



**ÉPREUVE** Avant le plaisir, la grimace de l'eau glacée qui s'infiltré sous la combinaison.



**RAPPEL** La descente le long de la paroi, penchée en arrière à 90°, fait perdre toute notion de gravitation.

■ PHOTOS ISABELLE FAVRE

# ADRÉNALINE EN CASCADE!

**CANYONING** En Valais, une loi et des nouveaux labels de sécurité permettent de s'initier en toute sérénité à cette discipline.

A gauche, une cascade. Autour, des parois de granit emmêlées de végétation et arrosées par des éclats de soleil. Huit mètres plus bas, une magnifique vasque, dont l'écume bouillonne sur l'eau turquoise. Et hop! on s'élance dans ce paysage idyllique. A peine le temps de sentir le cœur s'envoler que l'on se retrouve dans l'eau glacée mais délicieuse du canyon de la Salanfè, au-dessus des Marécottes. Peur? Non! Après avoir dévalé deux toboggans naturels, descendu une paroi en rappel et même tenté le saut périlleux, on est conquis par ce jeu d'enfant.

Ou presque. Car l'encadrement ne laisse rien au hasard. Et la tenue, pour sûr digne de celles des cosmonautes, évite toute blessure. Il faut dire que le Valais est le seul canton à s'être doté depuis 2008 d'une loi spécifique en matière d'activités sportives à risque. «Nous connaissons chaque recoin des canyons que nous pratiquons, explique Gilles Jeannin, cofondateur de la société No Limits Canyon, qui vient de se doter

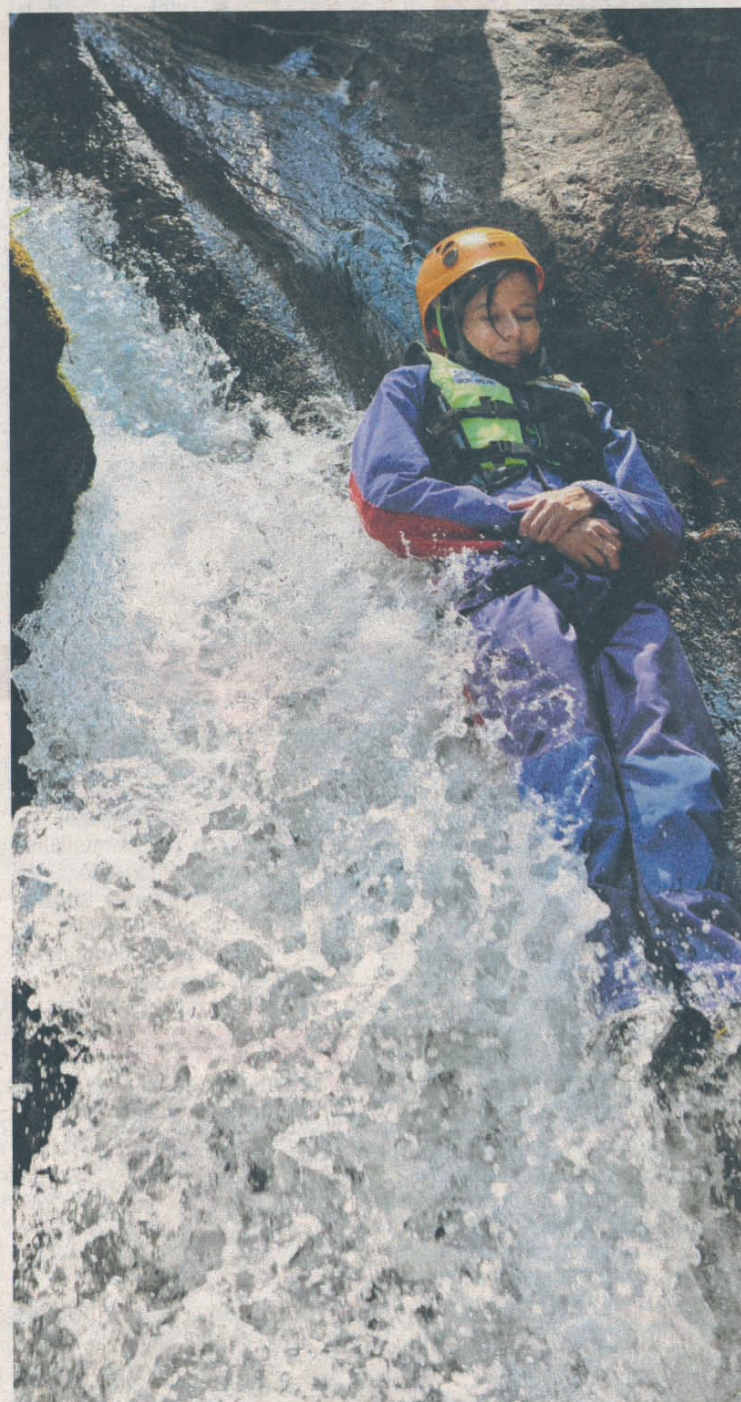
de plusieurs labels de sécurité. Ce n'est pas parce que c'est une entreprise de loisirs que nous sommes des touristes!»

## SPORT FAMILIAL

Un sport souvent catalogué de dangereux ou extrême. Qui pourtant ne nécessite aucune condition physique particulière et convient aux enfants dès 9 ans. «Tout à fait, on peut adapter et moduler les obstacles», précise son collègue Claude-Alain Gaillard, qui a même initié des personnes à mobilité réduite ou des non-nageurs. Outre les sensations fortes, «le canyoning est aussi une manière originale de découvrir des paysages», s'enthousiasme l'instructeur.

Au final, le seul moment éprouvant aura été la mise à l'eau. Ces interminables minutes où la combinaison en néoprène se remplit d'une mince couche d'eau. A 11°, elle ruisselle dans la nuque, le long du dos avant d'enfin se réchauffer au contact du corps et de tenir chaud. ■

Muriel Jarp



**GLISSADE** Sur le dos, on se laisse tomber le long des toboggans creusés dans le lit de la rivière. Le gilet et la combinaison empêchent tout choc ou blessure. Tout ce qu'il y a à faire, c'est de se laisser emporter.

## PÉRILLEUX

Pas tant que ça, la combinaison protégeant des arrivées douteuses.

