

► **Canyoning:**  
en finir avec  
les idées reçues

► **Hydrospeed**  
le petit radeau  
qui vous méduse

# Une envie de fraîcheur?

## SPORTS AQUATIQUES

Les activités d'eau, idéales lors de la saison estivale. «Le Nouvelliste» s'est mouillé.

**CANYONING** «Trop souvent, les gens associent le canyoning aux sauts. Dans cette activité, du côté des Marécottes du moins, on trouve pourtant de nombreux autres obstacles surprenants et abordables pour tout un chacun tels que des toboggans ou des vasques. D'ailleurs, jamais nous ne forcerons quelqu'un à se jeter d'un rocher. Tous les sauts peuvent être contournés.» Gilles Jeannin, cofondateur de la société No Limits Canyon se bat contre les clichés. Contre les idées reçues. Non, le canyoning n'est pas un sport extrême ou dangereux. C'est encore moins une activité à risque. Souvent pourtant, il est défini par de tels qualificatifs. Pour en avoir le cœur net, nous avons décidé de nous en rendre compte par nous-mêmes.

### Une relation de confiance

Direction Les Marécottes, dans le canyon de la Tinda. Le premier contact avec le guide est rassurant. Un regard serein, un sourire, une franche poignée de main. «La relation de confiance doit s'installer dès les présentations», explique Gilles. Dans le minibus qui nous mène au fond du vallon d'Emaney, l'ambiance est à la détente. Entre deux gags et des imitations d'accents dont lui seul a le secret, le guide aborde le déroulement de la journée. Voilà qui tranquillise ceux qui auraient encore hésité à se jeter à l'eau. Après une marche d'approche d'une petite demi-heure, le Mont-Blanc en panorama de fond, place à la distribution du matériel. Nous enfions une combinaison néoprène, des chaussures adhésives, un baudrier équipé ainsi qu'un gilet de sauvetage. Une fois équipés, les deux responsables présents passent aux recommandations et autres gestes à respecter afin que tout se déroule sans accroc.

### L'envers du décor

Arrive la première épreuve. Celle qui, après coup, s'est avérée être la plus délicate: faire connaissance avec l'eau non pas glaciale mais pour le moins rafraîchissante. «Elle est mesurée à 12°C. Ça va chatouiller au début, puis la combinaison néoprène fera son effet en maintenant la chaleur sur votre corps», précise GJ. Très vite, nous sommes sublimés par le décor: devant nous, l'eau cristalline, un peu plus haut, des obstacles naturels fruits de l'érosion. La réalité nous rappelle. «Gardez le dos bien appuyé contre la roche, posez vos bras sur votre ventre, maintenez la tête en arrière.» Les explications pour franchir le premier toboggan – il y en aura

cinq tout au long du canyon – sont données. Euh, d'accord, on prend cette position, et ensuite? «Vous entrez dans le toboggan et la nature s'occupera du reste.» Entendu. Et voilà qu'on se remet à revivre nos premières glissades d'enfance. Nous repensons à cette idée reçue, que le canyoning est un sport dangereux. En fait, le canyoning, c'est un véritable jeu d'enfant. «A condition de suivre les consignes de sécurité et d'être accompagné par des professionnels. Le canyoning, c'est avant tout s'amuser dans un terrain de jeu unique, celui de cours d'eau qui ont façonné la roche. Il y a tout de même une contrainte à la pratique de cette activité: il faut aimer l'eau.»

### Encouragements et explications

Nous poursuivons notre chemin. Le paysage, merveilleux et majestueux, nous en met plein la vue. Un peu plus loin, les gorges du Triège – l'autre canyon proposé par la société No Limits –, face à nous, le Grand Combin vêtu de ses neiges éternelles. Retour dans le présent. «Tenez-vous droit, faites un pas en avant et visez l'arrivée de la cascade.» Devant nous, le vide: huit mètres. Ça y est, nous sommes arrivés au premier saut. Un plus petit nous attendra plus loin. La crainte, quand même. Les encouragements et les explications du guide nous aident à nous élaner. Et de toute manière, personne n'a jamais été obligé de le faire. Une corde permet de contourner le saut pour ceux qui ne veulent pas se lancer. Nous poursuivons. A un rythme qui convient à tout le monde. Et toujours, le souci de la sécurité. «Nous nous sommes toujours adaptés aux clients. Oui, nous prenons les décisions et assurons la sécurité. Mais le canyoning doit avant tout être une sortie de plaisir entre amis, en famille, collègues» avance le guide alors que nos yeux sont toujours émerveillés. Ici, une cascade. Un peu plus bas, des parois de granit. A notre droite, une vasque. Couleur turquoise. L'eau qui y tombe nous fait penser à un jacuzzi. Et voilà, que l'on se remet à rêver... Non, le canyoning n'est pas dangereux. Ceux qui maintiennent cette croyance perdent beaucoup. Mais pour en avoir le cœur net, il faut le tester...

© GREGORY CASSAZ

### GALERIE PHOTOS+



Retrouvez notre galerie sur notre **app journal**.



Les toboggans, ou la joie de redécouvrir les premières glisses enfantines... CHRISTIAN HOFMANN



Le canyoning, c'est avant tout passer un bon moment entre potes, amis, famille ou collègues sur un terrain de jeu unique. CHRISTIAN HOFMANN



Si les plus motivés s'en donneront à cœur joie sur les sauts, personne n'a jamais été obligé de passer par là. Il est toujours possible de les éviter. CHRISTIAN HOFMANN

### PRATIQUE

**OÙ?** Les Marécottes (la Salanfe, la Tinda, le Triège), Blatten (la Massa), Savièse (la Morge)

**QUAND?** Début mai à mi-octobre

**COMBIEN?** Entre 120 et 150 francs selon le nombre de personnes (une gratuité chaque 8e personne aux Marécottes). Possibilité d'enchaîner deux canyons différents dans la même journée