

# St-Jean de Capistran

Cascades de St-Jean de Capistran, St-Jean de la Garde

<b>Info : La qualité de cette description n'a pas encore été vérifiée ou a été jugée mauvaise.</b> Si vous connaissez ce canyon, merci de vérifier cette description et de déposer un rapport avec une note pour cette description en utilisant Rapports + <i>Nouveau rapport</i> . Si vous constatez une erreur, merci de nous en faire part ou de rejoindre la communauté afin de corriger vous-même cette description.		
<b>Créer:</b> 2023-11-20 21:21:04	<b>Mettre à jour:</b> 2025-06-27 21:56:49	<b>Imprimer:</b> 2026-06-22 07:06:10
<b>Pays:</b> France <b>Région:</b> Provence-Alpes-Côte-d'Azur / Provence-Alpes-Cote d'Azur <b>Sous-région:</b> Bouches-du-Rhône <b>Ville:</b> La Ciotat		
<b>Difficulté:</b> moins difficile	<b>Niveau:</b> v3 a1 ?	<b>Temps total:</b> 1h35
<b>Temps approche:</b> 5min	<b>Temps tour:</b> 1h	<b>Temps de retour:</b> 30min
<b>Altitude d'entrée:</b> 85m	<b>Altitude de sortie:</b> 15m	<b>Altitude du delta:</b> 70m
<b>Longueur du canyon:</b> 300m	<b>Rapelle le plus haut:</b> 18m	<b>Nombre de rapelles:</b>
<b>Transport:</b>	<b>Type de roche:</b>	<b>Zone de prise d'eau:</b> km <sup>2</sup>
<b>Saison:</b>	<b>Orientation:</b>	<b>Meilleur moment:</b>
<b>Évaluation:</b> ★ 1.8 (1)	<b>Info:</b> ★ 0 ()	<b>Belay:</b> ★ 0 ()
<b>Spécialités:</b>		
<b>Matériel:</b>		
<b>Résumé:</b> Rohdaten Import von Descente Canyons <a href="https://www.descente-canyon.com/canyoning/canyon/21288">https://www.descente-canyon.com/canyoning/canyon/21288</a>		
<b>Hydrologie:</b>		
<b>Accès:</b>		
<b>Approche:</b>		
<b>Tour:</b>		
<b>Retour:</b>		
<b>Coordonnées:</b> Départ du Canyon <a href="#">43.1695 5.5893</a> Fin du Canyon <a href="#">43.1690 5.5885</a> Parking à l'entrée et à la sortie <a href="#">43.1702 5.5941</a> Point de repère <a href="#">43.1688 5.5879</a> Point de repère <a href="#">43.1691 5.5877</a> Point de repère <a href="#">43.1679 5.5932</a> Point de repère <a href="#">43.1690 5.5884</a>		

## Rapports:

2026-05-22 | System User | |📖|📌|🌊 Sèche |👍 Terminé

Automatisch importiert von Descente-Canyon.com für Canyon Saint-Jean de Capistran Une première, le cadre est plus qu'incroyable avec cette vue et arrivée mer (hyper calme ce jour). On en a profité pour faire quelques plongeurs en bas de la tyrolienne (état du câble nickel, ne pas oublier la poulie pour qu'il le reste). Génial!! Pour les mains courantes dans la faille, c'est un très bon exercice pour manipuler avec points intermédiaires. Par contre pour la deuxième partie de main courante (celle qui monte vers la c8 au dessus de la tyro) je pense qu'on a fait une erreur de faire aussi passer la corde dans les points car on a bcp galérer à la rappeler. Les plaquettes sont dans des angles qui coincent la corde en + du fait qu'elle se coince aussi dans la roche quand elle pend.. je pense que le mieux c'est d'en faire une classique sur cette partie (qui est bcp moins exposé) ou peut être pas sur tous les points ..? Ca sera à refaire volontiers pour corriger tout ça :) super moment!! (Quelle: <https://www.descente-canyon.com/canyoning/canyon-debit/21288/observations.html>)

2026-05-08 | System User | |📖|📌|🌊 Sèche |👍 Terminé

Automatisch importiert von Descente-Canyon.com für Canyon Saint-Jean de Capistran (Quelle: <https://www.descente-canyon.com/canyoning/canyon-debit/21288/observations.html>)

2026-03-21 | System User | |📖|📌|🌊 Sèche |👍 Terminé

Automatisch importiert von Descente-Canyon.com für Canyon Saint-Jean de Capistran (Quelle: <https://www.descente-canyon.com/canyoning/canyon-debit/21288/observations.html>)

2026-02-26 | System User | |📖|📌|🌊 Sèche |👍 Terminé

Automatisch importiert von Descente-Canyon.com für Canyon Saint-Jean de Capistran (Quelle: <https://www.descente-canyon.com/canyoning/canyon-debit/21288/observations.html>)

2025-12-28 | System User | |📖|📌|🌊 Sèche |👍 Terminé

Automatisch importiert von Descente-Canyon.com für Canyon Saint-Jean de Capistran (Quelle: <https://www.descente-canyon.com/canyoning/canyon-debit/21288/observations.html>)

2025-12-18 | System User | |📖|📌|🌊 Sèche |👍 Terminé

Automatisch importiert von Descente-Canyon.com für Canyon Saint-Jean de Capistran (Quelle: <https://www.descente-canyon.com/canyoning/canyon-debit/21288/observations.html>)

2025-11-27 | System User | |📖|📌|🌊 Sèche |👍 Terminé

Automatisch importiert von Descente-Canyon.com für Canyon Saint-Jean de Capistran (Quelle: <https://www.descente-canyon.com/canyoning/canyon-debit/21288/observations.html>)

2025-11-19 | System User | |📖|📌|🌊 Sèche |👍 Terminé

Automatisch importiert von Descente-Canyon.com für Canyon Saint-Jean de Capistran (Quelle: <https://www.descente-canyon.com/canyoning/canyon-debit/21288/observations.html>)

2025-11-03 | System User | |📖|📌|🌊 Sèche |👍 Terminé

Automatisch importiert von Descente-Canyon.com für Canyon Saint-Jean de Capistran (Quelle: <https://www.descente-canyon.com/canyoning/canyon-debit/21288/observations.html>)

2023-03-09 | System User | ⭐ |📖|📌|📌|

Daten importiert von <https://www.descente-canyon.com/canyoning/canyon/21288/St-Jean-de-Capistran.html>