

Jérôme BASSET



RANDONNÉE
HIVERNALE



RANDO



VTT - VTTAE



CANYONING



Accompagnateur en Montagne - Guide Canyon - Moniteur VTT

161 Chemin de Chabotte le Villard 38350 LAVALDENS

Port:06 89 93 50 19 - Email:basset.gse@orange.fr

Web: <https://www.raquette-randonnee.com/canyon-canyoning-chartreuse.html>

Fiche technique Canyon de l'Alloix

Ce qu'il faut savoir:

En canyon aucun saut n'est obligatoire, on peut toujours descendre avec la corde, soit de façon autonome, ou assuré par le moniteur.

- **Organisation:** RDV au parking. Présentation du canyon. On s'équipe. Après une marche d'approche, on commence le canyon. A la sortie du canyon, on retourne au parking par une courte marche, et on se déséquipe.
- **Niveau de difficulté:** Initiation, pour les plus de 14 ans, avoir déjà participé à une sortie canyon est un plus
- **Praticable:** de Mai à octobre.
- **Hauteur maximum:** 40m
- **Nage:** 5 m
- **Marche d'approche:** 10 mn
- **Marche retour:** 15mn
- **Navette de voiture:** oui
- **Durée:** 1/2 journée Longueur: 600m Dénivelé: 200m
- **Localisation:** Savoie/Isère 40mn au Nord de Grenoble. Vallée de l'Isère Gresivaudan 30mn de Chambéry 1h 45 de Lyon

- **Accès:** De Grenoble, emprunter l'autoroute en direction de Chambéry prendre la sortie N°24 puis prendre direction du Touvet puis St Vincent de Mercuze.
- **Lieu de RDV:** Parking de la salle des fêtes de St Vincent de Mercuze
<https://goo.gl/maps/hZ7cvYdio7ApqRVZA>
- **Équipement fourni:** Combinaison et chaussettes néoprène, baudrier avec 2 longues, un descendeur, un casque.
- **Matériel à prévoir:**
- Maillot de bain, Baskets ou chaussures de montagne (Les chaussures de lac sont à proscrire), bouteille d'eau.
- Merci de m'informer de vos problèmes de santé, si vous souffrez d'asthme, de diabète, etc. nous emmènerons vos traitements et appareils dans mon bidon étanche.
- Les lunettes de vue se perdent facilement en canyon, pensez à les attacher si vous ne pouvez vous en passer.
- Attacher vos cheveux longs.
- Prévoir un goûter pour le retour au parking.

