



NATUREVASION

Activités en plein air au coeur de la Provence

AVANT DE PARTIR EN CANOË

- **Savoir nager**, se munir du gilet de sauvetage obligatoire et demander un casque pour les parcours les plus difficiles
- **Repérer le parcours**, écouter les consignes et retenir où se situe l'endroit où vous devez vous arrêter
- Prenez des pochettes étanches pour vos clés ou votre téléphone si vous tenez à emmener ces objets, le mieux est de ne pas les prendre (ou 1 seul téléphone pour 1 groupe)
- **Ayez des chaussures qui tiennent aux pieds** et peuvent aller dans l'eau, c'est indispensable.

INFORMATION SUR LE FLEUVE ET LA SECURITE EN CANOË

-L'Argens est un fleuve côtier, de Correns à la mer il est classé NATURA 2000, avec des ESPACES PROTEGES pour sa FAUNE ET SA FLORE.

MERCI DE RAMENER TOUS VOS DECHETS, Y COMPRIS LES MEGOTS DES CIGARETTES.

-L'Argens est un cours d'eau NON DOMANIAL, comme la majorité des rivières et fleuves de France, certains propriétaires peuvent donc vous interdire le débarquement sur leurs rives en toute légalité.

-La plupart des retenues d'eau (barrages) servent ou ont servi pour le captage d'eau pour des canaux d'irrigation ou pour le fonctionnement de moulin. L'Argens a un rôle majeur pour l'agriculture surtout sur sa basse vallée.



CONSIGNE DE SECURITE POUR LE FRANCHISSEMENT D'UN RAPIDE

1. **Toujours garder les distances entre 2 canoës à l'approche d'une difficulté à franchir**
2. **A proximité d'un rapide, il est recommandé de s'approcher doucement en marche arrière, cela permet de visualiser le couloir de navigation et les zones les plus profondes, suite à cela, vous remontez alors légèrement pour prendre de l'élan, suffisamment pour aller aussi vite que le courant et se positionner au bon endroit.**
3. **Pour des raisons de sécurité, attendre que le canoë qui vous devance soit sorti du rapide avant de vous lancer à votre tour.**

DETAIL DES PARCOURS CANOË NATUREVASION entre Correns et Le Thoronet



30 KM, DU VALLON SOURN AU MIQUELETS

En remontant à contre-courant, vous allez pouvoir naviguer dans les gorges du vallon Sourn, le fleuve est bordé de falaises, l'eau est vert émeraude, c'est une des parties les plus belle de l'Argens. Puis, la descente (à proprement parlé) débute par un petit barrage, les 4 km qui suivent les gorges à Correns, sont particulièrement ludiques, avec de nombreux petit rapides et des seuils, l'eau est transparente, la nature est préservée. En période de sécheresse, pour préserver la faune nous ne naviguons plus sur ce secteur.

Puis vous enchaînez avec 4 km très faciles, une succession de courants et de virages jusqu' à l'**écluse de Montfort, là, passez plutôt à gauche**, puis vous naviguez sur la partie la plus étroite et la plus rapide de toute la vallée de l'Argens et par conséquent le fleuve a un plus important dénivelé. Cette zone est très encaissée et particulièrement ombragée (un vrai plaisir en période chaude). C'est une alternance de parties plates et de rapides sur 4 km environ. Vous allez passer devant le terrain Bargidous de Naturevasion (point de bivouac et d'embarquement), il vous reste 14 km et environ 5H d'activité pour rejoindre le Miquelets.

A partir du village de Carcès, le fleuve s'élargit et profite d'un apport d'eau venant de ses affluents.

Le parcours est à nouveau rythmé par des seuils de différentes hauteur, sur 2 km. **Puis un grand plat annonce la "glissière de Seguemagne" (le plus gros rapide de toute la vallée de l'Argens). PASSER LA GLISSIERE A GAUCHE, dans le couloir en pierre, se laisser glisser en mettant sa pagaie à droite le long du bateau « attention ça va mouiller ».**

Beaucoup de fond pour la réception. **Passez bien l'un après l'autre avec des distances de sécurité.**

Quand la rivière se sépare en 2, aller dans le couloir de gauche (vous passez devant Pardigon, point d'embarquement de NATUREVASION).

Il vous reste alors 4 km de nature particulièrement ombragés avec de très jolis point de vues et des zones de baignade avec des plages de galets. Cette partie est très facile avec des courants qui serpentent entre les berges, puis, **quand vous passez sous 2 PONTS, il reste 40 minutes de navigation pour arriver à la base du Miquelets qui se trouve sur la gauche et est votre TERMINUS**. Merci de remonter vos canoës si vous le pouvez.



25 KM, DE CORRENS AU MIQUELETS

Les 4 premiers kilomètres sont très faciles avec une succession de courants et de virages jusqu' à l'**écluse de Montfort, là passez plutôt à gauche**, puis vous naviguez sur la partie la plus étroite et la plus rapide de toute la vallée de l'Argens et par conséquent le fleuve a un plus important dénivelé. Cette zone est très encaissée et particulièrement ombragée (un vrai plaisir en période chaude). C'est une alternance de parties plates et de rapides sur 4 km environ. Vous allez passer devant le terrain Bargidous de Naturevasion (point de bivouac et d'embarquement), il vous reste 14 km et environ 5H d'activité pour rejoindre le Miquelets.

A partir du village de Carcès, le fleuve s'élargit et profite d'un apport d'eau venant de ses affluents.

Le parcours est à nouveau rythmé par des seuils de différentes hauteur, sur 2 km. **Puis un grand plat annonce la "glissière de Seguemagne" (le plus gros rapide de toute la vallée de l'Argens).**

PASSEZ LA GLISSIERE A GAUCHE, dans le couloir en pierre, laissez-vous glisser en mettant la pagaie à droite le long du bateau « attention ça va mouiller ».

Beaucoup de fond pour la réception. **Passez bien l'un après l'autre avec des distances de sécurité. Quand la rivière se sépare en 2, allez dans le couloir de gauche** (Pardigon, point d'embarquement de NATUREVASION).

Il vous reste 4 km de nature particulièrement ombragés avec de très jolis point de vues et des zones de baignade avec des plages de galets. Cette partie est très facile avec des courants qui serpentent entre les berges, puis , **quand vous passez sous 2 PONTS, il reste 40 minutes de navigation pour arriver à la base du Miquelets qui se trouve sur la gauche et est votre TERMINUS** . Merci de remonter vos canoës si vous le pouvez.



21 KM, DE MONTFORT AU MIQUELETS

Vous partez de l'écluse de Montfort, passez plutôt à gauche, puis vous naviguez sur la partie la plus étroite et la plus rapide de toute la vallée de l'Argens et par conséquent le fleuve à un plus important dénivelé. Cette zone est très encaissée et particulièrement ombragée (un vrai plaisir en période chaude). C'est une alternance de parties plates et de rapides sur 4 km environ. Vous allez passer devant le terrain Bargidou de Naturevasion (point de bivouac et d'embarquement) , il vous reste 14 km et environ 5H d'activité pour rejoindre le Miquelets .

A partir du village de Carcès, le fleuve s'élargit et profite d'un apport d'eau venant de ses affluents.

Le parcours est à nouveau rythmé par des seuils de différentes hauteur, sur 2 km. **Puis un grand plat annonce la "glissière de Seguemagne" (le plus gros rapide de toute la vallée de l'Argens). PASSEZ LA GLISSIERE A GAUCHE**, dans le couloir en pierre, laissez-vous glisser en mettant la pagaie à droite le long du bateau « attention ça va mouiller ».

Beaucoup de fond pour la réception. **Passez bien l'un après l'autre avec des distances de sécurité. Quand la rivière se sépare en 2, aller dans le couloir de gauche** (Pardigon, point d'embarquement de NATUREVASION).

Il vous reste alors 4 km de nature particulièrement ombragés avec de très jolis point de vues et des zones de baignade avec des plages de galets. Cette partie est très facile avec des courants qui serpentent entre les berges, puis , **quand vous passez sous 2 PONTS, il reste 40 minutes de navigation pour arriver à la base du Miquelets qui se trouve sur la gauche et est votre TERMINUS** . Merci de remonter vos canoës si vous le pouvez.



14 KM, DE CARCES AU MIQUELETS

A partir du village de Carcès, le fleuve s'élargit et profite d'un apport d'eau venant de ses affluents.

Le parcours est à nouveau rythmé par des seuils de différentes hauteur, sur 2 km. **Puis un grand plat annonce la "glissière de Seguemagne" (le plus gros rapide de toute la vallée de l'Argens). PASSEZ LA GLISSIERE A GAUCHE**, dans le couloir en pierre, laissez-vous glisser en mettant la pagaie à droite le long du bateau « attention ça va mouiller ».

Beaucoup de fond pour la réception. **Passez bien l'un après l'autre avec des distances de sécurité.** Quand la rivière se sépare en 2, **aller dans le couloir de gauche** (Pardigon, point d'embarquement de NATUREVASION).

Il vous reste 4 km de nature particulièrement ombragés avec de très jolis point de vues et des zones de baignade avec des plages de galets. Cette partie est très facile avec des courants qui serpentent entre les berges, puis , **quand vous passez sous 2 PONTS, il reste 40 minutes de navigation pour arriver à la base du Miquelets qui se trouve sur la gauche et est votre TERMINUS** . Merci de remonter vos canoës si vous le pouvez.



9 KM, DE PARDIGON AUX FADONS

Vos 4 premiers km sont particulièrement ombragés avec de très jolis points de vues et des zones de baignade avec des plages de galets. Cette partie est très facile avec des courants qui serpentent entre les berges, puis, **quand vous passez sous 2 PONTS, il reste 40 minutes de navigation pour arriver à la base du Miquelets qui se trouve sur la gauche mais vous continuez et vous trouverez une succession de courants, un grand méandre avec des îlots (il est interdit de stationner sur les îlots), vous arrivez aux rapides du Moutas, une succession de trois seuils. L'entrée du premier est à droite. Attention retournements de canoës fréquents.**

ALORS GARDEZ VOS DISTANCES ENTRE 2 CANOËS pour qu'il n'y ait pas de collisions.

Attention aux LUNETTES.

APRES LES MOUTAS, de nombreux seuils et chicanes entrecoupés de parties plates. **Sous le pont de pierre (pont d'Argens), il faut prendre le goulet sous l'ARCHE DE DROITE, à ce niveau vous êtes à 1/4 d'heure AVANT le TERMINUS.** Une PANCARTE BLANCHE "LES FADONS", **NE PAS ALLER PLUS LOIN !!!!**

Merci de remonter vos canoës si vous le pouvez.



5 KM, DU MIQUELETS AUX FADONS

De suite, vous trouverez une succession de courants, un grand méandre avec des îlots (**il est interdit de stationner sur les îlots**), vous arrivez **aux rapides du Moutas, une succession de trois seuils. L'entrée du premier est à droite. Attention retournements de canoës fréquents.**

ALORS GARDEZ VOS DISTANCES ENTRE 2 CANOËS pour qu'il n'y ait pas de collisions.

Attention aux LUNETTES.

APRES LES MOUTAS, de nombreux seuils et chicanes entrecoupés de parties plates. **Sous le pont de pierre (pont d'Argens), il faut prendre le goulet sous l'ARCHE DE DROITE, à ce niveau vous êtes à 1/4 d'heure AVANT le TERMINUS.** Une PANCARTE BLANCHE "LES FADONS", **NE PAS ALLER PLUS LOIN !!!!**

Merci de remonter vos canoës si vous le pouvez.



4 KM, DE PARDIGON AU MIQUELETS

Vous allez naviguer au milieu de 4 km de nature particulièrement ombragés avec de très jolis points de vues et des zones de baignade avec des plages de galets. Le parcours est très facile avec des courants qui serpentent entre les berges, **puis quand vous passez sous 2 PONTS, il reste 40 minutes de navigation pour arriver à la base du Miquelets qui se trouve sur la gauche et est votre TERMINUS.** Merci de remonter vos canoës si vous le pouvez.