

# ASPTT GAP

## Croix Saint Philippe - 15 avril 2018

Activité : Randonnée

Participants : Claire, Sarah, Gérard, Jean

Lieu : Croix Saint Philippe en Champsaur

Cartes : IGN TOP25 numéro 3437OT Champsaur

Conditions météorologiques : beau temps

Conditions nivologiques : coté sud, pas de neige ; coté nord, neige en continu à partir de 1500m d'altitude, avec de grosses accumulations

Altitude de départ/arrivée/dénivelé cumulé : 1400m / 1712m / 400m

Heure Départ / Retour (voiture) : 8h40 / 14h10

Au sommet :

Pic Queyrel, Vieux Chaillol, Le Palastre, Petite Autane, Grande Autane ...



Horaire :

Parking Collet d'Ancelle (1400m d'altitude) à 8h40

Croix Saint Philippe (1706m d'altitude) à 9h50.

Sommet de Chatègre (1712m d'altitude) à 10h20

Exercices en neige vers 1680m d'altitude de 10h40 à 11h10

Exercices en neige vers 1600m d'altitude et casse croûte de 11h30 à 12h30

Exercices corde vers 1560m se 13h à 14 h

Retour au Collet à 14h10

### Récit :

Thème de la sortie: apprendre ou réviser les techniques de progression et de sécurité sur neige. Et justement, les conditions nivologiques ne sont pas favorables à une sortie vers le Dévoluy initialement prévue, nous irons donc vers la Croix St Philippe, entre Champsaur et Gapençais.

Nous laissons la voiture au Collet d'Ancelle cette fois et partons dans un vallon où l'herbe est rase, quelques crocus tentent de percer.... la fin de l'hiver ?? Mais bientôt une épaisse couche de neige apparaît, et nous chaussons les raquettes . Nous traversons la forêt d'épineux, passons sur les pierriers, longeons la crête pour atteindre la Croix St Philippe . Et de là nous allons chercher le meilleur endroit pour faire les exercices !

Et nous apprenons : monter en appuyant sur la pointe des pieds tout en gardant une dynamique, descendre sur les talons, à flanc, sur les "carres" côté amont ...

Evoluer avec un piolet, le tenir côté amont, changer de direction et de main face à la pente . On ne testera pas les glissades et comment s'arrêter, nous sommes plein soleil la neige est transformée, et les pentes sont "douces".



Pause pour reprendre des forces avant de trouver en redescendant un arbre qui nous permet de revoir comment s'assurer, les nœuds de 8, le demi cabestan, le machard tressé.... Et oui... on progresse !

Ce fut une belle journée de plein air bien instructive....

Récit : Claire

Photos : Jean