

# Le Rec Grand

Canyon des Pradals, Rec Grand

<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> 2023-03-09 20:52:53	<b>Mettre à jour:</b> 2023-10-14 09:16:16	<b>Imprimer:</b> 2026-05-30 10:05:12
<b>Pays:</b> France <b>Région:</b> Occitanie <b>Sous-région:</b> Hérault <b>Ville:</b> Mons-la-trivalle		
<b>Difficulté:</b> moins difficile	<b>Niveau:</b> v3 a3 III	<b>Temps total:</b> 3h10
<b>Temps approche:</b> 10min	<b>Temps tour:</b> 2h	<b>Temps de retour:</b> 1h
<b>Altitude d'entrée:</b> 420m	<b>Altitude de sortie:</b> 240m	<b>Altitude du delta:</b> 180m
<b>Longueur du canyon:</b> 2400m	<b>Rapelle le plus haut:</b> 20m	<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> Sud	<b>Meilleur moment:</b>
<b>Évaluation:</b> ★ 3 (1)	<b>Info:</b> ★ 0 ()	<b>Belay:</b> ★ 0 ()
<b>Spécialités:</b>		
<b>Matériel:</b> Cordes: 2x 20m		
<b>Résumé:</b> (traduction alternative) Beginner canyon with fun potential		
<b>Hydrologie:</b>		
<b>Accès:</b>		
<b>Approche:</b> (traduction alternative) * <a href="https://www.wikiloc.com/canyoneering-trails/le-rec-grand-canyon-des-pradals-17549588">https://www.wikiloc.com/canyoneering-trails/le-rec-grand-canyon-des-pradals-17549588</a>		
<b>Tour:</b> (traduction alternative) See photos and videos		
<b>Retour:</b> (traduction alternative) * <a href="https://www.wikiloc.com/canyoneering-trails/le-rec-grand-canyon-des-pradals-17549588">https://www.wikiloc.com/canyoneering-trails/le-rec-grand-canyon-des-pradals-17549588</a>		
<b>Coordonnées:</b> Départ du Canyon <a href="#">43.5851 2.9396</a> Fin du Canyon <a href="#">43.5795 2.9414</a>		

## Rapports:

2026-02-01 | System User | |📖|📌|🌊 Haut |👍 Terminé

Automatisch importiert von Descente-Canyon.com für Canyon Rec Grand GDTout passe nickel dans la partie la partie express (on est sortie ici comme à chaque fois, partie la plus intéressante), on a tout pris dans l'actif. Idéal pour travailler l'eau vive et les sorties de vasques sans se faire peur dans la vasque de la grande cascade avant la sortie de l'express (Quelle: <https://www.descente-canyon.com/canyoning/canyon-debit/2377/observations.html>)

2026-02-01 | System User | |📖|📌|🌊 Haut |👍 Terminé

Automatisch importiert von Descente-Canyon.com für Canyon Rec Grand Génial avec ce débit et sans risques. Seule la vasque du tob sur corde à noeud brasse bien mais on sort assez facilement du mouvement. (Quelle: <https://www.descente-canyon.com/canyoning/canyon-debit/2377/observations.html>)

2025-09-10 | System User | |📖|📌|🌊 Faible |👍 Terminé

Automatisch importiert von Descente-Canyon.com für Canyon Rec Grand (Quelle: <https://www.descente-canyon.com/canyoning/canyon-debit/2377/observations.html>)

2025-08-21 | System User | |📖|📌|🌊 Faible |👍 Terminé

Automatisch importiert von Descente-Canyon.com für Canyon Rec Grand C'est mignon, on sent qu'il y a du potentiel mais il manquait d'eau pour vraiment en profiter. Mais ça coule, donc les vasques ne sont pas (encore) croupies (Quelle: <https://www.descente-canyon.com/canyoning/canyon-debit/2377/observations.html>)

2025-08-21 | System User | |📖|📌|🌊 Faible |👍 Terminé

Automatisch importiert von Descente-Canyon.com für Canyon Rec Grand C'est mignon, on sent qu'il y a du potentiel mais il manquait d'eau pour vraiment en profiter. Mais ça coule, donc les vasques ne sont pas (encore) croupies On s'est garés au grand parking du col, a priori il ne fallait pas ?! On a rien compris... Du coup le guide n'a pas voulu nous ouvrir son cadenas et la chaîne qui nous barrait le passage pour en sortir (il n'y avait rien le matin quand on est arrivés) et nous a dit d'attendre ses "collègues" et la prochaine rot pour sortir. Gros c\*\* Bref, un coup de multiprise sur le maillon rapide et nous voilà sortis. Je comprends qu'il y ai des problèmes avec les résidents/pro/amateurs etc mais ça vaudrait peut être le coup d'afficher sur places les règles plus clairement pour les amateurs de passage... Parce qu'à part un panneau qui nous dit de ne pas faire de bruit sur les 2 premiers obstacles (ce qu'on fait bien entendu) et de ne pas descendre à plus de 10 (ce que Monseigneur le guide n'a pas fait), rien ne nous indique de ne pas stationner sur ce gigantesque parking !Bref. (Quelle: <https://www.descente-canyon.com/canyoning/canyon-debit/2377/observations.html>)

2025-08-04 | System User | |📖|📌|🌊 Normale |👍 Terminé

Automatisch importiert von Descente-Canyon.com für Canyon Rec Grand Vu sur les historiques de strava : Sortie de canyon intéressante au début de la dernière ligne droite, par un sentier très marqué en rive gauche . Assez d'eau pour caler encore quelques toboggans mais on se rapproche de la fin de saison (Quelle: <https://www.descente-canyon.com/canyoning/canyon-debit/2377/observations.html>)

2025-07-27 | System User | |📖|📌|🌊 Normale |👍 Terminé

Automatisch importiert von Descente-Canyon.com für Canyon Rec Grand (Quelle: <https://www.descente-canyon.com/canyoning/canyon-debit/2377/observations.html>)

2025-07-12 | System User | |📖|📌|🌊 Normale |👍 Terminé

Automatisch importiert von Descente-Canyon.com für Canyon Rec Grand On a descendu le canyon sous quelques gouttes de pluies avant l'orage du soir. Les échappatoires sont nombreux dans ce canyon (Pas encaissé). Les enfants ont beaucoup appréciés les nombreux tobogans. (Quelle: <https://www.descente-canyon.com/canyoning/canyon-debit/2377/observations.html>)

2025-06-30 | System User | |📖|📌|🌊 Faible |👍 Terminé

Automatisch importiert von Descente-Canyon.com für Canyon Rec Grand Fait en maillot de bain. Sauts et tobs ok (Quelle: <https://www.descente-canyon.com/canyoning/canyon-debit/2377/observations.html>)

2025-06-30 | System User | |📖|📌|🌊 Faible |🚫 Pas fait

Automatisch importiert von Descente-Canyon.com für Canyon Rec Grand (Quelle: <https://www.descente-canyon.com/canyoning/canyon-debit/2377/observations.html>)

2025-06-29 | System User | |📖|📌|🌊 Faible |👍 Terminé

Automatisch importiert von Descente-Canyon.com für Canyon Rec Grand (Quelle: <https://www.descente-canyon.com/canyoning/canyon-debit/2377/observations.html>)