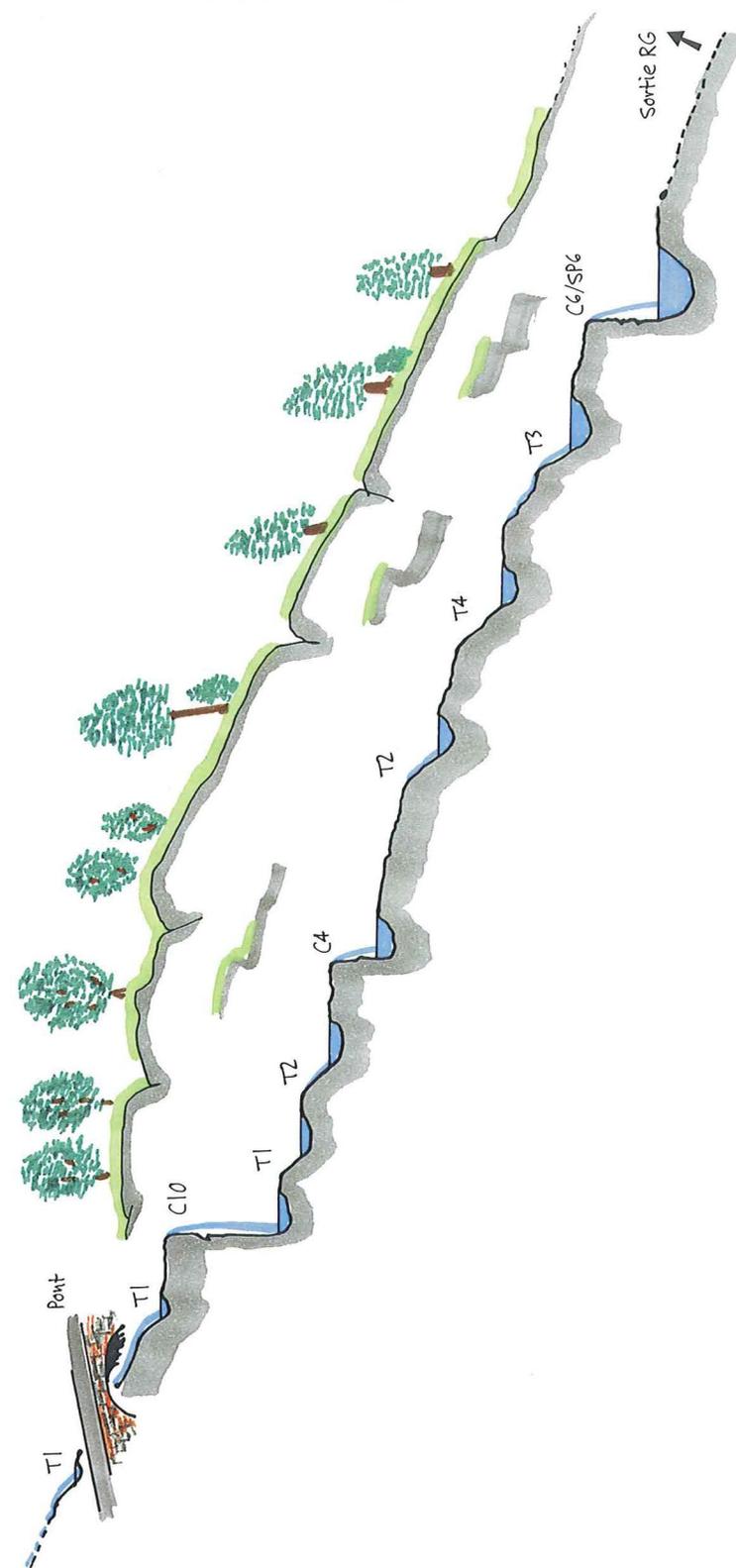
La descente se déroule entre deux parois étroites. Le canyon est très court, mais aucune échappatoire n'est possible.

### Accès

Du bout du Lac d'Annecy, aller à Faverges, puis prendre à droite la route du Col de Tamié (D12). A la sortie de Frontenex, un carrefour permet de monter aux Combes à gauche. S'arrêter à ce carrefour, quand la route enjambe le ruisseau. Se garer en respectant les propriétés privées. Accéder au canyon à l'amont du pont, en rive gauche.

### Navette

Aucune.



# Gorges du Giffre

**Massif** : FAUCIGNY  
**Commune** : Mieussy  
**Carte IGN** : Taninges 3529 Ouest

**Bassin versant** :  
*altitude maxi* : 3039 m  
*superficie* : 160 km<sup>2</sup>

PD/4

 **Approche** : 0 h 00  
**Descente** : 1 h 30  
**Retour** : 0 h 10  
**HOD** : 14 h 00

**Alt. départ** : 590 m  
**Dénivelée** : 90 m  
**Longueur** : 1,5 km  
**Roche** : calcaire



**Barrage en amont** : oui      **Qualité eau** : douteuse

**Périodes idéales** : J F M A M J J A S O N D



20 m

## 1<sup>re</sup> descente connue

Des spéléologues Lyonnais auraient fait la descente dans les années 30. Intégrale : Spéléo-club d'Annemasse, 1977.

## Description

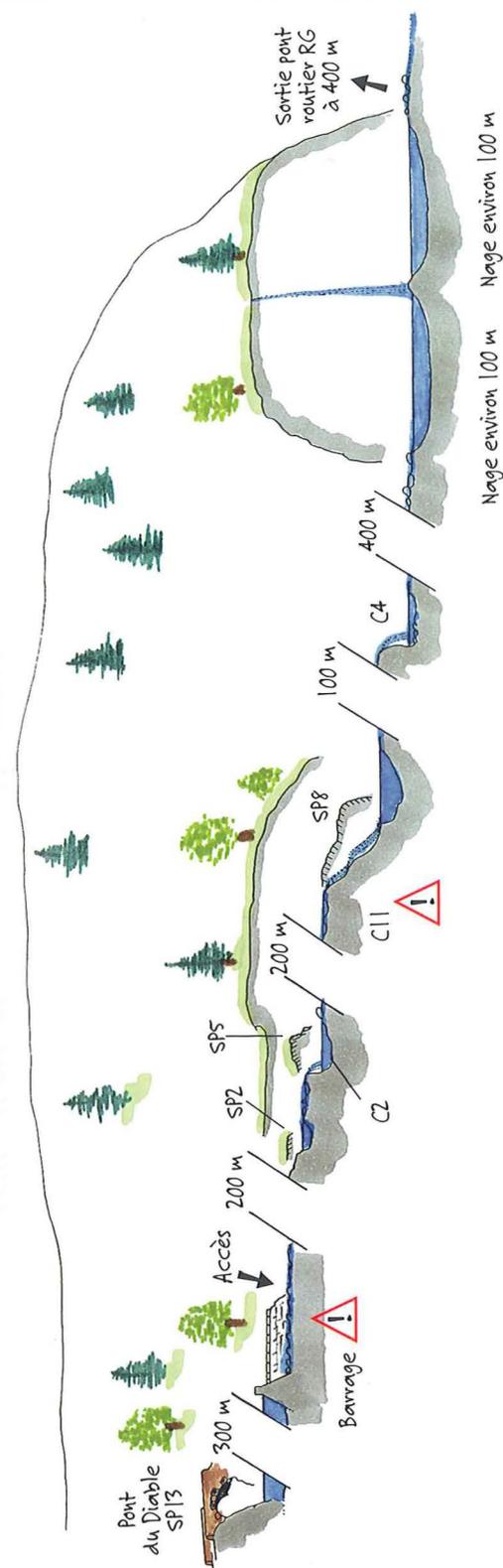
Canyon engagé, avec des risques dus au barrage EDF. Il faut absolument entreprendre la descente de ce fabuleux canyon avec un niveau d'eau très faible (1 à 2 m<sup>3</sup>/sec., car une seule échappatoire n'est possible, et les traces de crues sont impressionnantes (pointe à 350 m<sup>3</sup>/sec. !).



Des négociations avec les services d'EDF, la municipalité, la Préfecture et les pratiquants de l'activité ont permis d'aboutir à une réglementation permettant de descendre le canyon sous certaines conditions. Il est **obligatoire de téléphoner au 04 50 43 19 12**. Le répondeur vous précisera si la descente est possible ou non. La C6 et la C4 présentent les passages les plus délicats, l'installation de main courante RD est indispensable.

## Caractère aquatique

Ce canyon est très aquatique, avec plusieurs sauts et beaucoup de nage. Même avec un débit d'étiage (2 m<sup>3</sup>/sec.), les mouvements d'eau restent nombreux.



## 20. Gorges du Giffre

### Engagement

L'ambiance de ce magnifique canyon nous invite à ne pas y séjourner...

### Accès

En remontant la vallée du Giffre, à l'entrée de Mieussy, prendre la route direction Dessy-Ivoray. Après 200 m, prendre à droite : Le Pont du Diable. Laisser l'auto à l'ancien pont (saut possible de 12 m), et s'engager dans le canyon à l'aval du barrage EDF.

### Navette

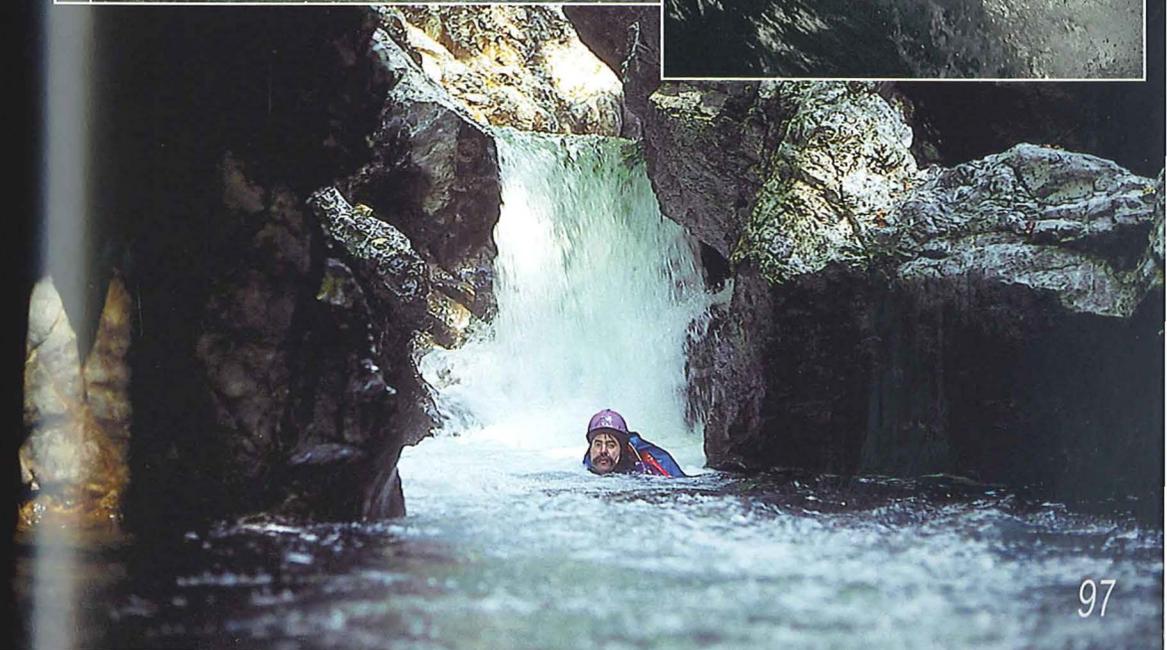
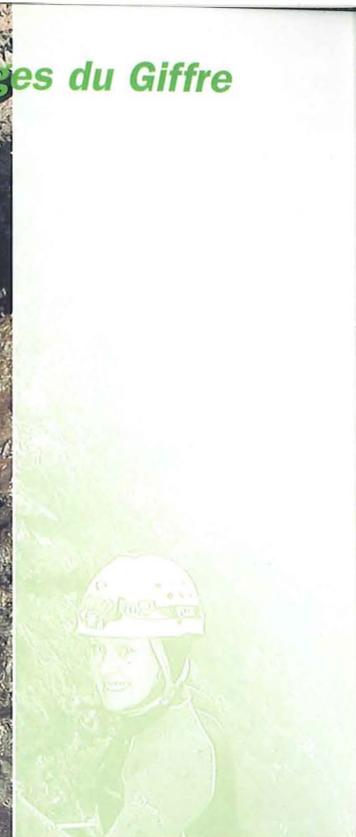
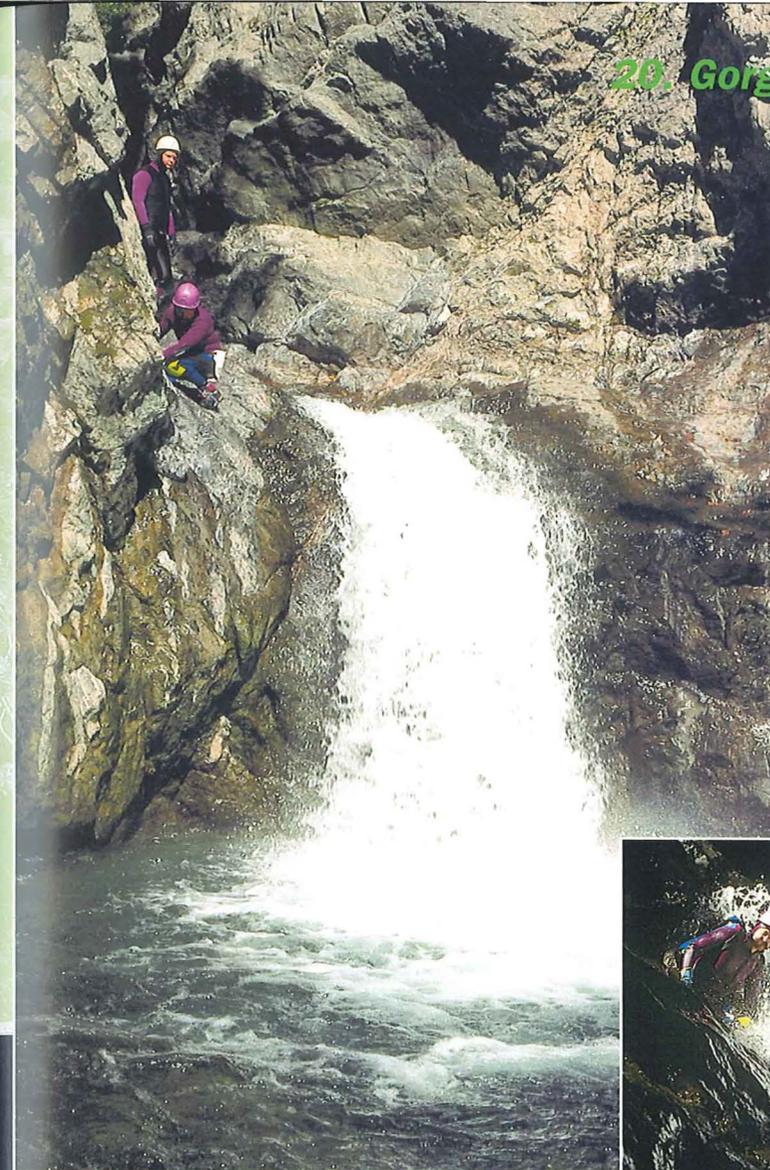
Laisser une auto au pont (D26), devant l'ancienne usine du Giffre. Navette de 5 km.

### Réglementation

Arrêté Municipal et Arrêté Préfectoral. Une information précise est faite sur un panneau à l'entrée.



## 20. Gorges du Giffre



# Canyon du Glapet

**Massif** : MONT-BLANC  
**Commune** : Megève  
**Carte IGN** : Megève 3531 OT

**Bassin versant** :  
*altitude maxi* : 2500 m  
*superficie* : 13 km<sup>2</sup>

AD12



**Approche** : 0 h 00  
**Descente** : 2 h 00  
**Retour** : 0 h 45  
**HOD** : 11 h 00

**Alt. départ** : 1310 m  
**Dénivelée** : 160 m  
**Longueur** : 1,3 km  
**Roche** : gneiss



**Barrage en amont** : non

**Qualité eau** : polluée

**Périodes idéales** : J F M A M J J A S O N D



20 m

## 1<sup>re</sup> descente connue

?

## Description

Ce sont des petites gorges propices à une balade aquatique, entrecoupées de quelques cascades ne dépassant pas 10 m. Elles pourraient servir à l'initiation si l'eau était moins polluée !

## Caractère aquatique

Les bassins sont peu profonds, mais certaines cascades rappellent par fort débit.

## Engagement

Deux courtes parties sont réellement encaissées.

## Accès

Depuis Megève, prendre la direction du Mont d'Arbois. Après le hameau du Maz, aller en direction du Four et s'arrêter 250 m après le hameau du Maz, au pont qui enjambe le Glapet.

Au retour, sortir des gorges rive gauche, à l'aplomb du câble de la télécabine, et rejoindre la route, puis le chemin qui ramène au pont.

## Navette

Aucune.





## Canyon de la Mine

**Massif** : BAUGES  
**Commune** : Doussard  
**Carte IGN** : Anancy 3431 OT

**Bassin versant** :  
*altitude maxi* : 1774 m  
*superficie* : 5 km<sup>2</sup>

AD13



**Approche** : 1 h 15  
**Descente** : 2 h 30  
**Retour** : 0 h 15  
**HOD** : 12 h 00

**Alt. départ** : 1000 m  
**Dénivelée** : 250 m  
**Longueur** : 200 m  
**Roche** : calcaire



**Barrage en amont** : non

**Qualité eau** : correcte

**Périodes idéales** : J F M A M J J A S O N D



80 m

### 1<sup>re</sup> descente connue

G. GERMAIN, Spéléo-club de Duingt, 1981.

### Description

C'est un joli canyon composé d'une série de belles cascades, présentant des creusements remarquables dans les calcaires urgoniens.

Un seul saut de 11 m agrémenté la descente.

Les bassins d'alimentation étant de faible altitude, ce canyon est praticable tôt dans la saison.

En haut de la gorge, se trouve une maison abandonnée qui correspond aux installations de l'ancienne mine de charbon, qui a cessé de fonctionner après la dernière guerre.

Un puits d'entrée de 80 m de profondeur est maintenant complètement noyé et sert de perte pour

le ruisseau, et par fortes eaux, réurge par les sorties basses de la mine, dont les portes sont visibles de la route.

### Caractère aquatique

Les bassins sont peu profonds, mais certaines cascades peuvent rappeler par fort débit.

### Engagement

Dans la partie très verticale, les échappatoires sont délicates.

### Accès

De Doussard, aller jusqu'à Duingt puis, au bout du lac, tourner à droite jusqu'à Lathuille. Prendre la direction Saury. Se garer devant le panneau d'information touristique, sur la droite. Prendre le chemin qui monte, et suivre le sentier, en passant

la petite passerelle à droite, et monter jusqu'à la grosse piste carrossable. Puis prendre cette piste à gauche. Lorsque la piste surplombe la rivière en contrebas à gauche, descendre jusqu'au départ.

### Navette

Aucune.





## Canyon de Montmin

**Massif** : BORNES  
**Commune** : Montmin  
**Carte IGN** : Anney 3431 OT

**Bassin versant** :  
*altitude maxi* : 2350 m  
*superficie* : 10 km<sup>2</sup>

PD/2



**Approche** : 0 h 10  
**Descente** : 3 h 00  
**Retour** : 0 h 10  
**HOD** : 13 h 00

**Alt. départ** : 710 m  
**Dénivelée** : 200 m  
**Longueur** : 1,2 km  
**Roche** : calcaire



**Barrage en amont** : non

**Qualité eau** : correcte

**Périodes idéales** : J F M A M J J A S O N D



30 m

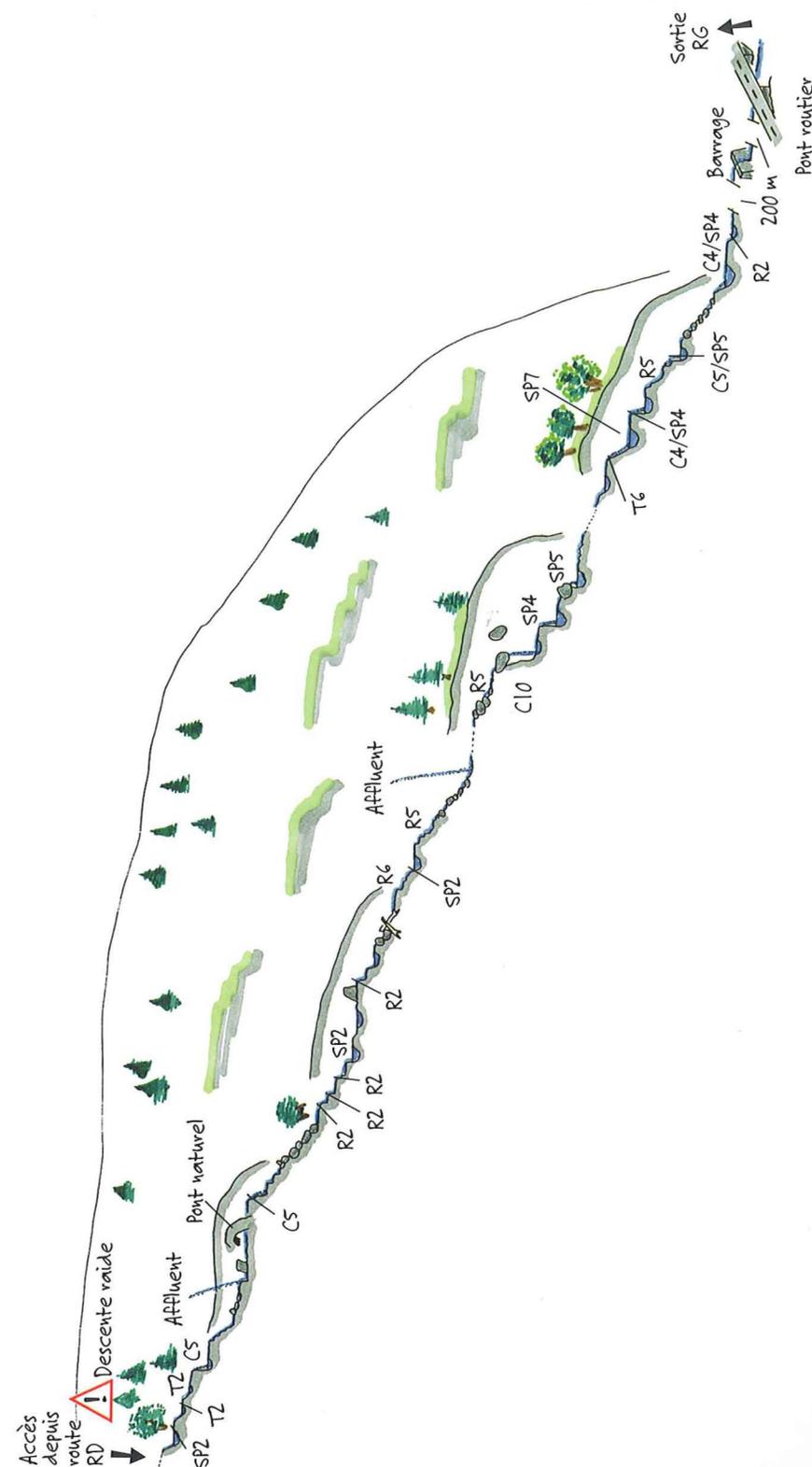
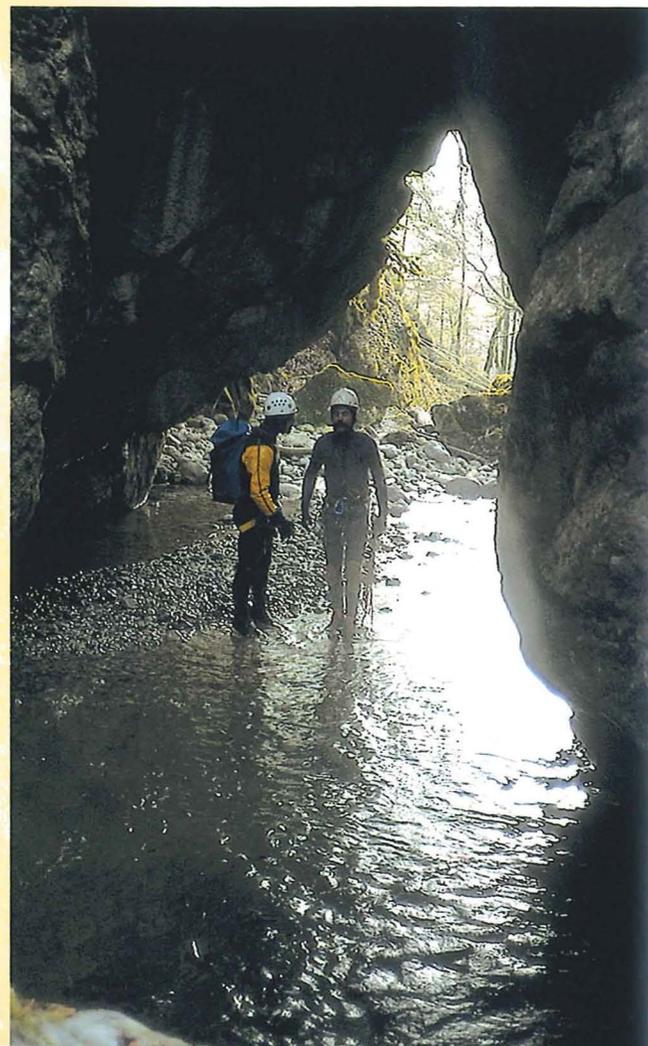
### 1<sup>re</sup> descente connue

Juan ESPEJO, spéléologue,  
1985.

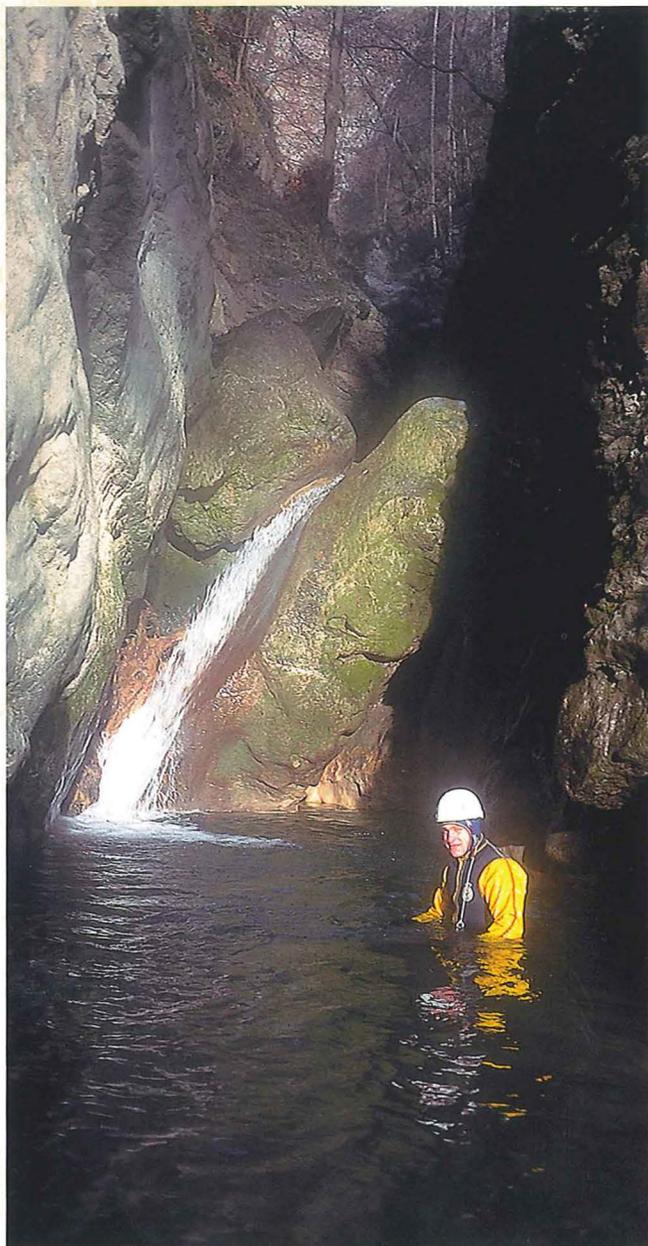
### Description

Canyon sympathique, présentant une succession de petites cascades et toboggans, avec une eau claire. Le cadre est très beau et présente des particularités karstiques typiques : grottes, résurgences avec tuf, failles avec rejet, charnières... Il est déconseillé de le pratiquer en pleine saison car très fréquenté par les professionnels du guidage.

Nous le conseillons dans la même journée, après avoir descendu le canyon d'Angon.



## 23. Canyon de Montmin



### Caractère aquatique

La C10 est dangereuse en cas de fort débit : branchages, rappels... Les vasques sont peu profondes dans l'ensemble.

### Engagement

Echappatoires difficiles mais possibles tout au long de la course RD, sauf dans la zone des grottes.

### Accès

Aller jusqu'au bout du lac d'Annecy. Après Doussard, prendre à gauche, et traverser le village de Vésonne. Prendre la D42 qui monte à Montmin sur 2,5 km. Arrêtez-vous sur le parking, devant l'oratoire.

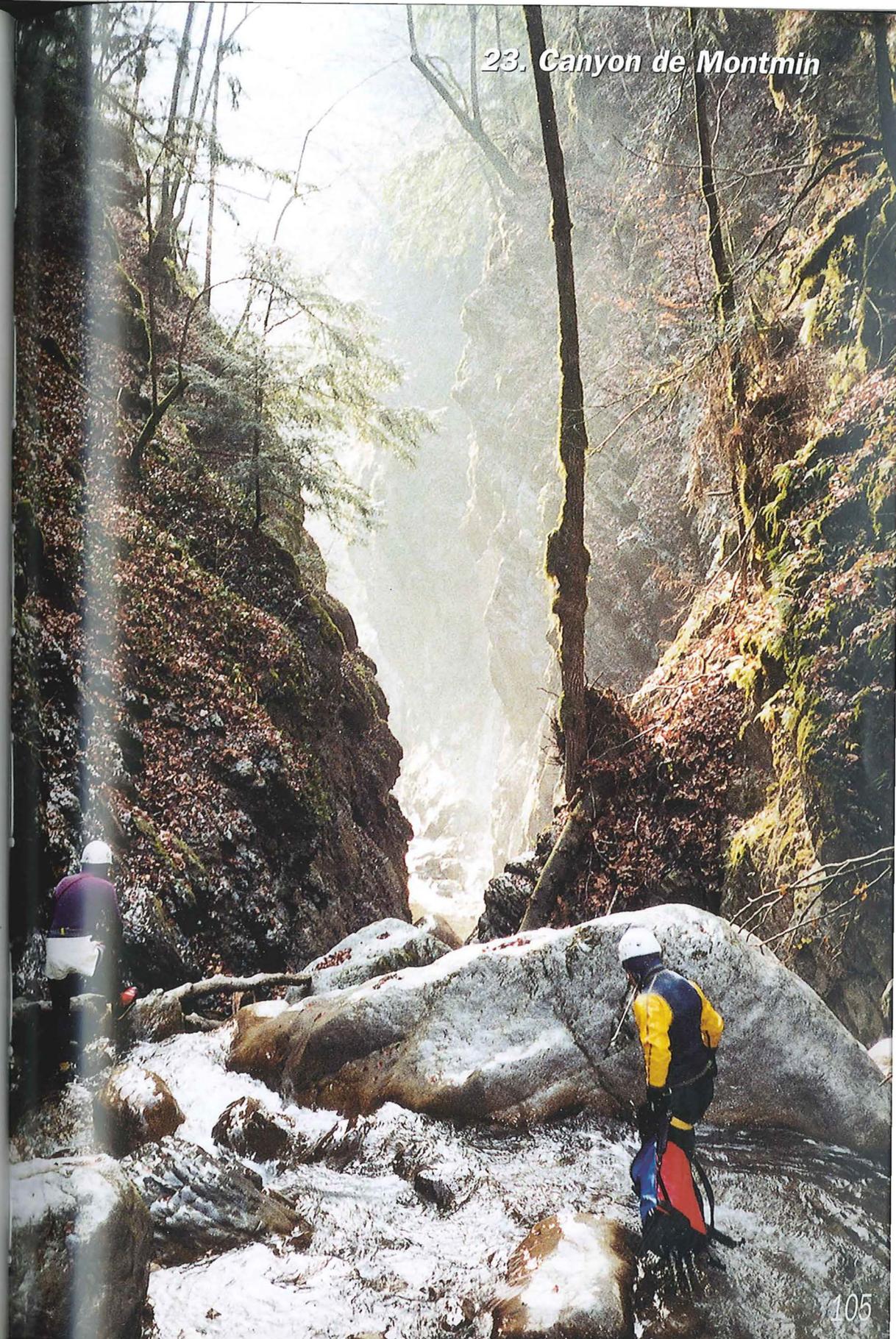
Rejoindre le canyon en contrebas par un sentier très raide, corde en main courante conseillée.

### Navette

Laisser une auto à Vésonne, en respectant les propriétés privées !

Un parking est possible à la sortie du village, vers le transformateur. Navette de 2,5 km.

## 23. Canyon de Montmin





## Cascades de Morette

**Massif** : DES BORNES  
**Commune** : Thônes  
**Carte IGN** : Anancy 3431 OT

**Bassin versant** :  
*altitude maxi* : 1864 m  
*superficie* : 9 km<sup>2</sup>

AD12



**Approche** : 0 h 30  
**Descente** : 1 h 30  
**Retour** : 0 h 00  
**HOD** : 14 h 00

**Alt. départ** : 750 m  
**Dénivelée** : 150 m  
**Longueur** : 500 m  
**Roche** : calcaire



**Barrage en amont** : oui

**Qualité eau** : correcte

**Périodes idéales** : J F M A M J J A S O N D



2 x 50 m

### 1<sup>re</sup> descente connue

?

### Description

C'est un petit canyon à tendance très verticale. Il ne présente pas de grandes difficultés. Si vous vous équipez de deux lampes frontales, nous vous conseillons de faire la petite traversée de Morette, en remontant par la résurgence basse, et en remontant jusqu'au siphon (20 min). Ce réseau est un haut lieu de la plongée spéléo, avec 300 m de siphons et 3 km de galeries post-siphon.

### Caractère aquatique

Les cascades peuvent s'équiper hors crues.

### Engagement

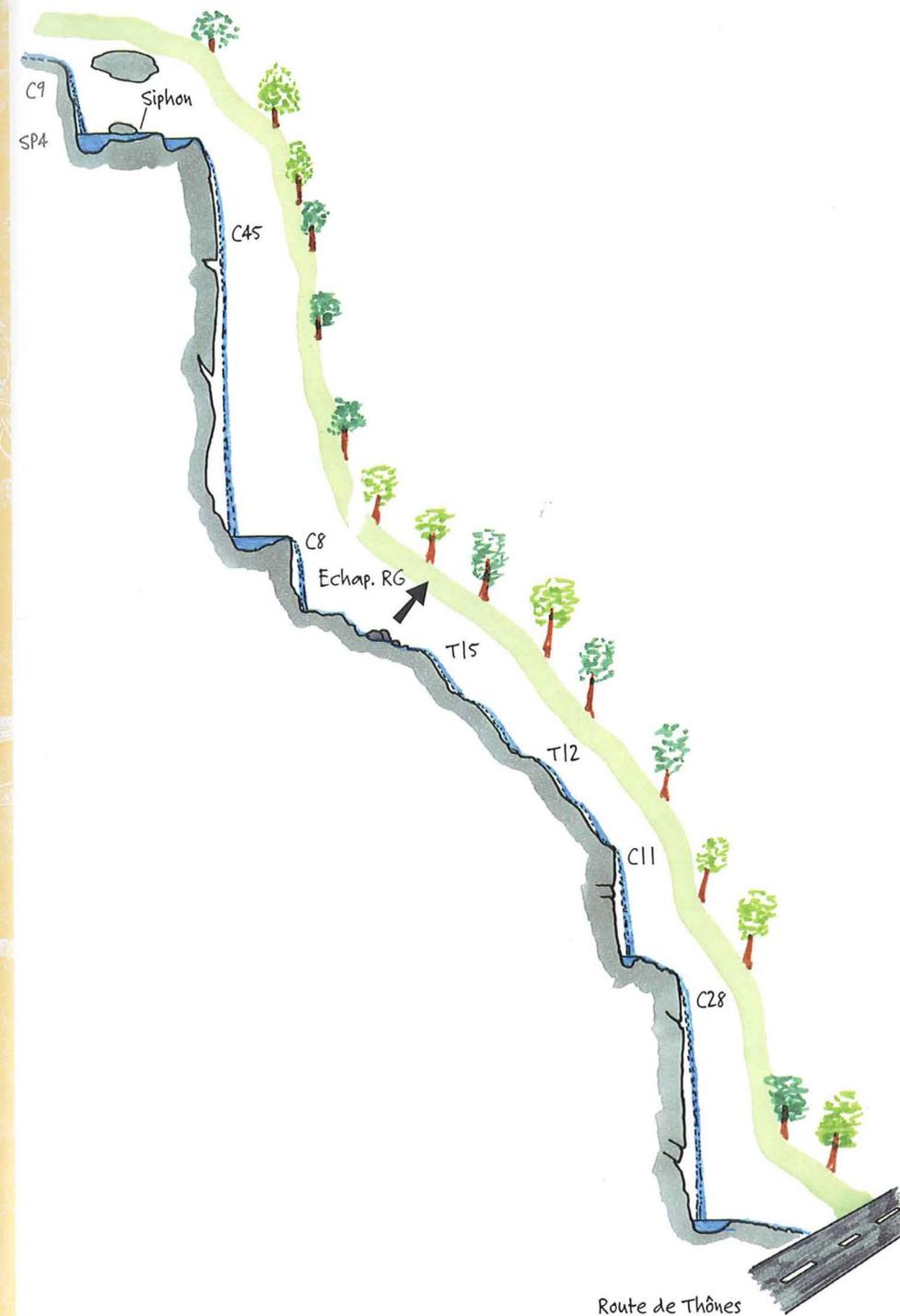
Un sentier suit les cascades tout le long de la descente, rive gauche.

### Accès

A partir d'Annecy, prendre la route de Thônes (D909), et lorsque la route traverse le Fier, tourner à gauche pour se garer après la scierie. Prendre le GR96 jusqu'à sur le replat, pour descendre rejoindre le ruisseau vers l'énorme bloc posé en travers du canyon. Attention, il ne faut pas suivre le sentier des cascades car il vous emmènerait au pied de la C45.

### Navette

Aucune.





# Canyon du Nant d'Orlier

**Massif** : GRAND MASSIF  
**Commune** : Magland  
**Carte IGN** : Samoëns 3530 ET

**Bassin versant** :  
*altitude maxi* : 1882 m  
*superficie* : 7,9 km<sup>2</sup>

**TD/3**



**Approche** : 0 h 10  
**Descente** : 5 h 00  
**Retour** : 0 h 05  
**HOD** : 9 h 00

**Alt. départ** : 1100 m  
**Dénivelée** : 550 m  
**Longueur** : 1300 m  
**Roche** : calcaire



**Barrage en amont** : non

**Qualité eau** : polluée

**Périodes idéales** : J F M A M J J A S O N D



2 x 70 m

## 1<sup>re</sup> descente connue

C. RUFY, M. BALTHAZAR,  
 R. MAGNIN (Spéléo-club  
 d'Annemasse), 1992.

## Description

La décharge au début du canyon donne une image assez lamentable d'une station dite "touristique". Canyon à profil vertical (11 rappels), avec de superbes creusements. C'est une course d'envergure qu'il ne faut pas sous-estimer.

## Caractère aquatique

Pas de passage aquatique, mais un danger réel en cas de fort débit.

## Engagement

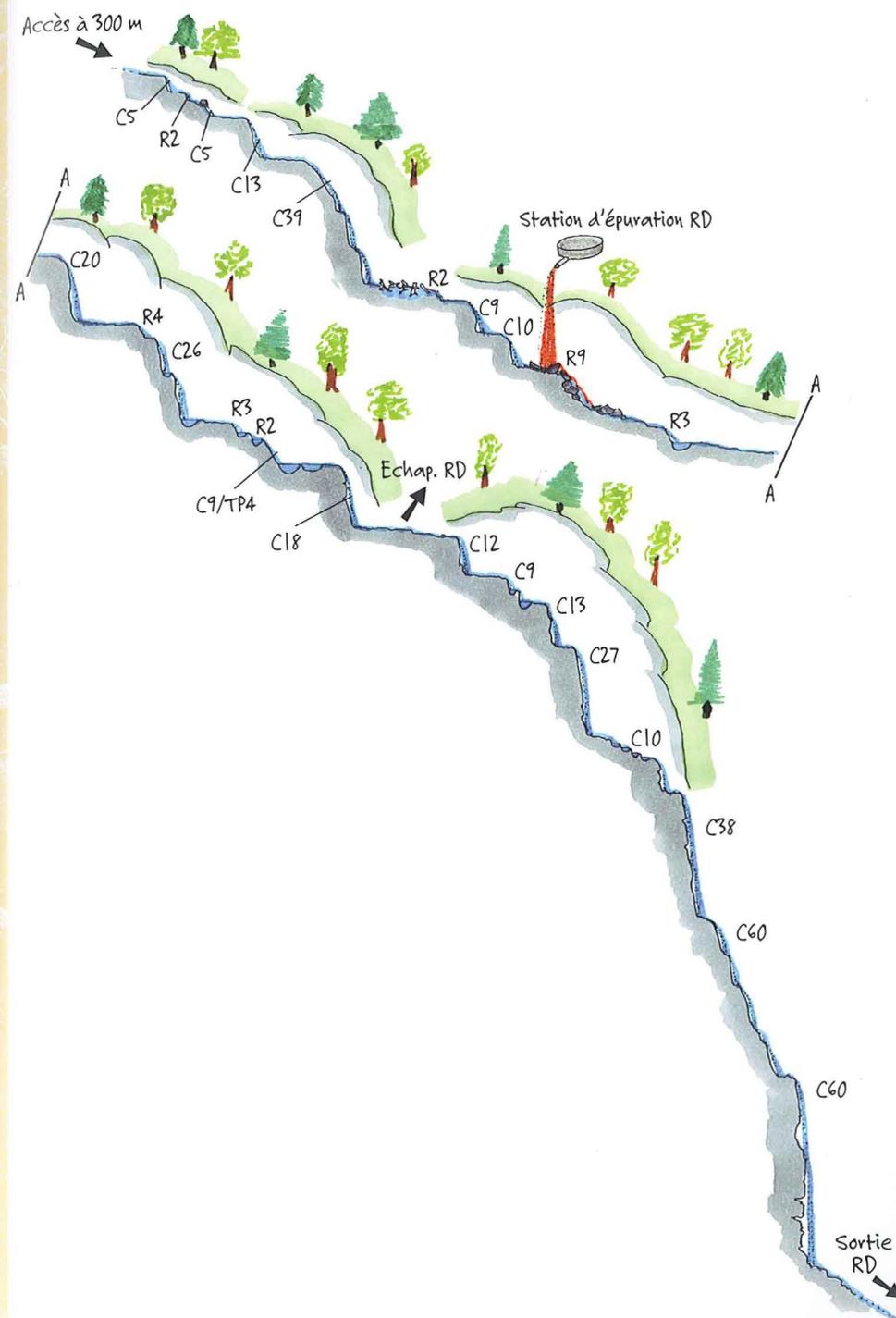
Une seule échappatoire possible, avant la C10 et C60 RD rejoignant un sentier en vire, utilisé par les grimpeurs pour accéder aux rochers de Gérats.

## Accès

A la sortie du village des Carroz D106, direction Flaine, s'arrêter 200 m après le pont qui enjambe la petite rivière. S'engager sur le sentier, direction Bellegarde, pour le quitter au bout de 100 m à droite, et rejoindre la rivière.

## Navette

Laisser une auto au parking de Magland, sur la droite, 100 m après le cimetière. Navette de 20 km.





## Nant de la Rippaz

**Massif** : GRAND MASSIF  
**Commune** : Sallanches  
**Carte IGN** : Samoëns 3530 ET

**Bassin versant** :  
*altitude maxi* : 2337 m  
*superficie* : 3 km<sup>2</sup>

AD12



**Approche** : 1 h 15  
**Descente** : 3 h 00  
**Retour** : 0 h 15  
**HOD** : 10 h 00

**Alt. départ** : 1250 m  
**Dénivelée** : 450 m  
**Longueur** : 1000 m  
**Roche** : calcaire



**Barrage en amont** : non

**Qualité eau** : excellente

**Périodes idéales** : J F M A M J J A S O N D



50 m

### 1<sup>re</sup> descente connue

Intégrale : CAF de Chedde  
 (B. CHANTREL,  
 J.-L. ALLERA), 1991.

### Description

Le cadre y est grandiose, avec l'aiguille de la Croix de Fer en arrière-plan. Torrent de montagne encombré de nombreux troncs d'arbres. La progression est délicate dans des blocs et des dalles glissantes. La sortie se fait par un sentier RD, dès que l'on rencontre le premier régulateur de débit.

### Caractère aquatique

Au printemps, il y a beaucoup d'eau, mais très peu en été. Attention aux orages car beaucoup de cascades sont creusées en goulottes. Quelques marmites en bas des cascades, mais aucun saut possible.

### Engagement

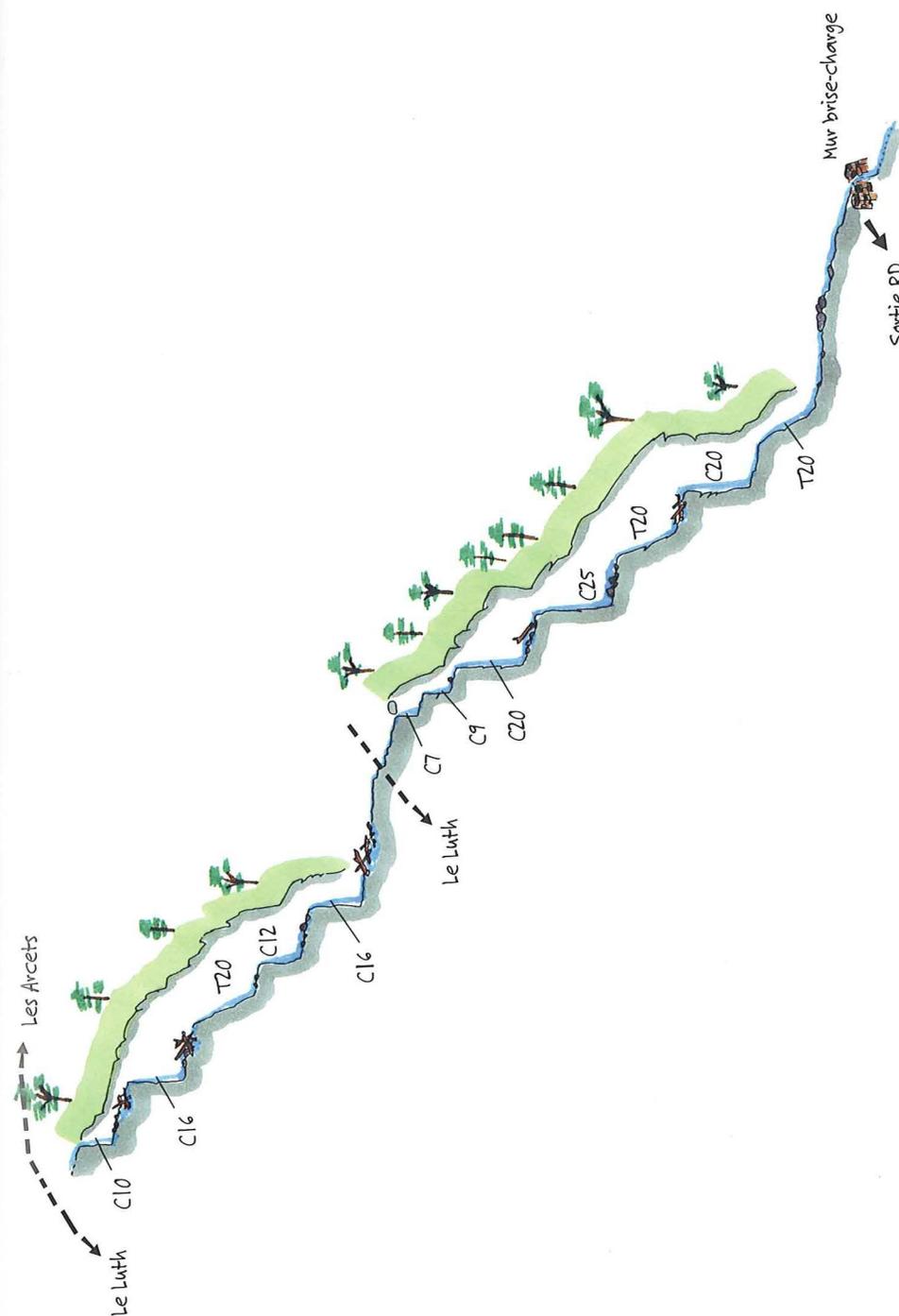
Possibilité de sortir RD à différents niveaux.

### Accès

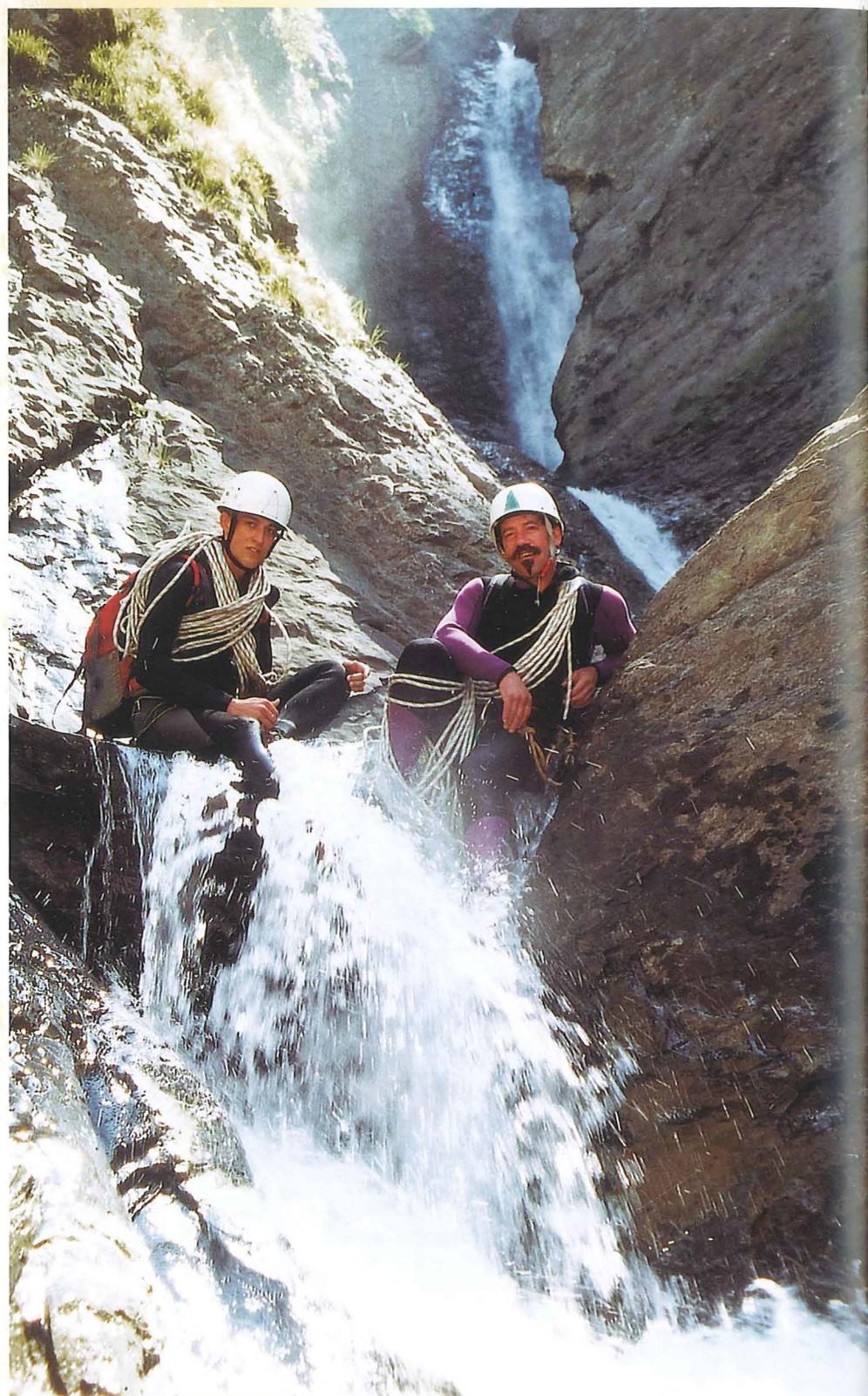
De la RN205, entre Sallanches et Cluses, emprunter une petite route qui conduit au village de Luth. Après la Chapelle, dans une épingle, prendre à droite et se garer là. A pied, suivre un chemin qui mènera aux granges de Luth, puis à un chalet forestier. Prendre à droite en direction de la Pierre à l'Ours, et continuer le chemin jusqu'à la rencontre du Nant, sous la Croix de Fer.

### Navette

Aucune.



26. Nant de la Rippaz



27. Cascades de Nyon





# Cascades de Nyon

**Massif** : CHABLAIS  
**Commune** : Morzine  
**Carte IGN** : Morzine 3528 ET

**Bassin versant** :  
*altitude maxi* : 2019 m  
*superficie* : 8 km<sup>2</sup>

AD12



**Approche** : 0 h 05  
**Descente** : 2 h 30  
**Retour** : 0 h 05  
**HOD** : 13 h 00

**Alt. départ** : 1130 m  
**Dénivelée** : 150 m  
**Longueur** : 400 m  
**Roche** : calcaire



**Barrage en amont** : non  
**Qualité eau** : correcte

**Périodes idéales** : J F M A M J J A S O N D



50 m



## 1<sup>re</sup> descente connue

Guides locaux.

## Description

Petit canyon d'initiation. Quelques endroits sont pollués par la présence de déchets divers. Attention aux morceaux de ferraille et aux branches pouvant se trouver au fond de certaines vasques. Le canyon se termine par une jolie cascade de 22 m se jetant dans un beau bassin.

## Caractère aquatique

Certaines cascades peuvent poser des problèmes en cas de fort débit. Eau froide, pas de nage.

## Engagement

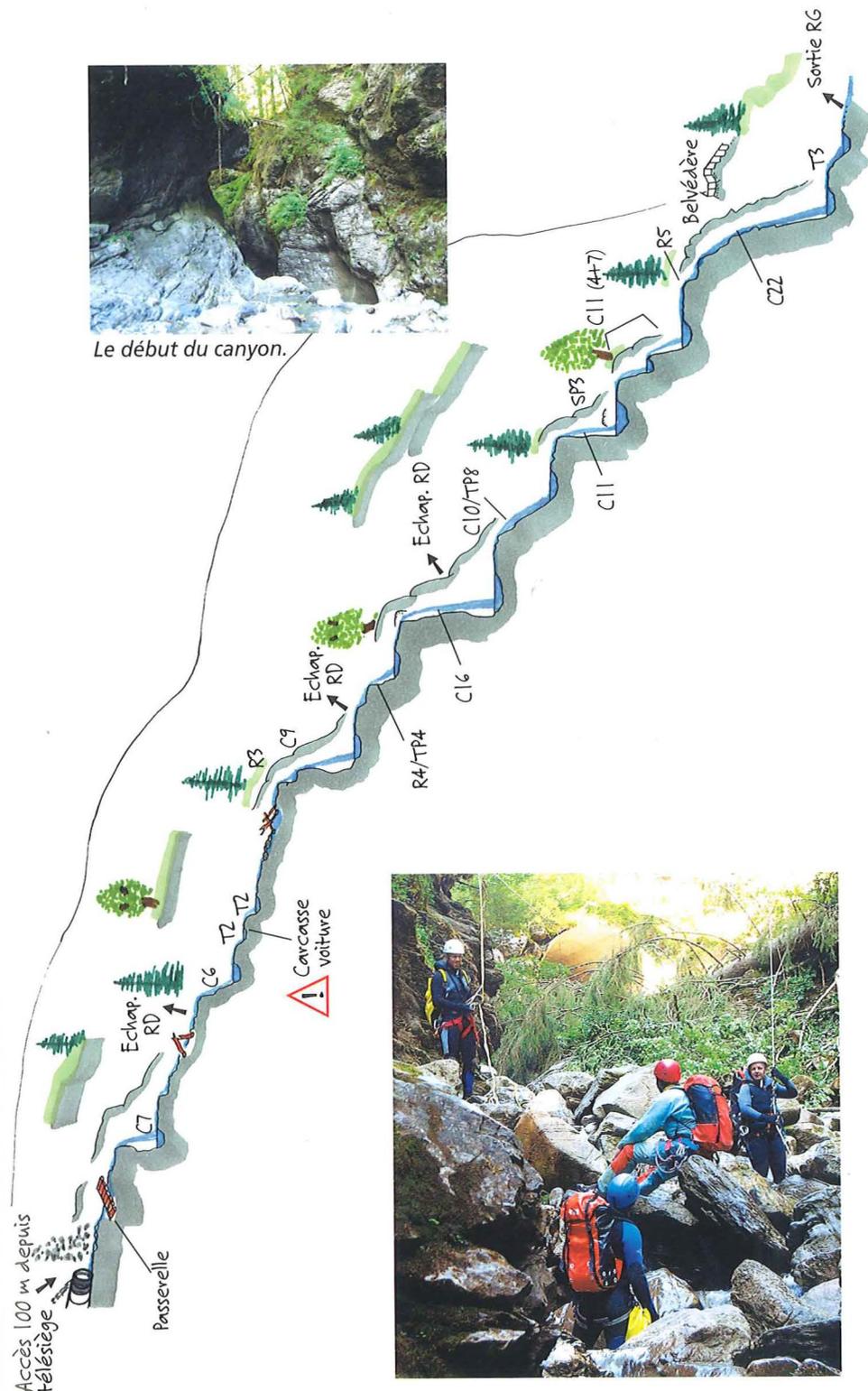
Des échappatoires existent tout le long du parcours.

## Accès

De Morzine, prendre la D354 vers le sud en direction du col de Joux Plane. Passer les Grangettes et s'arrêter à gauche dans une grande courbe à droite au niveau d'une passerelle métallique. Passer sous la route par un tunnel et descendre en rive gauche par un sentier.

## Navette

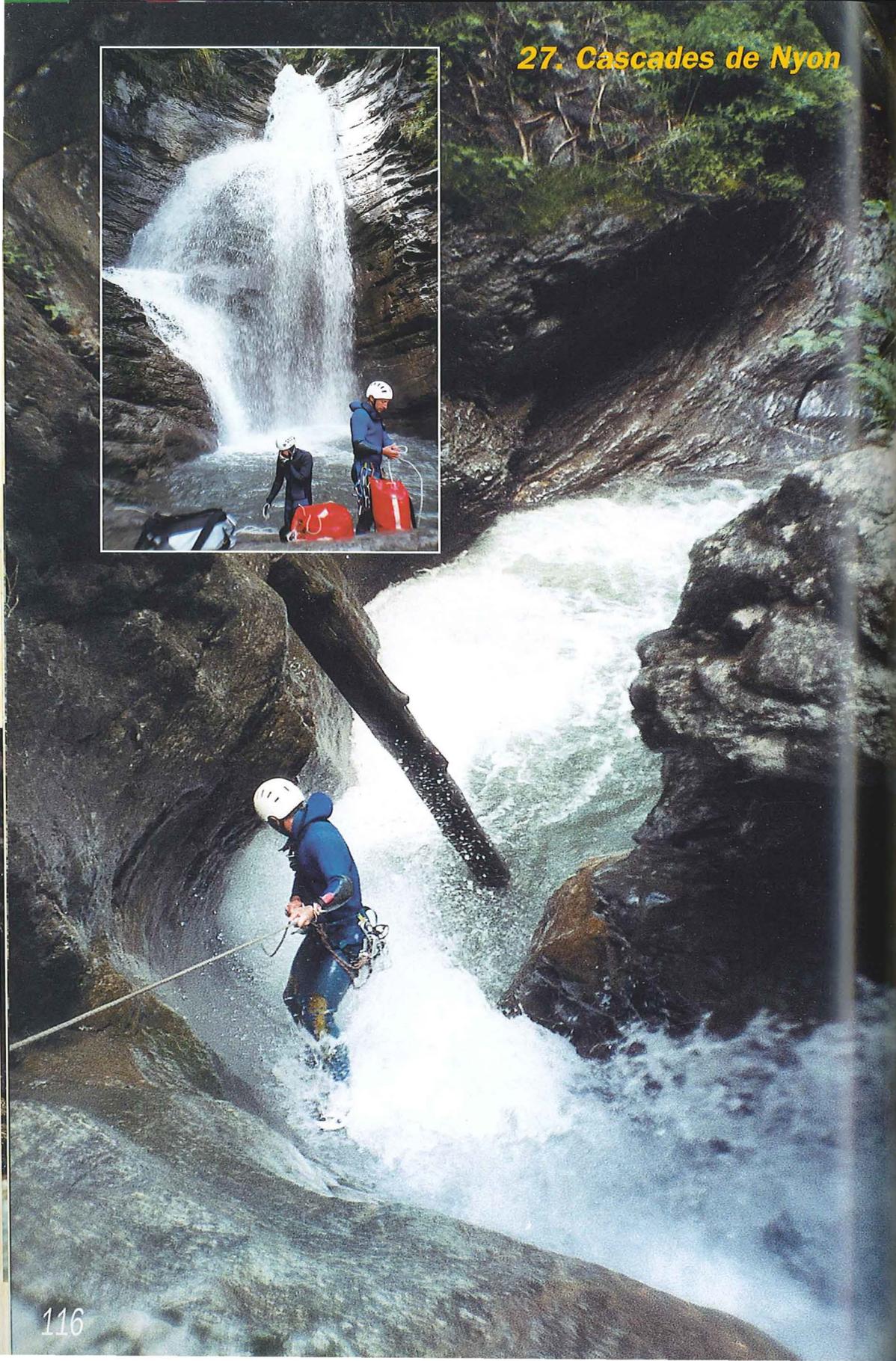
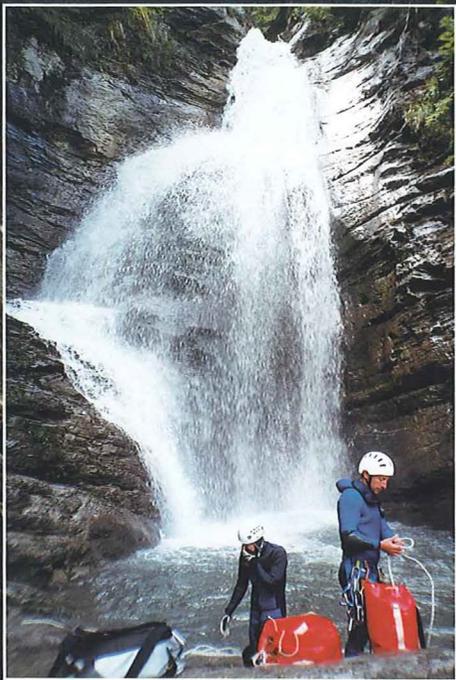
A l'aval, laisser une voiture au parking du téléphérique de Nyon (accès fléché depuis Morzine). 3 km par la route ou un quart d'heure par le sentier.



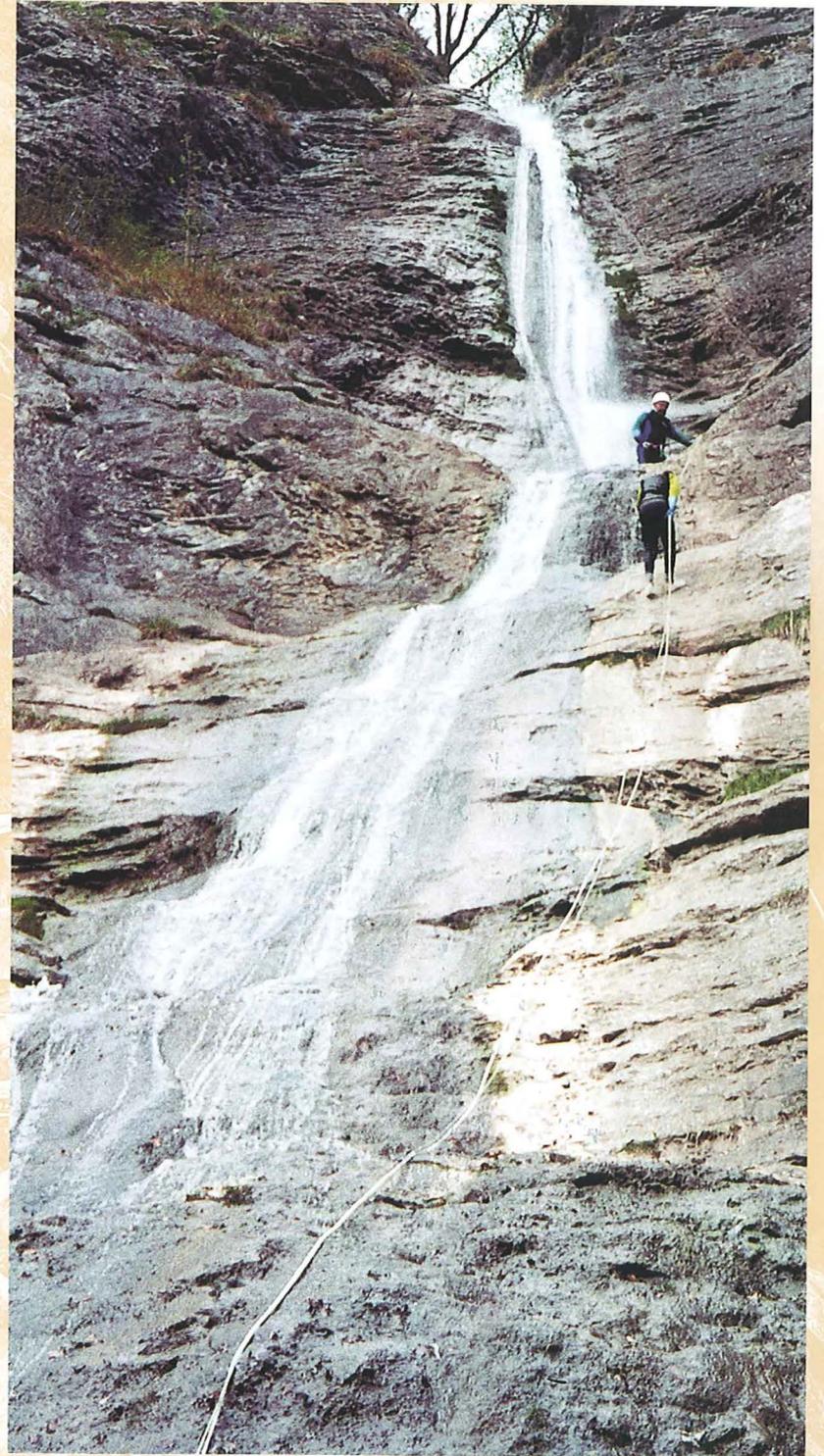
Le début du canyon.



**27. Cascades de Nyon**



**28. Cascades d'Oëx**



*Les cascades  
d'Oëx,  
idéales pour  
l'initiation.*



## Cascades d'Oëx

**Massif** : GRAND MASSIF  
**Commune** : Magland  
**Carte IGN** : Samoëns 3530 ET

**Bassin versant** :  
*altitude maxi* : 2034 m  
*superficie* : 2,8 km<sup>2</sup>

AD12



**Approche** : 0 h 00  
**Descente** : 1 h 30  
**Retour** : 0 h 05  
**HOD** : 14 h 00

**Alt. départ** : 710 m  
**Dénivelée** : 180 m  
**Longueur** : 300 m  
**Roche** : calcaire



**Barrage en amont** : non

**Qualité eau** : polluée

**Périodes idéales** : J F M **A M J J A S O N D**



2 x 40 m

### 1<sup>re</sup> descente connue

?

### Description

C'est une bonne initiation pour ceux qui souhaitent commencer à passer en tête dans une petite série de verticales. La vue sur la vallée de l'Arve est très dégagée.

### Caractère aquatique

L'alimentation étant pluvio-nivale, le débit devient quasiment nul en été. La qualité de l'eau est très douteuse, et suppose que les habitants de Luth ne respectent pas les directives européennes sur le traitement des eaux usées...

### Engagement

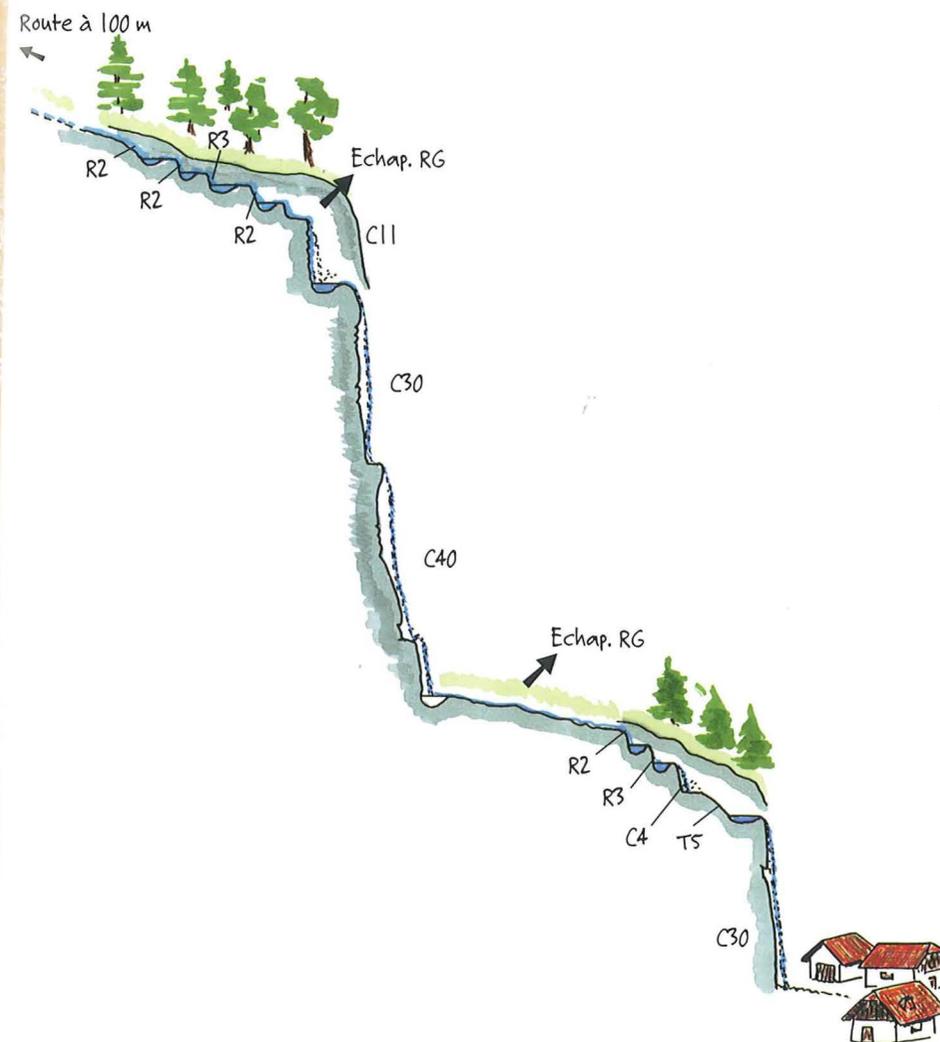
Il y a possibilité de s'échapper à tout moment RG, sauf dans la série des dernières cascades.

### Accès

Sur la N205, entre Magland et Sallanches, tourner à La Grangeat, puis suivre la route jusqu'au village de Luth. Se garer à l'entrée du village, au bord du ruisseau, dans la dernière épingle à gauche.

### Navette

Laisser une auto en montant, au parking d'Oëx. Navette de 3,5 km.





## Gorges du Parmand

**Massif** : ALBANAIS  
**Commune** : St André Val de Fier  
**Carte IGN** : Rumilly 3331 O

**Bassin versant** :  
*altitude maxi* : 986 m  
*superficie* : 30 km<sup>2</sup>

F13



**Approche** : 0 h 10  
**Descente** : 1 h 30  
**Retour** : 0 h 00  
**HOD** : 14 h 00

**Alt. départ** : 320 m  
**Dénivelée** : 40 m  
**Longueur** : 300 m  
**Roche** : calcaire



**Barrage en amont** : non  
**Qualité eau** : polluée

**Périodes idéales** : J F M A M J J A S O N D



40 m

### 1<sup>re</sup> descente connue

Pêcheurs locaux.

### Description

Cette gorge étroite et profonde, creusée dans une roche très tendre (calcaire burdigalien), mérite une visite, plus pour en admirer

ses formes spectaculaires que pour son côté sportif. Depuis le Pont de Bauriant qui l'enjambe, la vue est impressionnante. La descente est constituée d'une série ininterrompue de cascades dont la hauteur ne dépasse pas 2 m, et de bassins où l'on a à peine pied. Seule la dernière cascade de 4 m, avec une profonde marmite, permet d'agrémenter la descente par un saut. L'arrivée se situe au confluent avec le Fier. Pour le retour, on peut : soit prévoir une corde de 40 m pour remonter par le vieux pont qui aura été préalablement équipé, soit revenir sur ses pas par le fond de la gorge, et remonter au jumar les cascades de 4 m et de 2 m (2 cordes de 10 m).

### Caractère aquatique

Encore une rivière dont les eaux sont douteuses... La descente doit être plus agréable en crue. Il sera donc conseillé de remonter au jumar depuis l'aval.

### Engagement

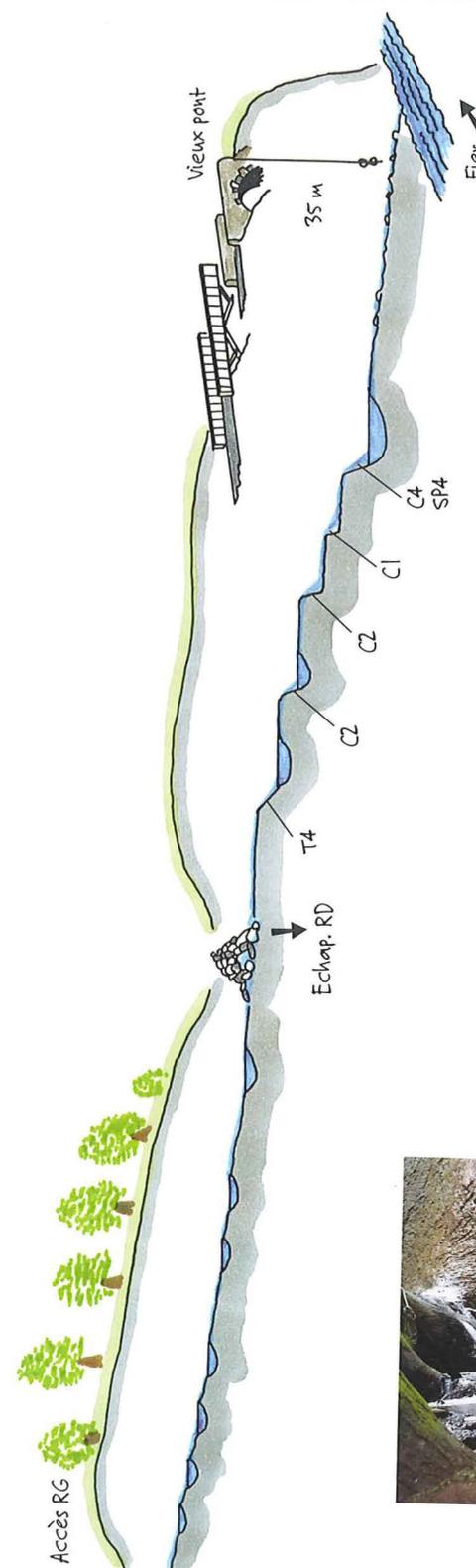
Une seule échappatoire RD est possible, au milieu du parcours.

### Accès

Depuis St-André Val de Fier, prendre la direction Rumilly D31. La suivre sur 3 km, jusqu'au pont qui enjambe les gorges. Se garer ensuite près du pont et longer le canyon en direction de l'amont jusqu'au fond du pré et descendre à ce niveau.

### Navette

Aucune.



Non, ce n'est pas un canyon d'Amazonie ! Ce sont simplement de beaux spécimens de couleuvres dans le canyon de Parmand.





# Canyon de Potty

**Massif** : ARAVIS  
**Commune** : Praz-sur-Arly  
**Carte IGN** : Megève 3531 OT

**Bassin versant** :  
*altitude maxi* : 2069 m  
*superficie* : 4 km<sup>2</sup>

AD13

 **Approche** : 1 h 00  
**Descente** : 5 h 00  
**Retour** : 0 h 30  
**HOD** : 10 h 00

**Alt. départ** : 1450 m  
**Dénivelée** : 300 m  
**Longueur** : 1,2 km  
**Roche** : calcaire



**Barrage en amont** : non

**Qualité eau** : bonne

**Périodes idéales** : J F M A M J J A S O N D



2 x 40 m

## 1<sup>re</sup> descente connue

C. JOND et M. CAMPERGUE, guides de Praz-sur-Arly, 2000.

## Description

C'est un beau canyon assez technique, présentant beaucoup de rappels. Il a été ouvert et aménagé par les professionnels locaux.

## Caractère aquatique

Un engagement limité ne présentant pas de difficultés aquatiques.

## Engagement

Des échappatoires existent tout le long du parcours.

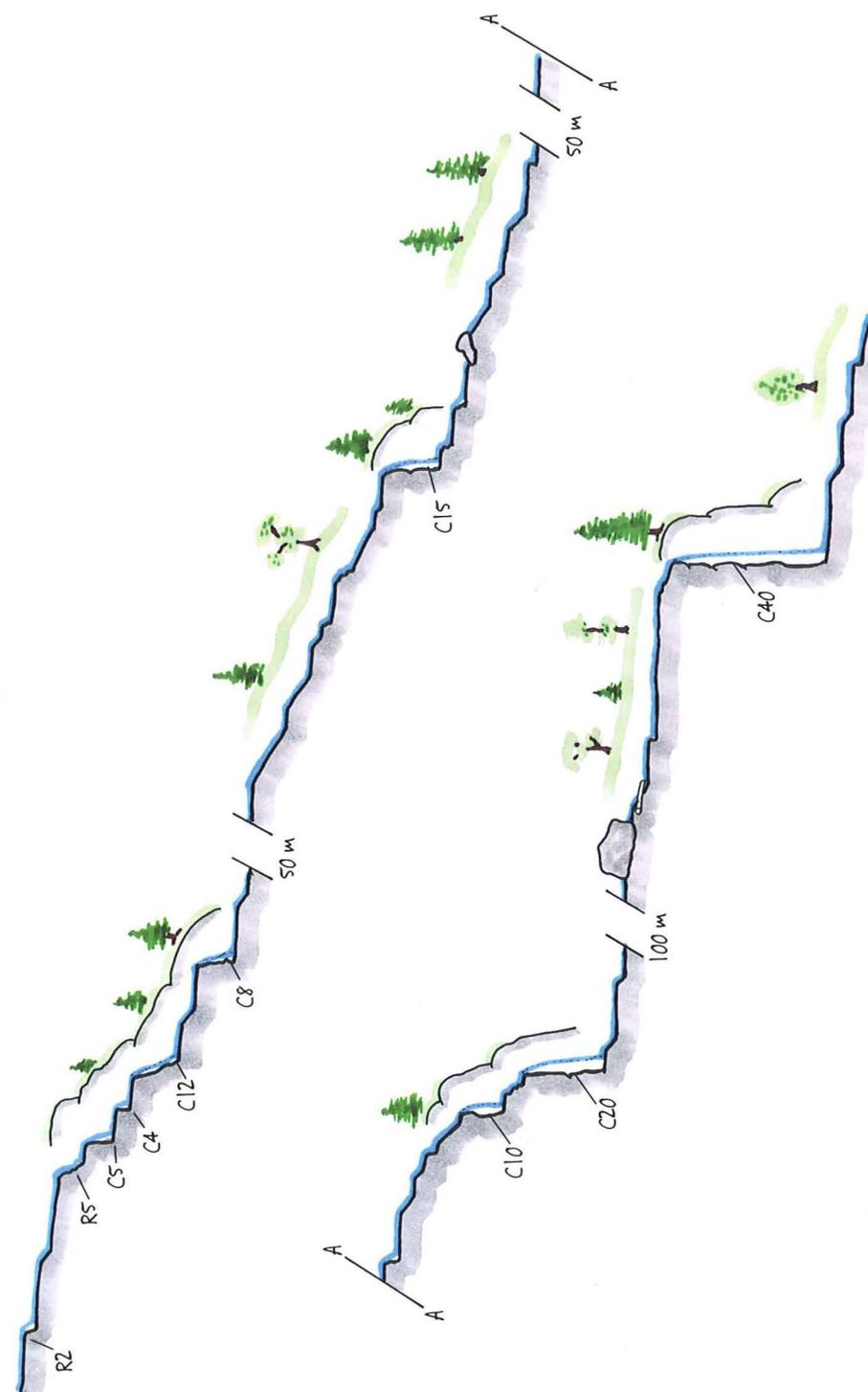
## Accès

Du village de Praz-sur-Arly, prendre la route des Thouvassières que l'on suit jusqu'au parking des Grands Esserts. Suivre le sentier d'abord balisé T1, puis au croisement T2, prenez le sentier tout droit.

Le départ est au fond de l'alpage des Bettez (1450 m).

## Navette

Aucune.





# Cascades de Reninge

**Massif** : GRAND MASSIF  
**Commune** : Sallanches  
**Carte IGN** : Samoëns 3530 ET

**Bassin versant** :  
*altitude maxi* : 1900 m  
*superficie* : 2,2 km<sup>2</sup>

TD/3



**Approche** : 0 h 15  
**Descente** : 4 h 00  
**Retour** : 0 h 00  
**HOD** : 10 h 00

**Alt. départ** : 1250 m  
**Dénivelée** : 600 m  
**Longueur** : 1380 m  
**Roche** : calcaire



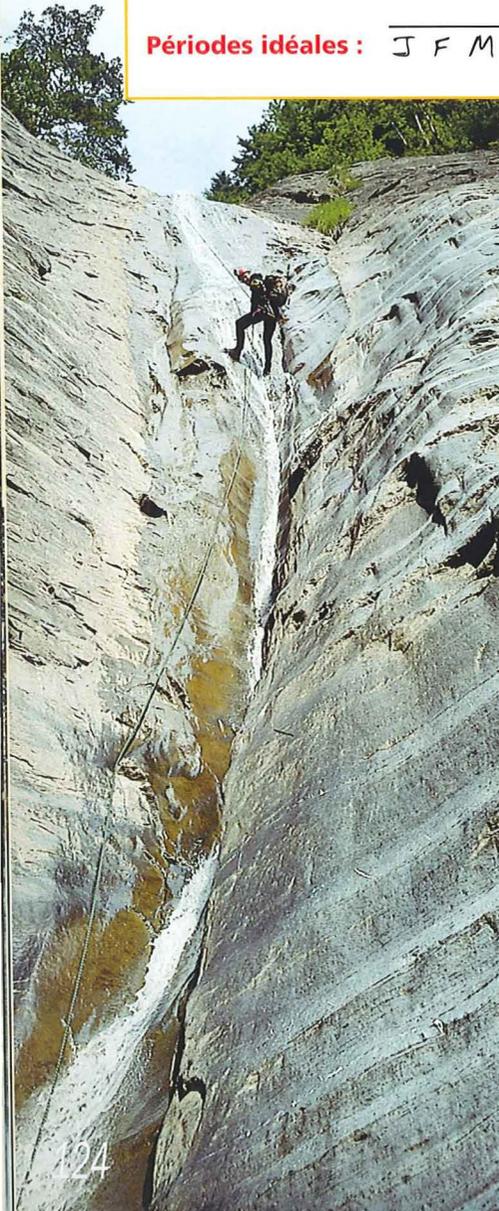
**Barrage en amont** : non

**Qualité eau** : excellente



**Périodes idéales** : J F M A M J J A S O N D

2 x 60 m



### 1<sup>re</sup> descente connue

CAF de Chedde (B. CHANTREL, J.-L. ALLERA), 1991.

### Description

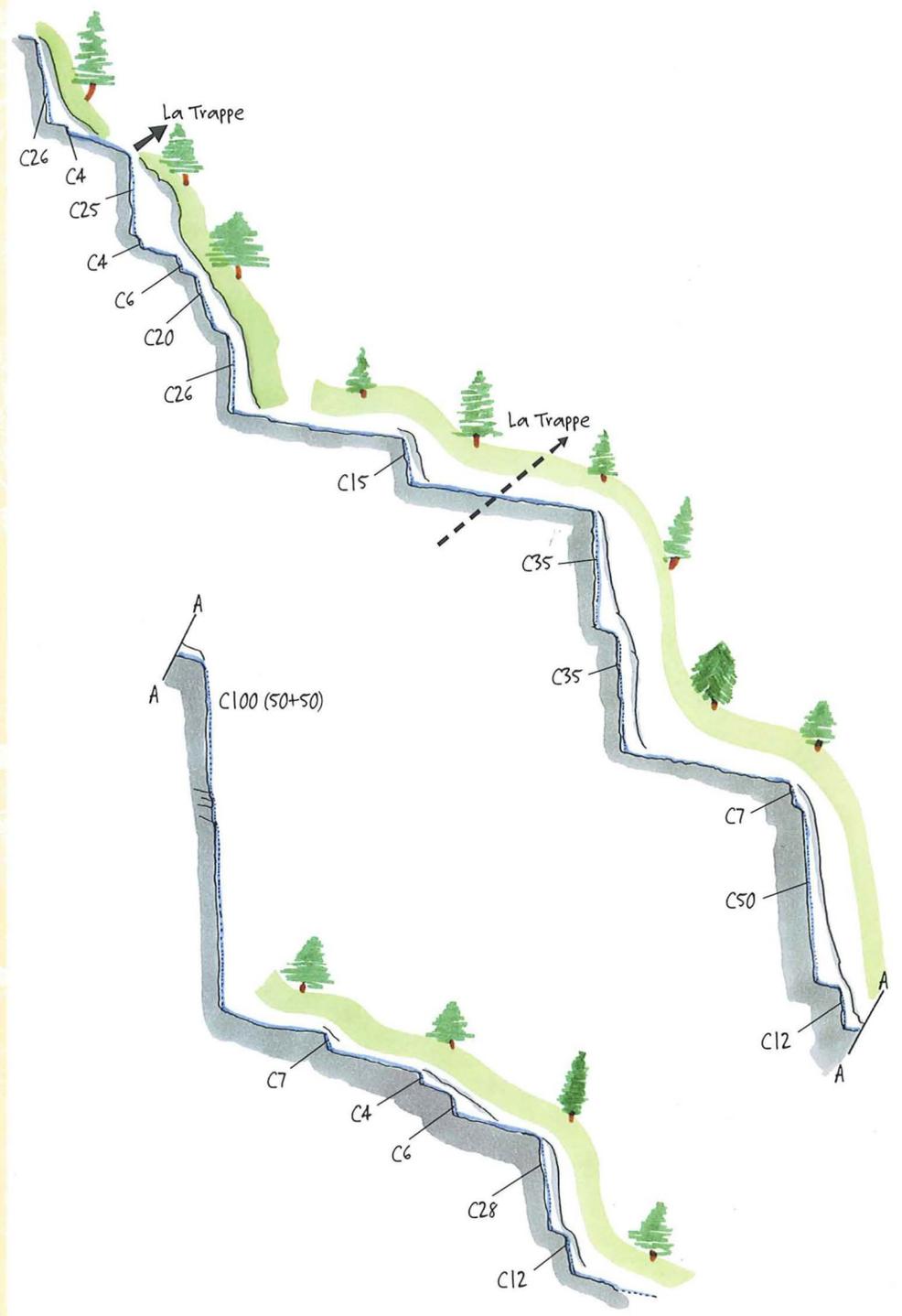
C'est un ravin de montagne avec des couloirs d'avalanches terminant leur cours au fond du talweg. Une première partie avec une série de cascades et ressauts ne dépasse pas 26 m. Suit une partie beaucoup plus verticale, avec la superbe descente d'une C100, visible de la route. Attention à ne pas rater le relais au milieu de la cascade.

### Caractère aquatique

En période d'été, il y a peu d'eau, mais attention aux orages et aux fontes des neiges du printemps.

### Engagement

Peu d'échappatoires, canyon engagé. Une échappatoire RG avant la grande série de verticales.



## 31. Canyon de Reninge

### Accès

A Passy, par la D43, rejoindre le village de Bay. Prendre à gauche, direction Hauteville. Quitter la route goudronnée et continuer jusqu'au lieu-dit "La Trappe". Prendre le chemin

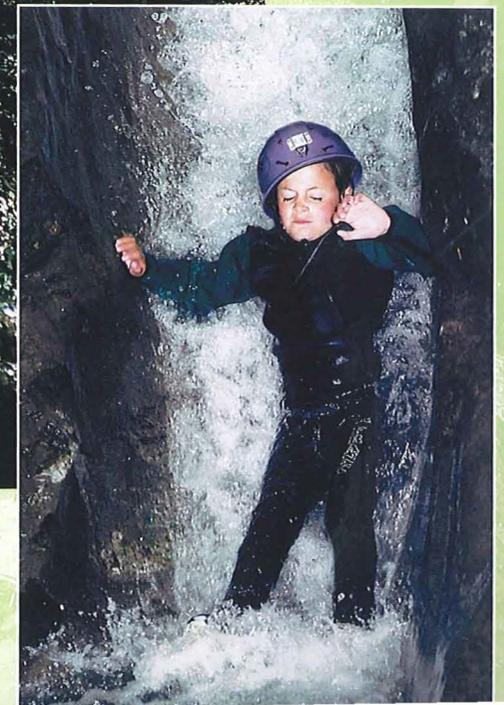
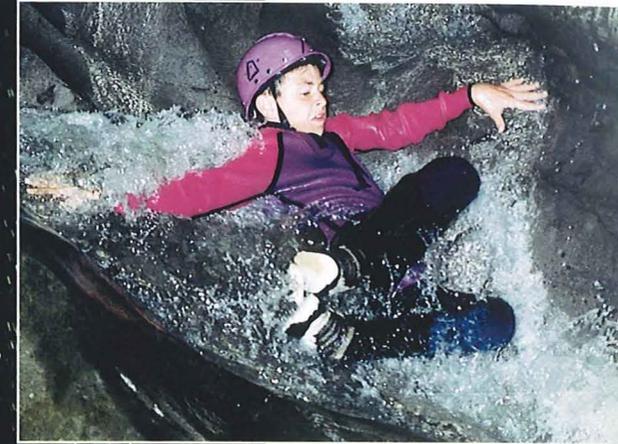
de droite et faire encore 500 m jusqu'au parking. De là, continuer à pied jusqu'au ravin qui coupe le chemin.

### Navette

Laisser une auto au village de Reninge, à l'oratoire.



## 32. Canyon des Rots ou Balme





# Canyon des Rots ou Balme

**Massif :** GRAND MASSIF  
**Commune :** Magland  
**Carte IGN :** Samoëns 3530 ET

**Bassin versant :**  
*altitude maxi* : 1684 m  
*superficie* : 8,7 km<sup>2</sup>



**Approche :** 0 h 05  
**Descente :** 3 h 30  
**Retour :** 0 h 05  
**HOD :** 12 h 00

**Alt. départ :** 700 m  
**Dénivelée :** 180 m  
**Longueur :** 1 km  
**Roche :** calcaire



**Barrage en amont :** non

**Qualité eau :** douteuse

**Périodes idéales :** J F M A M J J A S O N D



2 x 30 m

## 1<sup>re</sup> descente connue

Pêcheurs locaux.

## Description

Superbe canyon, véritable terrain de jeu d'aventure pour l'initiation. Peu encaissé, mais présentant des creusements exceptionnels.

Des difficultés très variées : cascades, sauts, toboggans...

Il est impératif de progresser sur les berges, et non dans la rivière, lieu de reproduction des poissons.

La première partie présente une suite de belles cascades, où les sauts sont délicats car fonction des niveaux d'ensablement des marmites de réception. Après la C26, sortir rive gauche par la sente qui remonte au chemin, puis redescendre au pont pour accéder à

la deuxième partie, départ des fabuleux toboggans d'Aqualand. Tous sont "glissables", sauf un présentant un tremplin à la réception et une grande marmite, avec un saut possible. Il est évident que toutes ces glissades et ces sauts doivent respecter les règles d'usages. La discrétion doit être de rigueur dans les derniers toboggans.

## Caractère aquatique

Aucun barrage en amont, seul le trop-plein de la station d'épuration pourrait poser un problème...

Un débit trop important dans les toboggans du bas peut présenter un gros danger de "marmites tourbillonnantes".

## Engagement

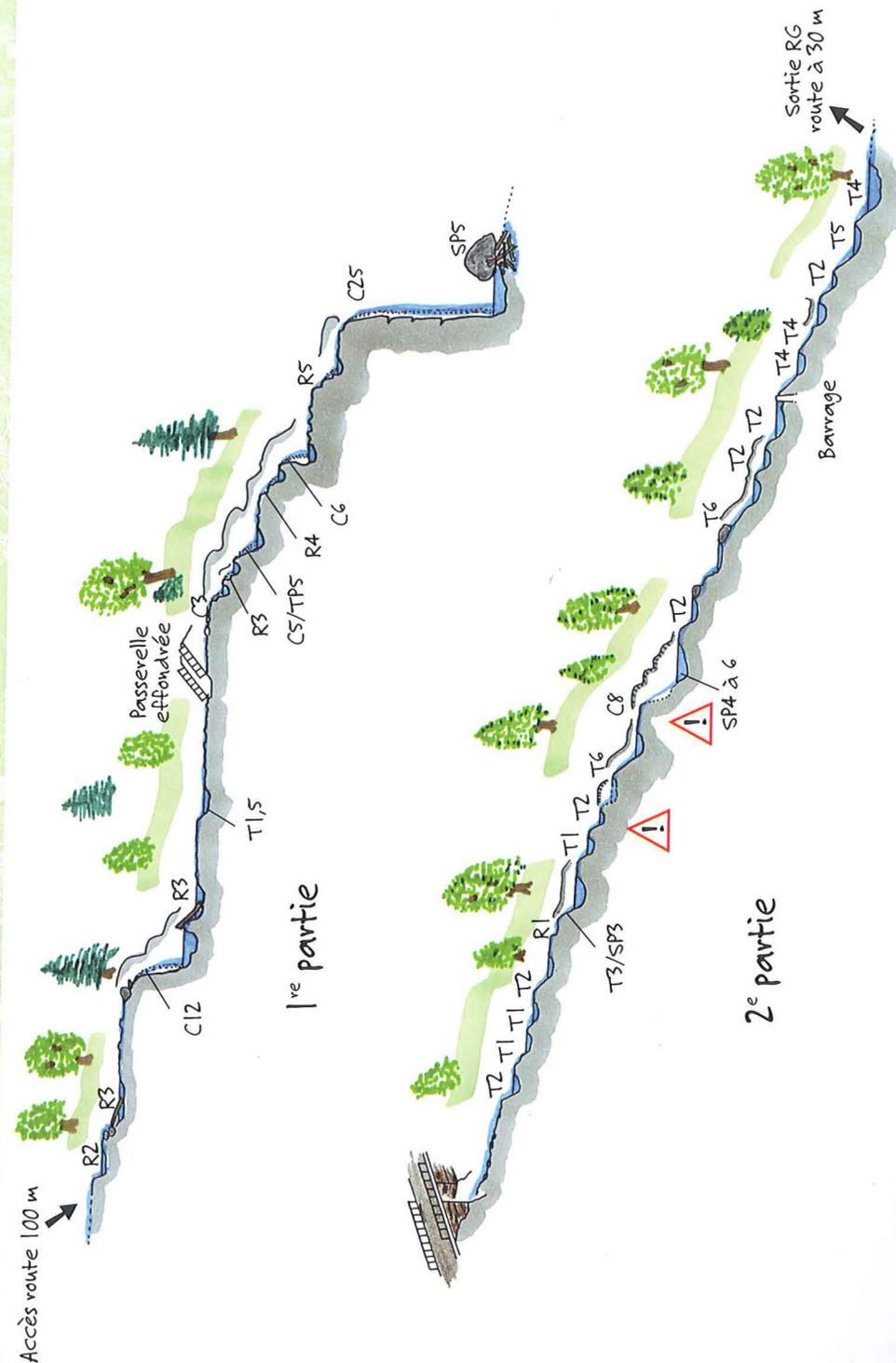
Il est possible de s'échapper à tous moments RG, et toutes les cascades peuvent se court-circuiter.

## Accès

Prendre la route des stations Flaine-Les Carroz D6. S'arrêter à la 3<sup>e</sup> épingle à cheveux tournant à droite, vers la station d'épuration, et descendre le sentier sur la gauche pour rejoindre le canyon.

## Navette

Laisser une auto au Pont routier sur la D6. Navette de 2 km.



# Canyon des Sambuis

**Massif** : BORNES  
**Commune** : Le Petit Bornand  
**Carte IGN** : La Clusaz 3430 ET

**Bassin versant** :  
*altitude maxi* : 1809 m  
*superficie* : 3 km<sup>2</sup>

AD13



**Approche** : 0 h 00  
**Descente** : 3 h 00  
**Retour** : 0 h 30  
**HOD** : 12 h 00

**Alt. départ** : 970 m  
**Dénivelée** : 220 m  
**Longueur** : 650 m  
**Roche** : calcaire



**Barrage en amont** : non

**Qualité eau** : polluée

**Périodes idéales** : J F M A M J J A S O N D



50 m

## 1<sup>re</sup> descente connue

Spéléo-club d'Annemasse, 1987.

## Description

Un joli canyon, avec de beaux creusements, mais hélas, très encombré par les sapins issus des coupes de bois, en amont, et une décharge sauvage rive droite.

Pour la première partie, sortir RD quand la rivière coupe le sentier balisé qui nous remontera à la voiture. Ce canyon est considéré comme un canyon école, permettant le passage de différents ateliers lors des stages de formation.

## Caractère aquatique

Canyon peu aquatique, sans rappel arrosé et peu de sauts possibles. La deuxième partie est beaucoup plus technique, avec des rappels délicats.

## Engagement

Dans la première partie, une seule échappatoire est possible RD.

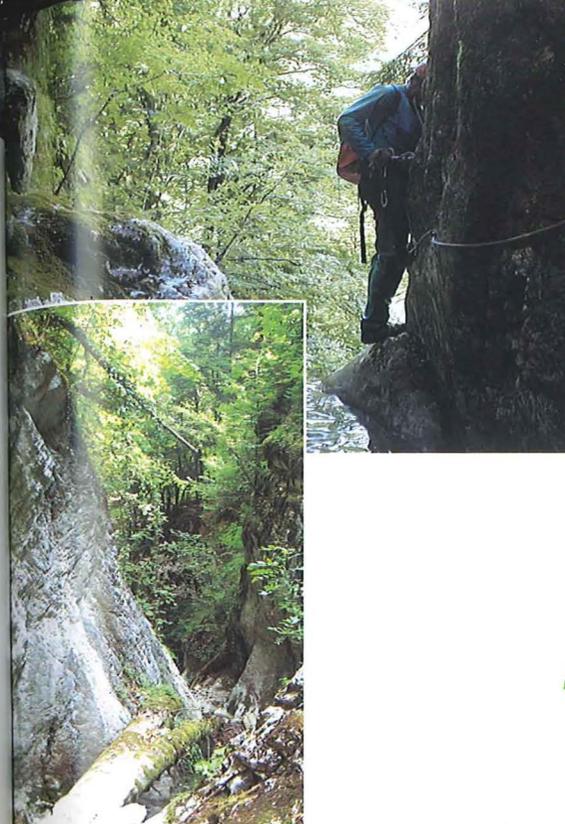
## Accès

En montant les Gorges du Borne D12, 2,5 km avant le Petit Bornand, prendre la 1<sup>re</sup> route à droite, direction Beffay. Remonter la route pratiquement jusqu'au bout.

A la traversée d'un pont, le départ du canyon se situe en contrebas.

## Navette

Laisser une auto en montant, à la 3<sup>e</sup> épingle à cheveux sur la gauche à côté du petit pont. Navette de 2,5 km.





## Cascades du Saix

**Massif** : FAUCIGNY  
**Commune** : Mieussy  
**Carte IGN** : Taninges 3529 Ouest

**Bassin versant** :  
*altitude maxi* : 2000 m  
*superficie* : 10 km<sup>2</sup>

AD13



**Approche** : 0 h 05  
**Descente** : 1 h 00  
**Retour** : 0 h 30  
**HOD** : 12 h 00

**Alt. départ** : 1400 m  
**Dénivelée** : 150 m  
**Longueur** : 150 m  
**Roche** : calcaire



**Barrage en amont** : non  
**Qualité eau** : douteuse

**Périodes idéales** : J F M A M J J A S O N D



2 x 60 m

### 1<sup>re</sup> descente connue

R. GAUMER, G. GUDEFIN  
 Spéléo-club du Mont-Blanc,  
 1995, dans le sens de la  
 "descente" car cette cascade  
 est depuis longtemps  
 pratiquée l'hiver en  
 technique de cascades de  
 glace, dans le sens de la  
 "montée", autrement plus  
 difficile.

### Description

C'est une bonne approche  
 pour s'initier à la descente  
 de grandes cascades.  
 La progression se fait en  
 permanence  
 sur la corde, avec quatre  
 rappels de 10 à 60 m  
 peu encaissés.

### Caractère aquatique, engagement

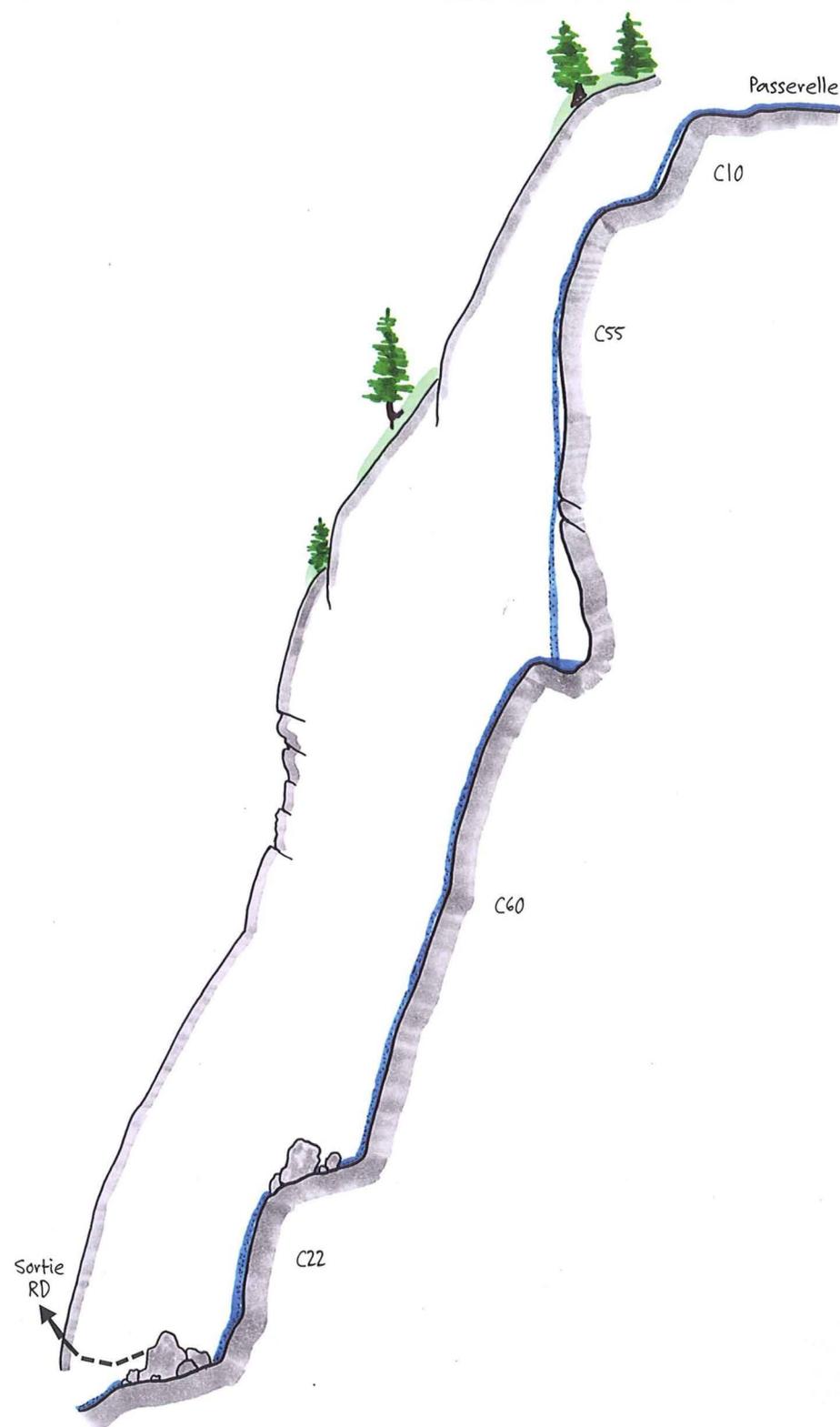
Si le débit est faible,  
 l'engagement est très limité.

### Accès

A partir de Mieussy, monter  
 sur le plateau de Sommand,  
 s'arrêter au premier parking  
 après les paravalanches.  
 Descendre vers le gros  
 pylône électrique, point de  
 départ de la course.  
 Pour le retour, remonter rive  
 droite, dans le pierrier,  
 pour recouper le chemin du  
 Saix qui est équipé avec  
 un câble.

### Navette :

Aucune.





## Canyon de la Tine des Fonds (amont)

**Massif** : HAUT GIFFRE  
**Commune** : Sixt  
**Carte IGN** : Samoëns 3530 ET

**Bassin versant** :  
*altitude maxi* : 2481 m  
*superficie* : 3 km<sup>2</sup>

D/3



**Approche** : 1 h 00  
**Descente** : 2 h 00  
**Retour** : 0 h 30  
**HOD** : 11 h 00

**Alt. départ** : 1350 m  
**Dénivelée** : 80 m  
**Longueur** : 300 m  
**Roche** : calcaire



**Barrage en amont** : non

**Qualité eau** : excellente

**Périodes idéales** : J F M A M J J A S O N D



35 m

### 1<sup>re</sup> descente connue

Groupe d'Exploration des Karsts Hauts Alpains (L. BOUCLIER, R. MAIRE, spéléologues), 1983.

### Description

Si le problème de manque d'eau se fait sentir dans de nombreux canyons en période de sécheresse, ici c'est le contraire. Le canyon de la Tine des Fonds draine toute l'eau collectée dans le grandiose cirque des Fonds, situé au pied du Buet (3096 m). Quand il est praticable, le débit est toujours très important (pluie ou fonte nivale s'il fait beau). L'automne est le meilleur moment pour effectuer la descente. L'amont, qui n'est qu'un affluent du torrent principal, est une bonne

introduction aux difficultés que l'on rencontrera plus tard dans l'aval.

### Caractère aquatique

L'eau est très froide. Le débit est déjà relativement important et certaines cascades, bien que de faible hauteur, nécessitent un équipement pour être franchies en toute sécurité.

### Engagement

La descente se déroule entre deux étroites parois constituées d'un superbe calcaire gris bleu, veiné de blanc. Une seule échappatoire est possible, après la C7. A la fin du parcours, on peut remonter facilement au niveau d'un pont, ou effectuer une marche de 500 m dans une

zone encaissée, puis sortir RD avant une première cascade qui marque le départ de l'aval.

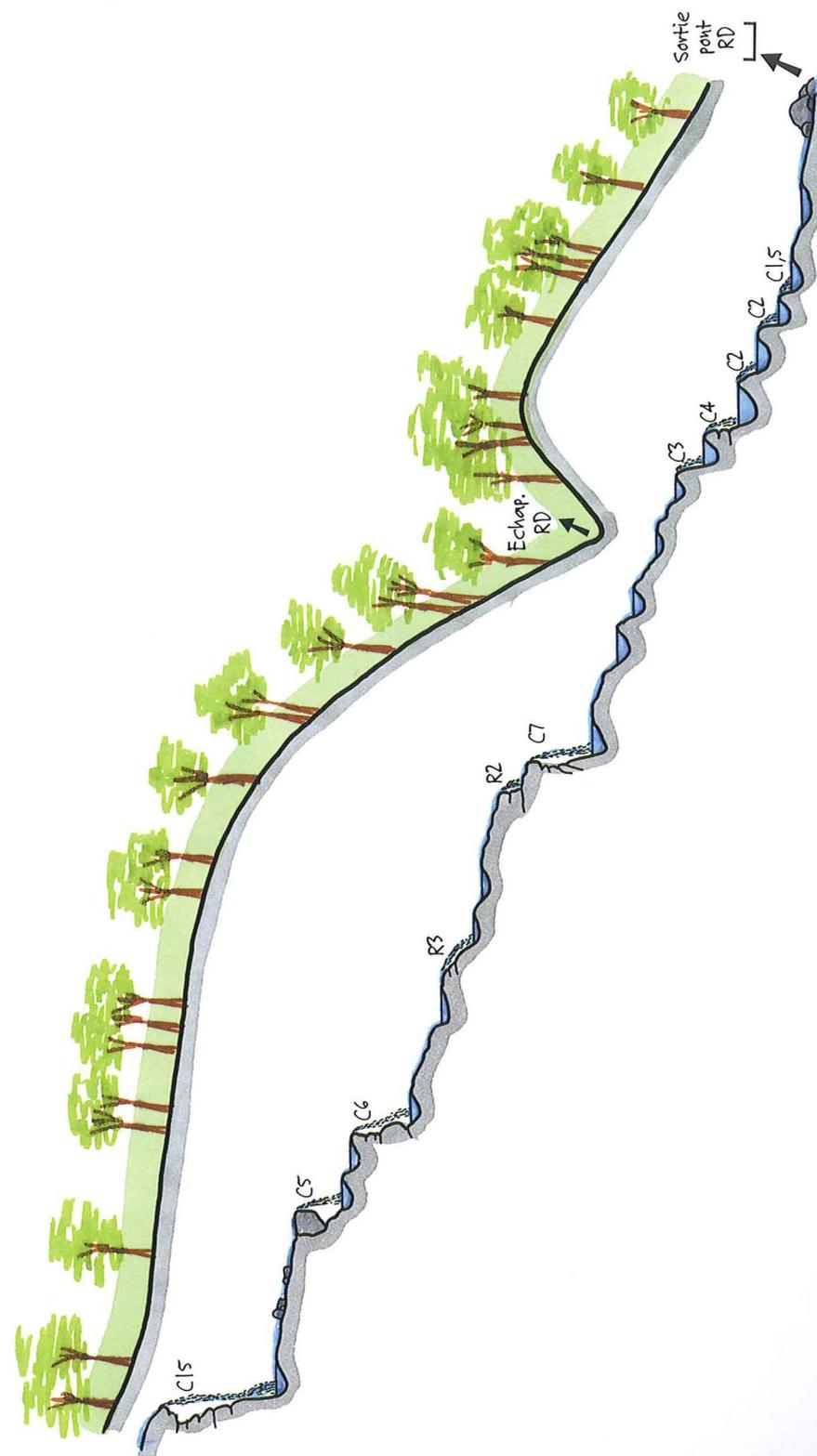
### Accès

De Sixt, gagner le village de Salvagny, d'où l'on prend la direction des chalets du Fardelay, pour garer son auto sur la gauche. De ce point, un chemin nous conduit au refuge des Fonds, après avoir intégralement longé le canyon. Du refuge, poursuivre un peu le chemin, direction Col d'Anterne et chercher à travers bois pour atteindre le départ de la 1<sup>re</sup> cascade, que l'on aura aperçue au cours de la montée.

### Navette

Aucune.

## 35. Canyon de la Tine des Fonds (amont)



## Canyon de la Tine des Fonds (aval)

**Massif** : HAUT GIFFRE  
**Commune** : Sixt  
**Carte IGN** : Samoëns 3530 ET

**Bassin versant** :  
*altitude maxi* : 3096 m  
*superficie* : 18 km<sup>2</sup>

ED/4



**Approche** : 1 h 00  
**Descente** : 7 h 00  
**Retour** : 0 h 15  
**HOD** : 9 h 00

**Alt. départ** : 1270 m  
**Dénivelée** : 250 m  
**Longueur** : 2 km  
**Roche** : calcaire



**Barrage en amont** : non

**Qualité eau** : excellente

**Périodes idéales** : J F M A M J J A S O N D



35 m

### 1<sup>re</sup> descente connue

Spéléo-club d'Annemasse et Groupe Spéléo Hauteville-Lompnès, 1988.

### Description

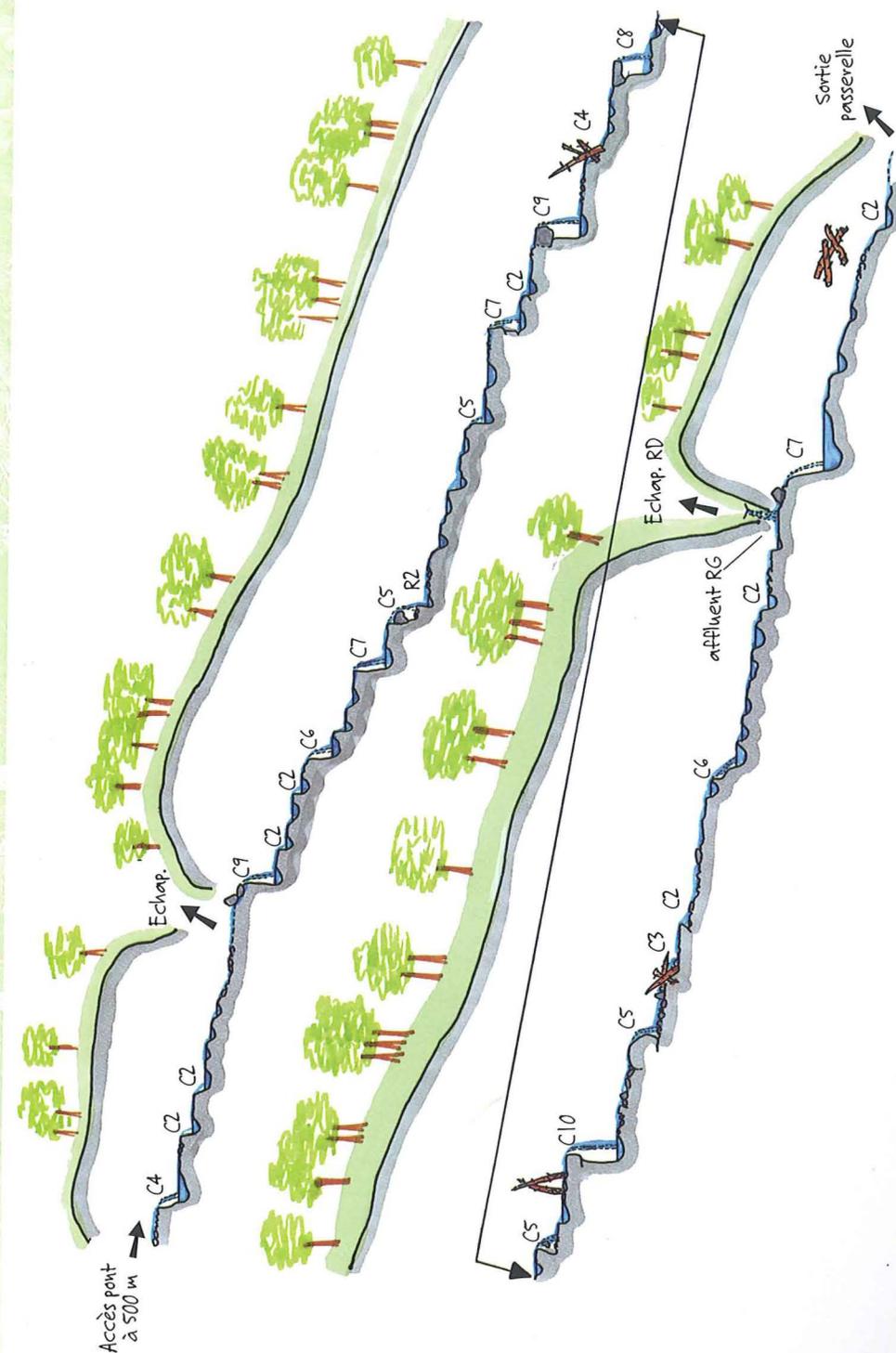
Rarement, on trouvera des conditions aussi dures et engagées que dans ce canyon qui est le plus difficile que nous ayons parcouru.

Le débit est très important même en hiver, trop important en été pour permettre la descente. Aucune échappatoire n'est possible dans la partie difficile.

La belle roche gris bleu de l'amont fait place à une roche noire et il est impossible d'évaluer la profondeur des vasques. Enfin, la morphologie du fond du canyon est en perpétuelle évolution. A cause des crues redoutables qui ne

manquent pas d'arracher quelques amarrages, il nous est arrivé de sauter dans des vasques profondes, puis de revenir ultérieurement et d'avoir de l'eau à la cheville. Le phénomène inverse peut aussi se produire. Les cascades se déplacent ! D'une sortie à l'autre, un barrage de troncs et de blocs peut former une nouvelle cascade qu'il faudra équiper, tandis qu'une autre verra sa hauteur diminuer de plusieurs mètres ! Si, comme nous l'avons fait, la descente est réalisée en hiver, les hautes parois couvertes de glace rendent le site vraiment féerique. Mais il faudra en plus lutter contre le froid et se méfier des éventuelles chutes de glace. Enfin, toutes ces difficultés ne doivent pas nous faire oublier la beauté de cette

## 36. Canyon de la Tine des Fonds (aval)



## 36. Canyon de la Tine des Fonds (aval)

descente exceptionnelle, tant par la morphologie même du canyon que par le cadre qui l'entoure. Il faut aborder ce canyon toujours comme une première, et prévoir une trousse complète bien garnie.

### Caractère aquatique

Respecter les périodes de grand étiage.

### Engagement

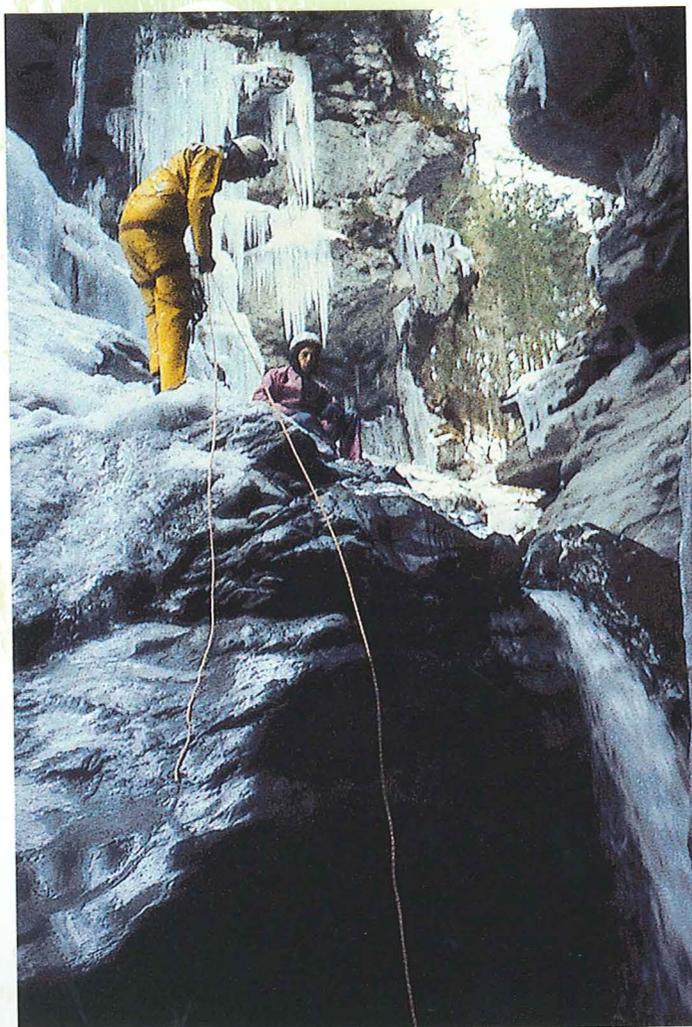
Aucune échappatoire dans la partie difficile, mais nous conseillons de poser d'éventuelles échappatoires artificielles, prévoir des cordes de 60 m. Suivant le débit, un grappin peut être utile pour s'éloigner de la base des cascades ou se tirer hors des remous.

### Accès

Reprendre la fiche de la partie amont. Rejoindre le torrent au niveau du pont marqué 1278 m sur la carte, la sortie basse étant la passerelle marquée 996 m.

### Navette

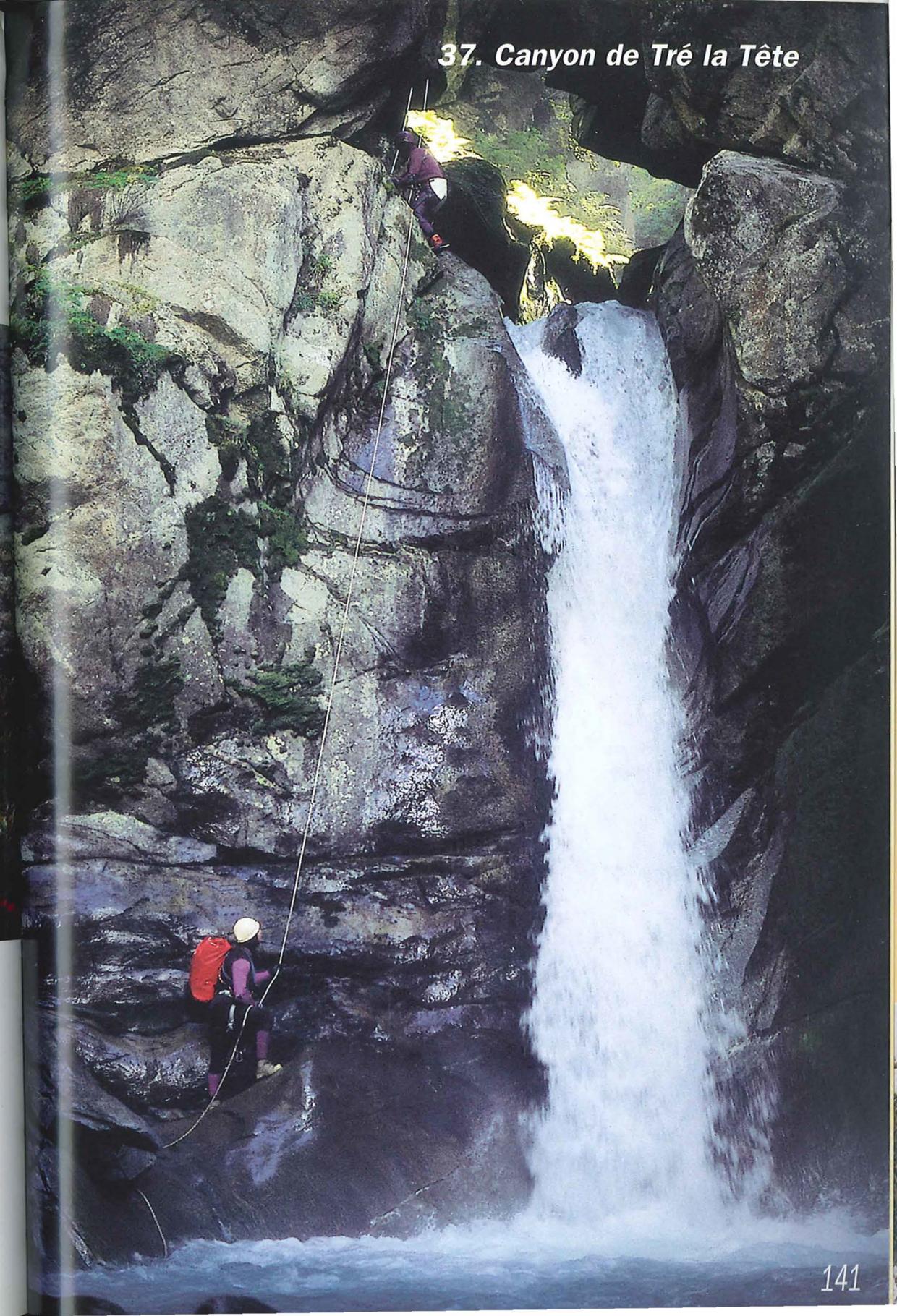
Aucune.



*Les conditions hivernales nécessitent un équipement néoprène très adapté !*

## 36. Canyon de la Tine des Fonds (aval)





# Canyon de Tré la Tête

<b>Massif</b>	: MONT-BLANC	<b>Bassin versant</b>	
<b>Commune</b>	: Les Contamines Montjoie	<b>altitude maxi</b>	: 3892 m
<b>Carte IGN</b>	: Saint Gervais 3531 ET	<b>superficie</b>	: 30 km <sup>2</sup>
	<b>Approche</b> : 1 h 30	<b>Alt. départ</b>	: 1550 m
	<b>Descente</b> : 6 h 00	<b>Dénivelée</b>	: 250 m
	<b>Retour</b> : 0 h 30	<b>Longueur</b>	: 1,5 km
	<b>HOD</b> : 9 h 00	<b>Roche</b>	: gneiss
<b>Barrage en amont</b>	: oui	<b>Qualité eau</b>	: excellente
<b>Périodes idéales</b>	J F M A M J J A S O N D		

ED14



45 m

## 1<sup>re</sup> descente connue

B. HUGON (Groupe Spéléo d'Hauteville), 1990.

## Description

C'est un canyon d'altitude qui présente de grosses difficultés liées au débit très important et une eau très froide.

Il s'articule en deux parties :

- 1) La partie amont est alimentée par le glacier de Tré la Tête, avec un microbarrage automatique en amont... Ce parcours se déroule dans une gorge profonde et encaissée.
- 2) La partie aval au niveau du pont Romain (Pont de la Têna), qui est la partie la plus engagée, due à l'affluent RG doublant le débit. Elle représente le clou de la descente. C'est un magnifique

enchaînement de cascades et de marmites, mais l'on ne peut, hélas, guère profiter de ce joyau aquatique à cause du débit. Des équipements fixes de type spéléo sont souvent le seul moyen de franchir en sécurité les cascades sous le pont Romain.

## Caractère aquatique

La partie amont ne doit pas se faire avec un débit supérieur à 1 m<sup>3</sup>. Une lecture du niveau peut se faire sur la règle graduée du pont de Nanterve à l'amont du pont Romain, avec un maximum de 40 sur l'échelle. La température de l'eau avoisine les 5° C.

## Engagement

Deux échappatoires sur la partie amont, mais aucune

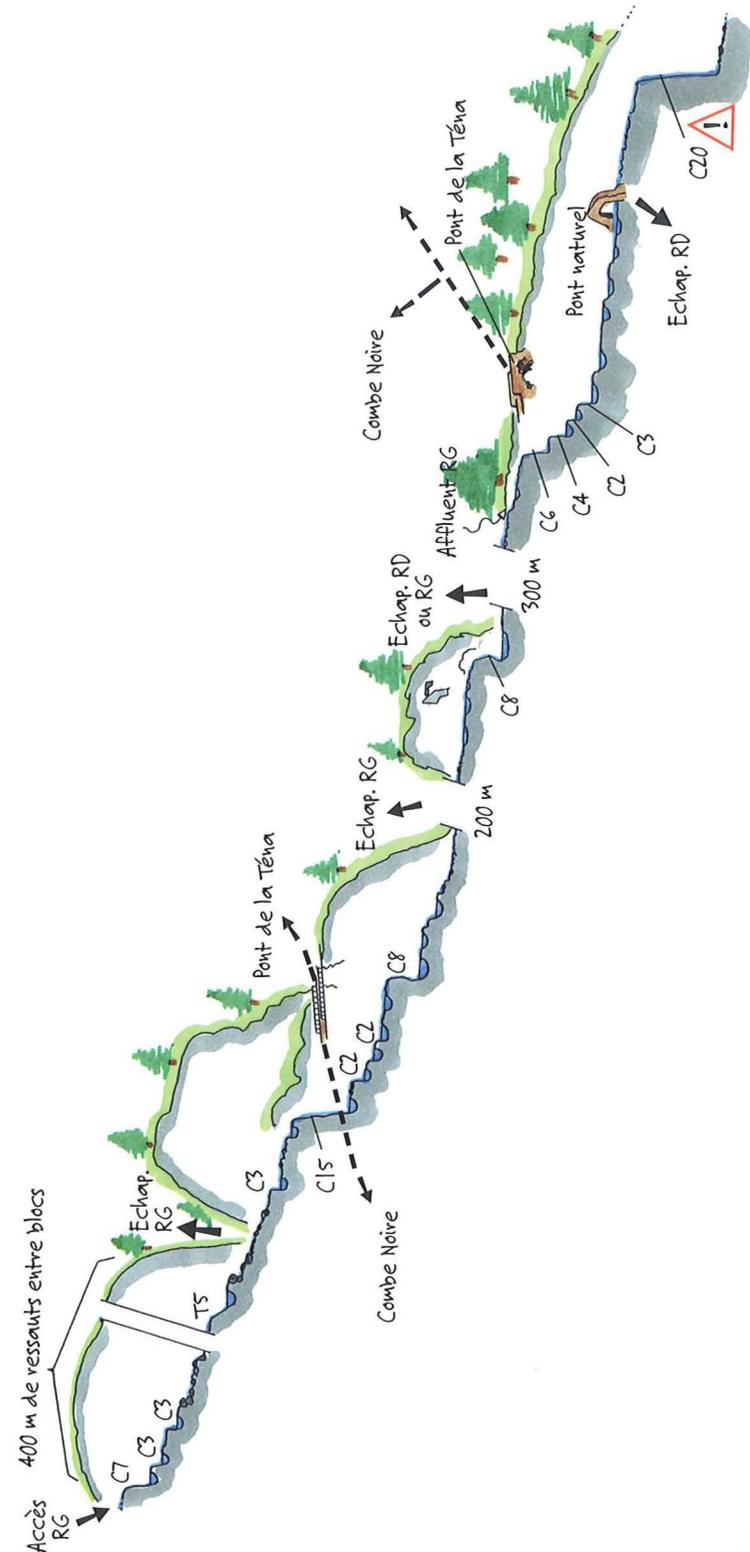
échappatoire dans la partie aval. Il est conseillé de prévoir des cordes de réchappe équipées au préalable sur les arbres, au niveau du pont Romain.

## Accès

Après les Contamines Montjoie, continuer vers Notre Dame de la Gorge (D902). Se garer, puis prendre le sentier jusqu'au pont Romain, le traverser et bifurquer au deuxième sentier à gauche, direction Tré la Tête et Combe Noire. 50 m avant la passerelle qui enjambe les gorges, monter sur la droite dans les bois en suivant un sentier très peu marqué, jusqu'à la limite des épicéas.

## Navette

Aucune.





## Canyon d'Ubine

**Massif** : CHABLAIS  
**Commune** : Vacheresse  
**Carte IGN** : Morzine 3528 ET

**Bassin versant** :  
 altitude maxi : 2093 m  
 superficie : 3 km<sup>2</sup>

AD11



**Approche** : 0 h 00  
**Descente** : 1 h 00 + 1 h 30  
**Retour** : 0 h 10  
**HOD** : 14 h 00

**Alt. départ** : 1360 m  
**Dénivelée** : 330 m  
**Longueur** : 1,3 km  
**Roche** : calcaire



**Barrage en amont** : non

**Qualité eau** : polluée

**Périodes idéales** : J F M A M J J A S O N D



2 x 50 m

### 1<sup>re</sup> descente connue

Jean-François BERNARD,  
guide de haute montagne.

### Description

Ce canyon est idéal pour l'initiation. Il se présente en deux parties. A la fin de la première partie, après la C20, nous conseillons de retourner chercher l'auto (pierrier RD) pour se rapprocher de la deuxième partie, où l'on s'engage au petit pont, 500 m en aval. Le canyon est varié mais peu aquatique.

**Déconseillé en pleine saison,** car très fréquenté par les professionnels du guidage.

### Caractère aquatique

La fruitière en amont est la cause de la pollution organique dans ce canyon !  
**Danger en bas de la C20 et de la C45 en cas de fort débit.**

### Engagement

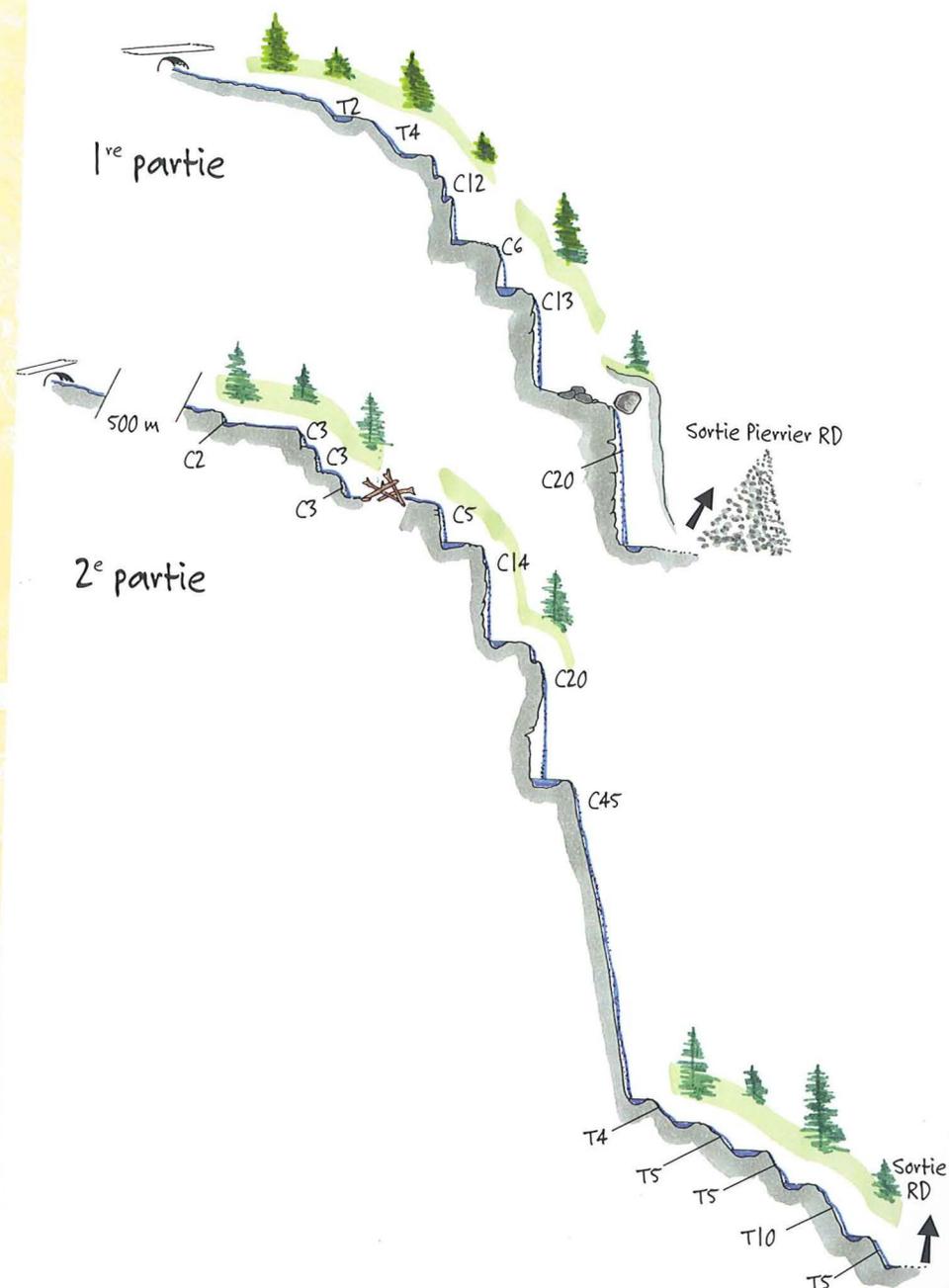
Possibilité de s'échapper à tout moment.

### Accès

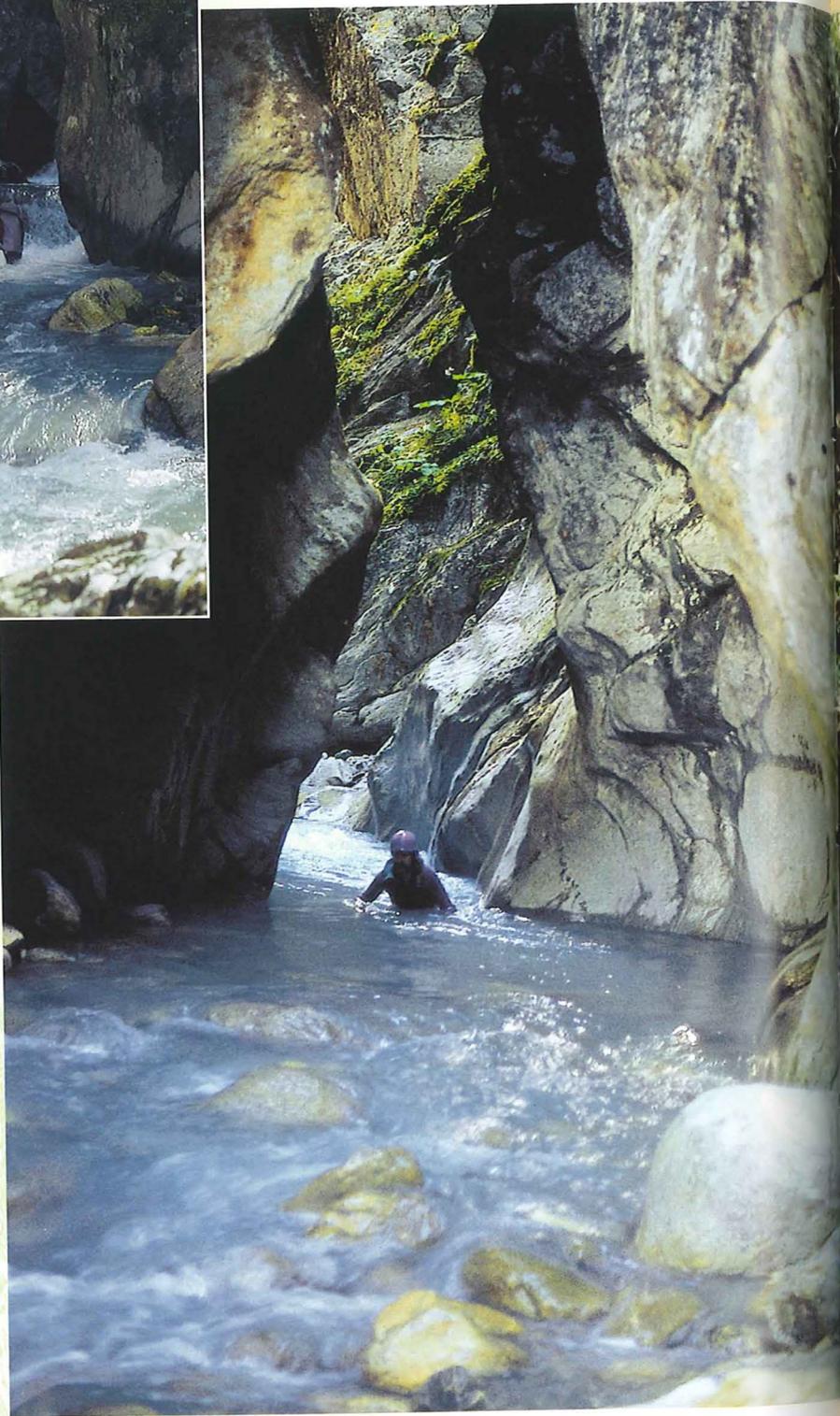
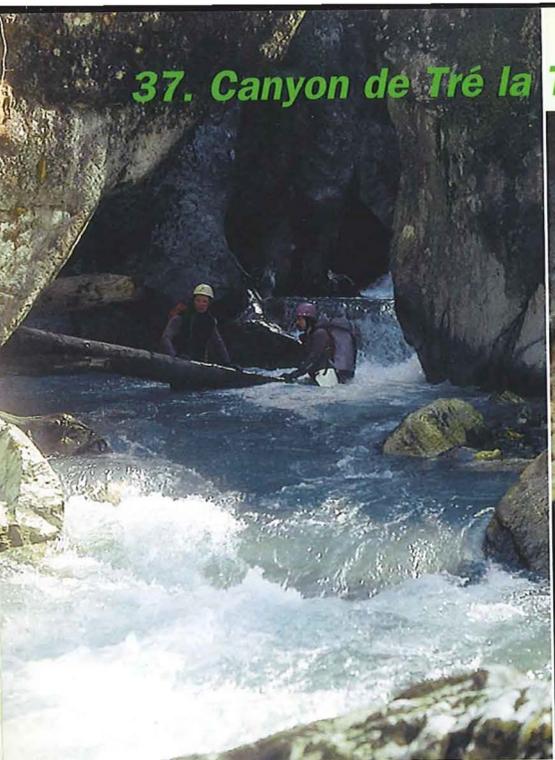
De Vacheresse D222, garder la direction La Revenette. Après 2,7 km, aux "Quatre Chemins" prendre la route de droite direction Ubine. Début de la 1<sup>re</sup> partie : s'arrêter quand on sort sur le plateau, à l'élargissement des gorges. Début de la 2<sup>e</sup> partie : après la chapelle de la Paraz, prendre le 2<sup>e</sup> chemin à droite, et s'arrêter au bord de la rivière, le départ se faisant vers le pont.

### Navette

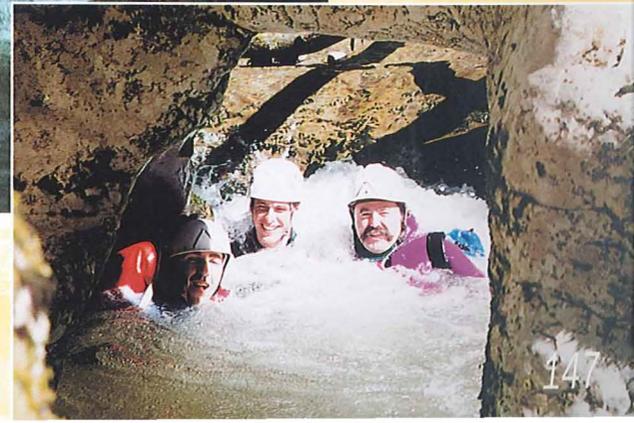
Laisser l'auto à la croix, au confluent avec le ruisseau dit de "L'eau Noire". Navette de 2 km.



37. Canyon de Tré la Tête



39. Canyon des Usses





## Canyon des Usses

**Massif** : ALBANAIS  
**Commune** : Allonzier  
**Carte IGN** : Annecy-Lausanne n°45

**Bassin versant** :  
*altitude maxi* : 1375 m  
*superficie* : 65 km<sup>2</sup>

AD13



**Approche** : 0 h 10  
**Descente** : 1 h 30  
**Retour** : 0 h 15  
**HOD** : 12 h 00

**Alt. départ** : 550 m  
**Dénivelée** : 40 m  
**Longueur** : 1 km  
**Roche** : calcaire



**Barrage en amont** : non  
**Qualité eau** : polluée

**Périodes idéales** : J F M A M J J A S O N D



20 m

### 1<sup>re</sup> descente connue

?

### Description

C'est la rivière qui passe sous le fabuleux Pont de la Caille (150 m !), au nord ouest d'Annecy. Un canyon aquatique, qui présente peu de dénivelée. Une succession de biefs et de sauts rend cette descente très agréable.

La fin de la course est marquée par un **très gros danger** : la formation d'un énorme bouchon d'arbres qui doit être traversé par le dessus.

Le passage sous le pont de la Caille marque la fin du parcours (plus d'un suicide par mois !).

Prendre le sentier rive droite et jeter un œil dans les vestiges des thermes datant de 1848. Avec un peu d'imagination, on peut se représenter toute l'activité autour des bains dans les eaux sulfureuses...

### Caractère aquatique

Les nombreux bouchons sont autant de pièges, même par faible débit. Les traces des crues et les siphons sous les branches imposent une vigilance constante.

### Engagement

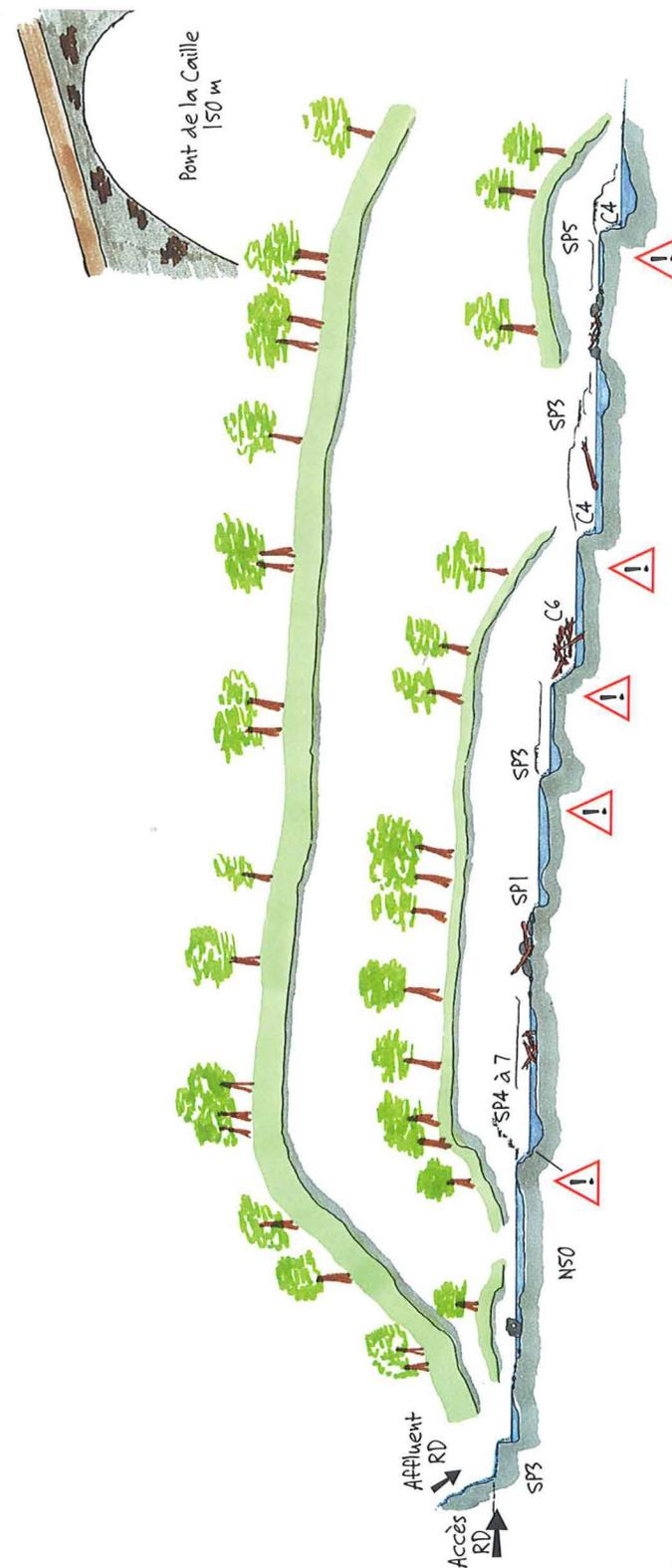
Aucune échappatoire possible dans la partie finale.

### Accès

200 m après le Pont de la Caille, prendre la première route à droite, direction Chez Vauchey. S'arrêter au premier affluent que la route traverse, et descendre 300 m plus loin pour rejoindre les Usses.

### Navette

Reprendre la N201 direction Cruseilles, et tourner à la première route à gauche direction Féchy, Bains de la Caille, pour descendre jusqu'au torrent des Usses. Laisser une auto 500 m après la pisciculture, en remontant le chemin carrossable. Navette de 6 km.





# Canyon de la Vogealle

<b>Massif</b> : HAUT GIFFRE	<b>Bassin versant</b> :	TD/3
<b>Commune</b> : Sixt - Fer à Cheval	<i>altitude maxi</i> : 2756 m	
<b>Carte IGN</b> : Samoëns 3529 Est	<i>superficie</i> : 6,9 km <sup>2</sup>	☺
 <b>Approche</b> : 1 h 30	<b>Alt. départ</b> : 1350 m	
<b>Descente</b> : 4 h 00	<b>Dénivelée</b> : 350 m	☺
<b>Retour</b> : 0 h 30	<b>Longueur</b> : 100 m	
<b>HOD</b> : 10 h 00	<b>Roche</b> : calcaire	🧶
<b>Barrage en amont</b> : non	<b>Qualité eau</b> : excellente	
<b>Périodes idéales</b> : J F M A M J J A S O N D		2 x 70 m

## 1<sup>re</sup> descente connue

Groupe Spéléo Hauteville-Lompnès, 1989.

## Description

C'est dans le cadre fantastique du Cirque du Fer à Cheval, entouré de montagnes calcaires très escarpées, approchant voire dépassant les 3 000 m, que se déroule cette course. Les cascades sont, en ces lieux, innombrables, mais seul le torrent de la Vogealle présente un intérêt. Depuis les sentiers qui longent le Giffre, on peut apercevoir la faille dans laquelle se déroule la descente. Seules les deux dernières cascades sont visibles,

les autres étant encastrées entre les deux parois du canyon.

Les cascades sont hautes, mais elles sont souvent entrecoupées de vires qui permettent de confortables relais.

## Caractère aquatique

A moins d'une période de fraîcheur, la descente est difficilement réalisable en début d'été (fonte nivale).

## Engagement

Descente très engagée avec de grands rappels vertigineux, où il ne faut pas rater les relais (voir topo).

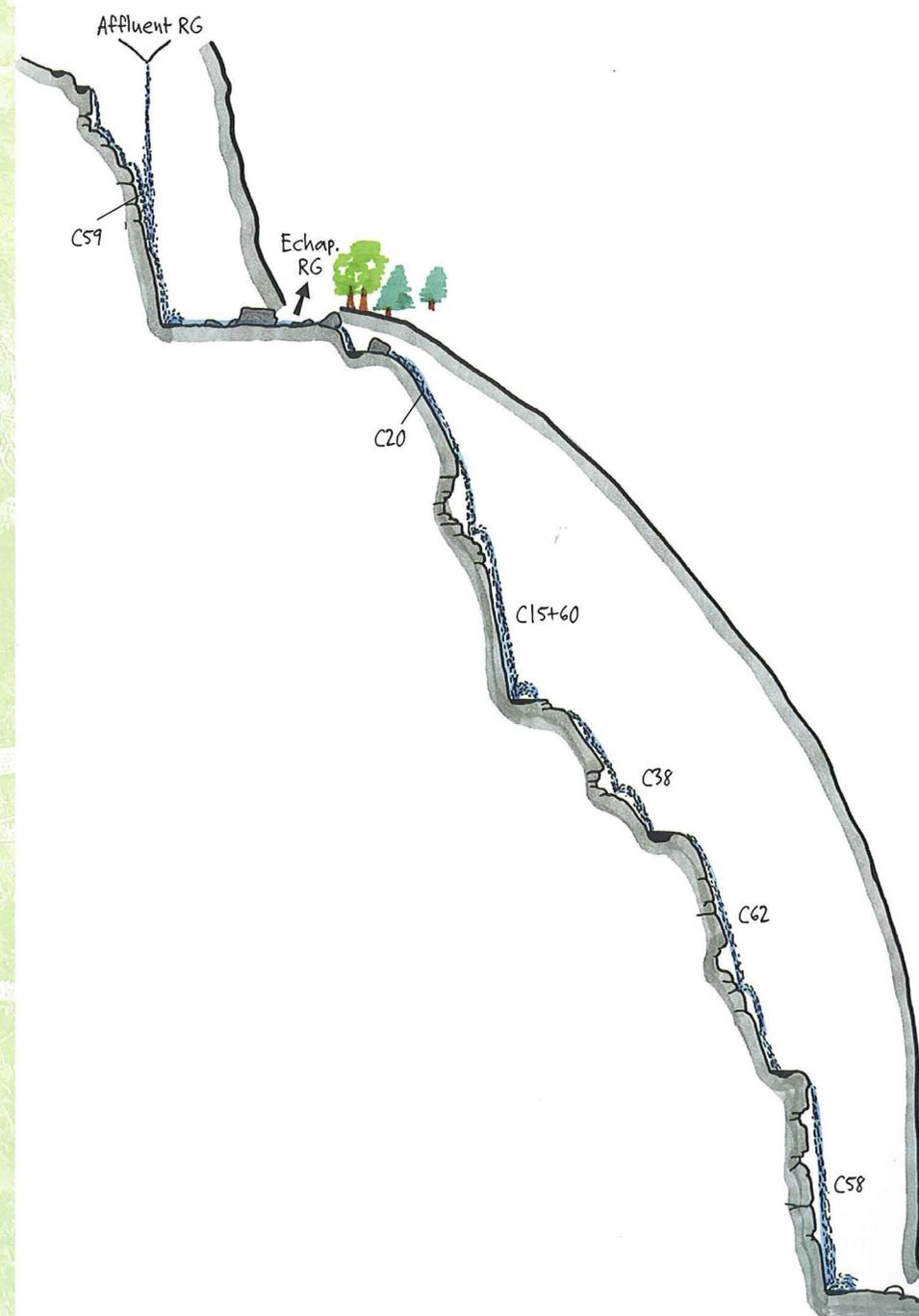
Une seule échappatoire possible, après la C59, RG.

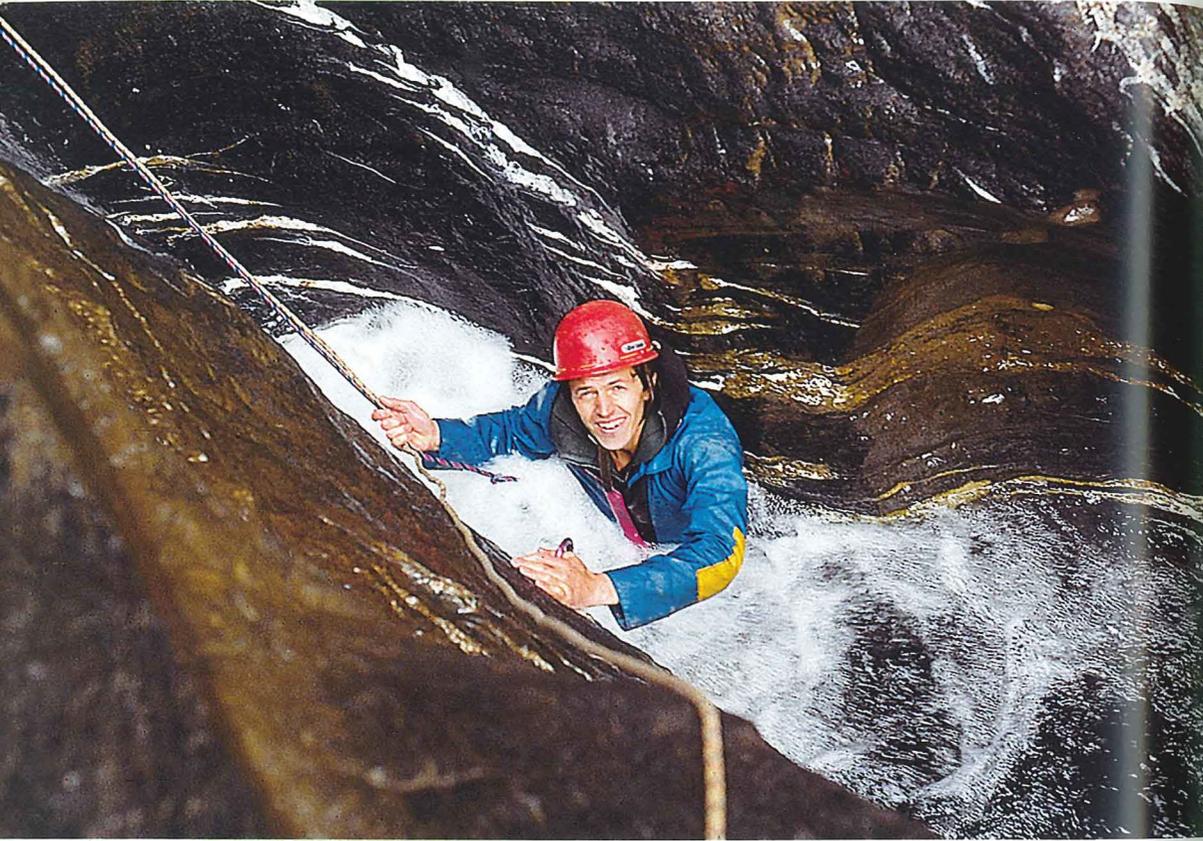
## Accès

Du Cirque du Fer à Cheval, prendre le sentier à gauche, qui mène au refuge de la Vogealle. Arrivé aux Chalets du Boret, prendre à droite, direction le Bout du Monde. Il suffit de redescendre le ruisseau sur 200 m pour arriver à la première cascade.

## Navette

Aucune.





## 40. Canyon de Ta Vogealle



***Ce livre est dédié à notre ami Lucien BOUCLIER,  
grand spéléologue, mort sur le massif du CRIOU  
le 27 novembre 1987.***

Ont participé à l'élaboration de ce livre :

BEAUDOIN Jean-Pierre, Spéléo-club de la MEUSE  
BOUCLIER Eric, Spéléo-club de GAILLARD  
CHANTREL Bernard, CAF de CHEDDE 74  
CHARLETTY Christian, Spéléo-club du MONT-BLANC  
DETRAZ Gilles, Spéléo-club de GAILLARD  
DURDILLY Philippe, Spéléo-club de GAILLARD  
ESPINASSE Jean-Claude, Spéléo-club d'ANNECY  
FILLIETTAZ Hervé, Spéléo-club de l'OISE  
GAUMER Raymond, Spéléo-club du MONT-BLANC  
GERMAIN Georges, Spéléo-club de DUINGT  
GUDEFIN Gérard, Spéléo-club du MONT-BLANC  
GUDEFIN Jacques, Groupe Spéléo URSUS  
GUILLOT Franck, Spéléo-club du MONT-BLANC  
HUGON Bruno, Spéléo-club d'HAUTEVILLE  
MAGNIN Régis, Spéléo-club de NOVEL  
MANGEL Laurent, Groupe Spéléo URSUS  
MASSOL Nicolas, Spéléo-club de NOVEL  
NOEL Patrick, Spéléo-club du MONT-BLANC  
PONCIANO Manuel, Spéléo-club du MONT-BLANC  
RUFİ Christian, Spéléo-club d'ANNEMASSE.

**Grottes et canyons  
Les 100 plus belles courses  
et randonnées**

P. MINVIELLE  
Ed. Denoël. 1977

**Descente de canyons  
au Verdon**

B. GORGEON  
Ed. Lei Lagramusas  
La Cadeno. 1986

**Les Canyons  
du Pays Basque**

A. DOUAT et J.F. PERNETTE  
Ed. profils et Couleurs 1986

**Canyons et barrancos  
du Haut-Aragon  
Du Mont Perdu à  
la Sierra de Guara**

J-P. PONTRoue et F. BIARGE  
Ed. à compte d'auteurs 1987

**Canyons, matériels et  
techniques**

J-P. LUCOT et R. QUINTILLA  
Ed. TVC 1987

**A la découverte des canyons**

F. DE RICHEMOND et C. CHANTEMESSE  
Ed. Du Pelican 1988

**Descente de canyons  
dans les Alpes de  
Haute Provence**

B. GORGEON, P. TORDJMAN, E. OLIVIER  
Ed. Edisud 1995

**SpéléAlpes (N°1 à 20)**

Comité départemental de  
Spéléologie Haute-Savoie

**Canyons Alpains  
Le tour de l'Oisans**

A. BACH, M. BRUNELLO, C. CHILLET,  
P. DROUIN  
Ed. Gap 1992

**Descente sportive  
de gorges et canyons**

J-P. LUCOT et R. QUINTILLA  
Ed. Edisud 1988

**Canyons de l'Aveyron  
et de la Lozère**

R. PELISSIER et F. LOUART  
Ed. Maury 1991

**Les 30 plus beaux canyons  
des Alpes du Sud**

H. AYASSE et F. TESSIER  
Ed. Edisud 1989

**Infern'eaux  
Canyons, gorges et cascades  
en Dauphiné**

P. BOIRON, J. CARLES,  
J-M. ETIENNE, R. VUILLOT  
Ed. Didier & Richard 1990

**Canyons et cascades  
de l'Ain et de la Haute-Savoie**

B. HUGON  
Ed. à compte d'auteur 1990

**Gorges et Canyons en  
Languedoc-Roussillon**

J-P. LUCOT et R. QUINTILLA  
Ed. Edisud 1990

**Manuel Technique  
de Descente de canyons**

Ecole française de Canyon 1998

**Cascades, gorges  
et canyons du Haut-Jura**

D. GUYETAND et J-L. LACROIX  
Ed. Edisud 1992

**Canyons méditerranéens  
de l'Ubaye à la Mer**

B. BARBIER ET B. RANC  
Ed. Gap 1993

**Canyons de l'Ain**

B. HUGON  
Ed. Groupe Spéléo Hauteville 2002

**Gorges et canyons  
du Haut-Béarn**

Ed. CDS Pyrénées Orientales 1991

**Canyon : apprendre et  
comprendre**

H. AYASSE  
Ed. Glénat 1991

**Canyons du Vercors**

T. LARIBE - M.J.C. TULLINS  
Ed. Gap 1998

**Canyons de Haute-Savoie**

B. HUGON, G. GUDEFIN, C. CHARLETTY  
1<sup>re</sup> édition Ed. Gap 1997

**Corse, paradis du canyoning**

H. AYASSE, P. DUBREUIL 2001

**Canyons sauvages  
des Alpes Maritimes**

J.-F. FIORINA, F. JOURDAN, J.-C. JUDA 2004

## Adresses utiles

**FÉDÉRATION FRANÇAISE  
DE SPÉLÉOLOGIE  
ECOLE FRANÇAISE  
DE CANYON**

28, rue Delandine  
69002 LYON  
**04 72 56 35 76**  
<http://www.efcanyon.fr/>

**MÉTÉO**

Chamonix  
**08 36 68 02 74**  
  
Genève  
**41 22 798 63 63**

**EN CAS D'ACCIDENT**

Un seul numéro,  
dans toute l'Europe,  
d'un portable ou d'un fixe :  
le **112**

**ECOLE FRANÇAISE  
DE SPÉLÉOLOGIE**

28, rue Delandine  
69002 LYON  
**04 72 56 35 70**  
FFS.LYON@wanadoo.fr

**LES GITES DE FRANCE  
HAUTE-SAVOIE :**

**04 50 51 74 76**

# Livres édités et distribués

# par les Editions GAP

## GYMNASTIQUE

- **MAÎTRISE DU CORPS à la portée de tous !** (1995)  
Gymnastique - Musculation - Stretching - Relaxation *Gérald Himi*

## V.T.T.

- **ITINÉRAIRES VTT EN PAYS D'AZUR** (1996)  
Topo-Guide - Itinéraires VTT (ÉPUISÉ) *Alain Navello*

- **VÉLO TOUT TRIÈVES** (1995)  
Topo-Guide - Itinéraires VTT *James et Véronique Roudet*

## PLONGÉE

- **LA PLONGÉE ENFANTS en clubs, à l'école, en famille** (1999)  
*Françoise Luttenchlager*

- **LE BREVET ÉLÉMENTAIRE DE PLONGÉE : Niveau 1 en bande dessinée** (1996)  
*J.-J. Fouillard*

- **PLONGÉE PLAISIR : Niveau 1 et monde sous-marin A la découverte de la plongée** (2<sup>e</sup> éd. 2003)  
A. Foret - CTN FFESSM  
Livres officiels FFESSM *Photographies Pablo Torres*

- **PLONGÉE PLAISIR : Niveau 2 et monde sous-marin Premiers pas vers l'autonomie** (2001)  
A. Foret - CTN FFESSM  
Livres officiels FFESSM *Photographies Pablo Torres*

- **PLONGÉE PLAISIR : Niveau 1 - Niveau 2 - Monde sous-marin De l'initiation à l'autonomie** (2<sup>e</sup> édition 2002)  
Livres officiels FFESSM *A. Foret - CTN FFESSM - Photos Pablo Torres*

- **PLONGÉE PLAISIR : Niveau 3 Accès à l'autonomie** (2<sup>e</sup> éd. 2004)  
A. Foret - CTN FFESSM  
Livres officiels FFESSM *Photographies Pablo Torres*

- **PLONGÉE PLAISIR : Niveaux 4 et 5 Conduite de palanquée et direction de plongées** (2<sup>e</sup> éd. 2003)  
Livres officiels FFESSM *A. Foret - CTN FFESSM - Photos Pablo Torres*

- **GUIDE DE PRÉPARATION aux Niveaux 2 et 3** (4<sup>e</sup> éd. 2002)  
Plongée subaquatique (ÉPUISÉ) *Paul Villevieille*

- **GUIDE DE PRÉPARATION au Niveau 4** (6<sup>e</sup> éd. 2002)  
Plongée subaquatique *Paul Villevieille*

- **L'INITIATEUR DE PLONGÉE** (ÉPUISÉ) *Club Le Beluga* (3<sup>e</sup> éd. 2001)

- **GUIDE DE PRÉPARATION AUX MONITORATS 1<sup>er</sup> degré**  
Plongée subaquatique (ÉPUISÉ) *Paul Villevieille* (1994)

- **PHOTOGRAPHIER SOUS L'EAU** (2<sup>e</sup> éd. 2003)  
Livres officiels FFESSM *Collectif CNAV FFESSM*

- **50 ÉPAVES EN CORSE** *Anne et Jean-Pierre Joncheray* (2002)

- **80 ÉPAVES A MARSEILLE** *Anne et Jean-Pierre Joncheray* (2004)

- **100 BELLES PLONGÉES VAROISES** (2003)  
*Alain Ponchon et Philippe Joachim*

- **GUIDE DES SITES DE PLONGÉE** (ÉPUISÉ) (1997)  
Tome I : France, Corse, Mer Rouge *Sandrine Kolau*

- **PASSEPORT SANTÉ SÉCURITÉ POUR LA PLONGÉE TROPICALE** (1998)  
*Alain Perrier*

## SPÉLÉOLOGIE

- **LE GOUFFRE JEAN-BERNARD -1 602 m** (1991)  
Record du monde de profondeur *Groupe Spéléo. Vulcain*

- **L'AVENTURE SOUTERRAINE EN SAVOIE** (1993) CDS Savoie

- **GROTTE DE SAVOIE Tome XIV** (1988) CDS Savoie

- **LE TOUR DE LA COUME OUARNÈDE en 24 cavités** (1994)  
*Stéphane Boyer et Jean Flandin*

- **MONTS ET GROTTES de SAINT-GUILHEM-LE-DÉSERT** (1993)  
*Daniel Caumont*

- **CANYONS ALPINS** (ÉPUISÉ) (1992)  
Le tour de l'Oisans en canyons *Collectif*

- **CANYONS MÉDITERRANÉENS** (ÉPUISÉ) (1993)  
Les plus beaux canyons de l'Ubaye à la mer *B. Barbier et B. Ranc*

- **CANYONS DE HAUTE-SAVOIE** (2<sup>e</sup> édition 2004) CDS 74

- **CANYONS DU VERCORS et alentours** (1997) CS Tullins

- **GAUDELouPE** (1997)  
Canyons, gouffres, découverte *D. Kuster - V. Silve*

## CANYONNING

## RANDO, NATURE, DÉCOUVERTE

- **LE GUIDE DE LA RÉSERVE NATURELLE DES AIGUILLES ROUGES** Chamonix/Mont-Blanc (2<sup>e</sup> édition 2002)  
*Collectif*

- **LE PAYS DU MONT-BLANC** (2<sup>e</sup> édition 2002)  
9 itinéraires à travers paysages et roches du Mont-Blanc et du Haut-Faucigny *Michel Delamette*

- **GUIDE DE L'OBIOU** (1994)  
Découverte, escalade, randonnée *Pierre Barnola*

- **FLORE DE VANOISE** (1996)  
Initiation à la flore de montagne *Pierre Gensac*

- **GUIDE ÉCOLOGIQUE DE LA VANOISE** (2000)  
Itinéraires de randonnée et initiation à l'écologie de montagne *Pierre Gensac*

- **LE JURA AU CŒUR** (1996)  
Itinéraire d'un randonneur *Jacques Besson*

- **3 000 SANS FRONTIÈRE ALPES DU SUD** (ÉPUISÉ) (1997)  
Randonnée pédestre et à skis sur 110 sommets *B. Ranc et A. Pirovano*

- **LA HAUTE MONTAGNE CALCAIRE** (ÉPUISÉ) (1990)  
*Richard Maire*

- **GROTTES ET KARSTS DE CHINE MÉRIDIONALE** (1991)  
Expédition Gebihe 1989 *Collectif*

- **L'AUTRE PADIRAC** (1994)  
*Collectif*

- **KARSTS DE CHINE CENTRALE** (1995)  
Expédition Donghe 92 *Collectif*

## DIVERS