

Groin

Arvière, Le Groin, L'Arvière

Créer: 2023-03-09 20:55:18	Mettre à jour: 2023-10-14 09:16:26	Imprimer: 2026-06-22 06:06:55
Pays: France Région: Auvergne-Rhône-Alpes Sous-région: Ain Ville: Artemare		
Difficulté: un peu difficile	Niveau: v3 a4 III	Temps total: 2h45
Temps approche: 5min	Temps tour: 2h30	Temps de retour: 10min
Altitude d'entrée: 370m	Altitude de sortie: 250m	Altitude du delta: 120m
Longueur du canyon: 1000m	Rapelle le plus haut: 13m	Nombre de rappelles:
Transport:	Type de roche:	Zone de prise d'eau: km ²
Saison:	Orientation: Sud	Meilleur moment:
Évaluation: ★ 4.2 (4)	Info: ★ 2 (1)	Belay: ★ 2.5 (2)
Spécialités:		
Matériel: Lampe frontale,		
Résumé: (traduction alternative) Watery dark gorge with rappel canyon (fun character)		
Hydrologie:		
Accès: (traduction alternative) After bypassing Geneva on the Swiss N 1 after the national border, take the A 401 towards Lyon, Dijon, Paris for about 2.5 km, then at the highway junction continue on the A 40 towards Lyon, Dijon, Paris. After another 23 km, take exit 11 (Bellegarde Center) in the direction of Fragny, Seyssel. 6 km further on, at the end of Mons, turn right onto the D 992 and drive through Seyssel and Culoz (another 23 km), where you continue on the D 904 (towards Bourg-en-Bresse) for another 8.5 km to Artemare (a total of 62 km from the border).\n\nIn Artemare, we drive straight ahead at the prominent left-hand bend (Rue de la Poste), cross the D 31 (Cote d'Yon) at Place de la Liberté and drive along Rue du Stade towards the school district. We then park the vehicle on the left below the road under the trees (at the sports field)\n\nWith the other vehicle, we return to Place de la Liberté and turn left onto the D 31 (Cote d'Yon). The road winds its way up to the hamlet of Don. 2 bridges over the Groin are left behind. About 200m after the Pont du Diable (2nd bridge), where the Groin has not yet deepened, we park the second vehicle.		
Approche: (traduction alternative) From the car we walk along the streambed to the dam.		
Tour: (traduction alternative) At the entry point, there is a small power station operating house; at this, a red-green traffic light for the ravine users (but only for power station operation! - (Regulation only for power station operation, not with regard to the general water level). Access from the right side (tree) directly before the 1st siphon (jumps possible from both sides).\n\nLe Groin is a relatively short but attractive canyon with two different parts, an unproblematic siphon and many possible jumps. In spring, when the meadows above are being fertilized, you should not necessarily enter. There are also some inflows from the houses above the canyon.		
Retour: (traduction alternative) At the second large pool (C6 to C7), where the rock walls recede, you can exit left onto a pad that leads to the lower parking lot. You can also take the next C8 rappel and then exit to the left.		

Coordonnées:

Départ du Canyon [45.8852 5.6887](#)

Fin du Canyon [45.8771 5.6882](#)

Point de repère [45.8766 5.6879](#)

Parking à l'entrée [45.8854 5.6892](#)

Parking à la sortie [45.8769 5.6887](#)

Point de repère [45.8771 5.6888](#)

Point de repère [45.8823 5.6895](#)

Point de repère [45.8776 5.6889](#)

Rapports:

2026-06-21 | System User | 📖 | 📌 | 🌊 Faible | 🟢 Terminé

Automatisch importiert von Descente-Canyon.com für Canyon Groin (Quelle: <https://www.descente-canyon.com/canyoning/canyon-debit/2175/observations.html>)

2026-06-21 | System User | 📖 | 📌 | 🌊 Normale | 🟢 Terminé

Automatisch importiert von Descente-Canyon.com für Canyon Groin Résurgence très basse (Quelle: <https://www.descente-canyon.com/canyoning/canyon-debit/2175/observations.html>)

2026-06-20 | System User | 📖 | 📌 | 🌊 Normale | 🟢 Terminé

Automatisch importiert von Descente-Canyon.com für Canyon Groin Le premier petit rappel en descendant tout de suite après le barrage est bien obstrué avec des branches. J'ai préféré le rappel sur arbre qui descend directement au niveau du 1er siphon. Pas mal de branches et troncs au début, mais pas trop gênant, puis RAS pour la suite. Tous les sauts sont OK. Le débit est faible mais ca coule encore franchement, pas d'odeurs. Eau agréable, à point pour se rafraichir. Quelques groupes, mais c'est jamais la foule dans le Groin. (Quelle: <https://www.descente-canyon.com/canyoning/canyon-debit/2175/observations.html>)

2026-06-18 | System User | 📖 | 📌 | 🌊 Faible | 🟢 Terminé

Automatisch importiert von Descente-Canyon.com für Canyon Groin 1er partie rempli d'embâcle de bois fait avec 3 débutant pas eu le temps de travailler dessus. Attention pas simple à gérer avec un groupe je pense ! (Quelle: <https://www.descente-canyon.com/canyoning/canyon-debit/2175/observations.html>)

2026-06-14 | System User | 📖 | 📌 | 🌊 Normale | 🟢 Terminé

Automatisch importiert von Descente-Canyon.com für Canyon Groin Dc (Quelle: <https://www.descente-canyon.com/canyoning/canyon-debit/2175/observations.html>)

2026-06-13 | System User | 📖 | 📌 | 🌊 Normale | 🟢 Terminé

Automatisch importiert von Descente-Canyon.com für Canyon Groin Tous les sauts passent (Quelle: <https://www.descente-canyon.com/canyoning/canyon-debit/2175/observations.html>)

2026-06-07 | System User | 📖 | 📌 | 🌊 Normale | 🟢 Terminé

Automatisch importiert von Descente-Canyon.com für Canyon Groin Aucun feu allumé à la centrale. Quelques embacles à passer, du bois flotté avant le 2e siphon. Tous les sauts sont OK, on n'a pas sorti la corde. (Quelle: <https://www.descente-canyon.com/canyoning/canyon-debit/2175/observations.html>)

2026-05-30 | System User | 📖 | 📌 | 🌊 Haut | 🟢 Terminé

Automatisch importiert von Descente-Canyon.com für Canyon Groin Super canyon! Bon débit par rapport à mes précédentes sessions (tout passait cependant) toujours beaucoup de branches dans le canyon. (Quelle: <https://www.descente-canyon.com/canyoning/canyon-debit/2175/observations.html>)

2026-05-28 | System User | 📖 | 📌 | 🌊 Normale | 🟢 Terminé

Automatisch importiert von Descente-Canyon.com für Canyon Groin Tout passe niquel (Quelle: <https://www.descente-canyon.com/canyoning/canyon-debit/2175/observations.html>)

2026-05-27 | System User | 📖 | 📌 | 🌊 Normale | 🟢 Terminé

Automatisch importiert von Descente-Canyon.com für Canyon Groin DC/DC+ (1er siphon quasi amorcé), par contre effectivement, c'est bien plein de bois, ce qui rend la progression parfois un peu pénible (finalement pas trop), mais du coup on a presque rien sauté... équipement OK, même si du coup certains points (qu'on voit pas d'habitude en sautant :p) commencent à tirer la tronche (Quelle: <https://www.descente-canyon.com/canyoning/canyon-debit/2175/observations.html>)

2026-05-12 | System User | 📖 | 📌 | 🌊 Fou | 🚫 Pas fait

Automatisch importiert von Descente-Canyon.com für Canyon Groin (Quelle: <https://www.descente-canyon.com/canyoning/canyon-debit/2175/observations.html>)

2026-05-03 | System User | 📖 | 📌 | 🌊 Normale | 🟢 Terminé

Automatisch importiert von Descente-Canyon.com für Canyon Groin Beaucoup trop d'embacles dans la première partie bloquant les passages dans les vasques et biefs (Quelle: <https://www.descente-canyon.com/canyoning/canyon-debit/2175/observations.html>)