

## Séjour Canyon Massif du Caroux

09-12 mai 2024

Pendant 4 jours nous étions basés au camping municipal de Mons au cœur du Caroux, massif montagneux situé au nord de Béziers.

Après un début de printemps humide et quelques épisodes cévenoles, nous avons peur de devoir adapter radicalement notre programme initial. Finalement le temps fut quasiment estival pendant ces 4 jours, et les conditions optimales pour les 3 canyons effectués dans la région : Albine, Rec Grand, et Albes.



Canyon d'Albine



Canyon Rec Grand

## Séjour Canyon Massif du Caroux

Le canyon d'Albes aura été le plus marquant par sa variété rarement rencontrée en canyon. On démarre par un beau rappel sec de 100m dans un décor minéral, s'ensuit une descente au milieu d'une forêt quasi tropicale pour finir dans une vasque ludique, un vrai concentré de ce que l'activité peut offrir.



En moins d'une heure de route, on arrive facilement à rayonner dans la vallée de l'Orb pour découvrir les quelques pépites du coin. Pour les randonneurs il y a les gorges d'Héric qui peuvent se parcourir à pied sur un chemin aménagé pour découvrir un paysage minéral et vertical qu'on n'imagine absolument pas dans ce coin de France.

Participants : Cécile encadrée par Alex Croissant du CAF de Cannes et Alex Zunino