

# Week-end de formation canyon des 24 et 25 août 2024

Suite aux séances de formation aux techniques et manipulations de base pour la pratique du canyoning, animées par Antoine et Aurélien cet hiver à la salle d'escalade de Marsas et afin de mettre en pratique ces apprentissages en milieu naturel, nos supers encadrants, rejoints par Marc-Alexandre, nous ont proposés une sortie canyoning .

En route donc ce vendredi 23 août soir vers Vignec, dans la vallée de Saint de Lary, pour Marc-Alexandre, Aurélien, Antoine, Lise, Isabelle, Julie, Olivier, Christophe et Aline, malgré une météo annoncée pour le week-end peu clémente, mais en toute confiance en nos formateurs d'élite!

Au programme, modulable en fonction de la météo et des débits, des canyons avec un maximum de rappels pour s'exercer et répéter les manips vues cet hiver: huit en butée et main courante.

Après l'installation au chalet de Vignec, l'organisation du lendemain mise au point (3 équipes avec chacune un formateur et 2 "élèves", qui se suivront), et les destinations choisies (côté espagnol, Foz de la Canal inférieur et Urdiceto), nous partons vite pour une bonne nuit de sommeil, nécessaire pour être au top le lendemain!!

Samedi matin, levé 6h50, petit déjeuner, préparation des piques-niques à mettre dans les bidons, départ 8h! Tout le monde est opérationnel, tout est prêt, tout est chargé dans les camions (enfin presque...).

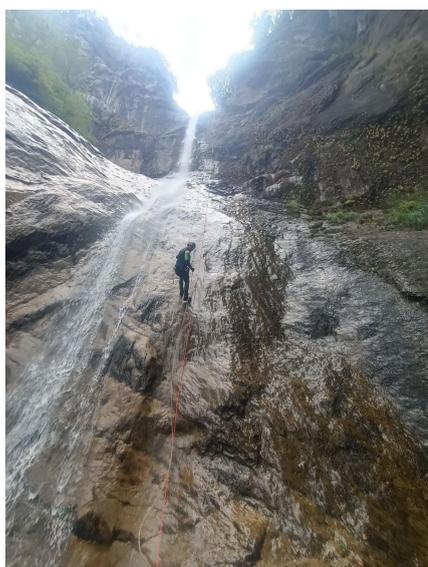
Après un passage au magasin de location pour celles et ceux qui ont besoin d'une combinaison, nous arrivons sur le parking du premier canyon. Les encadrants distribuent le matériel (huits, baudriers, mousquetons, dégaines, cordes), préparent leur sac (bidon de premiers secours, corde de secours, bidon avec les repas), mais une question se pose dans l'équipe d'Antoine, Isabelle et Olivier: "Quelqu'un a pris le bidon contenant les repas???"

🤔oups, il est resté sur la table de la cuisine au chalet 😬, y'en a qui vont avoir faim 😞...  
Promis, on partagera!! 😊

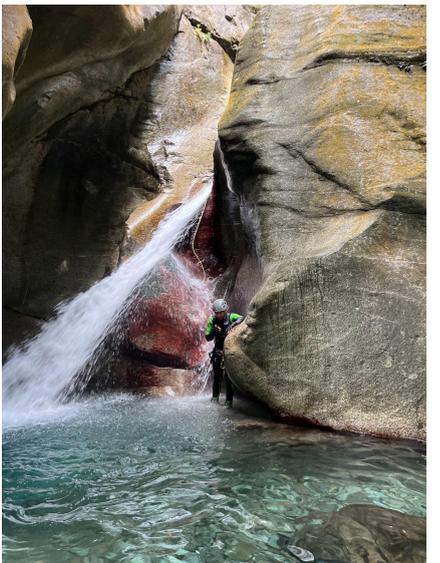
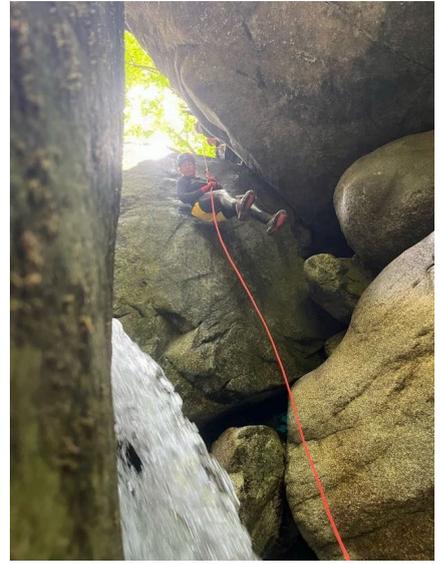
Tout le monde est prêt, on démarre par une marche d'approche de 20 minutes, bien pentue et on enchaîne ensuite le canyon, une équipe après l'autre dans la bonne humeur et un cadre incroyable!!!



A partir de maintenant, ce sont “les élèves” qui équipent chacun leur tour et les encadrants supervisent, sur une vingtaine de rappels plus ou moins hauts...



Petite pause repas pour les premiers arrivés (la promesse a été tenue 😊), en attendant les autres, puis départ rapide, car risque d'orage en fin d'après-midi, vers le second canyon!  
Urdiceto, beaucoup plus ambiancé!



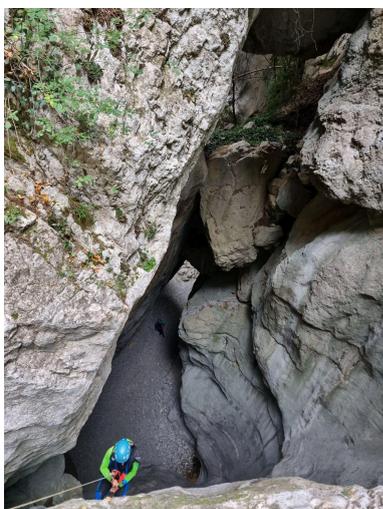
Ah oui, info importante, toute corde trop longue, erreur de veste, sortie de trousse à pharmacie ou encore tout autre étourderie,...., vaut une tournée de bières!! 😊

Vous imaginez donc bien où nous avons fini l'après-midi...



Le soir après un bon repas et une discussion entre experts, la décision est prise de faire Consusa le lendemain, toujours côté espagnol. Un canyon long, avec des rappels de plus de 30 mètres! Il a l'inconvénient d'être loin et sec en cette saison, mais l'avantage d'être à l'abri de la pluie et des orages prévus sur les Pyrénées le lendemain!

Dimanche, arrivée vers 9h15 sur le parking, le temps est gris mais le moral de la troupe est au top! Aujourd'hui, on part tous en même temps et on se relaie pour équiper les relais. Après 5h30 de descente et une pause repas dans le canyon, nous devons revenir à la réalité, l'heure du retour, du rangement et du ménage a sonné....





Un grand merci à tous pour ce super week-end, rempli de bonne  
humeur, humour, partage et bienveillance!!!  
Avec, bien évidemment une mention bien spéciale pour nos 3  
encadrants de choc!!!



PS: Merci aussi à stéphane, Julien, Claire, Marc-Antoine et d'autres que je dois oublier, pour leur participation, bien qu'involontaire... 🤪