

A photograph of a cave interior. The walls are covered in numerous stalactites of various lengths and colors, ranging from light brown to dark brown. A metal walkway with a glass railing runs across the middle of the cave. Several people are walking on the path, looking at the formations. The lighting is warm and focused on the cave's features.

DÉCOUVRIR

# LES GROTTES Vite, *au frais!*

Lorsque la canicule sévit au cœur de l'été, on a souvent qu'une seule envie : se mettre au frais. Avec des températures comprises entre 10 et 15°C, les grottes offrent une pause fraîcheur salvatrice. Et la France regorge de cavités souterraines : grottes ornées, gouffres, stalactites et autres merveilles géologiques. Que vous optiez pour une visite classique, en kayak, à bord d'une nacelle ou même pour un pique-nique dans les entrailles de la Terre, n'oubliez pas votre petite laine.



## Lascaux IV

### CHEF-D'ŒUVRE DE L'HUMANITÉ

Bienvenue au Centre international de l'Art Pariétal en Dordogne. Si la découverte de la réplique de la célèbre grotte ornée demeure incontournable – les peintures et gravures y sont reproduites avec une précision extraordinaire –, ce ne sont pas moins de sept autres espaces qui vous attendent. Le dernier en date : la salle immersion. Des images projetées sur des murs de dix mètres de haut mettent en valeur les œuvres léguées par les artistes de la Préhistoire. Impressionnant !

**Rens. : Lascaux IV à Montignac (Dordogne)**

**Tél. : 05 53 50 99 10. <https://lascaux.fr/fr>**

 **À proximité du VVF Collonges-la-Rouge**



## Grottes de Lacave

### PANIER PIQUE-NIQUE

Dans la vallée de la Dordogne, les grottes de Lacave vous proposent de découvrir le monde souterrain comme vous ne l'avez jamais vu. En préambule, un petit train électrique rejoint le cœur d'une colline quatre cents mètres sous terre. La visite se fait ensuite guidée au travers de la salle du chaos, de la salle des merveilles et autres mondes féeriques. Pour une expérience aussi étonnante que gourmande, optez pour une visite privatisée suivie d'un panier pique-nique aux saveurs du Sud-Ouest à déguster dans les entrailles de la Terre.

**Rens. : Grottes de Lacave (Lot)**

**Tél. : 05 65 37 87 03**

**<https://www.vert-marine.com/grottesdelacave>**

 **À proximité du VVF Dordogne Lot  
Martel-Gluges**



## Gouffre de Cabrespine

### ACCRO-GROTTE, C'EST GÉANT !

Tyrolienne de l'enfer, pont népalais, sanctuaire des chauves-souris... Dans l'Aude, arrimé à une ligne de vie, à la lueur des lampes frontales, les sensations se succèdent à deux cents mètres sous terre. Le décor est grandiose. Le parcours de l'accro-grotte égraine ses ateliers dans l'immensité de la cavité, entre cascade pétrifiée, stalagmites et vasques calcaires. Avant de se lancer dans l'aventure, on mesure l'étendue de ce qui nous attend en parcourant une passerelle de verre suspendue au-dessus du vide. Pour d'autres sensations, partez sur la trace des premiers explorateurs, mêlant spéléologie et navigation sur la rivière souterraine en kayak.

**Rens. : Gouffre Géant de Cabrespine (Aude)**

**Tél. : 04 68 26 14 20**

**<https://www.gouffre-de-cabrespine.com>**

 **À proximité du VVF Le Pays Cathare Carcassonne Saissac,  
à la découverte des vestiges de la civilisation cathare.**




## Gouffre de Proumeyssac

### À BORD D'UNE NACELLE

En Dordogne, offrez-vous une vision panoramique sur la « cathédrale de cristal ». Comme les premiers explorateurs en 1907, pénétrez dans le gouffre à bord d'une nacelle, en toute sécurité. N'ayez crainte, cette nacelle moderne n'est plus attachée à un cheval ! Un spectacle son et lumière féérique met en valeur les concrétions de l'abîme. En 2023, un pré-show vient enrichir la visite. L'animation « Les Mystères de Proumeyssac » plonge le visiteur dans l'histoire du gouffre, contant les légendes et superstitions qui ont longtemps entouré « le trou du diable ». À l'extérieur, les enfants pourront revivre l'aventure des chercheurs d'or.

**Rens. : Gouffre de Proumeyssac à Audrix (Dordogne)**  
**Tél. : 05 53 07 27 47. <https://www.gouffre-proumeyssac.com>**

 **À proximité du VVF Périgord**  
**Sorges-en-Périgord**




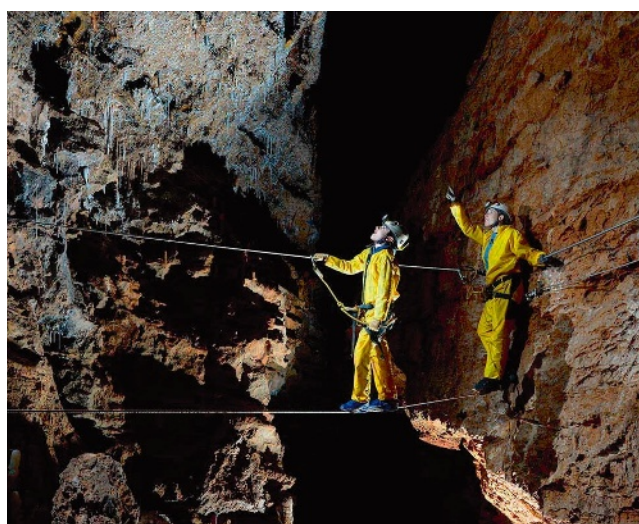
## Grottes de Saulges

### RÉALITÉ VIRTUELLE

En Mayenne, au cœur de la vallée de l'Erve, les grottes de Saulges réunissent un ensemble de cavités naturelles dont plusieurs sites préhistoriques et deux grottes ornées (les seules au nord de la Loire). La grotte Margot et la grotte de Rochefort se visitent, l'une toute en longueur, l'autre à la verticale. La grotte Mayenne Sciences, elle, se découvre en réalité virtuelle au musée de la Préhistoire juste à côté. D'autres expériences de réalité mixte seront proposées cet été, notamment des « Rencontres poilues » avec mammoth, rennes et autres tigres à dents de sabre, pour une immersion au cœur du paléolithique. À venir aussi des animations à vivre en famille comme la « Préhisto'rando » dans la vallée de l'Erve ou la « Truelle Académie » pour s'initier aux fouilles archéologiques.

**Rens. : Grottes de Saulges à Thorigné-en-Charnie (Mayenne)**  
**Tél. : 02 43 90 51 30**

 **À proximité du VVF Mayenne**  
**Sainte-Suzanne**



## Grotte de Clamouse

### EN MODE AVENTURIER

Au cœur des gorges de l'Hérault et à deux pas du magnifique Pont du Diable, l'un des plus vieux ponts médiévaux de l'Hexagone, la grotte de Clamouse a elle aussi de quoi vous étonner. Uniques en Europe, ses paysages souterrains sont célèbres pour la richesse de ses concrétions, notamment de somptueux cristaux d'aragonite et d'étranges excroissances. Réveillez l'aventurier qui sommeille en vous en découvrant la grotte à la seule lueur des lampes frontales. Le Spéléopark vous entraîne dans les galeries historiques découvertes en 1945. Deux parcours sont proposés à partir de 8 ans. En 2023, la grotte de Clamouse compte également sur vous pour sauver la planète... au travers d'un tout nouvel Escape Game 2.0 !

**Rens. : Grotte de Clamouse à Saint-Jean-de-Fos (Hérault)**  
**Tél. : 04 67 57 71 05. <https://www.clamouse.com/fr>**

 **À proximité du VVF Montagnac**  
**Hérault**

# ZOOM *sur...*

## SPÉLÉOLOGIE

# Et si on essayait ?

Et si vous vous laissiez tenter, en solo, à deux, voire en famille, par l'aventure sous terre ? La spéléologie, voilà une activité nature qui vaut le coup d'être tentée. Entretien avec Vanessa Kysel, présidente de l'École Française de Spéléologie.



### Qu'est-ce qui attire les gens dans la spéléo ?

L'inconnu, c'est souvent ce qui les attire. Ceux qui s'intéressent au monde souterrain sont souvent des personnes aimant les activités de plein air, la randonnée, les activités de montagne. Pour les plus téméraires, c'est un sport d'aventure, extrême parfois lorsque, lors de grosses sorties, on s'engage loin sous terre.

### On peut commencer à quel âge ?

Dans beaucoup de grottes, la spéléo ressemble à une randonnée en montagne. Dans ce cas-là, elle peut se pratiquer dès qu'on est habile au niveau moteur, autrement dit vers 5 à 6 ans. Ma fille a commencé sachant à peine marcher.

### Faut-il certaines capacités physiques ou mentales ?

Tout dépend du type de grottes. Beaucoup ne nécessitent pas de capacités physiques particulières. Si on peut marcher deux heures en montagne, on peut faire de la spéléo, et ce jusqu'à 80 ans même. En revanche, dès que ça devient plus

poussé, notamment avec de la progression sur corde, il faut de l'endurance. Face à une personne stressée, il faut accompagner, rassurer, expliquer les risques, lui donner confiance en son matériel et se montrer zen.

### Quelles actions mènent l'École Française de Spéléologie ?

On enseigne l'équipement des cavités en sécurité, mais nous avons aussi un gros volet scientifique, avec la karstologie, la topographie et la biospéléologie : pourquoi des grottes se trouvent à tel endroit, quels êtres vivants les peuplent... Nous organisons des stages à thème sur la découverte du milieu souterrain, sur les techniques de progression et de descente sur corde. Et bien entendu, des stages de perfectionnement ou diplômants.

### Où faire de la spéléo en France ?

La France possède de nombreux sites karstiques, le choix est vaste entre le Vercors, les Pyrénées Centrales (Ariège, Haute-Garonne), tous les grands causses autour de Millau, l'Ardèche, le Jura, les Alpes-Maritimes... Partout où il y a du calcaire et la France n'en manque pas. Les débutants choisiront par exemple le Lot ou l'Ardèche. Ce sont des cavités chaudes (11 à 14°C), ce qui est agréable pour commencer.

### La spéléo est-elle une activité respectueuse de l'environnement ?

Nous sommes très sensibles à ces sujets au travers d'actions de dépollution et de week-ends de nettoyage de cavités. C'est d'autant

### « Je veux découvrir la spéléo »

#### Oui, mais comment ?

Dans un premier temps, faites appel à un professionnel pour une demi-journée de découverte. Vous trouverez une liste sur le site de la Fédération Française de Spéléologie. Chaque 1<sup>er</sup> week-end d'octobre et de juillet, les clubs de la FFS proposent une Journée Nationale de la Spéléologie et du Canyon qui vous permet de découvrir l'activité. Et bonne nouvelle, c'est gratuit !

Pour plus d'infos  
<https://ffspeleo.fr>

plus important que dans les zones karstiques, l'eau que l'on boit au robinet transite par les grottes. Il nous arrive aussi de constater des pollutions invisibles en surface, les infiltrations d'une station d'épuration par exemple ou les fuites d'huiles d'un garage automobile, comme cela nous est déjà arrivé.

### À vous de jouer

Vous voulez découvrir la spéléo ?  
Voilà quelques VVF à proximité de sites pour vous initier :

- 📍 VVF Les Cévennes Florac
- 📍 VVF Saint-Lary-Soulan Hautes-Pyrénées
- 📍 VVF Méjannes Gard
- 📍 VVF Dordogne Lot à Martel-Gluges