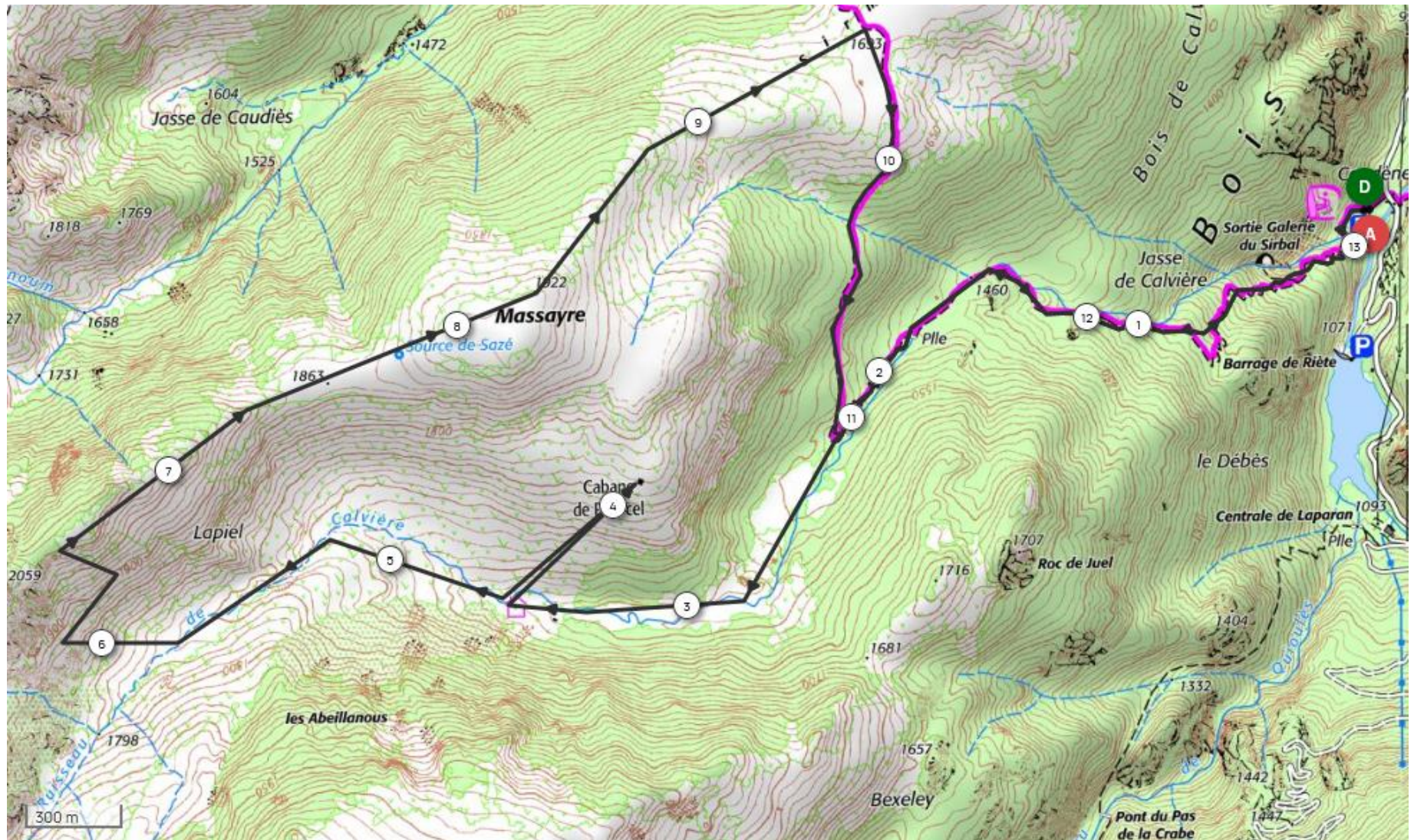


Compte rendu Randonnée Raquette à neige Vallée d'Aston

1 et 2 décembre 2022

1^{ère} AMM

14 km et 1100 m de dénivelé positif avec parfois presque 80 cm de neige bien poudreuse : bien physique pour tout le monde de brasser autant de neige.





Un départ qui va nous amener vers les 1ères neiges et l'observation des 1ères traces.



Observation des traces du Lièvre variable caractéristique avec les pattes de arrières plus grosses que celles de devant.

Les pattes mesurent entre 12 et 15 cm ce qui lui permet d'atteindre des vitesses ***de pointes supérieures à 60 km/h.***





Arrivée à la cabane de Ludines. Cabane d'estive avec une partie ouverte nous avons organisé notre soirée : ramassage du bois pour le feu de cheminée, organisation du repas et du couchage. A 9h tout le monde dormait !

Réveil au petit matin avec des températures très froides : quasi -10 degré au petit matin.



Jour 2 :

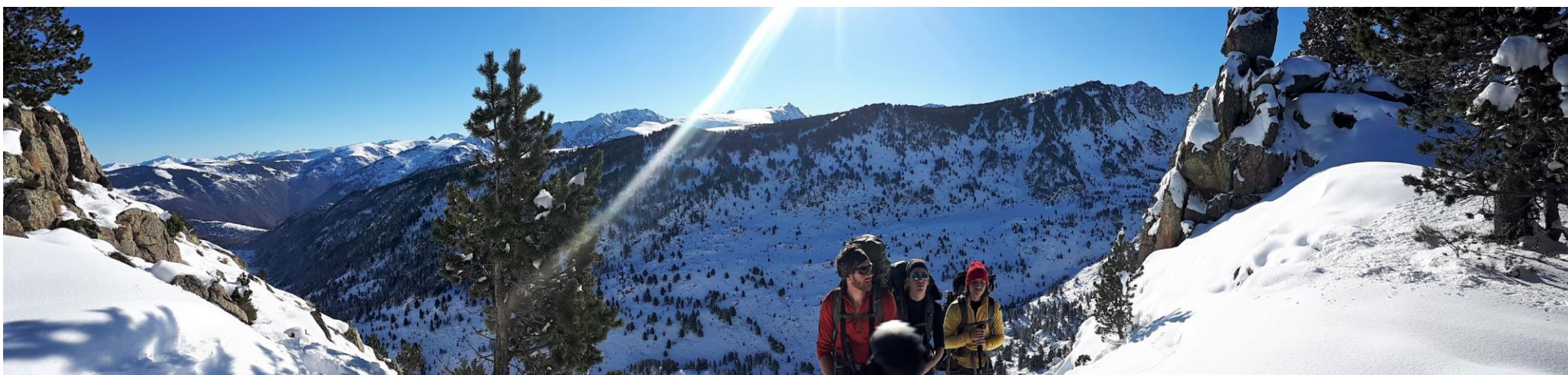
Départ de la cabane de Ludines pour rejoindre les crêtes au soleil. En contre fond le sommet de Massayre que nous rejoindrons pour le pique nique.





Nous avons tracé un itinéraire dans une épaisse couche de neige ce qui nous a permis de bien nous réchauffer et de faire disparaître l'**onglée** du matin. Un grand froid ou une brusque baisse de la température entraîne un rétrécissement des **vaisseaux sanguins** localisés à la pointe des doigts. La douleur apparaît lorsque la hausse de la température permet le retour du sang, de manière brutale, dans ces extrémités, provoquant alors engourdissement et douleur.

Une fois au soleil nous avons pu enlever 2 épaisseurs. Sortie de toute beauté sur la crête.





Arrivée sur la crête qui nous mènera jusqu'au sommet de Massayre nous avons pu contempler un paysage magnifique en étant au-dessus de la mer de nuages ! En contre fond le massif de Tabes avec le Pic du St Barthélémy et le Soularac.



Maël et Kenzo nos deux élèves qui n'ont pas fléchis pendant la montée.



A la descente nous avons écouté et vu des becs croisés.

Le bec-croisé des sapins escalade les branches à la manière des perroquets, arrachant les cônes des pins et des mélèzes. Le pin protège ses graines en les insérant entre les écailles d'un cône. En vieillissant, le cône devient dur et ligneux et les graines tombent au sol où elles servent de pâture aux souris, aux écureuils et à de nombreuses espèces d'oiseaux. Si toutefois un bec-croisé ne les a pas récoltés avant ! Les mandibules de cet oiseau sont croisées à la pointe. Il tient le cône dans une patte, arrache les écailles et extrait les graines qu'il ou elle mange. Les mâles sont vivement colorés contrairement aux femelles qui ont un plumage plus caché, plus secret.



Bravo à eux pour cette belle sortie en raquette à neige !

Merci à Ronan Accompagnateur en Moyenne Montagne pour son professionnalisme.

Mr Saint Jacques