



Pittoresque GR20 Sud ^(AT68D)

Corse - France

6 jours (dont 5 jours : Randonnée)

Prix à partir de 775.00 EUR p.p.

Niveau	
Type	Accompagné
Age minimum	15 ans
Portage	Affaire pour deux ou plusieurs jours
Hébergement	Gîte Refuge
Groupe	de 6 à 14 personnes
Repas	Pension complète
Encadrement	Accompagnateur en montagne



Les points forts de ce voyage

- Un confort optimisé avec un sac allégé et un soutien logistique.
- Des sommets accessibles et des points de vue splendides.
- La diversité des paysages et l'authenticité des lieux.
- La possibilité d'enchaîner avec le GR nord.



TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)
25, Bohey - L-9647 DONCOLS
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

Votre voyage

Un séjour inoubliable à travers la montagne corse sur un chemin de grande randonnée que l'on dit être le plus beau d'Europe...

Sentier d'altitude dont la réputation n'est plus à faire, le GR 20 traverse la Corse du nord-ouest au sud-est, suivant la ligne de partage des eaux. Se frayant un passage entre les cimes élancées ou sur les crêtes acérées, il emprunte de vieux chemins ayant autrefois servi de voies de communication entre les villages, reliant les hommes d'une vallée à l'autre. Bien qu'il descende rarement à l'altitude des villages, se cantonnant aux zones de haute montagne hostiles à un habitat permanent, le sentier est jalonné de nombreuses bergeries encore occupées, qui témoignent de l'importance de la vie pastorale, aujourd'hui en déclin sur l'île. Alternance de sites désertiques, paysages à la végétation rase malmenés par les rudes conditions climatiques et zones de pâturage fréquentées par les bergers et leurs troupeaux, la montagne corse est empreinte d'authenticité. Moins escarpée, présentant un relief plus doux et des dénivellations moins conséquentes, la partie sud du GR 20, de Bavella à Vizzavona, traverse des paysages très variés, depuis les aiguilles de Bavella au relief escarpé et alpin, jusqu'au plateau du Cuscionu aux formes plus douces.

J 1/ D'Ajaccio à Bavella

Accueil à 14 heures à la gare maritime et routière d'Ajaccio (face à la CCI). La route traverse de nombreux villages de l'Alta Rocca avant d'arriver au col de Bavella. Installation au gîte. Nuit et repas du soir en gîte à Bavella. Si celui-ci est sur-fréquenté, pour votre confort, nous organiserons la nuit sous des yourtes confortables dans le village de Zonza, au pied du col de Bavella.

* Hébergement : gîte.

* Repas : soir.

J 2/ De Bavella au plateau de Cuscionu

Depuis le col de Bavella, le GR20 passe au pied des Aiguilles de Bavella, pour remonter dans une haute vallée et rejoindre les bergeries d'Asinao. Vous avancez alors sur un terrain de nature accidenté (pierrier et dalles), afin de rejoindre bocca Stazzona. Vous découvrez le plateau du Cuscionu, situé à une altitude de 1500 m, d'une superficie de 50 km². Ce "pianu" est le plus grand de Corse. Terre de transhumance estivale, cette haute surface alterne zones sèches, forêts de hêtres et pozzines. Nuit en refuge. Accès à votre sac.

* Temps de marche : 8 h.

* M : 1050 m. D : 740 m.

* Hébergement : refuge.

* Repas : matin, midi, soir.

J 3/ Du Cuscionu à Usciolu

Au départ de la bergerie, vous marchez sur des pelouses herbeuses appelées « pozzine » où viennent paître les chevaux, et traversez de belles hêtraies. Le GR20 s'élève brusquement afin de récupérer une ligne de crête appelée l'arête des Statues. Cette traversée à plus de 1 800 mètres donne un aperçu des villages du haut Taravo et de la mer Tyrrhénienne, avant l'arrivée au refuge d'Usciolu, perché à 1 750 mètres. Nuit en tente.

* Temps de marche : 5 h.

* M : 820 m. D : 600 m.

* Hébergement : tente.

* Repas : matin, midi, soir.

NB : en début de saison en cas de fort enneigement présent encore sur les montagnes corses, il est possible que l'étape soit prévue au village de Cozzano.

J 4/ D'Usciolu au refuge de Prati

L'une des plus belles étapes du GR 20. En quittant le refuge d'Usciolu, vous continuez votre périple en ligne de crête entre la vallée du Taravo et celle du Fiumorbu. L'itinéraire passe au pied du monte Formicola, à près de 2 000 mètres, avant de plonger vers le col de Laparo, à 1 525 mètres. Le paysage est un enchantement permanent : mer et villages au milieu de sculptures granitiques impressionnantes. Après avoir franchi punta Capella, on rejoint le refuge de Prati (1 830 m). Nuit en refuge (ou en tente, selon disponibilité)

* Temps de marche : 6 h.



TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)

25, Bohey - L-9647 DONCOLS

Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

- * M : 800 m. D : 750 m.
- * Hébergement : refuge.
- * Repas : matin, midi, soir.

NB : en fonction des disponibilités, il est possible que la nuit soit prévue au gîte du col de Verde qui se situe juste après le refuge de Prati. Cela sera aussi possible en cas d'enneigement important.

J 5/ Du refuge de Prati à Capanelle

Le relief s'adoucissant tout à fait aujourd'hui, sauf en fin d'étape, chacun pourra prendre son temps pour observer les superbes pins laricio, l'arbre symbole de l'île. A l'ombre de ces derniers, le parcours en courbe de niveau épouse toutes les ondulations du relief du versant est du massif du Renosu et offre de magnifiques vues sur la vallée de Ghisoni et la plaine orientale. Nuit en gîte. Accès à votre sac.

- * Temps de marche : 6 h.
- * M : 600 m. D : 900 m.
- * Hébergement : gîte.
- * Repas : matin, midi, soir.

J 6/ De Capanelle à Vizzavona

La dernière étape du GR 20 Sud ne comprend pas de difficulté particulière. Le GR 20 quitte Capanelle (1586 m) par le chemin de ronde qui, sans prendre ni perdre vraiment d'altitude, mène jusqu'à bocca Palmente (1640 m). Le point de vue depuis le col est exceptionnel : à l'ouest, les massifs imposants du monte d'Oro et du Rotondu, à l'est, la forêt de Ghisoni, la plaine orientale et ses étangs. Vous rejoignez la forêt de Vizzavona qui conclut votre GR20 sud. Retour à Ajaccio en train ou en minibus depuis Vizzavona. La séparation est prévue en fin d'après-midi, vers 18 h 00, à la gare routière d'Ajaccio.

- * Temps de marche : 5 h 30.
- * M : 190 m. D : 860 m.
- * Repas : matin, midi.

NB : les temps de marche sont donnés à titre indicatif.

- M : dénivelée ascendante. D : dénivelée descendante.

- Les programmes ont été établis en fonction des derniers éléments connus au moment de leur rédaction : des impondérables sont toujours possibles et des situations indépendantes de notre volonté peuvent en modifier le déroulement. Sur place, nos guides sont les meilleurs juges, ils peuvent être amenés à modifier l'itinéraire en fonction de la météo ou si la sécurité du groupe l'exige.

- Afin d'éviter des refuges trop fréquentés (en très haute saison), il est possible que nous faisons l'itinéraire dans le sens nord-sud, pour la qualité de la prestation sur place, au départ de Vizzavona jusqu'à Bavella. Ceci ne change en rien les points de rendez-vous et de séparation sur ce circuit. La décision sera prise au moment de la confirmation du départ, et l'information vous sera communiquée par votre conseiller en voyages.

Recommandations spécifiques au GR 20 en liberté

Attention, le GR 20 devient de plus en plus populaire, mais il faut garder à l'esprit qu'il reste le trek le plus difficile d'Europe. L'oublier serait se mettre en échec dès le départ, voire en danger. Ne surestimez pas vos capacités, renseignez-vous et préparez correctement votre voyage ! Faire le GR 20 en liberté avec notre organisation est réservé uniquement à des personnes en très bonne forme physique ayant déjà l'expérience des treks sur plusieurs jours, capables de gérer leurs randonnées seuls avec tout ce que cela implique (détermination, goût de l'effort, capacité à gérer son itinéraire, lecture de carte et orientation, connaissance en météo, abstraction du confort habituel, matériel adapté...). Il est bon de savoir que, malgré nos recommandations, chaque année, des personnes se surestimant s'engagent sur le GR 20 et abandonne au bout de quelques jours.

Afin de vous éviter de perdre de l'argent engagé pour votre trek, ainsi que tous les désagréments d'une telle situation, nous vous conseillons de bien vous informer avant de prendre votre décision. En cas de doute, nous vous conseillons d'opter pour l'une de nos formules avec guide.

De plus, il est bon de savoir que les refuges en Corse sont assez anciens, de faible capacité avec un niveau de confort réduit (douche froide, peu ou pas de sanitaire, pas de couvertures...). En cas de mauvais temps ou à certaines périodes, les refuges peuvent être en surfréquentation avec un confort d'hébergement parfois très rustique.

NB : les temps de marche sont donnés à titre indicatif.

— M : dénivelée ascendante. D : dénivelée descendante.

— Les programmes ont été établis en fonction des derniers éléments connus au moment de leur

rédaction : des impondérables sont toujours possibles et des situations indépendantes de notre volonté peuvent en modifier le déroulement. Sur place, nos guides sont les meilleurs juges, ils peuvent être amenés à modifier l'itinéraire en fonction de la météo ou si la sécurité du groupe l'exige.

— Afin d'éviter des refuges trop fréquentés (en très haute saison), il est possible que nous faisons l'itinéraire dans le sens nord-sud, pour la qualité de la prestation sur place, au départ de Vizzavona jusqu'à Bavella. Ceci ne change en rien les points de rendez-vous et de séparation sur ce circuit. La décision sera prise au moment de la confirmation du départ, et l'information vous sera communiquée par votre conseiller en voyages.

Retour à Ajaccio en train ou en minibus depuis la gare de Vizzavona. La dispersion est prévue en fin d'après-midi, vers 18 h 30, à la gare SNCF d'Ajaccio. Pour les personnes qui enchaînent ce circuit avec le GR Nord, nuit à Vizzavona.

NB : la durée des étapes est donnée à titre indicatif.

M : dénivelée ascendante. **D :** dénivelée descendante.

- Les programmes ont été établis en fonction des derniers éléments connus au moment de leur rédaction : des impondérables sont toujours possibles et des situations indépendantes de notre volonté peuvent en modifier le déroulement. Sur place, nos guides sont les meilleurs juges, ils peuvent être amenés à modifier l'itinéraire en fonction de la météo ou si la sécurité du groupe l'exige.

- Afin d'éviter des refuges trop fréquentés (en très haute saison), il est possible que nous faisons l'itinéraire dans le sens nord - sud, pour la qualité de la prestation sur place, au départ de Vizzavona jusqu'à Bavella. Ceci ne change en rien les points de rendez-vous et de séparation sur ce circuit. La décision sera prise au moment de la confirmation du départ (à 21 jours) et l'information vous sera communiquée par votre conseiller en voyage.

L'accès sur place

- Par bateau :

SNCM Ferries (61, boulevard des Dames. 13005 Marseille), départs de Marseille, Nice ou Toulon ; Corsica Ferries ; Moby Lines...

- Par avion :

Vols réguliers ou vols charters : Air France, Corsair (Nouvelles Frontières), Look Charter, etc. Nous consulter lors de votre réservation.

L'encadrement

Un accompagnateur en montagne diplômé pour un groupe de 6 à 12 participants.

Les déplacements pendant le circuit

Transfert en bus en début et fin de séjour pour rejoindre les points de départ et d'arrivée des randonnées.

Le portage et le transport des bagages

Les nuits des J 3 et J 4, vous ne disposez pas de votre bagage. Pour ces étapes, vous devrez porter une partie de vos affaires personnelles nécessaires pour la nuit (sac de couchage, vêtements de rechange, nécessaire de toilette). Les autres jours, vous ne portez qu'un sac avec vos affaires de la journée et votre pique-nique, les bagages sont transportés par véhicule. Vous retrouvez votre bagage les soirs des jours J 1, J 2, J 5, J 6.

L'hébergement pendant le circuit

En gîte/refuge ou sous tente deux-places ou tentes-dortoirs près des bergeries. Il est possible que vous ayez à monter votre tente. Douches chaudes non garanties dans les refuges.

Pour les bivouacs à proximité des bergeries, confort sommaire : soit une douche aménagée, soit une rivière.

Si vous arrivez la veille

Pour vos nuits supplémentaires à Ajaccio :

- hôtel** Le Kallisté : 04 95 51 34 45.
- hôtel** Le Dauphin : 04 95 51 29 96.
- hôtel*** Albion : 04 95 21 66 70.
- hôtel*** San Carlu : 04 95 21 13 84.

Les repas

- Petit déjeuner continental (thé, café, lait, beurre, confiture...).



TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)
25, Bohey - L-9647 DONCOLS
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

- Repas du soir chaud, préparé par les hébergements.
- Repas de midi pris sous forme de pique-nique sur le terrain, préparé par les hébergements (obligatoire : prévoir une boîte en plastique 0,8 litre pour le transport de vos salades).
- Vivres de course adaptés à l'effort.
- Boissons non comprises.

Pour en savoir plus

Ouvrages généraux - tourisme - gastronomie

- *Le Grand Chemin, toutes les étapes du GR 20 par le parc naturel régional de la Corse* (Albiana).
- *Corse*, par A. et F. Rother (Arthaud).
- *Guide Bleu de la Corse* (Hachette).
- *Guide pratique de la Corse*, par Olivier Jehasse (éditions de la Marge, Ajaccio).
- *La Bonne Cuisine corse*, par Christine Schapira (éditions Solar).

Géographie - nature

- *Parc naturel régional de la Corse, plantes et fleurs rencontrées*, par Marcelle Conrad.
- *Roches et paysages de la Corse*, par A. Gauthier (parc naturel régional et BRGM).

Histoire - archéologie - art

- *Histoire de la Corse*, par Michel Vergé Franceschi (éditions du Félin).
- *Arts traditionnels de la Corse*, par M. Loviconi (Edisud).

Cartes

Le GR20 nécessite un bon jeu de cartes IGN :

- au 1/25 000 : 4149 OT, 4150 OT, 4251 OT, 4250 OT, 4252 OT, 4253 OT, 4253 ET, 4254 ET ;
- au 1/100 000 : IGN n° 73 et n° 74 ;
- au 1/200 000 : IGN n° 90.

Il existe également un cédérom : Loxane IGN Rando Corse (env. 45 €, toute la Corse au 1/25 000, soit 19 cartes pour le prix de 5 cartes).

Dates et prix

Promotion

Départs complet

Départ assuré

Destination

Thème

Départ

Retour

Durée

Info pays



Corse

La Corse offre un panel incroyable de paysages aux contrastes étonnants : montagnes aux sommets acérés vers le centre de l'île, plages de sable blanc et criques isolées. Un lieu unique, propice à la randonnée et à la découverte d'un terroir exceptionnel dont le peuple corse continue à entretenir les traditions. Des villes côtières aux villages de montagne, chaque lieu visité est chargé d'histoire et raconte la vie d'un peuple profondément ancré dans ses racines. Pêcheurs et bergers ont su, à travers les âges, vivre en harmonie avec la nature et conserver une relation respectueuse avec l'environnement. Le GR20 constitue une randonnée d'exception, mais il est possible aussi de découvrir les nombreuses facettes de l'île par une sélection d'itinéraires superbes.

Formalités administratives

France

La France étant membre de l'Union Européenne, il suffit d'une carte nationale d'identité ou d'un passeport en cours de validité pour les ressortissants d'un pays de UEM.

Conseil(s) santé

France

Les conditions sanitaires sont équivalentes à celles de l'Europe et ne présentent aucun danger particulier.

Nous vous conseillons d'être à jour des vaccinations classiques : diphtérie, tétanos, RRO, hépatite B, poliomyélite, fièvre typhoïde.

Infos pratiques

Votre budget

NOTE IMPORTANTE : Dans la rubrique 'Le Prix Comprend', le prix du vol (si applicable) est en général basé sur un départ de Paris. Un départ d'un autre aéroport (Bruxelles, Luxembourg, Genève, ...) peut être demandé mais est susceptible d'un éventuel supplément de prix. Lors de la réservation, ce supplément vous est communiqué.

Par ailleurs, les prix indiqués sur cette fiche technique sont donnés à titre indicatif. Des modifications peuvent intervenir (les augmentations des taxes aériennes, les surcharges carburant, l'évolution du coût des prestations terrestres, etc. peuvent être répercutées sur le prix du forfait).

De même, des suppléments liés aux variations des prix des billets d'avion et aux disponibilités dans la classe tarifaire prévue pour le voyage peuvent s'appliquer en fonction de la date d'inscription.

Dans tous les cas, vous en serez informé au plus tard lors de votre inscription. Après votre inscription, seules les modifications prévues par l'article R211-8 du code du tourisme peuvent s'appliquer.

Le prix comprend

- L'hébergement tel que décrit
- La pension complète (hors boissons)
- Les vivres de course.
- Les transferts locaux depuis Ajaccio jusqu'au lieu de départ et d'arrivée de la randonnée.
- Le transport des bagages.
- Les tentes équipées d'un tapis de sol isolant.
- L'encadrement par un accompagnateur diplômé.

Le prix ne comprend pas

- Les boissons.
- L'assurance annulation et/ou assistance.
- Les visites de sites.
- Les transferts non prévus au programme.
- Les suppléments pour les douches chaudes dans les refuges.
- D'une façon générale, tout ce qui n'est pas indiqué sous la rubrique précédente.

Autres dépenses sur place

- Les suppléments pour les douches chaudes dans les refuges.
- Les visites et transferts non prévus au programme.
- Les boissons.
- Les pourboires.

Vous préparer à partir

Préparation physique

Pour profiter pleinement de votre voyage, n'oubliez pas d'entretenir votre forme au moins une fois par semaine en marchant (15 à 18 km) si possible sur un parcours avec dénivelée (350 m/h), ou en pratiquant une activité sportive développant l'endurance.

Votre pharmacie individuelle

Celle-ci sera validée avec un médecin en tenant compte du terrain d'aventure et de l'éloignement propres à ce voyage. Elle contiendra en principal :

- Un antalgique.
- Un anti-inflammatoire (comprimés et gel).



TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)
25, Bohey - L-9647 DONCOLS
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

- Un antibiotique à large spectre.
 - Un antispasmodique, un antidiarrhéique, un antiseptique intestinal, un antivomitif.
 - Des pansements et double peau, des compresses, de la bande adhésive, du Steristrip, du tulle gras.
 - Un antiseptique.
 - De la crème solaire et de la Biafine.
 - Vos médicaments personnels.
- En complément : collyre, répulsif contre les moustiques, pince à épiler, somnifère léger et/ou boules Quies, vos médicaments personnels.

Equipement de base

L'ensemble de vos affaires est réparti entre deux sacs :

* un sac à dos porté pendant la marche d'environ 30-40 litres pour vos affaires de la journée (pull, t-shirt de rechange, gourde, lunettes, crème solaire, petit matériel, appareil photo...), qui sera aussi le sac que vous garderez avec vous dans l'avion

* un sac de voyage avec cadenas, souple et solide de 15 kg maximum, avec de préférence une fermeture éclair latérale (accès plus facile qu'un sac marin). Pendant le voyage, il contiendra les affaires que vous n'utilisez pas dans la journée. Transporté à dos de mule ou de chameau ou sur le toit d'un 4x4, votre sac sera dans tous les cas sanglé, callé, soulevé et baché un grand nombre de fois : évitez par conséquent les sacs rigides et les valises et préférez la solidité à l'esthétique.

> Vêtements de la tête aux pieds

- Une casquette, un chapeau, un bonnet ou un cheich (désert)
- Des lunettes de soleil (indice 3 minimum, 4 pour la haute montagne)
- Une cape de pluie (suivant la saison)
- Des sous-vêtements respirants (séchage rapide)
- Une veste imperméable et respirante type Goretex
- Des T-shirts
- Une paire de gants
- Des pantalons de trek détachables à mi-jambe
- Un collant thermique (suivant la saison)
- Un maillot de bain.
- Des vêtements de rechange.
- Des chaussettes de marche.
- Une paire de sandales.
- Une paire de chaussure (voir rubrique ci dessous)
- Une paire de lacets de rechange.

Nous vous recommandons la boutique Trek Aventure pour trouver le matériel idéal grâce à la marque MILO www.trekaventure.com/trekking/page/le_catalogue_milo

> Matériel indispensable

- Une trousse de toilette et une serviette de bain.
- Une gourde (ou gourde poche à eau, pipette)
- Des serviettes humidifiées type lingettes.
- Du papier toilette.
- Un couteau de poche (en soute !).
- Quelques sachets plastiques pour protéger vos affaires.
- Une aiguille et du fil.
- des bâtons de marche.
- Couverture de survie (modèle renforcé).
- Briquet.
- Appareil photo.
- Livres de voyage.
- Lentilles jetables ou lunettes correctrices de secours.
- Une lampe frontale et ses piles.
- Un sac de linge sale pour séparer avec le linge propre.

- > Pochette antiviol et documents
- Passeport (ou carte d'identité).
 - Visa selon le pays.
 - Carnet de vaccinations et indications médicales.
 - Devises, carte de crédit.
 - Contrat d'assistance et d'assurance
 - Papiers personnels.

A ne pas oublier dans vos valises

- En complément : collyre, répulsif contre les moustiques, pince à épiler, somnifère léger et/ou boules Quies, vos médicaments personnels.

A ne pas oublier dans vos valises

- Des chaussures de randonnée imperméables à tige montante et semelle offrant une bonne adhérence, type Contagrip ou Vibram
- Une paire de chaussures de sport (type basket)
- Un sous sac de couchage en polaire qui en complément de votre sac augmentera la température de 5°
- Un sac de couchage avec température de confort comprises de + 5 ° à + 15° suivant la saison

Nos astuces

1. En raison des retards de certains bagages, nous vous conseillons fortement d'emporter votre sac de couchage avec vous et le nécessaire pour pouvoir voyager les premiers jours, en bagage accompagné dans l'avion.
2. Laissez tout objet coupant (couteau, ciseaux, coupe-ongles, etc..) et briquet dans votre bagage destiné à la soute de l'avion car les contrôles de sécurité les interdisent à bord de l'avion.
3. La réussite de tout voyage est un délicat mélange de bonne humeur, de sentiments d'entraide, de convivialité, d'esprit de découverte, de bonne volonté, d'une participation aux tâches communes ainsi que le respect des traditions locales. Et n'oubliez pas des imprévus sont toujours possibles, dans ces moments adoptez la zen attitude : patience et tolérance.
4. Prenez une photocopie de votre passeport, de votre contrat d'assurance assistance et de votre billet d'avion en cas de perte des originaux.