

# MOUNTAINSPORTS

ALLE OUTDOOR ACTIVITEITEN BIJ JOU IN BUURT

## CANYONING

Welke canyon past bij jullie?

## DE PYRENEEËN

Wat is er allemaal te beleven?

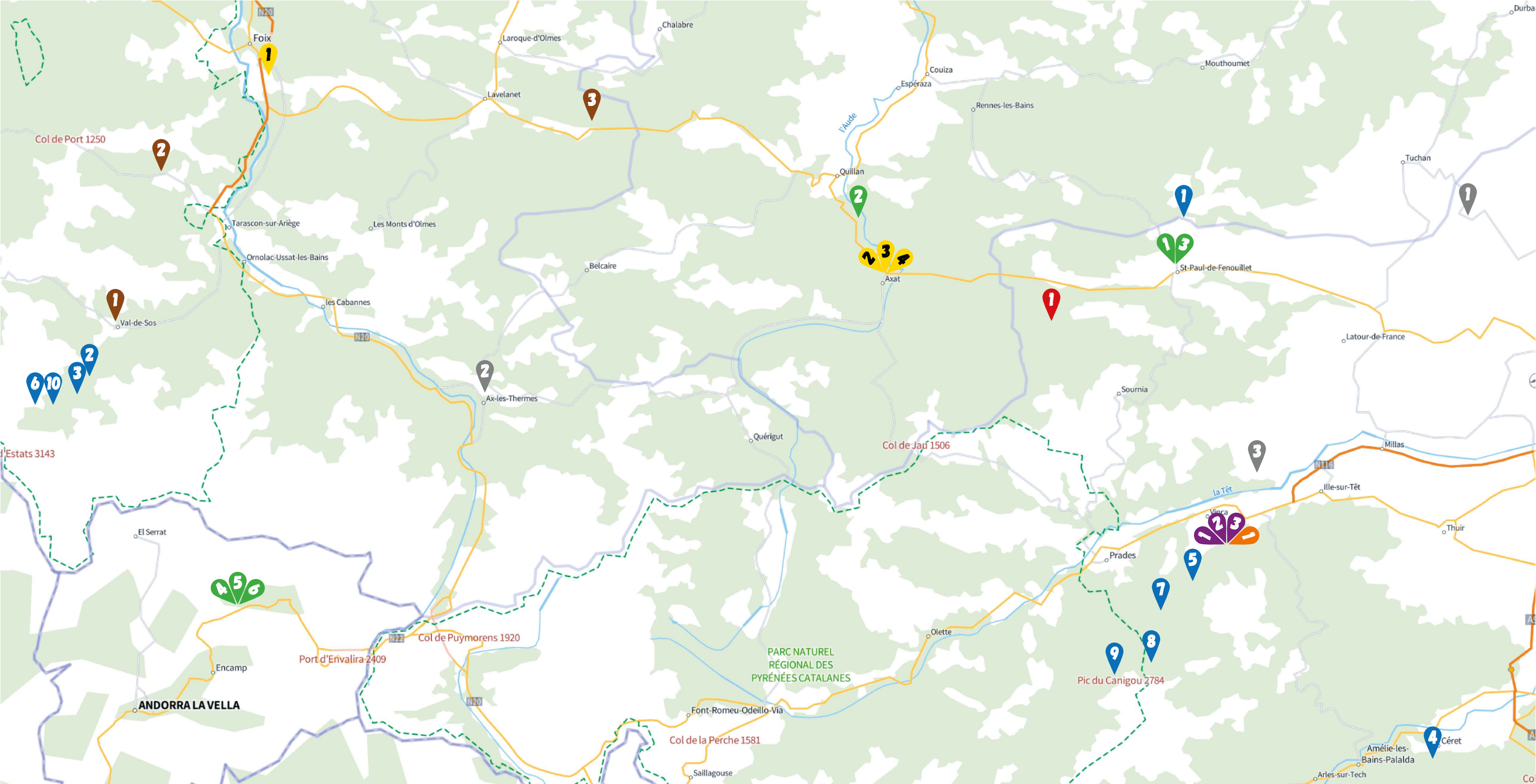
## HOE IS HET

Om te leven in een camperbusje?

# 30

ACTIVITEITEN IN  
DE PYRENEEËN  
GESCHIKT VOOR  
ACTIEVE FAMILIES





### CANYONING

- 1 Galamus
- 2 L'Argensou
- 3 Marc
- 4 Anelles
- 5 Llech
- 6 L'Artique
- 7 Taurinya
- 8 Saint Vincent
- 9 Cady
- 10 Subra

### VIA FERRATA

- 1 St Paul easy
- 2 St Martin
- 3 St Paul hard
- 4 Del Mora
- 5 Del Quer
- 6 De grau

### MOUNTAINBIKEN

- 1 Easy
- 2 Medium
- 3 Hard

### ROTSKLIMMEN

- 1 Tautavel
- 2 Ax Les Thermes

### ABSEILEN

- 1 Roc Rouge

### SPELEOLOGIE

- 1 Watergrot
- 2 Seich
- 3 Trou du Vent

### RAFTEN

- 1 Ariège
- 2 Aude Compleet
- 3 Aude Rivier
- 4 Aude Kloof

### RACEFIETS VERHUUR

- 1 Camping le Canigou

### VERSCHILLENDE NIVEAUS

- EASY**  
Leuk avontuur voor iedereen, geschikt voor (jonge) kinderen en ouders, midden in de natuur.
- MEDIUM**  
Een uitdagende activiteit met mooie obstakels! Afhankelijk van je niveau, kunnen we het makkelijker of moeilijker maken.
- HARD**  
Veel actie voor sportievelingen en adrenalinejunkies. Vereist goede fysieke conditie!



# INHOUD

## ONZE ACTIVITEITEN

- 8 CANYONINGEN
- 14 ROTSKLIMMEN
- 15 ABSEILEN XL
- 16 VIA FERRATA
- 26 MOUNTAINBIKEN
- 27 RACEFIETS VERHUUR
- 32 RAFTEN
- 33 SPELEOLOGIE

De vakantie is weer begonnen en jullie zijn naar de beste plek gekomen! Dit is de ultieme gids voor avonturen in de Pyrénées-Orientales en Ariège! Ontdek samen met je familie de verborgen schatten van deze prachtige regio, van adembenemende wandelpaden tot spannende activiteiten in de natuur. Laat je inspireren door onze verhalen en tips voor onvergetelijke outdoor-ervaringen.

Bereid je voor op avontuur - de bergen roepen!



De foto's in dit magazine zijn gemaakt door Mayke Pasman (Mayke Pasman fotografie) & Wietse Walinga (Eyescool Productions)



## WAARSCHUWING

In dit magazine staan de gaafste avonturen die je samen met je familie kan doen tijdens je vakantie. We kunnen je niet garanderen dat je na het lezen van dit magazine nog terug wilt naar Nederland.



## CANIGOU OUTDOOR - MOUNTAINSPORTS

Is een team van jonge avonturiers die elke dag gave bergsporten onderneemt. Het team is overal ter wereld te vinden. Maar in de zomer komt iedereen samen in de Franse Pyreneeën, om onze gasten mee te nemen op de activiteiten waar wij zoveel passie voor hebben.

Ga je met ons mee op pad, dan ga je met een Nederlandse gediplomeerde gids die werkt met de beste buitensportmaterialen.

Zo zorgen wij voor een onvergetelijke vakantiedag. Waarbij veiligheid en plezier het allerbelangrijkste zijn.





*De surprise in de Lech,  
waar die naam vandaan  
komt? Daar kom je  
halverwege achter.*

# GA MEE OP AVONTUUR!

Ga mee op de leukste avonturen in de bergen bij jou in de buurt!



VOLG ONS OP  
INSTAGRAM

@canigououtdoor



KLIMMEN | CANYONINGEN | RAFTEN | MOUNTAINBIKEN | ABSEILEN XL  
VIA FERRATA | SPELEOLOGIE | RACEFIETSEN | BIVAKKEN | SHOOT OUT

Ga naar [www.canigououtdoor.nl](http://www.canigououtdoor.nl) en boek je activiteit!  
Alle activiteiten worden begeleid door Nederlandstalige gidsen.



# CANYONING

## Wat is canyoningen?

Canyoning is de favoriete activiteit van onze instructeurs. Met een wetsuit aan, een gordel om en een helm op loop je door een kloof met water. Onderweg kom je watervallen tegen waarvan je kan abseilen, glijden of springen.

## Verschillende niveau's

Zorg voor een tocht die past bij je eigen niveau. Op die manier kan je optimaal genieten van de tocht. We hebben canyons op drie verschillende niveau's: easy, medium en hard. Daarnaast hebben we halve en hele dagtochten.

## Welke canyons kan ik doen?

We bieden ontzettend veel verschillende tochten aan in de Pyreneeën, afhankelijk van de plek waar je verblijft heb je een aantal keuzes. Om snel te kunnen zien of de canyon bij jou in de buurt zit maken we gebruik van gekleurde locatie pins. Deze kun je vinden op pagina 2.



Ga mee canyoningen, scan de qr-code en reserveer.



*Een canyon is een waterpretpark aangelegd door moeder natuur. Je gaat er abseilen, springen en glijden.*

*In de Taurinya is de grootste abseil maar liefst 45 meter!*



# KIES JE CANYON AVONTUUR!

## 1 GALAMUS

**Niveau:** easy  
**Duur:** 3 uur  
**Leeftijd:** 8+  
**Locatie:** Saint-Paul-de-Fenouillet

Deze canyon bevat sprongen en glijbanen, maar deze kun je overslaan. Daarnaast is de natuur indrukwekkend en loop je door een kloof met wanden van meer dan 100 meter hoog.



## 4 ANELLES

**Niveau:** medium  
**Duur:** 3 uur  
**Leeftijd:** 13+  
**Locatie:** Ceret

Deze canyon heeft het allemaal! Een 23 meter abseil brengt je in een kloof met sprongen, glijbanen en abseils. Ideaal voor sportieve tieners die geen hoogtevrees hebben!



## 2 L'ARGENSOU

**Niveau:** medium  
**Duur:** 3 uur  
**Leeftijd:** 10+  
**Locatie:** Ourre

Een canyon met mooie abseils, lekker in de zon. Met als afsluiter een mooie plek om te springen en te glijden!



## 5 LLECH

**Niveau:** hard  
**Duur:** 3 uur  
**Leeftijd:** 15+  
**Locatie:** Villerach

De beste spring- en glij-canyon van Europa. Hoge glijbanen en uitdagende sprongen maken deze canyon uniek! Ook zit er een abseil in. Hard canyons vereisen een goede conditie en springen is verplicht.



## 3 MARC

**Niveau:** medium  
**Duur:** 2,5 uur  
**Leeftijd:** 12+  
**Locatie:** Marc

Een fantastische canyon met sprongen, glijbanen en een 20 meter abseil. Door een indrukwekkend stukje natuur.



## 6 L'ARTIQUE

**Niveau:** hard  
**Duur:** 4 uur  
**Leeftijd:** 15+  
**Locatie:** net voorbij Marc

Een mooie canyon in alpine terrein. Deze canyon biedt gave abseils, hoge sprongen en glijbanen. Een top canyon in de Ariège!



## 7 TAURINYA

**Niveau:** hard  
**Duur:**  
**DagtochtLeeftijd:** 15+  
**Locatie:** Taurinya

En mooie tocht met meerdere abseils, glijbanen en af en toe een sprong. Je sluit af met een 45 meter hoge abseil die uit twee delen bestaat.



## 9 CADY

**Niveau:** hard  
**Duur:** Dagtocht  
**Leeftijd:** 15+  
**Locatie:** Casteil

Een fantastische dagtocht die alleen beschikbaar is aan het einde van de zomer. Een canyon met mooie abseils, gave glijbanen en een hoge sprong.



## 8 SAINT VINCENT

**Niveau:** hard+  
**Duur:** Dagtocht  
**Leeftijd:** 15+  
**Locatie:** Vernet-Les Bains

Meerdere abseils en glijbanen maar alleen voor mensen met stalen zenuwen. Een abseil van 55 meter dwars door het water is het hoogtepunt van deze canyon. Een top dagtocht op de Canigou.



## 10 SUBRA

**Niveau:** hard  
**Duur:** Dagtocht  
**Leeftijd:** 15+  
**Locatie:** net voorbij Marc

Wil je de drukte vermijden? Kies dan voor deze "expeditie" canyon. Je hebt mooie abseils dwars door het water. En je leert diverse canyon technieken.



### Je canyoningtocht boeken?

Reserveer je canyontocht gemakkelijk online. In de zomer zit het vaak snel vol. Dus reserveer je plek op tijd!

### Moeite met kiezen?

Vind je het moeilijk om een keuze te maken? Laat ons je dan adviseren zodat je een tocht kan kiezen die bij je verwachtingen past.

### Alle bovenstaande canyons gedaan?

Niet getreurd we gidsen nog meer canyons in de omgeving. Jazeker het is hier canyoning paradijs!





*Klimlocatie Tautavel*





## ROTSKLIMMEN

### 1 TAUTAVEL

Niveau: Alle niveaus

Leeftijd: 8+

Duur: hele dag

Locatie: Tautavel



Onze klimlocatie in Tautavel is de klimplek van de Pyreneeën. We hebben hier de keuze uit wel meer dan 100 klimroutes voor beginners en gevorderden. Na een paar routes klimmen kan je lekker afkoelen in het meertje. Om vervolgens opnieuw een paar routes te klimmen.

### 2 AX LES THERMES

Niveau: Alle niveaus

Leeftijd: 8+

Duur: 2 uur

Locatie: Tautavel



Ook in Ax les Thermes kan er mooi worden geklommen. Routes op verschillende niveau's zorgen ervoor dat iedereen een leuke dag heeft. Bereik jij de top? Ga de uitdaging aan.

Doordat we verschillende klimroutes aanbieden, is de activiteit geschikt voor het gehele gezin. Daarnaast leren we je ook om te zekeren.



## ABSEILEN XL

### 1 ABSEILEN XL

Niveau: medium

Leeftijd: 8+

Duur: 4 uur

Locatie: Caudiès-de-Fenouillèdes

Na een korte wandeling slaan we plotseling af en komen we op ons geheime pad richting de abseil kloof. Na de instructie van de gids ga je op pad. Aan een touwtje niet dikker dan je duim daal je af. Hierbij laat je het touw rustig door je handen glijden.

De eerste abseils zijn misschien nog wat onwennig. Maar je hebt het vast snel te pakken. En dat is maar goed ook. Want de abseils worden hoger en hoger. De laatste abseils zijn meer dan 30 meter. Nu snap je waar de naam abseilen XL vandaan komt. Durf jij het aan? Ga dan mee op dit avontuur!



Tijdens abseilen-XL ga je zes abseils variërend van 10 tot 30 meter abseilen.





# VIA FERRATA

De frisse berglucht vult je longen, je hebt nu al een fantastisch uitzicht en je bent nog niet eens op de top. Je staat op een uitdagende rotswand, gezekerd aan een dikke staalkabel.

Gewapend met een helm, klimgordel en een via ferrata set. Een ervaren instructeur let op je veiligheid, terwijl jij onderweg bent naar de bergtop. Het uitzicht wordt met elke stap mooier.

Om daar te komen klim je omhoog via de grote stalen nietjes en ladders die aan de berg bevestigd zijn. Op deze manier maak je snel hoogte en voor je het weet heb je de top bereikt. Deze manier van klimmen noem je via ferrata of klettersteig.

Het geeft je de mogelijkheid om plekken te bereiken waar je normaal niet kunt komen. Ga jij het avontuur aan?



*De naam via ferrata komt uit het Italiaans en betekent "ijzeren weg". In de Eerste Wereldoorlog gebruikt door soldaten om de Dolomieten te doorkruisen. Nu vind je ze over de hele wereld en maken wij er gebruik van om de mooiste bergtoppen te bereiken.*





## VIA FERRATA'S IN DE BUURT

### 1 SAINT PAUL



Niveau: easy

Duur: 2 uur

Leeftijd: 8+

Locatie: Saint-Paul-de-Fenouillet

Beklim de kleine kam! Wordt beloond met een prachtig uitzicht. De kleine kam biedt een mooie introductie via ferrata voor jonge kinderen.

### 4 DE MORA



Niveau: easy<sup>+</sup>

Duur: 2 uur

Leeftijd: 10+

Locatie: Andorra

Een leuke via ferrata die door een klein kloofje loopt. Deze via ferrata is ook geschikt voor jongere kinderen. Omdat de via ferrata makkelijker is dan de andere via ferratas in Andorra.

### 2 SAINT MARTIN



Niveau: medium<sup>-</sup>

Duur: 2,5 uur

Leeftijd: 10+

Locatie: Saint-Martin-Lys

Deze via ferrata is uniek, je klimt in ongeveer 30-45 minuten omhoog. Om vervolgens via een zipline in een kloof te arriveren. Hier abseil je terug naar beneden met drie korte abseils.

### 5 DE GRAU



Niveau: medium<sup>+</sup>

Duur: 3 uur

Leeftijd: 13+

Locatie: Andorra

Een indrukwekkende via ferrata met verschillende bruggen, mooi uitzicht en af en toe een stukje overhang. Ga jij de uitdaging met ons aan?

### 3 SAINT PAUL



Niveau: hard

Duur: 4 uur

Leeftijd: 13+

Locatie: Saint-Paul-de-Fenouillet

Beklim de grote kam! Wordt beloond met een prachtig uitzicht. De grote kam is een uitdagende via ferrata voor jong en oud. Beklim steile wanden, passeer verschillende bruggen en geniet van een fantastisch uitzicht op de top!

### 6 DEL QUER



Niveau: hard

Duur: 3 uur

Leeftijd: 13+

Locatie: Andorra

Een van de beste via ferrata's in Andorra. Je hebt prachtig uitzicht en mooie verticale stukken. Op een gegeven moment heb je bijna niks onder je. Een spectaculair gevoel! Je eindigt bij een fantastisch uitzichtspunt.



# YOUR NEXT ADVENTURE



## DE BUCKETLIST

Ben jij een echte avonturier? Doe dan alle activiteiten bij Mountain Sports - Canigou Outdoor!

Stap 1: Haal je bucketlist op bij een instructeur van Mountain Sports - Canigou Outdoor.

Stap 2: Voltooi alle activiteiten op de lijst en laat een instructeur ze aftekenen.

Stap 3: Met een voltooide bucketlist is het tijd voor een feestje en ontvang je het bucketlist T-shirt.

**MOUNTAIN SPORTS**  
BUCKETLIST VAN: \_\_\_\_\_

- CANYONING
- VIA FERRATA
- KLIMMEN
- BOOGSCHieten
- ABSEILEN
- RAFTEN
- SPELEO

BEHAALD OP: \_\_\_\_\_  
HANDTEKENING INSTRUCTEUR: \_\_\_\_\_

**CANIGOU OUTDOOR**  
BUCKETLIST VAN: \_\_\_\_\_

- CANYONING
- VIA FERRATA
- KLIMMEN
- MOUNTAINBIKEN
- ABSEILEN
- BOOGSCHieten
- SHOOT OUT

BEHAALD OP: \_\_\_\_\_  
HANDTEKENING INSTRUCTEUR: \_\_\_\_\_





*Deze foto is gemaakt in de Galamus, lopend tussen rotswanden van meer dan 100 meter hoog en spelend in blauw water, krijg je een goede indruk van wat de natuur te bieden heeft.*



# LEREN CANYONINGEN?

Ontdek de wereld van recreatief canyoning.  
Cursussen starten in de lente, zomer en herfst.



CANYONING  
SCHOOL

# CE4Y

# CANYONING EQUIPMENT 4 YOU

The best canyoning equipment  
designed from canyoningists for canyoningists

Shield  
Jacket



Devil-8



Axe-8



Friulside Anchor  
Inox SS316



Comfy  
Harness



Anchor Plate  
SS316L



Floating  
Anchor Bag



Swiss Alps  
Canyoning  
Vol 2.0



[www.ce4y.ch](http://www.ce4y.ch)

Thick-Line 10.5

Pick-Line 9.0

Slick-Line 8.7

Slick-Line 6.0





# MOUNTAINBIKEN

Stijle klimmen en spectaculaire afdalingen op je eigen niveau

## 1 MTB EASY



Niveau: easy

Duur: 2 uur

Leeftijd: 10+ (150 cm)

Locatie: Espira-de-Conflent

Als je nog nooit hebt gemountainbiked of nog niet gefietst hebt in de bergen is dit een mooie kennismaking. Je begint op de camping met wat leuke oefeningen en daarna maak je een rondje in de omgeving.

## 2 MTB MEDIUM



Niveau: medium

Duur: 3 uur

Leeftijd: 13+ (150 cm)

Locatie: Espira-de-Conflent

We fietsen tijdens deze tocht de mooiste trails. Steile klimmen en spectaculaire afdalingen staan op het programma. We maken het compleet met een leuke singletrack! Let op: een goede basisconditie is vereist!

## 3 MTB HARD



Niveau: hard

Duur: 4 uur

Leeftijd: 15+ (150 cm)

Locatie: Espira-de-Conflent

Tijdens dit rondje neemt de gids je mee op de paden die hij zelf in zijn vrije tijd fietst. Hij weet de beste afdalingen en singletracks te vinden. Let op deze tocht is alleen geschikt als je ervaring hebt met mountainbiken.

## RACEFIETS VERHUUR

### 1 CAMPING LE CANIGOU

Niveau: Alle niveaus

Leeftijd: 10+ (150 cm)

Locatie: Espira-de-Conflent

Zit jij graag op de fiets, maar heb je geen fiets meegenomen? Kom dan bij ons een racefiets huren. Op deze manier verken je de omgeving lekker op de fiets.

Heb je zin in een uitdaging? Beklim dan een van de collen bij ons in de buurt. Een ideale activiteit voor in de ochtend of in de namiddag. Vergeet op de terugweg niet langs de ijssalon te rijden!

We hebben fietsen in verschillende maten. Kom bij ons langs en dan zorgen we voor de juiste afstelling.

Mocht je niet zelf op ontdekkingsstocht willen gaan, we hebben een aantal GPX routes gemaakt, die je in je fietscomputer kunt uploaden.







VOLG ONS OP  
INSTAGRAM

@canigou\_canyoningschool

AVONTUREN IN NIEUW-ZEELAND

# DE EERSTE AFDALING VAN DOUGHBOY CANYON

DOOR PEPIJN HOEKSEMA  
Gids bij Canigou Outdoor

*De waterval waar ons hart  
sneller van gaat kloppen.*

Fotografie: Pepijn Hoeksema & Erwan Coq

Het is vroeg in de ochtend wanneer Erwan en ik vertrekken naar Doughboy Creek. Het is ongelooflijk dat deze onontdekte stroom maar veertig minuten rijden is van onze verblijfplaats.

We maken ons klaar in de ochtendzon. We nemen een boormachine, ongeveer 20 haken, voldoende touw en onze canyoninguitrusting mee. Met al die extra bagage zijn de rugzakken lekker zwaar.

We vertrekken vanaf de auto en steken eerst de stroom over waar we uiteindelijk uitkomen. Er staat in ieder geval voldoende water. We besluiten een stuk omhoog te lopen langs de rivier om privé land te vermijden. Een stukje stroomopwaarts gaan we het bos in.

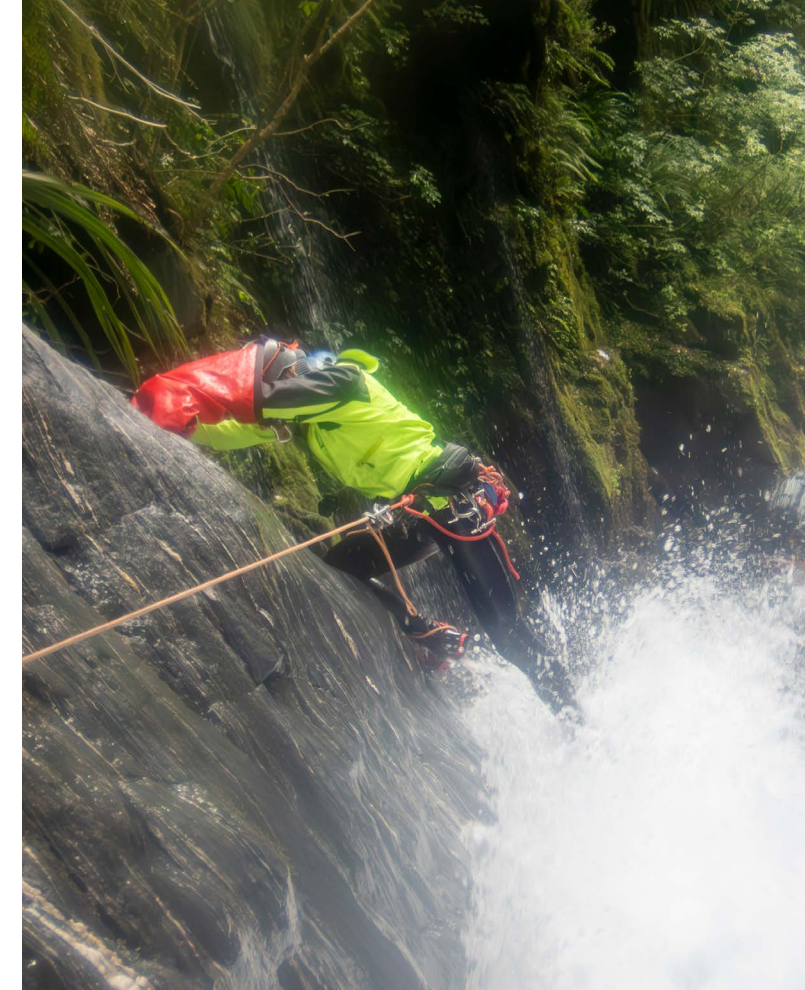
Eerst vinden we een oud pad. Maar al snel loopt dit pad dood en moeten we dwars door het dichtbegroeide Nieuw-Zeelandse bos heen. Vanaf de auto moeten we ongeveer 800 meter omhoog.



Dwars door het dichtbegroeide bos

Al kijkend op de kaart proberen we de spur te vinden. Maar de dichte begroeiing maakt het ons moeilijk. Gelukkig vinden we de spur en bereiken we na 3,5 uur de top. Hier lopen we over een stijle rotswand naar beneden. Totdat we het begin van de canyon bereiken.

Het echte plezier kan nu beginnen. De canyon start vrij open en al snel komen we de eerste watervallen tegen. De eersten zijn niet hoog en we kunnen gemakkelijk naar beneden klimmen. Helaas zijn de poeltjes niet diep genoeg om in te springen.



Ankers boren in de rots

De watervallen volgen elkaar steeds sneller op en we komen prachtige stukjes natuur tegen. Erwan springt telkens van blijdschap bij het zien van elke nieuwe waterval.

De watervallen worden steeds hoger. We gebruiken de boor om onze ankerpunten mee te boren. Soms gebruiken we een boom of klimmen we voorzichtig naar beneden. Dit bespaart ons een paar haken voor als we ze echt nodig hebben. We vorderen prima en liggen goed op schema.

Dan vinden we een waterval die ons hart sneller doet kloppen. De kloof wordt smaller en de waterstroom loopt in een soort trechter. Vanaf boven is het moeilijk te zien hoe hoog de waterval is.

Het eerste deel van de waterval is vlak en daarna stort het water met veel geweld naar beneden. Aan een grote boomstam die bovenin dwars in de stroom ligt bouwen we een abseil. Ik daal af en merk dat het water mijn voeten onderuit probeert te duwen. Het water is hier zo krachtig.





## “DE WATERVAL IS ONTZETTEND MOOI EN ANGSTAANJAGEND TEGELIJKERTIJD”

Ik weet dat ik moet blijven staan. Want als ik uitglijd in de stroom kan ik niks beginnen. Ik abseil 5 meter tot het einde van het “vlakke” gedeelte. ik versleutel mijn afdaalapparaat en kijk naar beneden.

De waterval is ontzettend mooi en angstaanjagend tegelijkertijd. Het water valt met een enorme kracht naar beneden. Vanaf hier recht naar beneden is geen veilige optie.

Ik kijk naar de rots naast mij. We hebben hier een nieuw ankerpunt nodig. Ik pak de boormachine en ga op een been staan. Mijn knie zet ik tegen de rots, ik strek mezelf uit om de haak zover mogelijk uit de stroom te boren.

Het water probeert mijn voet nog steeds omver te beuken. De adrenaline giert door mijn lichaam. Na 2 spannende minuten zit de haak erin. Snel maak ik mijn zelfzekerings vast en kijk naar Erwan. We lachen, dit is geweldig!

Erwan komt ook naar beneden en we gebruiken de boomstam als backup voor onze enkele haak. Samen kijken we naar beneden. We zitten nog steeds niet naast de stroom.

We besluiten daarom een klein stukje af te dalen en een volgende haak te boren.

De rots is hier lekker glibberig. Uitglijden betekent dat we midden in de waterval eindigen. Gelukkig zit deze haak er ook snel in. Door het gebruik van de afleider kom ik gemakkelijk beneden.

WHOEOEHOEE!

Ik kijk omhoog en zie Erwan op het anker. De waterval is prachtig. Terwijl Erwan afdaalt, maak ik een video. Dit obstakel maakt de vier uur hike omhoog meer dan waard. Als Erwan beneden komt, geven we elkaar een high five!

We hebben nog een paar watervallen te gaan. Na ongeveer zes uur canyoning zijn we weer bij de auto. Wat een heerlijke dag.

De eerste afdaling van Doughboy Canyon is voltooid!

Erwan maakt een prachtige topo en nog geen twee weken later staat alles op Kiwicanyons. Veel canyoning plezier!

In 2025 doen we een expeditie in Nieuw-Zeeland. Hiervoor zoeken we nog mensen die graag willen sponsoren. Heb je interesse stuur ons dan een berichtje!



# THUIS OOK LEKKER ETEN? CHECK BBQ WERELD!

Krijg 10% korting met de de code: **Canigou10**

\*De kortingscode kan per klant 1 keer gebruikt worden.



# BBQ WERELD

[www.bbq-wereld.nl](http://www.bbq-wereld.nl)







*In de grotten is het donker totdat we onze hoofdlamp aanzetten. Op elk ander moment kun je geen hand voor ogen zien!*

# RAFTEN

Ervaar het avontuur van raften op twee prachtige rivieren.

## 2 AUDE RIVIER

Niveau: medium  
Duur: 2 uur  
Leeftijd: 13+  
Locatie: Axat



Meerdere stroomversnellingen en leuke golven. Op een prachtige rivier. De tocht stopt net voor de kloof. Deze tocht is perfect voor avonturiers

## 3 AUDE KLOOF

Niveau: hard  
Duur: 2 uur  
Leeftijd: 15+  
Locatie: Axat



Voor de echte durfallen, een uitdagende route met spectaculaire vervallen door de kloof.

## 1 ARIÈGE

Niveau: easy  
Duur: 2 uur  
Leeftijd: 8+  
Locatie: Foix



Raften door schitterende natuur met leuke stroomversnellingen. Perfect om af te koelen op een warme zomerdag.

## 4 AUDE COMPLEET

Niveau: hard  
Duur: 3 uur  
Leeftijd: 15+  
Locatie: Axat



Combineer beide stukken voor een volledige ervaring. Let op, er gelden speciale leeftijds grenzen voor beide trajecten. Kom en ontdek de spanning van raften in een adembenemende omgeving!

# SPELEOLOGIE

Ontdek de wereld van indrukwekkende, donkere ondergrondse plekken vol verborgen schoonheid en avontuur.

## 1 WATERGROT

Niveau: easy  
Duur: 3 uur  
Leeftijd: 10+  
Locatie: Auzat



Is een spannende en leuke activiteit waarbij je verschillende watervalletjes beklimt. Door een interessante doorsteek ontdek je zowel een actief als een fossiel gedeelte van de grot, twee compleet verschillende ondergrondse werelden. Na het verkennen van de grot glijd je via dezelfde watervallen weer naar beneden, wat zorgt voor een avontuurlijke en afwisselende ervaring.

## 2 SEICH

Niveau: medium  
Duur: 4 uur  
Leeftijd: 10+  
Locatie: Saurat



Speleo Seich is een prachtige tocht door een grotere grot, ideaal voor avontuurlijke speleologen. Hoewel er geen touwwerk nodig is, biedt de route veel indrukwekkende passages, uitgebreide gangen, adembenemende rotsformaties en uitdagende kruip- en sluipsecties. Perfect voor wie de ondergrondse wereld wil verkennen.

## 3 TROU DU VENT

Niveau: hard  
Duur: 4 uur  
Leeftijd: 15+  
Locatie: Bélesta



Speleo Trou du Vent is een uitdagende tocht waarin je kennismaakt met grote verticale abseils onder de grond. Tijdens deze indrukwekkende dag leer je ook hoe je via het touw weer uit de grot kunt stijgen. Deze tocht brengt je diep in een grote grot en biedt een unieke en intense speleologie-ervaring.





## CANYON CAMPS

Is canyoning helemaal jouw ding? En wil je het liefst naar de beste canyons van Europa?

Jaarlijks organiseren we verschillende canyon camps. We nemen je mee naar de top canyons van Europa!

Lekker canyoning en gezelligheid dat komt met een canyon camp helemaal goed!



## CANYON CAMP LOCATIES

ZWITSERLAND

FRANKRIJK

MALLORCA

MADEIRA

SPANJE

ITALIE



VOLG ONS OP INSTAGRAM

@canigou\_canyoningschool

*Alleen in Frankrijk zijn er al meer dan 2000 verschillende canyoningtochten.*





*Op de top van de via ferrata in Saint Paul staat een houten kruis. Na het bereiken van de top klim je nog een halfuur over de graat, dit geeft je het gevoel van een echte bergbeklimmer.*



## DE BERGEN IN MET SCHOOL

Jaarlijks organiseren we meerdere schoolkampen. Wij zijn er van overtuigd dat je in de bergen veel sneller leert, dan in een klaslokaal.

We organiseren schoolkampen in België en Frankrijk. Elk schoolkamp heeft een ander doel!

Ben jij een docent of student en lijkt een schoolkamp in de bergen je een goed idee? Neem dan contact met ons op voor de mogelijkheden.



# OUTDOOR SCHOOLKAMPEN



*De schoolkampen in de bergen zijn een geweldige manier om plezier te hebben, sterke banden te smeden en uit je comfortzone te stappen!*



# VAN DROOM NAAR REALITEIT:

## MIJN LEVEN IN EEN CAMPERBUSJE

DOOR NORA DE LA PORTE  
Gids bij Canigou Outdoor



Spelletjes spelen, wakker worden op prachtige plekken, badderen in een riviertje—dat waren de momenten uit mijn jeugd die me altijd bijbleven.

Met mijn gezin trok ik vroeger rond in een zelfgemaakt camperbusje. Toen ik 17 was, begon ik als stagiaire bij Canigou Outdoor, waar ik de wereld van de buitensporters leerde kennen. Een aantal van hen leefden in een bus, wat mij enorm aansprak.

Ik zat nog op school en had geen rijbewijs, maar het idee van een eigen

bus voelde als een droom. Die droom werd werkelijkheid toen ik mijn rijbewijs haalde. Binnen een week had ik mijn eigen Fiat Ducato bus.

### HET BEGIN VAN EEN AVONTUUR

Gelukkig stond mijn vader klaar om te helpen. Hij had al wat ervaring met het bouwen van busjes, wat goed van pas kwam. De eerste periode was het hard werken aan de bus, vooral door mijn vader, want ik had mijn examens van het CIOS. Voordat het outdoorseizoen begon, was mijn bus gebruiksklaar.

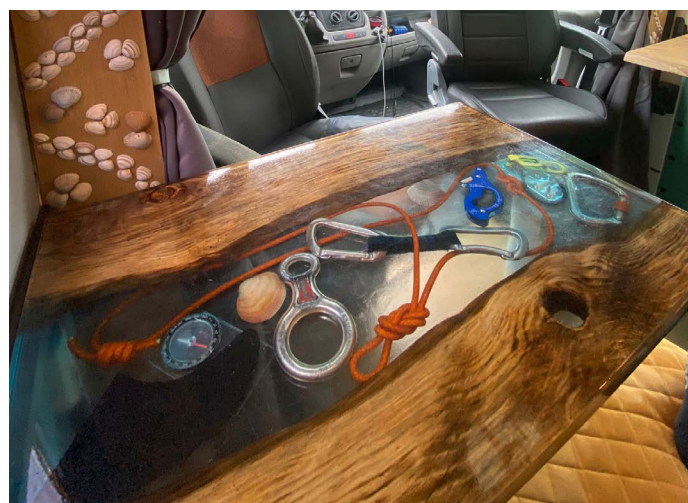


VOLG MIJ OP  
INSTAGRAM  
@around\_the\_ world\_met\_nora



Toen we begonnen, was de bus van binnen helemaal kaal. Stap voor stap hebben we de inrichting vormgegeven: verlichting, stroom, water, en een keuken. Ik had een duidelijk beeld van wat ik wilde, en het meeste daarvan is gelukt. Zo wilde ik bijvoorbeeld een keuken met een kom en een aanrechtblad van een boomstam.

Ik heb ook een tafel gemaakt met



epoxy, waarin ik klimmateriaal heb verwerkt. Dit jaar hebben we de bus nog wat meer afgemaakt, inclusief een heerlijke kachel. Met een brander heb ik bergen en golven in het hout gebrand en een schelpenwandje gemaakt met zelf gevonden schelpen.

### SAMENWERKEN MET MIJN VADER

Het was een mooi project samen met mijn vader. Hij genoot van het

samen klussen aan de bus en aan het doorgeven van zijn kennis. Ik leerde steeds meer door het samen met hem te doen. Ik kan hem ook altijd bellen als er onderweg iets misgaat en stap voor stap lossen we het dan op.

### LEVEN IN DE BUS

Tijdens het seizoen en een beetje daarvoor en daarna leef ik in mijn bus.

Mijn bed en een lekker koud drankje in de koelkast zijn altijd bij me. Ik kan mijn huis overal parkeren. Vaak doe ik dit op een camperplek of een camping als we op cursus zijn.

Afgelopen winter heb ik mijn bus niet gebruikt, want ik had een fijn huisje in Zwitserland. Daar heb ik een aantal maanden in

een bar gewerkt en snowboarden goed onder de knie gekregen. Vaak was ik in de ochtenden en op vrije dagen op de piste te vinden.

### EEN DROOM DIE BLIJFT

Het was een prachtig project om samen met mijn vader te maken. Het toffe is dat (bijna) al mijn Canigou collega's/vrienden inmiddels ook een busje

hebben. Ik verwacht dat we nog op vele mooie plekken wakker zullen worden met elkaar.

Het leven in een camperbusje geeft me een gevoel van vrijheid en avontuur. Of ik nu midden in de natuur ben of op een gezellige camping, mijn busje is mijn thuis, en de wereld is mijn achtertuin.





# “STINKVOETEN, BLAREN EN EEN FANTASTISCH UITZICHT OP DE MOUNT EVEREST”

Vanochtend zat ik op een bevroren WC bril, er zitten ijsklonten zo groot als appels in mijn drinkfles en ik ruik mijn stinkvoeten elke keer als ik mijn schoenen uit doe.

Het is dag 14 van onze hike: samen met Britt, Hero de porter en Chandra onze gids bereiken we de Renjo La Pass op 5360 meter!

Een gevoel van geluk overvalt me wanneer we elkaar omhelzen. Dat hebben we toch maar even gedaan. Op de laatste pass van onze wandeling kijken we uit op meerdere achtduizenders inclusief de Mount Everest.

**Wat een avontuur!**

Lees hier meer over onze reis naar Nepal.



The Adventure Nomad



101%



MOUNTAIN SPORTS



CANIGOU OUTDOOR



CANYONINGSCHOOL

