

Frouzins Montagne

Compte-rendu de la sortie : « Neige et Sécurité » des 12 & 13 mai 2007
Sortie jumelée avec Muret Montagne et le TIS Montagne

Encadrants : Jean, aidé de Sylvie, Thierry et Frédéric
Activité : Sensibilisation et formation à la prévention au milieu et aux techniques
Lieu : Val d'Arrens (au pied du Balaïtous)

Altitude de départ : 1470 m
Altitude maximale : 2643 m (Passe de la Barane)
Refuge : Larribet (2065 m)

Participants : Jean, Martine, Sylvie, Yaël, Elie, Hervé, Jean-Luc (Frouzins Montagne)
Pierre, Jérôme (Muret Montagne)
Thierry, Frédéric, Axel (TIS)

Conditions climatiques : Samedi : ensoleillé jusqu'à 15h00 puis couvert et pluie en soirée
Dimanche : vent fort, couvert avec plafond assez bas puis ensoleillé à partir de la fin de matinée avec un vent frais en altitude

Rendez-vous tôt, le samedi matin, sur le parking de la mairie de Frouzins. Tous les participants sont là à l'heure ou presque (les noms seront tus, ils n'apporteraient rien au compte-rendu) *cependant cela me donne une idée : les CR de sorties devraient être rédigés par le dernier arrivé.*

Après une route sans encombre, nous voici à pied d'œuvre, sur le petit parking du bout de route du val d'Arrens. Distribution du matériel, bouclage des sacs et nous voilà fin prêt à partir.

C'est Thierry qui mène la marche et Fred qui joue le serre-file, préparation à de futures responsabilités d'initiateur rando-alpinisme oblige. L'allure est tranquille et le cheminement agréable : vallée encaissée où les vestiges des avalanches montrent des enchevêtrements de troncs d'arbres, abris de berger bien abrité sous des « rochers champignon »

pour la petite histoire, cet abri est muni d'une porte à double battants spéciale « ours » : quand l'habitant entend frapper à la porte, il n'ouvre que le battant d'en haut et s'il voit un ours, il lui demande poliment de passer son chemin car tout le monde sait que l'ours est un malotru et que si on ouvre les deux battants il rentrera à l'intérieur quoiqu'on lui dise



Après un petit raidillon, halte dans un coin de verdure idyllique et on se met à rêver au repos que l'on prendra ici à la redescente. La montée reprend doucement jusqu'à un petit goulet où la neige est restée accumulée. Sans rien savoir de la sécurité sur cette neige, objet de cette sortie, le groupe s'aventure dans la pente avec au loin le Balaïtous et le Pallas qui imposent leurs fières silhouettes. Le refuge est visible et à portée de main ; la bière le semble aussi mais ce n'est qu'illusion. Pendant que Jean s'achemine tranquillement vers la bâtisse, le

groupe est entraîné inexorablement vers les pentes enneigées qui dominent le refuge par nos compères apprentis initiateurs. Un espoir subsiste encore : Jean va rapporter les onze bières commandées ! Et non, ce ne sera pas pour ce midi.

Nous avons mis un peu plus de 2 heures pour grimper les 600 m de dénivelé. Un peu d'eau, un déjeuner frugal, le temps pour chacun d'exprimer ses attentes et ses motivations et les festivités peuvent commencer.

- **la théorie de l'ARVA** (Appareil de Recherche des Victimes d'Avalanche) et ses propriétés : le signal de l'appareil en réception est plus ou moins fort selon que l'on est proche ou éloigné, que les axes des appareils sont parallèles ou perpendiculaires et que le seuil de sensibilité est réglé plus ou moins fort.
- **Les 3 (premiers) nœuds** à connaître (par cœur) : le nœud de « 8 », le nœud de pêcheur « version montagnard », le machard tressé.

Viennent ensuite les exercices. Comme le soleil donne bien, nous voilà partis pour faire connaissance de manière plus intime avec la neige :

- Jean nous fait une démonstration **de marche dans la neige** : il faut être « dynamique », attaquer de la pointe en montée, du talon en descente et marcher en canard en traversée. Après cette démonstration, tous les stagiaires s'égaient sur la pente et jouent les indiens en martelant la neige.
- **L'usage du piolet** est ensuite appris et répété : tenu avec des gants, paume sur le dessus du piolet, pointe en avant, tenu du côté amont

Et vient le grand moment de **la récupération en cas de glissade** : il faut faire la table « à quatre pieds » de manière toujours « dynamique ». Ceci, bien sûr et les personnes expérimentées le savent, si l'on n'a pas de crampons. Dans le cas où justement on a des crampons alors, on s'arrête avec le piolet en n'oubliant surtout pas de relever les pieds. Voilà pour la théorie ; la pratique a montré quelques variantes : salto arrière pour éviter un pivotement sur le dos, un retournement sur le ventre et un relevé dynamique sur les quatre membres ; extra dynamisme qui amène à basculer sur les fesses après la phase de relevé ; choix du meilleur côté pour le retournement Une fois bien trempé, le moment est venu de **manipuler avec les cordes**.

- le début c'est le « **corps mort** » ou le système d'ancrage ; on le pratique avec un piolet enfoui dans la neige et une sangle attaché à ce piolet par une « tête d'alouette » (tient, on n'avait pas révisé ce nœud basique ?)
- puis c'est la démonstration **du transfert de la tension** exercée par notre compagnon de cordée, tombé dans une crevasse, de notre baudrier au point d'ancrage : faire un point d'ancrage, s'assurer dessus (on ne sait jamais ce qui peut se passer), faire un machard tressé sur la corde tendue, attacher ce bloqueur au point d'ancrage, sécuriser la corde en amont du machard par un nœud de vache, tendre le machard au maximum, laisser doucement basculer la tension de la corde du baudrier sur le point d'ancrage, se désencorder, déplacer le nœud de sécurité ; on est enfin libre de ses mouvements et le compagnon est vaché en sécurité. Quelques répétitions sont cependant nécessaires pour intégrer les gestes.
- Pour les plus chevronnés, l'exercice est poussé jusqu'au **mouflage**, d'abord avec une démultiplication par 3 puis avec une démultiplication par 7.
- Pendant ce temps, les autres apprennent à installer une **main courante**, puis à utiliser cette main courante en descente comme en montée.
- Les esprits se font un peu plus lent et il est temps de regagner le refuge. Installation dans des petits dortoirs de 6 couchettes individuelles et c'est déjà l'heure du repas. Yaël nous a apporté un petit blanc moelleux pour fêter une nouvelle année, Martine un cake aux olives délicieux et Jean-luc un peu de Pastis artisanal. avec piolet. Pour parfaire notre expérience, toutes les positions de départ ont été essayées : sur le ventre ou sur le dos, pieds ou tête en avant.

Le refuge est quasiment plein et le repas copieux. C'est alors que l'affreuse nouvelle glace les conversations : petit déjeuner à 4h30 pour le départ de la course d'application ! Nous qui espérons faire une « petite grasse mat » pour récupérer de toute notre semaine de lever aux aurores ! Jean est intransigeant et nous promet un ciel étoilé et une voie lactée splendide pour notre départ. Argument de choc indiscutable : ce départ matinal fait aussi partie de l'apprentissage de la sécurité sur neige.

Le lendemain matin, une floppée de réveil sonnent entre 4h et 4h25. Personne ne se lève et chacun d'espérer grappiller des miettes de sommeil.

Mais les automatismes sont là et Jean sonne le branle bas quelques minutes plus tard. Tout le refuge se lève également en même temps et c'est une cohue assourdie qui déjeune et se prépare.

Une heure plus tard, la petite colonne s'ébranle dans la nuit noire; plafond bas et petit vent nous accompagnent.



Montée au lac de Batcrabere. Ses eaux turquoise donnent envie à Yaël de s'y baigner : il ne manque plus que les palmiers.

Le jour commence à poindre. **Chaussage des crampons, encordement version glacier** (10 à 15 mètres de corde entre chaque coéquipier et autant dans le sac des premier et dernier de cordée ; marche à corde tendue) et nous voilà parti vers la passe de la Barane, notre destination de la journée. Deux cents mètres plus loin, à l'attaque de la première grosse pente, changement d'encordement et passage en **encordement pente raide** (5mètres de corde entre les coéquipiers, réglables à la main suivant la pente par les premier et dernier de cordée, et anneaux de buste pour le reste de la corde répartis entre les premier et dernier de cordée ; le coéquipier central est relié par une « potence »).



La progression dans la neige assez molle est lente mais régulière. Les cordées se succèdent pour faire la trace. Le Balaïtous est dans la brume. Seuls, les cols peuvent être entrevus sous ce plafond bas. Une dernière pente un peu raide et la Passe de la Barane est atteinte (2643 m). Le vent s'engouffre dans ce col. Juste le temps d'admirer les paysage qui s'étend à nos pieds : lacs et Pic d'Arriel, Pic du Midi d'Ossau coiffé de nuages et c'est la redescente. La pose d'une main courante ne s'avèrera pas nécessaire vu l'état de la neige. Chacun fait sa route dans la neige vierge, tentant avec plus ou moins de succès la ramasse, les grandes enjambées ou les descentes en glissades (maîtrisées).



Le Pic du Midi d'Ossau depuis la Passe de la Barane

Un renard (d'aucuns auraient aperçus un ourson) déclenche les sifflements stridents des marmottes.

Le soleil commence à se montrer et nous nous arrêtons sur un petit promontoire juste au dessus du refuge. Là, Thierry nous explique ce qu'il faut savoir de la **recherche d'une victime d'avalanche avec un ARVA** et par petit groupes, nous passons aux exercices pratiques.

Pause déjeuner sous un soleil qui joue à cache-cache avec les nuages et sous une petite bise qui n'invite pas à la sieste; il fera meilleur dans le petit coin de verdure repéré à la montée mais la halte y sera trop brève, surtout pour certains qui ont imaginé y récupérer de la courte nuit.

Le debriefing se fera au café à l'entrée d'Arrens devant des demis bien mérités : les objectifs de chacun apparaissent remplis. Des attentes supplémentaires comme la remontée sur corde ou la pratique du relais sont évoquées.

En bref, un superbe week-end convivial et instructif, à ne pas manquer.

Texte : Jean-Luc

Photos : Yaël et Jean-Luc

