



Saint-Flour → Remontons l'Alagnon (8)

CANYONING ■ À mi-chemin entre la spéléologie, la rando, l'escalade, l'alpinisme et les sports en eaux vives

« Je n'ai pas peur, je me jette à l'eau »

Marcher, sauter, enjamber, glisser, s'agripper, assis, debout, couché, à plat ventre, sur le côté, sur le dos... Le canyoning est une activité sportive à part entière, très physique. Je l'ai testée pour vous sur l'Alagnon.

Isabelle Barnérias

isabelle.barnérias@centrefrance.com

Les gorges de l'Alagnon en canyoning. Quand on a calé, à la rédac', les randoonnées pour notre série d'été il y a quelques semaines, je me suis tout de suite auto-attribué cette activité-là. J'avais déjà descendu les gorges de l'Ardèche à plusieurs reprises, certes il y a longtemps, mais je savais ce qui m'attendait et j'avais très envie de descendre un canyon le long de l'Alagnon. Enfin, je croyais le savoir.

C'est seulement quelques minutes avant le départ que je comprends que le canyoning n'est ni du canoë ni du kayak, et que je ne serai pas à bord d'une embarcation pour descendre le canyon, avec le groupe sur lequel Patrick, le moniteur, m'a greffée quelques jours auparavant. Je serai dans l'eau, à pied, « équipée d'une combinaison, d'un baudrier et d'un casque », me précise-t-il, prête à en découdre avec l'Alagnon, « sur une distance d'environ 2 kilomètres, pendant près de deux heures, avec des sauts, des toboggans, des descentes en rappel... ». Devant mon air ébahi et certainement interrogateur, Patrick se croit obligé de me rassurer : « non, mais ça va aller, non ? ». « Euh, ben oui. De toute façon, maintenant que je suis là... Mais vous m'avez dit au téléphone que ce n'était pas trop physique et accessible à tous ». Et lui de confirmer : « ce n'est pas parce qu'on utilise des cordes que c'est difficile ».

Combinaison, baudrier et casque

13 h 30. Les autres participants, Lionel, Sandrine, Frédéric, Camille, Charles, Juliette, Marie, Amy et Pierre arrivent. Mais eux savent parfaitement ce qu'ils vont faire, et ils ont hâte. Alors en route. On suit Patrick en voiture jusqu'au départ. Il nous distribue une combinaison et pose pêle-mêle les bau-



ÉQUILIBRE. Après plus d'une heure dans l'eau, les jambes sont lourdes et le corps est fragile.

driers, les casques et les chaussures en néoprène qu'il nous conseille de mettre dans nos chaussures « pour éviter le frottement et les gravillons ». On s'harnache tant bien que mal. Nous voilà prêts pour affronter l'Alagnon.

« Ce n'est pas parce qu'on utilise des cordes que c'est difficile »

14 h 15. Top départ. On marche quelques mètres jusqu'à la rivière en contrebass. Patrick nous donne les consignes élémentaires. « Lorsque vous marchez, baissez-vous un peu, car si vous tombez, vous tomberez de moins haut et vous vous ferez moins mal. Pour les toboggans, mettez vos bras en croix sur la poitrine. Quand vous sauterez, pareil ou mettez vos bras le long du corps. Mais pour le saut, il n'y a aucune obligation, et pas de honte à avoir. Si vous ne vous sentez pas de sauter, je vous ferai descendre en rappel ».

Dernière chose essentielle avant de se lancer dans l'activité : s'allonger dans l'eau pour qu'elle pénètre dans la combinaison et qu'on s'habitue à la température qui avoisine, selon Patrick, les 14°. Après des « brrrr », « ouhhhh » et autres « ahhhhh », on se jette à l'eau.

« Allez, c'est parti », lance Patrick. Toujours devant, il nous montre le chemin et nous indique les passages glissants ou profonds. Mais chacun progresse à son rythme et à sa façon. Les uns enjambent, les autres s'allongent, d'autres encore s'assoient ou s'accroupissent alors que d'autres restent debout, certains perdent l'équilibre, d'autres sautillent, glissent, se relèvent, retombent... Jusqu'au moment où l'on arrive au fameux saut.

Il faut alors franchir la paroi verticale, le long d'une corde en s'aidant de la longe et des mousquetons dont nous sommes tous équipés, puis se tourner et s'agripper à une corde face au vide. Et voilà que je me retrouve la première à devoir sauter. « Tu veux sauter ? », me demande Patrick. « Euh, oui. Je vais essayer ». « Ok, donc tu sautes là, dans la mousse. Quand tu es prête, je t'accompagne avec ma main dans le

dos. Je ne te pousse pas ». Et me voilà partie dans les antres de l'Alagnon, les bras le long du corps, en poussant un grand cri, comme pour exorciser ma peur. Lorsque je reviens à la surface, un peu sonnée, j'entends les applaudissements des autres. « Yes, je l'ai fait ». Au tour maintenant de Camille, Charles, Juliette, Marie et les autres.

Au fil de l'eau...

Et c'est reparti. On passe sous des troncs d'arbres, puis pardessus, on enchaîne les toboggans, les glissades, les passages recroquevillés, de biais, couchés... Et nous voilà à la cascade. Mais là, pas question de sauter. « Il n'y a pas assez d'eau cette fois-ci ». Patrick prépare donc les cordes et nous fait descendre, les uns après les autres, en rappel.

Cela fait plus d'une heure qu'on avance pas à pas dans une eau à 14° et je commence à ressentir le froid et la fatigue.

Mes jambes sont de plus en plus lourdes et tremblantes. « J'ai l'impression de peser 2 tonnes », lance d'ailleurs l'un d'entre nous. La progression dans l'eau est de plus en plus difficile, et lorsqu'il faut se frayer un passage en se pliant en quatre, on est comme groggy.

« Allez, encore 200 mètres et on est arrivé. Ouvrez vos combinaisons, enlevez vos casques », nous conseille Patrick. Ce que je m'empresse de faire. Mais sortir de l'eau ne veut pas dire que c'est la fin. Il faut encore grimper à travers les bois pour rejoindre un champ où l'on est autorisé à quitter le baudrier, puis encore marcher dix bonnes minutes, sur la route, avant de rejoindre la voiture. Et c'est dans un ouf général qu'on se déshabille, devenant tout à coup beaucoup plus léger.

Je suis vannée, je ne sens plus mes jambes et j'ai mal partout mais c'était cool. Pire sera le lendemain matin. Les courbatures seront en effet plus douloureuses, notamment au niveau des cuisses et des cervicales. Il n'y a pas de doute, le canyoning est une activité sportive à part entière, très physique mais qui permet de découvrir des paysages que l'on ne pourrait pas voir autrement. ■

➔ Contact. Renseignements, s'adresser au bureau des guides d'Auvergne au 06.09.35.21.67.

MES CONSEILS

Équipements. La combinaison, le baudrier le casque sont fournis. Les participants doivent être équipés d'un maillot de bain et d'une paire de baskets.

Qualités. Pour pratiquer cette activité sportive, il faut être alerte, avoir une certaine condition physique. ■

Le coin du Sigal : garder l'eau pure

Quel régal de s'égayer dans une eau limpide aux fonds recouverts de galets d'une troublante pureté. Issue du grand volcan cantalou, la qualité de l'Alagnon ferait pâlir d'envie des vendeurs d'eau en bouteilles ! Mais ça, c'est tout là haut, à la source...

Au final, si l'Alagnon est globalement peu concernée par l'impact de toxiques directs

(pesticides, métaux lourds), on y retrouve des substances aux effets plus insidieux. Les rejets réguliers de matières organiques, azote, phosphore, « suralimentent » la rivière. De petites algues brunes se développent sur le fond du lit et finissent par le colmater. Privés d'oxygène, les insectes mais aussi les œufs de poissons enroulés entre les galets meurent

asphyxiés.

La rivière possède heureusement ses propres moyens de « digestion » des atteintes qu'on lui porte. Cela s'appelle « l'autoépuration ». A condition, bien sûr, de lui laisser assez d'eau, condition vitale pour elle, surtout l'été où les espèces qui y vivent sont encore plus sensibles car fragilisées par la hausse des températures. ■