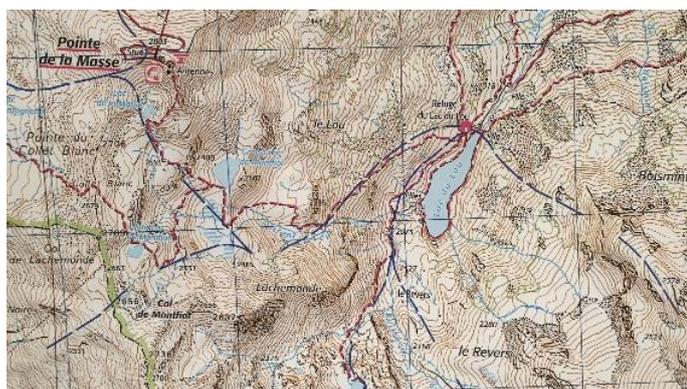
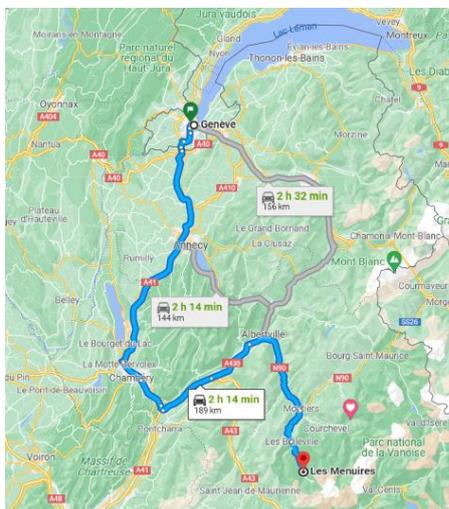


# Week-end plongée sous glace Lac du Lou – Les Ménuires (F-73)

Super week-end organisé par Marie Claude les 5 et 6 février 2022.



Logé entre la Pointe de la Masse (Les Ménuires) et la Cime de Caron (Val Thorens) à 2000 m d'altitude, le lac du Lou et son refuge ne sont accessibles qu'en ski hors-piste, en raquettes ou ski de rando. On a même vu un papa venir à vélo avec son garçon et deux trailers montés en courant.

Le point de départ se situe à 2h30 de voiture de Genève (d'où l'intérêt d'y passer le week-end). Rendez-vous sur le parking de l'auberge du Pépé Nicolas pour rencontrer nos accompagnateurs, moniteurs de plongée.



Le matériel et nos affaires voyagent en quad, piloté par Emilie, et nous partons en raquettes guidés par Jules pour 45 minutes de montée jusqu'au refuge. Le départ est matinal car nous

fréquentons les pistes de ski et le quad doit passer avant que les skieurs n'arrivent (circulation interdite entre 8 :30 et 17h). Le ciel est bien bouché à 8h30 ce matin, cependant la météo est optimiste.



Arrivés au refuge, on retrouve nos affaires et on découvre le matériel de plongée, combinaisons étanches 9 mm, Topstar, détendeurs, stab Aqualung, parfaits. Après un café et un briefing sur l'organisation des ces 2 jours, on monte prendre possession du dortoir (chambre de 4, très bien arrangée).

Les choses sérieuses peuvent commencer. Découverte du lac, deux espaces plongée, un pour les apnéistes et un pour la plongée bouteille. Nous nous dirigeons vers le second site pour aménager les trous. Tronçonneuse, hache, scie permettent d'enlever la glace épaisse qui s'est formée depuis la dernière plongés, il y a 2 jours.



On remonte au refuge pour s'équiper. Séance grosse chaleur pour essayer les combis ! Puis les moments magiques arrivent avec la plongée sous la glace.



Entre temps, le soleil a fait son apparition, le dessous du lac est éclairé de mille rais qui passent par les 4 ouvertures. Pour cette première plongée, on y va doucement avec deux non initiées à la plongée en combi étanche. Une ligne de vie rejoint les deux trous les plus extrêmes et le plongeur est attaché à cette ligne par une longe. On se laisse équiper par les pro, cagoule, masque, stab et on glisse dans l'eau. Pas évident de descendre pour certains, on ajuste le lestage et on part pour une balade de 10 minutes pour en prendre plein les yeux.



Pendant ce temps-là sur la glace les autres documentent avec des photos ou prennent le soleil et il fait bien chaud.

Retour au refuge pour un déjeuner, repos post-prandial puis une balade à raquettes pour aller voir au bout du lac et explorer les environs. Après la douche et s'être changé, un apéro champagne pour fêter l'évènement (merci Marie-Claude) avant d'aller manger la raclette avec un petit Chignin en bas. Bonne ambiance avec un deuxième groupe de quatre skieurs venus passer la nuit au refuge.



Après une bonne nuit, petit déjeuner, on se prépare, on ferme les sacs et on se retrouve pour un café avec les moniteurs pour organiser la journée. On s'équipe et on redescend au bord du lac pour refaire les trous bouchés par la glace après la nuit. On croise une équipe d'apnéistes prêts à s'immerger. Pour certains, c'est même un baptême. C'est très tentant, mais on reste avec nos blocs pour cette deuxième plongée, toujours aussi magnifique.





Déjeuner à l'intérieur cette fois car le ciel se couvre gentiment et on se prépare pour la descente. Pour éviter d'attendre la fermeture des pistes (17h) avant de partir en quad, on groupe toutes nos affaires dans une luge et on descend en raquettes pour rejoindre le parking. Merci Erich pour avoir géré la luge même dans la dernière montée.



Magnifique weekend avec plein d'étoiles dans les yeux et dans le cœur. Vivement la prochaine édition !

Erich, Florence, Nathalie, Marie-Claude.



Plus de photos vous attendent sur le site du club.

Si vous ne voulez pas attendre et organiser votre propre voyage, n'hésitez pas à contacter le club : <https://plongeesousglace-valthorens.com/>

Ou pour les apnéistes :

<https://evolution2.com/val-thorens/apnee-sous-glace>

Pour le refuge :

<https://refugedulacdulou.com/>

\*\*\*\*\*

---