

BENDOLA

2025



22 - 27 juin

Descente du vallon de la Bendola

1^{er} - 3 septembre

Tour du vallon de la Bendola

Descente de canyon

- 22 juin : montée à la bergerie d'Anan (*bivouac 1*)
- 23 juin : montée de la bergerie d'Anan au départ du canyon (*bivouac 2*)
[montée juin 2024](#)
- 24 juin : descente jusqu'à l'affluent avant la cascade de 45m (*bivouac 3*)
- 25 juin : descente jusqu'à la Résurgence (*bivouac 4*)
- 26 juin : descente jusqu'aux Strates (*bivouac 5*)
- 27 juin : descente jusqu'au pont du Castou et retour à Saorge
[descente juin 2024](#)

Randonnée : le tour du vallon

- 1^{er} septembre : montée à la bergerie d'Anan (*bivouac 1*)
6 km / 1000 m de dénivelé
- 2 septembre : montée de la bergerie d'Anan au départ du canyon de la Bendola (anciennes casernes) (*bivouac 2*)
8 km / 800 m de dénivelé
- 3 septembre : descente et retour à Saorge
23,5 km / +300 m et -1600 m de dénivelé

Au total : 37,5 km et 2100 m de dénivelé

[vue du parcours](#)