

# Frouzins Montagne Face Nord de la Munia Lundi 24 mai 2010

Organisateur : Marc

Participants : Francis, Frédéric, Alain, Nicolas et Guillaume

Informations techniques : Carte IGN 1748 OT. Altitude min:1800m. Altitude max:3133m.

Montée "face nord classique" (ADinf), dénivelé des difficultés ~600m, pente maxi ~45°. Descente par la voie normale.

Dimanche 23 mai 14h45, nous quittons Frouzins et arrivons vers 18h dans le cirque de Troumouse à la cabane de Groutte (1800m). Le temps est orageux et il tombe quelques gouttes vers 19h. Après 3h d'apéro, heu de repas, on se couche vers 21h.



*L'apéro !*



*Au lit!*

Réveil 3h30, on se prépare, on déjeune, et on monte en voiture au Maillet (1800m). La route est fermée, déneigement en cours. On est en marche à 4h30. En arrivant au parking (2100m) à 5h30, on chausse les raquettes. La luminosité de la neige nous permet d'éteindre les frontales. Nous distinguons bien dans la nuit notre objectif et l'orientation en est facilitée.



*Le cirque de Troumouse vers 6h du matin*

Le cirque de Troumouse dans la nuit est magnifique! Le jour se lève alors que nous arrivons au pied de la face nord de la Munia à 7h (2400m). Nous laissons bâtons et raquettes au pied du couloir et nous équipons de crampons et piolets. Pour le moment la neige est tendre et l'encordement n'est pas nécessaire.



*La montée au dessus du cirque de Troumouse*



*Arrivée en crête*

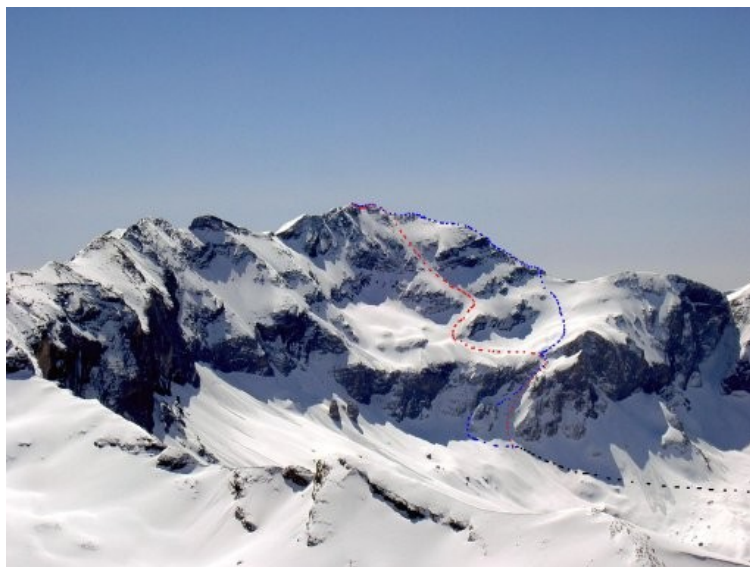
On brasse beaucoup dans le premier couloir, Marc se charge de faire une trace, ou plutôt la tranchée. En montant la neige devient portante et nous montons plus rapidement. Au fur et à mesure que nous montons, le paysage est de plus en plus grandiose! Nous aboutissons enfin en crête vers 10h. En suivant la crête, nous arrivons au sommet vers 10h15. Finalement l'encordement n'aura pas été nécessaire pour cette sortie (avec les conditions de neige que nous avons rencontrées).



*Marc et Fred sur l'arête finale*

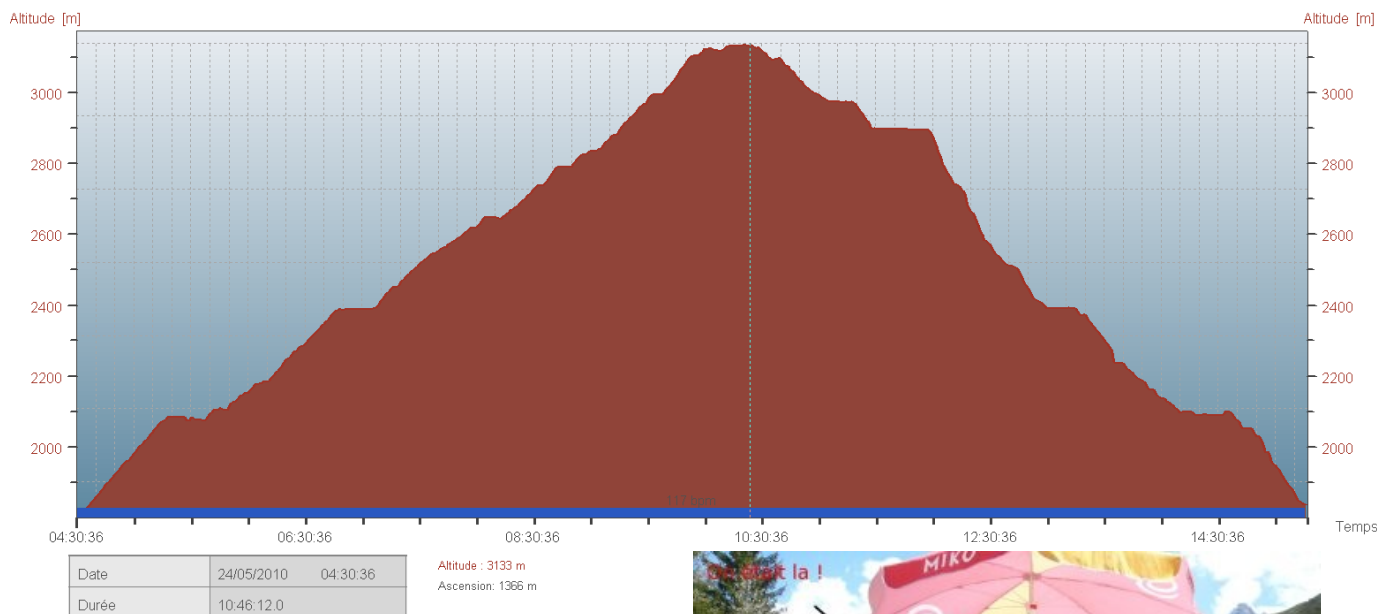


Après une pause pour admirer le paysage, nous suivons la crête en direction du col de la Munia. Nous passons le « Pas du Chat » sans difficulté car sa hauteur est largement réduite par une forte accumulation de neige. Un peu plus bas un passage est un peu plus délicat. Un peu avant d'arriver au col, on s'arrête 30 minutes pour manger au soleil. A midi nous entamons la longue descente dans une neige très humide... pagayez pagayez



*Notre cheminement. Noir: approche, Rouge: montée, Bleu: descente*

Sur la fin de la descente, un passage est un peu exposé (étant donné l'état de la neige). Nous suivons alors un skieur du PGHM pour ne pas prendre de risques. Au pied de la Munia nous retrouvons avec plaisir les raquettes que nous utilisons 2h pour revenir aux voitures vers 15h15. Temps idéal, superbe sortie et bien sûr la traditionnelle bière de fin de course nous attend pour finir! Retour à Frouzins vers 19h.



*Courbe d'altitude*

