

ADVENTURE//

CANYONING





Photos//© No Limits

»» Hidden a few miles away from Verbier is the setting for one of the most exhilarating and scenic alpine sports - canyoning. For those who are unfamiliar with canyoning, the sport involves traveling down river gorges using a variety of different techniques including walking, scrambling, climbing, jumping and abseiling.

One of great aspects of canyoning is that the level of difficulty varies, ranging from gentle canyons suitable for beginners to steep challenging gorges for the more adventurous searching for their next adrenaline fix. For a safe decent down a canyon it is essential to go with an experienced guide, they also be able to provide the gear you'll be need for the invigorating journey ahead. Canyoning involves being in water a lot of the time so it's important to have a good wetsuit, a buoyancy aid in the form of a life jacket, a harness for abseiling down any waterfalls, a pair of shoes with good grips and just for safety a helmet.

Much of the sports appeal stems from the fact that every canyon is different, each will present its own special features and challenges. A great place to take the first plunge is in Marécottes, just a short drive from Verbier. This stunning setting of has routes suitable for beginners as well as those who want to push themselves harder. Depending on the route, you'll experience jumping down into deep turquoise rock pools, shooting down nature's very own water slides, swimming through caves and abseiling through the white water of waterfalls. You never know what exciting obstacle is around the next corner. There are numerous locations to canyon around Verbier, all offering an incredible day out. Whichever location you won't be disappointed with this thrilling sport, the only disappointing moment is when the journey comes to an end. There will always be other canyons to visit with challenges to push

»» *A quelques kilomètres de Verbier, vous trouverez le site propice à un sport particulièrement enivrant - le canyoning. Pour ceux qui ne connaissent pas le canyoning, ce sport implique la descente de rivières en utilisant diverses techniques, tels que, marcher, grimper, sauter, et descendre en rappel.*

En canyoning, le niveau de difficulté varie, en allant de canyons modérés pour les débutants, à des descentes de gorges pour les adeptes d'adrénaline. Un guide expérimenté est vivement conseillé ; il pourra également vous fournir le matériel nécessaire. Le canyoning implique de nombreux passages dans l'eau, il est donc essentiel d'avoir une bonne combinaison, un gilet de sauvetage, un baudrier pour les rappels de cascades, une bonne paire de chaussures, et un casque.

Le plus intéressant, est que chaque canyon présente des caractéristiques et des défis différents. Le lieu le plus adapté à une première sortie semble être les Marécottes, à quelques kilomètres de Verbier. Les descentes sont variées, adaptées tant aux débutants qu'aux plus expérimentés. Selon l'itinéraire choisi, vous aurez l'occasion de plonger dans les bassins d'eau turquoise, de glisser sur les toboggans naturels, ou de descendre en rappel les cascades bouillonnantes. Chaque tournant vous réserve une nouvelle surprise. Vous trouverez de nombreux sites de canyoning aux alentours de Verbier, chacun d'entre eux vous gratifiera d'une fabuleuse journée, le seul mauvais moment sera la fin de l'aventure. Il y aura toujours d'autres canyons à explorer, vous permettant de repousser vos limites. Si vous êtes intéressés, veuillez contacter No Limits (www.nolimitscanyon.ch) 027 395 45 55.

Si vous préférez tenter un rappel sans vous mouiller, alors essayez la descente de Barrage des Toules, là encore, situé non loin de Verbier. Un sacré défi ! Tous ceux qui recherchent les sensations



» you further each time. If you are interested then contact No Limits (www.nolimitscanyon.ch) on 027 395 45 55 who offer a range of locations and levels.

If you want the excitement of abseiling without getting wet, then why try lowering yourself down the impressive face of the 'Barrage des Toules', on the road to Aosta, also an easy drive from Verbier. The breathtaking face is an intimidating challenge to conquer. For those who aren't fazed by heights, abseiling down the dam is great fun. If like many though, the thought of standing at the top of a dam and throwing yourself over top is petrifying, then the experience could be great way of trying to overcome that fear. The harness is very safe and feels secure and comfortable making decent effortless. The hardest part is finding the courage to initially lower yourself over the edge. The ground seems an awfully long way down, but once you get going it's easy and great fun. If you want to give it a go contact No Limits Canyon.

» fortes seront satisfaits par le rappel du barrage. Et même si l'idée de vous jeter du haut d'un barrage vous terrifie, l'aventure en vaut la peine. Le harnais vous permet une descente en toute sécurité et vous assure un confort idéal. Le plus dur, est de faire le premier pas. La hauteur est certainement intimidante, et pourtant, l'expérience est vraiment excitante. Si cela vous tente, veuillez contacter No Limits.

