

## Week End de Formation Neige et Sécurité 17 et 18 mai 2008

**Activité** : Formation Neige et Sécurité

**Lieu** : Refuge du Larribet. Date : 17/18 Mai 2008

**Clubs** : TISMontagne, Frouzins Montagne et Muret Montagne.

**Initiateur** : Jean Sogliuzzo

**Participants** : Sabine, Martine, Jacques, Régis, Pascal, Cyril du TIS, Cyril de Frouzins, Thierry, Elie, Frédéric, Jean, Marc, Guy, Jean-Marc

**Itinéraire** :

Samedi : Parking sur le bord du gave d'Arrens (1470m) - Refuge de Larribet (2060 m)

Dimanche : Refuge de Larribet (2060 m) Couloir des Passes de la Barrane (2476m) - Refuge de Larribet (2060 m) - Parking sur le bord du gave d'Arrens (1470m)

**Dénivelé** :1300 m en cumulé.

**Horaires** : Samedi : Départ à 6h00 de Frouzins, puis à pied à 9h30 du gave d'Arrens, exercices de 14h à 17h30,

Dimanche : Départ à 5h30, Point le plus haut à 8h30, Parking à 13h50.

Arrivés sur le parking au bout de la route de la vallée d'Arrens Jean et Thierry nous distribuent le matériel du parfait alpiniste (Crampons, piolet, pelle, sonde, arva , baudrier, corde, longes, cordelettes, mousquetons...)

Nous commençons par un premier petit briefing où Jean désigne quatre initiateurs qui assisteront Jean tout en s'initiant à initier (tout le monde suit ?) : Guy, Marc, Thierry, et Jean-Marc

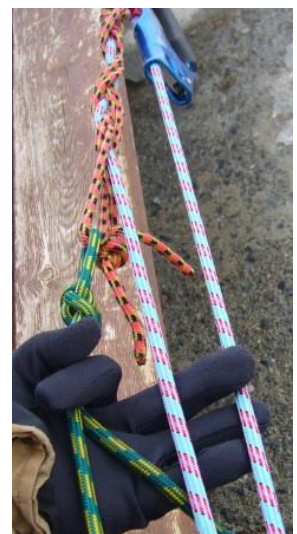
Guy prend ainsi les rênes du groupes et nous guide d'un pas joyeux jusqu'au refuge du Larribet.





Après un repas au soleil devant le refuge nous avons commencé les exercices :

- Recherche ARVA,
- Apprentissage des nœuds de huit, machard tressé, de pêcheur.
- Apprentissage de la marche sur neige,
- Comment se rattraper lors d'une chute, Jean nous a dit que c'était très important de tomber dans toutes les positions (sur le dos, sur le ventre, la tête en haut, la tête en bas) afin de bien appréhender la technique... Nous avons ainsi assisté à de spectaculaires glissades et cascades et la palme d'or revient à Martine !
- Nous avons appris à faire un corps mort, puis un corps mort sous tension avec libération de la tension à l'aide d'un machard. Pour rajouter un peu de difficulté nous avons fait cet exercice sous une pluie glacée...
- Nous avons enchaîné avec la construction d'une main courante en pleine pente que nous avons gravi gaiement pour nous réchauffer
- Trempés, nous rentrons au refuge où nous finissons les exercices avec la réalisation d'un mouflage.



Dimanche nous commençons d'emblée la journée par l'exercice le plus difficile : le levé à 4h du matin !

L'organisation étant parfaitement au point qu'un tremblement de terre à 3h55 nous met sur pied.

A 5h30 chacun a rassemblé ses affaires dispersées au tour du poêle du refuge, nous équipons nos baudriers et nous mettons en route derrière Jean-Marc qui nous emmène dans la nuit vers les lacs de Batcrabères.



Arrivés au troisième lac sous les lueurs de l'aube nous chaussons les crampons et nous nous encordons 2 par 2 en formation glacier (corde en N puis empaquetée dans les sacs, 6 m de corde entre les 2 compagnons de cordés).

Passé le ressaut au dessus du lac nous changeons de type d'encordement : Anneaux de buste et corde courte. Marc passe devant et nous faisons de belles marches. Arrivés au dessus des lacs de Micoulaou nous nous espaçons (une seule cordée par passage engagé) afin de limiter les risques de se faire emporter en cas de coulée de neige. Nous admirons la Passe de la Barrane et son grand monolithe au pied de laquelle nous sommes maintenant. Une grande quantité de neige encombrant celle-ci permet à Jean de nous enseigner un autre point important : savoir s'arrêter et renoncer quand les conditions ne sont pas réunies. Nous nous consolons en gravissant le moellon au pied de la passe au sommet duquel nous déchaussons les crampons pour aborder une descente d'abord prudente puis ludique.

Nous nous encordons une dernière fois au dessus du lac de Bacrabère puis rejoignons le refuge à 11h.

Heureux d'avoir réalisé cette chouette course avec un très beau temps (contrairement à ce qui était annoncé) nous dégustons le pâté de sanglier de Jacques devant le refuge au soleil.

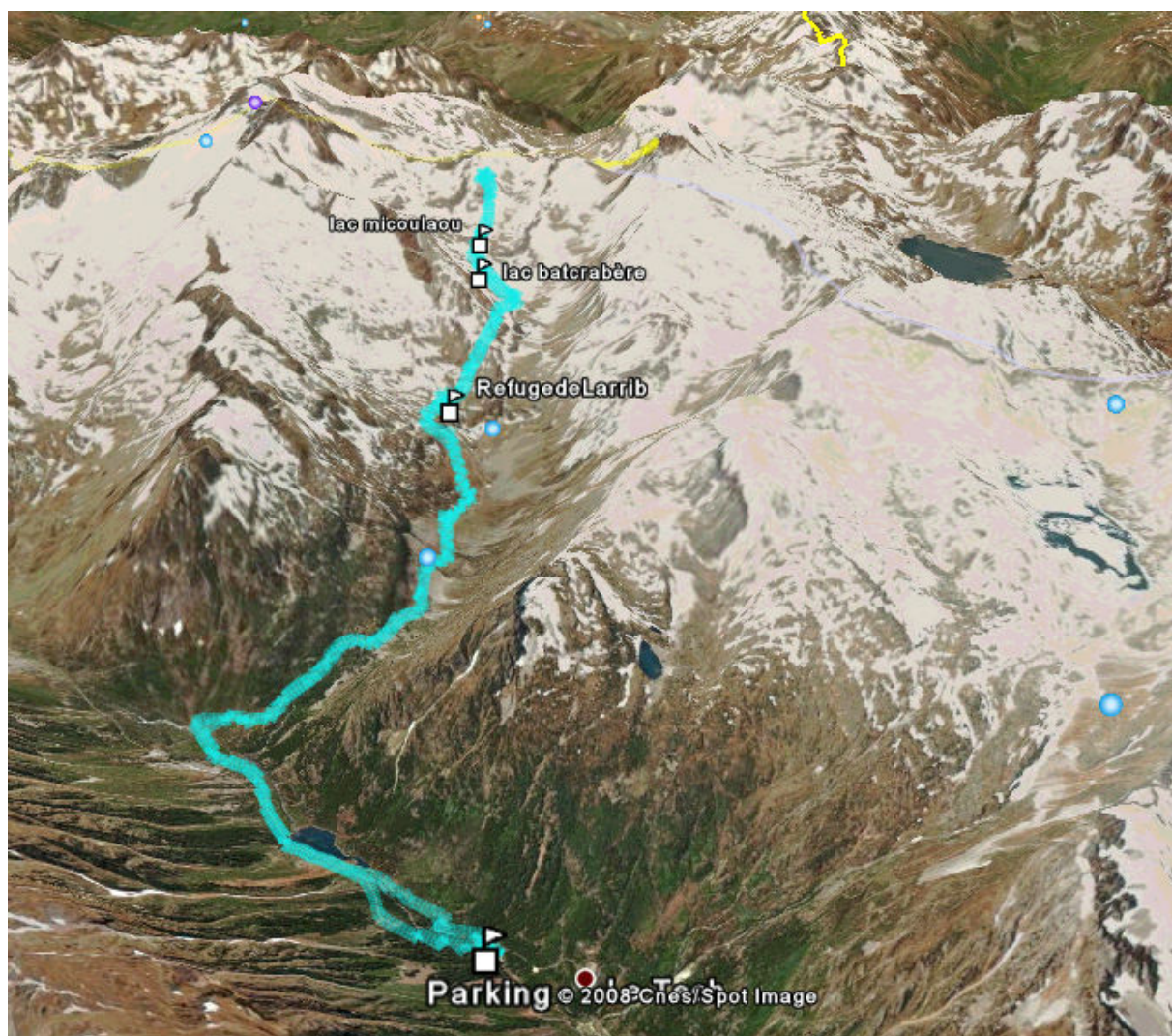
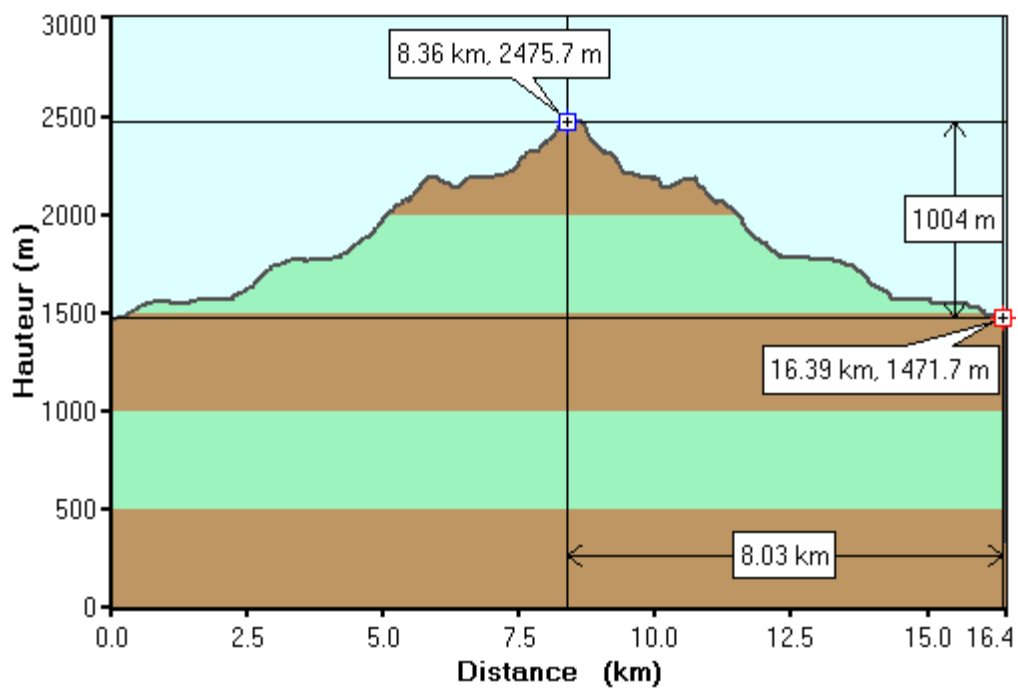
Arrivés aux voitures nous réalisons l'inventaire du matériel sous un ciel menaçant.

A la sortie du bar d'Arrens c'est sous une pluie battante que nous avons repris la route vers Toulouse. Quel timing parfaitement synchronisé avec le temps (Merci Thierry avec ta protection de pluie de ton sac tu nous as porté chance) !



A bientôt

Jean-Marc



Relevés GPS du we