



GJEM CD 83 - 2019-2020

Acte 5

Lieux : Les Ecrins

Camping d'Ailefroide

Refuge du Pavé

Après les deux mois de confinement et les difficultés de reprise d'activités liées aux contraintes sanitaires, il fallait remotiver les troupes et faire un séjour qui relance bien le groupe. Une rencontre le 20 juillet dans le secteur du Blavet, des conseils avisés de Nico Gros et le dernier acte de cette première année se précise. Il ne sera que de 7 jours mais ... bien intense.

4 jours au camping d'Ailefroide puis 3 jours au refuge du Pavé pour une mise en pratique des apprentissages en haute montagne.

Ont participé à ce séjour :

Giraud Marion	16 ans	CAF A l'Asso du sport
Pedretti Noémie	16 ans	CAF du Bessillon
Aymard Romain	13 ans	CAF Quand on grimpe
Garelli Tilio	16 ans	CAF du Bessillon
Hermier Henri	16 ans	CAF A l'Asso du sport
Martin-Gouin Romain	14 ans	CAF du Bessillon
Roubaud Rémi	15 ans	CAF Brignoles

Encadrés par :

Gros Nicolas	GHM
Binder Jean	Initiateur Alpinisme
Aymar Olivier	Parent accompagnant (1 journée)

Lundi 3 Aout

C'est un départ tôt de Carcès pour arriver à Ailefroide avant midi pour profiter de l'après-midi pour une immersion rapide dans le séjour.



Le camp est vite monté sous un ciel bien couvert.

Nico nous rejoint en début d'après midi et après un petit point sur le séjour il part avec les 7 jeunes sur le site d'escalade école de la Gde fissure.

Mais à peine arrivés, la météo qui était déjà un peu menaçante, se met carrément à la pluie. C'est donc un retour au camp... Le calme revient et finalement ce sera autour du camp que se feront les premiers exercices de ce séjour.

Confection de relais autour des arbres, progressions à l'horizontale, rappels à l'horizontale !!!! ça travaille bien et dans la bonne humeur.



Au bilan de cette après-midi Nico propose d'aller sur les rochers de Prelles pour une première mise en pratique sur un rocher bien



adapté pour le TA. Les prévisions météo sont plutôt bonnes pour les prochaines journées.

Le camp s'organise ensuite pour le repas du soir. Tilio et Marion prennent les rennes de ce premier repas tandis que le reste du groupe va chercher un peu de bois pour faire un feu, toujours autorisé mais seulement de 19h à 21h... L'état se resserre ! Dommage. Et pas besoin de papier pour l'allumer ce feu : un peu de brindilles, quelques écorces fines de bouleau et Tilio nous fait la démonstration d'un lancement de

feu avec pas grand-chose (Il est prêt pour Kho Lanta le bougre!)



Mardi 4 Aout

La nuit a été fraîche. Cela se lit sur les visages... certains n'ont pas eu très chaud ! Les sommets vers le glacier Blanc sont tout enneigés. Le ciel reste partiellement couvert.

Un bon petit déjeuner bien chaud remet en place les organismes refroidis.... La journée est lancée.

Préparation du matériel et des pique-nique et départ pour une journée de grimpe aux rochers de Prelles.

On est un peu en avance au rendez-vous.



Les cordées s'organisent. En quelques minutes nous arrivons au pied de ces magnifiques rochers granitiques qui offrent de belles lignes de grimpe avec de belles fissures qui n'attendent que de recevoir quelques cablés ou friends pour protéger les grimpeurs.



« Commencez par des voies simples, privilégiez les manips, sécurisez la pose de votre matériel ! » ce sont les consignes de Nico avant que nos fougueux grimpeurs ne se lancent dans les voies.

Un vent fort se lève, dégageant bien le ciel.

Avec la neige qui est tombée, il ne doit pas faire bien chaud en haute montagne.

Pour certains, c'est la première fois qu'ils posent des cablés ou friends pour progresser dans une voie d'escalade. Ils protègent donc leur progression avec quelques dégaines dans les spits longeant les voies. Mais au fil des longueurs, ils les utilisent de moins en moins et prennent petit à petit confiance dans le matériel.

Les manips de relais sont encore hésitantes, mais là aussi on constate une bonne progression.

Les voies s'enchainent dans ce premier secteur jusqu'à plus de midi.

Une pause casse-croute s'impose avant de passer dans le secteur supérieur aux voies un peu

plus difficiles.

Pour l'après-midi, Nicolas et Jean vont imposer les cordées, histoire de que chacun puisse mieux se découvrir.

Les voies sont effectivement plus dures et grimper uniquement en TA n'est pas évident pour tout le monde. Le secteur est plus exposé au vent qui ne faiblit pas depuis le matin. Lorsque le soleil commence à baisser le froid nous gagne et il faut se couvrir. Il est temps de plier et de retourner au camping.

Un bilan plutôt très positif de cette première journée fertile en apprentissages divers et variés et qui a montré un groupe TRES MOTIVE.

On donne rendez-vous à Nico demain au camping.

Les jeunes discuteront ce soir du programme.



Le casse-croute de midi est loin et les estomacs sont affamés après cette journée intense. Alors ce soir ce sera soupe, saucisse purée fromage et fruits.

Puis de nouveau un petit feu autour duquel nous partagerons le repas. Feu qu'il nous faudra malheureusement éteindre sur les coups de 21 h.

Bilan de la journée et discussion du programme.

« Ben, moi, cette grande fissure, elle me tente bien » annonce Tilio, suivi timidement par Noémie et Marion. Romain A est partant aussi.

« Moi, dit Romain M, j'aimerais bien faire une vraie grande voie avant de me lancer dans des longues voies en TA. »

Donc le programme est fixé : Grande fissure avec Nico, Noémie, Marion, Tilio et Romain A et Jean partira faire

« Little Palavar » en deux cordées : Henri et Rémy en réversible, Rémy et Jean, Rémy faisant tout en tête.

Les organismes sont fatigués ce soir. Les tentes sont vite investies.

Mercredi 5 Aout

Le beau temps semble s'être bien installé.

Un bon petit déjeuner et chacun prépare son matériel et le matos par cordée.

Quand Nico arrive, tout est prêt. Il vérifie avec ceux qu'il emmène si tout est OK et chacun des groupes se dirige vers sa voie :



« Little Palavar » Voie de 8 longueurs en 5 c max sur un excellent rocher.

Arrivés en 20 minutes au pied de la voie, une cordée nous précède. Il va donc falloir attendre et surtout combiner au niveau des relais pour ne pas s'emmêler les cordes.

C'est Rémy qui attaque. Les premiers pas sont « hard ». 5c direct, légèrement déversant, le début de cette première longueur n'est pas évident. Finalement il ne se débrouille pas trop mal. Il rejoint assez vite le premier relais.

Jean suit et derrière lui Henri fait une tentative mais n'arrive pas à passer ce premier pas. Romain va prendre la tête et avec ténacité franchira ces premiers pas difficiles.



Ensuite, les longueurs s'enchaînent, la manip des relais devient plus fluide et efficace.

Il est 14 h environ quand nous arrivons au sommet où l'on retrouve la cordée qui nous précédait et qui entame ses rappels. Avec nos talkies nous communiquons avec le groupe de la gde fissure pour voir où ils en sont. «Encore deux longueurs » nous annonce Nico.

Nous installons à notre tour le premier rappel alors qu'une autre cordée arrive au dernier relais.

Jean donne les consignes à Romain et Henri pour une bonne installation de leur rappel.

La descente s'effectue correctement sur les deux premières longueurs. A l'issue du troisième



rappel la cordée nous précédant rencontre quelques problèmes. Elle ne trouvait pas le quatrième et dernier relais. En fait le leader allait bien trop à gauche. Jean les rattrape à leur relais et leur indique la direction à prendre.

Au-dessus Romain et Henri sont très longs dans leur passage de relais.

Lorsqu'ils rejoignent Jean, ils revoient avec lui les principes de l'enchaînement et le reste de la descente se fait correctement.

Il est 16h 30 quand nos quatre grimpeurs arrivent au camp.





« La Grande Fissure »

En quittant le camp on arrive vite au pied de la voie que l'on trouve facilement. Les cordées étant faites, la cordée Marion, Romain, Nico part en premier et c'est Romain qui ouvre la marche.

La première longueur est un peu « space », difficilement protégeable mais on en vient à bout quand même (un peu long). Puis tout se passe bien jusqu'au passage de la cheminée. Nico passe en tête pour la première cordée tandis que Noémie s'engage pour la seconde. Après avoir fait quelques mètres et posés quelques friends ou câblés, Noémie est prise d'un gros coup de stress. Nico rassure et apporte son aide verbale pour le passage qui sera

finallement franchi avec une aide du haut pour les trois derniers mètres.

La longueur suivante, en cheminée, Tilio passe devant. Dans la partie difficile Nico avait laissé quelques friends et le passage se fait. Le passage dans la grotte ne pose pas trop de problème.

L'avant dernière longueur, pas trop compliqué techniquement, pose quand même quelques problèmes au niveau du tirage. Tilio s'y prend à plusieurs reprises pour le franchir.

C'est Noémie qui fait la dernière longueur. Le premier point est bien haut mais c'était protégeable avant. Il y avait assez de longueur de corde pour finir la voie. Dans la précipitation Tilio a laissé dans la voie une sangle !!!

Vu l'heure le retour se fait par le sentier.



Le bilan fait avec Nico à l'issue de cette journée est plutôt positif. Chacun devient un peu plus efficace dans ses manips que ce soit dans le placement des points de sécurité ou dans la confection des relais même si c'est encore trop long. Le niveau de grimpe est bon.

Pour peaufiner tout ça avant d'aller en haute montagne, il propose, pour demain de faire à nouveau deux groupes. Un qui ira avec Jean et Olivier (le père de Romain A qui nous a rejoint pour une journée) pour faire l'éperon Bouchier (Romain A, Henri, Tilio, Romain M) et l'autre groupe (Noémie, Marion, Rémy) qui ira avec Nico faire « la voie des Botanistes », parcours ouvert par Nico, idéal pour voir tous les aspects de la progression en TA.

Ce soir encore tous ont bien faim, l'activité a été intense. Bon on ne va pas faire des pâtes tous les jours alors ce sera soupe et « riz carbo » (si vous ne connaissez pas alors allez-y ! excellent !), suivi de fromage et fruits que l'on partagera autour d'un petit feu discret.

Jedi 6 Aout

De nouveau tout le monde est à l'heure au rendez-vous, au parking des rochers de Prelles.

Nico prend dans sa voiture, Noémie, Marion et Rémy pour les emmener à Villeneuve, après Serre Chevalier, pour démarrer leur parcours. Jean, avec Olivier, prennent la route de Bouchier. Les premiers qui finissent leur course appellent l'autre groupe pour fixer le lieu de rendez vous du retour.

« L'éperon Bouchier »

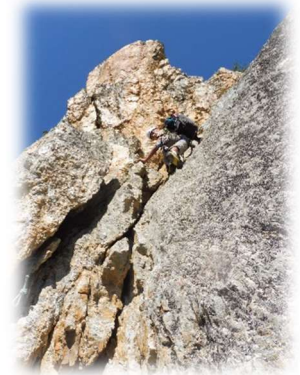


Quelques kilomètres de route de terre pour arriver au parking, sous le hameau de Bouchier, à quelques pas du gîte du Pas du Loup, célèbre pour ces soirées « observation des étoiles ».

Les cordées annoncées se préparent et on prend rapidement le sentier qui chemine à travers de gros blocs pour atteindre le pied de la voie.

Tilio et Romain partent les premiers. Cette première longueur est bien verticale mais sur un très bon rocher et avec de très bonnes prises. Les espaces pour placer friends et câblés sont nombreux. Il y a aussi, dans cette voie classique et très ancienne, quelques pitons ou petits

pieux en fer.



Henri et Jean suivent puis Rom (Ce sera l'abréviation de Romain A) et Olivier. Rom se fait plaisir en n'utilisant que les friends ou câblés.

Les longueurs s'enchainent bien. Les relais deviennent plus fluides. La pratique paye.

On se retrouve sous le sommet, à l'ombre d'un pin pour casser la croute.

En fait il ne reste qu'une longueur.

Henri et Jean prendront la « classique » tandis que les deux autres cordées se dirigeront un peu plus sur la gauche et atteindront le sommet par une belle fissure d'une quinzaine de mètres.

Petite photo au sommet et coup de fil à Nico. Ils n'ont pas encore terminé leur voie. Il est donc convenu que l'on se retrouve à Briançon.

On prend le chemin du retour vers le minibus et direction Briançon.

Plutôt que d'attendre sur un parking on investit une table au « glacier », tout près de chez Nico. Rien de tel pour bien se rafraîchir.

45 minutes plus tard, Nico et son équipe nous rejoint. Ils se précipitent sur leurs sandwiches car ils n'ont pas pris le temps dans leur voie de faire la pause de midi.

Ils nous racontent : « La voie des Botanistes »

Deux cordées : Nico et Marion - Noémie et Rémy

C'est une voie entrecoupée.... qui permet d'effectuer de nombreuses manips de base.



Ce sont tout d'abord deux longueurs faciles, aux relais équipés.

On traverse ensuite une grosse faille qui n'offre pas de difficulté particulière si ce n'est que son étroiture oblige à enlever le sac.

A la sortie de la faille c'est une longueur en traversée tout d'abord qui se redresse ensuite vers un relais qui est le point de départ d'un rappel en fil d'araignée.

En bas du rappel, on raccourcit l'encordement (anneaux de buste) et on progresse de quelques mètres, franchit une petite dalle et leader assure son second à l'aide d'un arbre.

Nico enlève ensuite ses anneaux tandis que Noémie et Rémy gardent les leurs : la longueur semble courte et facile.

Puis longueur facile sans anneaux.

Un peu de marche et changement des cordées. Marion passe avec Rémy et Noémie passe avec Nico.

Pour la suite Nico est en observateur et ne donne pas de consignes.

Deux longueurs faciles pour arriver à la difficulté ce parcours : une longueur en dièdre fissure.

Ca protège bien dans la fissure mais son ascension n'est pas forcément évidente. Nico est toujours là pour rassurer, indiquer les passages.

On débouche alors au sommet du parcours sur un terre plein aménagé.

Pas le temps de s'arrêter casser la croûte car l'équipe du Bouchier nous attend chez le glacier, à Briançon, alors que nous n'avons même pas pris le temps de casser la croûte. On dévale le chemin et on rejoint le groupe au glacier où nous pouvons enfin nous poser pour le pique-nique



On donne rendez-vous demain pour 11 h à Nico que l'on prendra en passant.

On regagne vite le camp car il y a encore des courses à faire pour le repas du soir et commencer à préparer le pliage (déjà) du camp, mais également préparer le matériel pour les trois jours en refuge.

Au repas, pas de soupe ce soir. Une bonne salade, omelette « spéciale Jean », fromage et fruits.

Puis on fait le point du matériel à emmener au refuge pour les trois derniers jours.

Vendredi 7 Aout

Depuis le début de la semaine il faut dire que ce groupe démontre une certaine efficacité en matière d'organisation, de préparation....

Ce fut encore le cas pour cette matinée. Le camp a été plié, matériel rangé, sacs prêts en un temps record.

On est bien en avance. Un peu avant 9 h Olivier nous quitte.



Comme on a un peu de temps, on sort la carte pour bien situer le refuge du Pavé et faire un peu d'orientation. Dans ce domaine-là il y a pour certains, un vrai travail à faire.

L'heure est venue de partir.

On récupère comme prévu Nicolas à Briançon et on prend la route du Lautaret.

Certains découvrent à l'approche du col, le magnifique sommet de la Meije.

On descend vers La Grave et bifurquons un peu avant vers Villard d'Arène. Encore un chemin de terre que l'on suit jusqu'au bout, pour arriver sur un très large parking.



IL est 12 h 30. Les sacs sont sortis, et les casse-croûte aussi.



Tout le surplus est rangé dans le camion. Les sacs vérifiés, on peut partir vers le refuge du Pavé...5h annonce le panneau. Le début du sentier longe le torrent, et est parfois ombragé, ce qui ne fait pas de mal car il fait très chaud en ce début d'après-midi.



On arrive ainsi assez vite sur le plateau du Plan de l'Alpe.

On bifurque légèrement sur la droite pour suivre le torrent (La Romanche) venant du plan de Valfourche.

Après un peu plus d'une heure de marche, nous arrivons au fond du vallon et là le chemin se coupe en deux : à gauche il va vers le refuge Adèle Planchard, à droite après avoir franchi une passerelle, nous nous dirigeons vers le Pavé.

Le chemin, cailloux s'élève vite. Chacun monte à sa mesure.

On arrive ensuite au début de la moraine que nous suivons sur le fil au moins sur un bonne moitié.



Un sentier descend vers la droite pour franchir le raccourci par la « via ferrata ». En fait parcours raide protégé par des câbles.

On met les baudriers, se confectionne une longe avec des sangles, et on repart.

Après le passage « via ferrata », quelques lacets et nous arrivons vite au refuge. Effectivement ce passage nous fait gagner bien du temps. Il est un peu plus de 17h quand nous arrivons.

Il y a un peu de monde au refuge dont quelques enfants (pas commun ça).

Nous nous installons dans notre dortoir après nous être présenté à la gardienne Sophie.

Evidemment le lac, sur lequel baigne encore nombre de bloc de glace, tout proche attire, surtout après une montée bien chaude, il fait bon tremper les pieds pour se rafraîchir.

L'environnement est magnifique. Il y a encore pas mal de névés tout autour malgré la chaleur.



Peu avant le repas, un agent du parc fait un exposé sur la faune présente dans ces montagnes.

Le soleil décline et passe derrière la Grande Ruine. C'est l'heure de se mettre à table. La température a bien baissé.

L'ambiance est bonne le repas excellent se termine par une mousse au chocolat ou un gâteau au chocolat : royal.

Sophie la gardienne étant seule, les jeunes se proposent de l'aider à faire la vaisselle. Il y a de l'ambiance dans la cuisine. Ca rigole et travaille en même temps : Génial !

Puis on fait le bilan de la journée et on organise la journée de demain.

Ce sera tout le monde sur l'arête Sud du pic Nord des Cavales. Voie en AD.

« On fera 4 cordées de deux, annonce Nico, et moi je naviguerai pour superviser ! »

Le groupe de jeunes organise les cordées et préparent leur matériel.

Tilio et Romain, Rom et Rémy, Marion Noémie, Henri et Jean



Samedi 8 Aout

Petit déjeuner à 6h30

Le jour se lève doucement. Il fait grand beau et pas trop froid.

Il faut qu'à 7 h nous ayons fini de déjeuner pour laisser la place aux suivants. La salle à manger est petite et il y a du monde au refuge.

Le sommet et la face de la grande Ruine commencent à recevoir le soleil lorsque nous partons du refuge.



Nous laissons assez vite sur notre gauche le chemin de descente du refuge pour nous diriger vers les barres rocheuses que nous devons franchir afin d'atteindre la base du couloir qui mène au col des Cavales, point de départ de notre ascension.

Chaque cordée s'équipe. C'est Tilio et Romain qui partent en premier tirant une longueur de 40m.

Noémie et Marion suivent. Rémy et Rom et enfin, après ¾ d'heure d'attente Henri et Jean.

Les 4 cordées se suivent ainsi dans la voie. Le rocher est excellent, les relais sûrs, les points mis sont corrects, les exercices de jours précédents portent leurs fruits. Rémy n'est pas très à l'aise en « grosses » dans cette ascension, mais il prend sur lui et fait ses longueurs en tête.



Les passages sont l'autre et chacun se fait ascension. Cette montagne se passe cordée nous attendent

espèce muret bivouac avec les pierres du sommet.

Une photo de groupe, on grignote quelques provisions et c'est l'entame de la descente, par le même chemin.

Un peu de désescalade pour atteindre le premier rappel. Un deuxième rappel et on se retrouve sur un cheminement de descente plus facile mais délicat.



différents d'une cordée à plaisir dans cette belle première course en

plutôt très bien. On se retrouve tous au sommet où Tilio et sa depuis ¾ d'heure.... « Normal ! » Pendant ce temps Tilio a bâti une



Enfin un dernier grand rappel nous amène au point de départ où nous nous regroupons.

La descente ensuite s'effectuera pour partie sur des névés que nous avons évités à la montée. La neige est molle ce qui permet de belles glissades.

On est de retour au refuge tôt dans l'après-midi.



Après un peu de rangement Tilio demande à la gardienne le « crashpad » et avec Marion, Rémy et Rom, recherchent quelques blocs à faire autour du refuge. Noémie soigne ses ampoules et Henri et Romain vont faire un concours de « ricochet ». Nico va faire un tour en barque avec la gardienne et Jean... sa sieste bien sur !



Sophie nous informe que nous devons changer de dortoir. Donc rangement et redéploiement dans nos nouveaux appartements.

Avant le diner on fait le point de la journée et du projet de demain.

Nico et Jean sont plutôt satisfaits du déroulement de cette ascension. Pas d'erreurs majeures, progression fluide, mais toujours un peu de « manque d'efficacité » dans la confection des relais.

« Donc demain, dit Nico, c'est la pointe des Chamois et on va vous laisser faire. Ce n'est pas une course difficile, donc on va voir comment vous allez vous y prendre. »

Les jeunes s'arrangent pour les cordées et on va diner.

Encore un excellent repas : soupe, lasagnes fromage et crumble aux pommes. Elle assure Sophie ! Et ce soir c'est Marion qui fera le service

Un peu plus tard dans la soirée, Jean et Nico se sont concertés et imposeront les cordées :

Noémie et Rom, Romain et Henri, Marion et Rémy, Tilio et Jean.

Bonne nuit !



Dimanche 9 Aout



Petit déjeuner à 7 h. Toujours grand beau temps. A 8h on est parti. On quitte vite le sentier pour se diriger vers les longs névés que nous n'éviterons pas cette fois ci. Un peu de progression sur neige manquait encore à ce stage. Crampons mis, encordement fait, les binômes s'élancent un à un dans la pente neigeuse. La neige n'est pas encore ramollie malgré le soleil déjà présent. Les crampons sont donc nécessaires.



Tilio et Jean partent en premier, suivis de Romain et Henri, Puis Noémie et Rom, Marion et Rémy fermant la marche.

La montée par le névé ne pose pas de problème et on arrive assez vite au pied du col séparant les « cornes de chamois » du sommet de la « pointe des chamois » où nous devons aller.



Chacun s'équipe. C'est Rémy qui part en premier, se dirigeant directement vers le pied de l'arête par des passages instables et improbables. Nico observe d'en haut et finalement redescend jusqu'à nous.

« Vous avez bien regardé le cheminement ? Il faut observer un peu autour avant de se lancer dans une voie. Il y a pratiquement un chemin qui vous permet d'accéder au pied de l'arête et en plus il y a des cairns ! »

Au pied de l'arête chacun va progresser comme il le sent. Romain et Rémy vont tirer des longueurs (plutôt longues...)

Noémie et Rom des petites longueurs mais vont s'adapter au terrain pour les relais.

Marion et Henri également sur de petites longueurs, tandis Tilio et Jean vont faire à corde tendue, assurant juste les petits passages un peu

plus difficiles.

La course est courte et on est vite au sommet.

Tilio y étendra de nouveau son drapeau et on entonnera un « Coupo Santo ».

On profite de la douceur de la météo pour faire le point de la montée.

« Savoir s'adapter au terrain que l'on rencontre pour utiliser la formule la plus adaptée pour être le plus efficace possible dans la progression »

C'est ce que Nico a essayé de leur démontrer durant ces journées. Même si il y a du mieux, il y a encore beaucoup de travail à faire dans ce domaine.



en bonne sécurité.

De retour au refuge on range le matériel, fait les sacs pendant que Sophie nous prépare des pâtes carbo pour notre déjeuner.

Il n'en restera pas un brin de pâte !



Puis c'est le retour vers par notre lieu de stationnement.

A Briançon nous faisons le Bilan du séjour autour d'une bonne glace, bien méritée par l'ensemble de ce bon groupe.



Souhaitons que ce beau lever de soleil soit l'annonce d'une belle saison 2021 pour ce SUPER groupe



LUNDI 03 AOÛT :

Nous sommes partis avant 08h30 de Carcès en direction du camping d'Ailefroide. Le trajet a été long car il y a eu de la circulation. Nous sommes arrivés vers midi au camping. Juste avant de déjeuner, j'ai monté ma tente car le temps devenait de plus en plus menaçant. Ensuite, nous avons préparé le matériel de grande voie pour essayer la dalle d'Ailefroide et pour monter avec coinces et friends. Arrivés au pied de la dalle, nous avons eu juste le temps d'enfiler nos baudriers et de préparer les cordées que des gouttes de pluie commençaient à tomber. Deux cordées s'étaient abritées avec moi sous un arbre tandis le guide et deux autres cordées sous les surplombs de la dalle. Au bout d'un certain moment, nous avons dû prendre une décision, qui était de rentrer au campement afin de ne pas rester sous la pluie. J'étais, à la fois, un peu dégouté car ça devait être mon baptême de première dalle, mais aussi un peu content car je ne comptais pas faire mon premier baptême sur de la dalle mouillée. Une fois la pluie passée, nous nous sommes ré-encordés pour aller faire des manipulations de grandes voies. J'ai bien aimé ces exercices, car, à l'aide de trois arbres, j'ai pu voir et revoir des manipulations qui n'étaient pas encore bien assimilées. Après avoir ramassé des branches et des pierres pour faire le feu, une bonne douche et un bon repas, nous nous sommes couchés.

MARDI 04 AOÛT :

Réveillé à 07h30, nous avons pu prendre un bon petit-déjeuner avec du pain chaud. Nous avons ensuite préparé du matériel pour aller faire des grandes voies à Prelles, à moins d'une trentaine de minutes du camping. Arrivés au parking, nous avons dû prendre un chemin accidenté, avec plein de pierres. Au pied des voies, nous nous sommes équipés. Chaque cordée est composée de deux ou trois personnes. J'étais en binôme avec Romain A. J'ai ouvert la voie et pour s'échauffer, j'ai installé la voie avec des dégaines. Arrivé au relais, j'ai fait une manipulation d'escalade, tout en profitant de la vue dégagée sur la commune de Saint Martin de Queyrières. Une fois arrivé en bas, le second grimpeur est parti faire sa voie d'échauffement. L'échauffement terminé, j'ai installé la voie grâce aux friends. Au début, je n'étais pas trop rassuré, mais après quelques voies, j'ai commencé à prendre plus d'assurance. Après trois ou quatre voies, nous avons fait une pause pour déjeuner. Le repas terminé, j'ai rouvert une voie sur friends et coinces, avec une difficulté en plus : faire une manipulation de type grande voie à l'arrivée. Une fois la manipulation terminée, j'ai fait monter Romain pour qu'il enlève les dégaines et friends en montant. Nous sommes descendus en rappel, c'est-à-dire avec les deux brins de cordes dans le descendeur et un machard pour nous bloquer en cas de besoin. Nous avons fait notre dernière voie en deux fois. Je suis monté en premier pour installer la voie et faire un relais sur arbre avec deux sangles, afin d'assurer le second grimpeur. Lorsque nous sommes arrivés au sommet, en sécurité, nous avons fait une progression en corde tendue, avec des anneaux sur soi, pour se rendre au pied de la seconde voie. Romain est parti en premier et a fait un relais sur friends et plaquettes, je suis monté et j'ai terminé la voie. Lorsque Romain est arrivé au relais, j'ai rabouté la corde pour descendre sur les deux brins. Une fois le binôme descendu, j'ai rangé la corde et nous sommes descendus vers la voiture. Après avoir fait le bilan de la journée, nous sommes rentrés au camping. Autour d'un feu de camp, nous avons pris le souper et nous sommes allés nous doucher avant de nous coucher. Ce fut une première journée sous un ciel bleu et soleil chaud qui m'a permis de mettre en pratique les manipulations vues le jour de notre arrivée au camping.

MERCREDI 05 AOÛT :

Après une première nuit froide, mon corps a commencé à s'habituer au climat de la montagne. Une fois le petit-déjeuner pris, nous avons divisé le groupe en deux, deux binômes pour Little Palavar, et les trois autres binômes, les plus expérimentés dans la faille d'Ailefroide. Je figurais parmi les deux binômes pour faire Little Palavar. Après une courte marche d'approche du camping au pied de la voie, et en attendant que le groupe qui était devant nous ait pris un peu d'avance, je me suis équipé et encordé avec Jean. J'ai ouvert les 7 premières longueurs et j'ai assuré mon second à chaque relais. Les sixième et septième longueurs étaient de la dalle, et je n'étais pas trop rassuré car c'était mon "baptême de première dalle". Jean est parti en premier pour la dernière longueur. Lorsqu'il est arrivé au sommet, j'ai dû aider la seconde cordée qui était en difficulté, notamment en assurant le grimpeur qui avait pris la tête du binôme. Une fois arrivé au sommet, nous avons fait une pause et nous nous sommes préparés à descendre en rappel. Il a fallu que de 3 rappels pour arriver au pied des voies. J'ai été un peu déçu car nous avons dû faire 8 longueurs pour ensuite descendre sur 3 rappels. Quand les deux binômes sont descendus, nous avons pris la direction du camping, en faisant un détour pour prendre nos chaussures qu'on avait laissé au début de la voie. Arrivés au camping, nous avons un peu mangé (car il était presque 16h00 et nous n'avions pas mangé le midi). Peu de temps après notre arrivée, les binômes qui étaient dans la faille sont arrivés. L'heure du souper est vite arrivée. J'ai préparé à manger au groupe, après qu'un binôme soit allé faire les courses. Au menu : soupe, chipolatas et purée, et fruits au dessert. Nous nous sommes couchés le ventre plein une fois le briefing terminé et les douches prises.

JEUDI 06 AOÛT :

J'ai commencé à prendre l'habitude du climat montagneux car je n'ai eu aucun souci pour me réveiller. Nous avons pris notre petit-déjeuner et nous avons préparé notre sac pour la journée. Arrivé vers 09h00 sur un parking à Prelles, je suis parti avec Marion et Noémie dans la voiture de Nicolas, pour aller faire une voie qu'il a inventé à La Seyne Les Alpes. 3 cordées étaient avec Jean pour faire l'éperon de Bouchier et 2 cordées en comptant la mienne pour faire celle de Nicolas, l'éperon des Botanistes. Arrivé une heure après, nous avons commencé la marche d'approche dans une pente avec un petit dénivelé, jusqu'à un vieux banc puis un arbre solitaire avec des fruits oranges. Nous avons terminé la marche d'approche sur de la mousse et nous nous sommes équipés. Marion et Nicolas ont fait la première cordée, Noémie et moi la seconde. Nous sommes montés réversibles, j'ai fait une première longueur, assuré Noémie qui a ensuite fait une longueur, et qui m'a assuré à son tour. J'ai bien aimé cette journée car j'ai pu bien me servir de coinçeurs et friends, surtout sur la dernière longueur, car Nicolas a choisi la roche la plus difficile parmi celles qui se trouvaient autour de nous pour monter. Je suis monté sur friends et quand je suis arrivé en haut, j'étais fier de moi car je notais cette traversée comme du 6a ou 6b. Nous avons terminé vers 16h00 et nous n'avons pas pu mangé le midi. C'est qu'à Briançon qu'on a pu grignoter pendant que le second groupe, qui était à l'éperon de Bouchier, mangeait une glace. Après avoir fait un bilan de la journée, nous sommes rentrés. Nous avons dû nous manger tôt pour nous coucher tôt car le lendemain il fallait plier le campement.

VENDREDI 07 AOÛT :

On a dû se réveiller plus tôt que les autres jours pour avoir le temps de plier le campement. J'étais opérationnel quand je me suis levé, matelas et duvet pliés, et j'ai commencé à enlever les 24 sardines qui tenaient ma tente (qui n'a pas bougé depuis que je l'ai installée). Une fois les sardines enlevées, j'ai plié la tente et je l'ai rangé dans la housse. J'ai pris mon petit-déjeuner et j'ai aidé à charger la voiture d'Olivier qui était là pour deux jours et qui devait partir avant 09h00. Une fois le campement levé et les voitures chargées, il nous restait du temps. On a fait un peu d'orientation avec la boussole, j'ai bien aimé car ça m'a permis de revoir les bases que je ne connaissais plus. Vers 10h00, nous avons pris la direction Briançon pour chercher Nicolas. Nous nous sommes ensuite rendus au parking à Villar d'Arène pour déjeuner. Une fois les sacs prêts, nous avons commencé la marche en direction du refuge du Pavé. La randonnée a été longue mais on a pu profiter d'un superbe paysage et j'ai aperçu des animaux de la montagne comme des chamois. Après plus de 04h00 de marche, nous sommes arrivés au refuge. J'étais fier d'être arrivé et j'ai pu profiter d'un somptueux paysage et d'un lac gelé avec quelques blocs de neige. A première vue, le refuge fait de tôles de chantier ne m'inspirait pas confiance, mais nous avons eu un accueil chaleureux de la gardienne et il y a eu une bonne ambiance qui s'est installée. Le repas du soir a été très bon, c'était des lasagnes et du riz car nous avions encore un peu faim. Une fois les dents brossées et la journée du lendemain préparée, nous sommes allés nous coucher.

SAMEDI 08 AOÛT :

Le réveil a piqué : 05h30. Il fallait se lever très tôt pour être prêt vers 06h00. Nous avons pris un petit-déjeuner au frais, car le soleil n'avait pas encore réchauffé l'atmosphère. Nous avons pu profiter, tout au long de notre montée, d'un lever de soleil magnifique, surtout avec les sommets qui étaient autour de nous. J'ai fait équipe avec Romain. C'est moi qui ai commencé, en faisant la première longueur. Je n'étais pas à l'aise avec mes chaussures de montagne pour escalader car j'en ai jamais fait avec ça, raison pour laquelle j'ai laissé le second grimpeur faire la voie en premier. Tout au long de la voie j'ai eu peur que mes pieds glissent et que je tombe. J'ai très certainement mis plus de temps que les autres car j'ai fait beaucoup attention à la pose de mes pieds. C'est qu'à la dernière longueur que je suis monté car j'ai pu mousquetonner les dégaines sur des pitons. Arrivé au sommet, nous avons tous mangé, avant d'attaquer la descente. Nous avons dû descendre en corde tendue, en mettant des sangles ou en passant la corde derrière des becquets pour s'assurer. J'ai adoré faire les trois rappels pour redescendre des voies. Une fois arrivés en bas, nous avons lové les cordes et rangé le matériel dans le sac, puis nous avons pris la direction du refuge. Une fois arrivés au refuge, nous avons fait le bilan de la journée autour de jus de fruits pour certains et des sodas pour d'autres. La soirée est vite passée, car une fois le bilan terminé, nous avons joué aux cartes. Un premier groupe était en train de jouer au barbu avec Jean, un second groupe à la belotte tandis que le restant du groupe jouait à faire des ricochets sur le lac. Nous avons bien mangé pour le dernier souper au refuge, la gardienne avait pris le temps de nous faire des beignets de courgettes, accompagnés de riz et de lentille corail; pour le dessert, c'était un crumble aux pommes. Après cet excellent repas, nous sommes allés nous coucher, et nous n'avons pas eu de problèmes pour s'endormir car après une belle journée sportive, nous étions bien fatigués.

DIMANCHE 09 AOÛT :

On a pu se reposer un peu plus car on s'est réveillé à 06h00. Nous avons pris le petit-déjeuner et nous avons préparé nos sacs, avec piolets et crampons. Nos guides ont choisi une course en terrain d'aventure facile, pour voir ce que nous avons retenu de la semaine. Nous sommes partis vers 07h00. Le soleil nous accompagnait au fur et à mesure qu'on montait. Les cordées étaient imposées et j'ai dû faire équipe avec Marion. Nous avons dû emprunter des névés, de la neige dure, avec les crampons, en corde tendue, pour arriver à la Pointe des Chamois, par l'arête sud. Une fois arrivés au pied de la pointe, nous avons quitté les crampons et piolets et j'ai ouvert la voie en passant la corde derrière des becquets et en accrochant la corde sur des sangles pour s'assurer. Arrivé au milieu, dans un endroit où je pouvais assurer ma binôme dans de bonnes conditions, je me suis rendu compte que j'ai emprunté un chemin où il y avait des risques de chutes de pierre. J'aurai dû mieux lire ma voie et passer par un chemin que je n'ai pas vu. Ensuite, j'ai laissé Marion ouvrir la voie car c'était de la dalle et je n'ai pas pris bien confiance pour grimper avec des chaussures de montagne. Lorsque toutes les cordées sont arrivées au sommet, nous avons profité de faire des photos, avec en fond La Meije d'un côté, un bout de la barre des Ecrins de l'autre, avec la pointe Emma. Après avoir fait un briefing de cette course, nous avons commencé à redescendre. Nous ne sommes pas passés sur l'arête mais sur un petit chemin, plus en sécurité. J'ai mieux aimé la descente sur le névé car j'ai trouvé la descente plus facile que la montée. Arrivés au refuge, nous avons pris des pâtes carbonara comme plat et une tarte à la myrtille pour le dessert. Nous avons bien mangé avant d'attaquer la descente dans la vallée. J'ai bien apprécié la descente et je l'ai même fait en courant. Nous n'avons mis que 02h00. Arrivé à la voiture, j'ai regroupé mes affaires en attendant le groupe. Une fois la voiture chargée, nous avons pris la direction de Briançon. Pour faire le bilan de la semaine, nous avons discuté autour d'une glace. Nous avons pris la route et nous sommes arrivés dans la soirée à Carcès. La température n'était pas la même entre l'air de la montagne et le climat méditerranéen.

Rémy



J'ai trouvé cette semaine très cool. Je suis un peu déçu du premier jour car on n'a pas pu grimper à cause de la pluie mais la journée s'est rattrapée sur une petite révision au pied de ces chênes....

La nuit dans la tente ne s'est pas trop mal passée on va dire, malgré mon duvet qui n'était pas assez chaud.

Le deuxième jour on est parti faire du terrain d'aventure, cette journée était super j'ai trouvé, cela m'a bien appris à poser les friends et surtout à poser plus des câblés, on va dire que ça m'a remis les idées en place.

Le troisième jour tant attendu..... la grande fissure d'Ailefroide, je trouve que ça s'est plutôt bien passé, même si j'ai pris trop de temps à mon goût. Marion Nicolas et moi avançons et montrons le chemin à la cordée de derrière. J'ai plutôt pas mal sécurisé avec

des friends et câblés qui était tous à mon goût "bétons", très belle journée.

Le quatrième jour était très court, mais cool on l'a vite fait.

La marche pour aller au refuge du Pavé s'est plutôt bien déroulée à part pour les ampoules, une fois arrivé en haut j'étais très content.

Le premier jour d'activité s'est déroulé tout doucement à l'aide de mon compagnon monsieur "Remy franchement", une fois arrivé là-haut je n'avais pas froid grâce à notre maçon "Tilio"

Le deuxième jour arête des chamois accompagné de Noémie avec qui j'ai avancé vite pendant l'arête et à la descente sur névé.

Troisième jour descente tranquille du refuge jusqu'au camion.

Romain (Rom)



Franchement, quel plaisir de retrouver le groupe ! Cette semaine dans les Ecrins a été parfaite suite à la période de confinement (vive 2020 et le covid...). Le temps pluvieux du premier jour n'a pas été si gênant car nous avons pu revoir les manips de corde en détail et les pratiquer pour plus d'efficacité durant la suite du stage. J'ai beaucoup aimé découvrir le TA en tant que première de cordée. Grimper à Prelles puis dans la fissure d'Ailefroide m'ont permis d'apprendre à placer mes coincesurs correctement et avec plus de confiance. La voie de Nico m'a bien plu malgré la mousse quelque peu envahissante, elle nous a permis de travailler la recherche d'itinéraire et la lecture de topo ainsi que la gestion du tirage sur certaines longueurs. La journée de « repos » a été très reposante avec sa rando en plein soleil mais le lac à l'arrivée au refuge a compensé les efforts, à moins que ce ne soit la mousse au chocolat de Sophie ! J'ai adoré la course du Pic Nord des Cavales avec Noémie. Les longueurs étaient très agréables et monter en grosse, c'est quand même plus confortable qu'avec les chaussons. La vue au sommet était magnifique, mon seul regret a été de ne pas avoir pris mon téléphone pour les photos. J'ai moins aimé la descente que la montée mais les rappels étaient sympas. De retour au refuge, Sophie nous a gentiment prêté son « crash pad » pour qu'on aille faire un peu de bloc. La course du lendemain a été plus courte mais toute aussi formatrice. J'étais encordée avec Rémy qui, malgré ses difficultés avec ses chaussures, a très bien su géré son appréhension. J'ai appris beaucoup de choses durant ce stage, notamment sur l'encordement, et j'ai hâte de pouvoir les remettre en pratique lors du prochain ! Je terminerai avec le prix spécial de la chanson du stage, attribué à *Rock the Night* (vous l'avez dans la tête ? de rien 😊).

Marion



J'ai passé un super séjour malgré les moments de panique, parce que, oui le TA ça fait peur. Mais la gestion du stress fait partie du métier 😊. On a beaucoup rit (la fatigue a beaucoup aidée). Nous avons aussi beaucoup apprécié la montée au refuge du pavé, alias « journée de repos » SACRÉ REPOS !!! Qui, cerise sur le gâteau m'a fait de belles ampoules. Mais c'était malgré tout un séjour très agréable et fort en émotions.

Noémie



Je trouve que c'était un stage très formateur où j'y ai appris énormément de nouvelles techniques. C'était la première fois que le stage durait une semaine qui plus est nous étions au complet ce qui a encore plus soudé le groupe. Pour moi la première découverte de ce stage fut le terrain d'aventure, la première voie que j'ai grimpée était simple donc rassurante mais le plus rassurant a été le fait qu'il y avait des plaquettes ce qui m'a permis de me concentrer sur la pose des coincesurs. J'ai un peu plus de difficulté à mettre

les friends que les cablés mais cela va s'arranger avec le temps. La deuxième découverte fut les courses d'arêtes en haute montagne en tête puisqu'on a fait du réversible. J'aime bien la sensation de grimper avec des chaussures d'alpinisme surtout avec ce superbe granite. Nous avons aussi remonté un névé avec des crampons. En bref ce stage fut une expérience inouïe et remplie de savoirs.

Romain MG



Ce stage m'a beaucoup apporté j'ai appris énormément de choses sur la topographie de montagne et sur les motifs géologiques caractéristiques d'un topo. De plus j'ai appris certaines manips de cordes, l'attitude qu'il faut adopter en terrain d'aventure et le savoir faire qui l'accompagne. Mais l'apprentissage est encore long et fastidieux. Par ailleurs, le fait que nous nous soyons retrouvés une semaine a permis une meilleure cohésion de groupe ce qui favorisera selon moi notre efficacité et notre bonne entente en montagne. Enfin, je remercie nos encadrants sans quoi ce stage n'aurait pas eu lieu et n'aurait pas eu son apport pédagogique indissociable de cette semaine. C'est avec envie que j'attends le prochain stage

Tilio



Le rendez-vous était le 3 août à 8h à la gendarmerie. La route vers Ailefroide s'est très bien passée, juste la fatigue et la faim se firent ressentir à la fin du trajet pour certains (dont moi). Heureusement que Tilio avait pris des pêches dans le mini bus. Une fois arrivés, avec le groupe nous avons monté le camp dans le camping d'Ailefroide puis nous avons pu manger. Une fois le repas terminé et Nicolas arrivé au camping, nous avons commencé à marcher vers un lieu de grimpe. Cependant, il s'était mis à pleuvoir alors nous nous sommes abrités comme on le pouvait. Finalement nous sommes allés revoir les manipulations sur des arbres du camping. Après avoir revu les manipulations, on a fait des groupes dans le but de faire une course, c'était super sympa, en plus le groupe était de bonne humeur. Le soir même nous avons fait un feu autour duquel nous avons mangé notre repas du soir. Le lendemain nous sommes

partis escalader pour revoir les manipulations de grande voie ainsi que mettre des coinçeurs et des friends.

Le jour suivant était surtout de la mise en pratique où nous avons formé deux groupes :

Le premier composé de Tilio, Marion, Romain, Noémie et Nicolas est parti dans la grande fissure d'Ailefroide, et les autres : Romain, Rémi, Jean et moi sommes partis dans « Little Palavar ». Le début était assez compliqué car il y avait pas mal de monde, d'ailleurs Jean s'est fait une pote. Cette voie était un bon moyen de se perfectionner dans les grandes voies car elle était assez simple (le passage le plus compliqué : 5c+).

Le dernier jour au camping nous nous sommes encore séparés en deux groupes :

le premier groupe avec Nicolas était composé de Rémi, Noémie et Marion. Ils sont partis dans la voie que Nicolas avait équipé (l'Eperon des Botanistes) et les autres, Tilio, Romain M, Rom, Jean, Olivier et moi, sommes partis en TA (terrain d'aventure) sur une voie très simple (L'éperon Bouchier). Comme nous avons fini plus tôt, on est parti à Briançon en attendant les autres avec une glace que Jean nous a offerte (excellente). Le soir même, après le repas, j'ai sorti les chamallows et nous les avons mangés grillés sur le feu. Le jour suivant on est monté au refuge du Pavé, la montée était assez fatigante pour certains (j'en faisais partie) mais une fois arrivés c'était magnifique, avec un joli lac. Il y avait un intervenant au refuge qui nous a parlé de son métier, photographe animalier, c'était super intéressant. Le repas était très bon (lasagnes, gâteau au chocolat) de quoi être en forme pour la journée d'après, le lendemain nous avons vu le beau lever du soleil avant de commencer la course d'arête en terrain d'aventure (il y avait quelques spits et les relais) j'étais encordé avec Jean (il m'a appris quelques techniques qui peuvent servir comme les coinçeurs avec une sangle).

Au sommet Tilio a construit un mur et a sorti le drapeau provençal, on était déjà rentrés au refuge vers 15h donc on s'est occupé avec ce qu'il y avait. ON a fait des ricochets sur le lac, Tilio et Marion sont partis faire du bloc et le soir on a mangé un plat végétarien (riz avec des beignets de courgette). Le dernier jour nous avons fait une course d'arête mais sans l'intervention ni l'aide des encadrants (presque en autonomie) et le midi on a mangé au refuge (pâte carbonara et en dessert une tarte à la myrtille) puis nous sommes redescendus au mini bus pour rentrer dans le sud. Donc c'était un stage très complet car nous avons fait plein d'activités à part du glacier mais à la place nous avons marché sur un névé, l'ambiance était hyper cool et on s'est tous éclatés.

