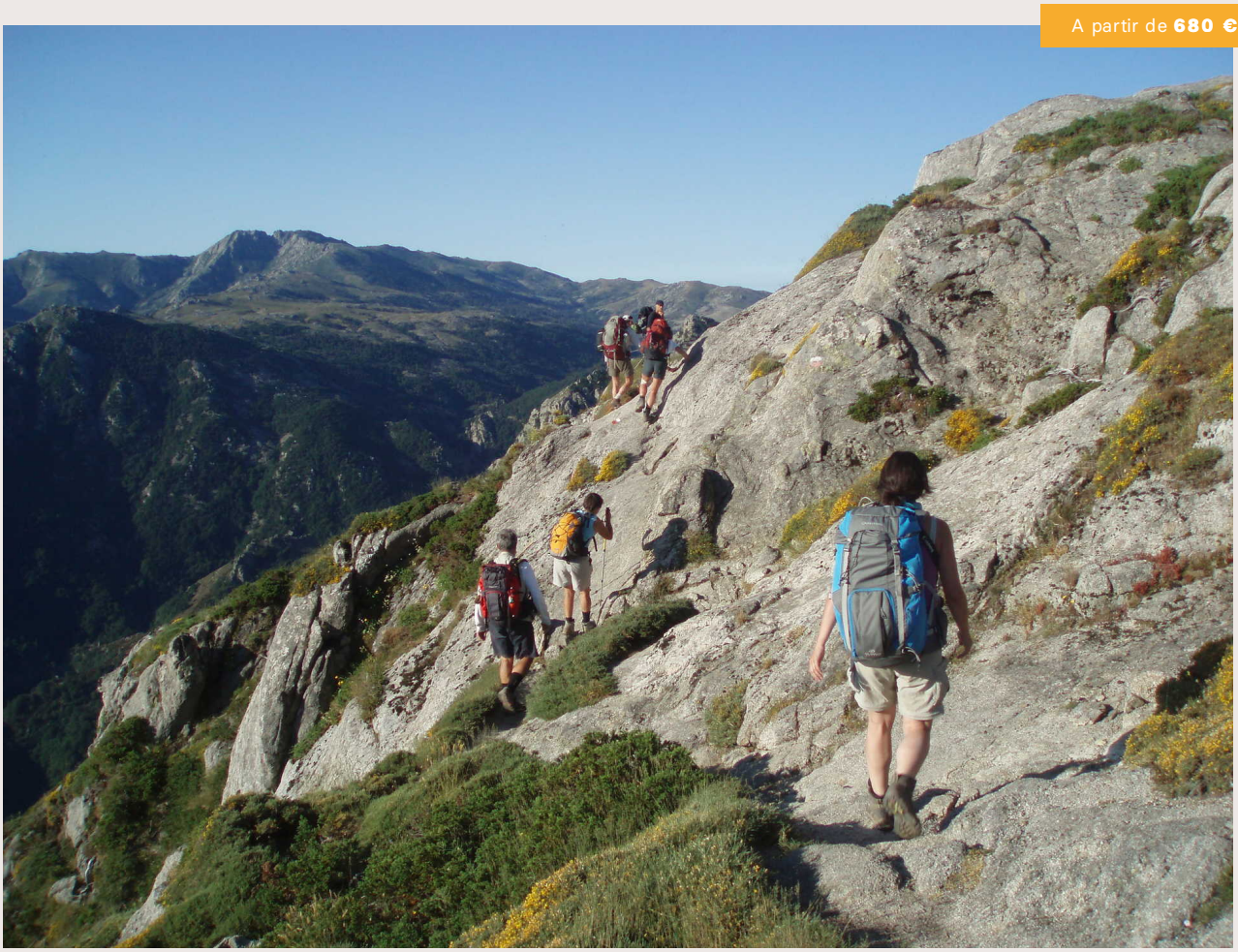
Corse

TREK ITINÉRANT : LE GR20 SUD

Code voyage : **FCORGRSLIB**

TREK

A partir de **680 €**



Voyage en liberté Niveau : **3/5** **7 jours**

Considéré comme le plus beau et le plus prestigieux des GR, ce parcours de haute montagne traverse la Corse en suivant au mieux la ligne de crête de l'île.
Nous vous proposons ici une version en Liberté de ce trek mythique. Nous assurons pour vous toute la logistique : choix et réservation des hébergements, transport des bagages... Il ne vous reste plus qu'à vous concentrer sur l'effort!
Au départ des Aiguilles de Bavella, le GR20 Sud, au relief plus doux que le nord, passe de crête en crête par des chemins ancestraux, avant de gagner le massif du Renoso et le col de Vizzavona. Avec l'appui de notre solide logistique sur place, nous vous proposons les deux parties sud et nord pouvant s'enchainer, en formule liberté, et sac allégé.

POINTS FORTS

- Le sud du GR20 en liberté, la partie la plus accessible du trek le plus difficile d'Europe !
- La pension complète.
- Le transport des bagages en véhicule en option !

Jour par jour

JOUR 1

AJACCIO - ALTA ROCCA - BAVELLA

Transfert jusqu'au col de Bavella en traversant les villages authentiques de l'Alta Rocca. Installation dans votre hébergement dans les environs de Bavella.

DÉTAIL

Hébergement : Gîte
Déjeuner : libre

JOUR 2

BAVELLA - AIGUILLES DE BAVELLA - ASINAU

L'itinéraire suit la variante alpine du GR20 passant au c?ur du massif de Bavella et contournant une à une les tours de granit de l'Acellu, de l'Ariettu, di a Vacca et de Pargulu. Le chemin est escarpé, un passage a été équipé d'une main courante mais la vue y est si belle que les efforts sont largement récompensés. Puis, le sentier bascule derrière la crête. La descente est alors raide avant de rejoindre le GR20 classique qui remonte le vallon d'Asinau.

DÉTAIL

Marche : 5h-6h
Dénivelé positif : 815 m
Dénivelé négatif : 485 m
Hébergement : Bergerie

JOUR 3

ASINAU - MONTE ALCUDINA - CUSCIONU

Petit détour jusqu'au sommet du Monte Alcudina qui culmine à 2134m. La vue y est panoramique et donne un avant-goût des marches à venir. Puis descente vers le plateau du Cuscione. Vous longez la crête pour rejoindre Bocca di Chiralba puis les bergeries du même nom. Il est alors temps de profiter de ce plateau « Pianu », le plus grand de Corse. Terre de transhumance estivale, cette haute surface alterne zones sèches, forêts de hêtres et pozzine. Vous rejoignez une bergerie sur les bords du plateau pour y passer la nuit.

DÉTAIL

Marche : 4h-5h
Dénivelé positif : 650 m
Dénivelé négatif : 660 m
Hébergement : Bergerie

JOUR 4

CUSCIONU - POZZINES - USCIOLU

Vous traversez de superbes pozzines en longeant une petite rivière bordée de hêtres séculaires. Croisant ça et là une chapelle, des bergeries avant de rejoindre « bocca Agnone », vous quittez alors le plateau du Cuscione pour récupérer une ligne de crête. Cette traversée donne un aperçu des villages du haut Taravo et de la mer Tyrrhénienne avant d'arriver au refuge d'Usciolu.

DÉTAIL

Marche : 5h-6h
Dénivelé positif : 590 m
Dénivelé négatif : 380 m
Hébergement : Refuge

JOUR 5

USCIOLU - TARAVO - FIUMORBU - PUNTA CAPELLA - COL DE VERDE

L'une des plus belles étapes du GR20. 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 de Monte Formicola avant de plonger vers le col de Laparo. Le spectacle est un enchantement permanent. On y voit la mer et les villages au milieu de sculptures granitiques assez impressionnantes. Après avoir franchi Punta Capella et le refuge de Prati (1830m), une longue descente vous conduit au col de Verde.

DÉTAIL

Marche : 7h-8h
Dénivelé positif : 720 m
Dénivelé négatif : 1200 m
Hébergement : Gîte

JOUR 6

COL DE VERDE - MASSIF DE RENOSE - CAPANELLE

En quittant le col de Verde, vous avancez vers l'intérieur des terres au relief plus doux. Sapinière, hêtraie et pins Larici seront les compagnons d'une journée de randonnée calme et reposante. Il sera donné à chacun de prendre son temps pour observer ce pin endémique (Lariccio) qui fait la gloire de l'exploitation forestière de Corse. A l'ombre des hêtres, le parcours épouse toutes les ondulations du versant Est du massif du Renoso. En fin d'étape, une sérieuse montée se profile qu'il faudra bien négocier pour arriver aux bergeries de Traghjette, puis à Capanelle.

DÉTAIL

Marche : 4h-5h
Dénivelé positif : 710 m
Dénivelé négatif : 400 m
Hébergement : Gîte

JOUR 7

CAPANELLE - BOCCA PALMENTE - VIZZAVONA

Le GR20 quitte Capanelle et sans prendre ni perdre vraiment d'altitude, il vous mène jusqu'à Bocca Palmente. Au col, le point de vue 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 rejoindrez vite la forêt de Vizzavona que vous ne quitterez plus tout au long de cette descente agréable à l'ombre des hêtres. Au terme de l'étape : gare de Vizzavona.

DÉTAIL

Marche : 7h-8h
Dénivelé positif : 320 m
Dénivelé négatif : 1000 m

À NOTER

Nous attirons votre attention sur le fait que des clients mal préparés ou informés, augmente le risque d'abandon.
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.

Budget

(informations au 19/05/2024)

Période réalisable : **MAI, JUIN, JUILLET, AOÛT, SEPTEMBRE**

PRIX 2024 A PARTIR DE

Du 05 MAI au 15 SEPTEMBRE

Sans assistance bagages (départs possible tous les jours)

Base 2 à 3 personnes : 680 € *par personne*

Avec assistance bagages (départs possible tous les dimanche - pour un départ un autre jour de la semaine, consultez-nous!)

Base 2 à 3 personnes : 760€ *par personne*

Le prix comprend

- 6 nuits en refuge/bergerie et/ou tente.
- Les repas du J1 (hormis le dîner) et dîner du J7
  * 6 petits déjeuners
  * 6 déjeuners
  * 6 dîners
- Le transfert Ajaccio-Bavella, J01.
- Le transport des bagages (sauf J02 et J04 - cf. rubrique déplacement et portage).
- Le carnet de route.
- Une assistance 24h/24h.

Le prix ne comprend pas

- Les frais d'inscription (à partir de 12 ans) : 18 € par personne
- L'acheminement jusqu'au point de départ du voyage.
- Le transfert Vizzavona à Ajaccio le J7 (comptez 15 euros par personne).

À payer sur place

- Les boissons et dépenses personnelles,
- Les visites de sites
- Les repas du J1 (hors dîner) et le dîner du J7.
- Le transfert en train retour le J7.

Assurances au choix

- **Assurance multirisque :** 4,1 % du voyage par personne
- **Assurance multirisque avec extension épidémie :**5,1 % du voyage par personne
- **Assurance premium (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.)** 5 % du voyage par personne
- **Assurance multirisque premium avec extension épidémie (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.) :** 6,1 % du voyage par personne

Pour ce voyage, nous vous recommandons notre assurance multirisque, spécialement étudiée pour le voyage d'aventure.

Aérien

Nos prix sont calculés sans acheminement à destination. Les points de rendez-vous et de départ de chaque voyage sont indiqués sur votre itinéraire.

Mais rassurez-vous, nous pouvons réserver votre acheminement pour vous simplifier la vie :

- Une proposition à la carte (choix de la compagnie, aéroport de départ).
- La transparence sur le prix du billet.
- Les frais de gestion et de modification de vol inclus en cas d'incident.
- Les transferts aéroport / hôtel inclus à votre arrivée et départ (quand applicable).
- Le tout pour un forfait fixe de 80 € / personne.

Options

- AJACCIO, CALVI ou CORTE
  Nuit supplémentaire en chambre double et petit déjeuner: 85 euros par personne.
  Nuit supplémentaire en chambre individuelle et petit déjeuner: 135 euros par personne.

Détail du voyage

NIVEAU

Attention Le GR 20 est un itinéraire très sportif, la version liberté est réservée aux marcheurs confirmés ayant de l'expérience en montagne. Même si nous avons amélioré le confort de marche, les dénivelées et les difficultés techniques du terrain restent présentes !
Niveau sportif : très bonne condition physique demandée, vous êtes bien entraîné et pouvez fournir un effort continu sur plusieurs jours. Une réelle expérience de l'activité et une pratique régulière sont indispensables.

ENCADREMENT

séjour sans accompagnateur avec **carnet de route numérique** (remis avant votre départ).
Il sera mis à votre disposition environ 1 mois avant votre départ.

le carnet de route est composé :

- d'un descriptif jour / jour,
- de copies de cartes
- de la liste des hébergements

Sur place, à votre hébergement, vous sera remis :

- les vouchers transfert
- la feuille de route bagages,
- les étiquettes bagages,
- la ou les cartes IGN

ALIMENTATION

Tous les repas sont inclus dans la prestation

- Petit déjeuner continental (thé, café, lait, pain, beurre, confiture).
- Repas du soir incluant une entrée, un plat et un dessert.
- Repas du midi pris sous forme de pique-nique sur le terrain.

Les boissons restent à votre charge.

HÉBERGEMENT

Jour 1: gîte - dortoirs de 6 à 8 personnes - douches chaudes
Jour 2: bergeries - un peu le moyen-âge mais authentique! 2 dortoirs de 12 places - pas de douches chaudes
Jour 3: bergeries- douche chaude - dortoir de 12 à 24 places - tentes possibles
Jour 4: refuge du PNRC (vieux refuge) - tentes - douche froide
Jour 5: Gîte - douche chaude - dortoir de 12 personnes en chalet
Jour 6: Gîte - douche chaude - dortoir de 4 à 8 personnes

Tout au long du GR 20, vous devrez composer avec un parcours difficile et une arrivée le soir au campement ne sera pas forcement un havre de paix, ni de repos. Cela fait partie intégrante de la découverte de ce sentier.
En effet, les hébergements sont de faibles capacités, vieillissants et d'un confort sommaire.

Couchage :
L'hébergement sur le GR 20 est rudimentaire voir rustique. En général vous dormez en dortoirs collectifs dans les refuges gérés par le PNRC ou encore dans des bergeries privées. De plus en plus, nous privilégions un hébergement sous tentes (parfois à monter et démonter par vous-même) pour palier aux problèmes de sur fréquentation et d'hygiène. En effet, depuis quelques années les « punaises de lit » ont fait leur apparition et ce malgré les traitements fréquents de la part des hébergeurs.
Nous vous conseillons de pulvériser un spray sur l'ensemble de vos affaires personnelles avant le départ afin de limiter les piqûres ainsi que le transport de l'insecte.

Pour certaines nuits sous tente, nous vous fournissons une tente de type Quechua 2 secondes de 2 à 3 places avec matelas auto-gonflant à chaque lieu de bivouac.

Les sanitaires :

Il y a des WC partout. La douche chaude n'est pas assuré dans les refuges du PNRC

HEURE ET LIEU DE RENDEZ-VOUS

Rendez-vous à 14h00, à la gare maritime d'Ajaccio, puis transfert vers le col de Bavella (inclus).

ACCÈS AU LIEU DE RENDEZ-VOUS

1) EN BATEAU :

- Corsica Ferries : départs de Nice ou Toulon
Tel : 0825 095 095
Site Web : www.corsicaferries.com/Pcorsica.srv

- CMN (Compagnie Méridionale de Navigation) : départs de Marseille Tel : 0810 20 13 20
Site Web : www.cmn.fr

2) EN AVION :

- vols réguliers ou vols charters :
Air Corsica : www.aircorsica.com
Air France : tél 0 820 820 820
site web : www.airfrance.fr
et Corsair (Nouvelles Frontières), Look charter, etc...

- Les navettes aéroport – gare routière
Pour les horaires se renseigner au comptoir accueil de l'aéroport ou de la gare routière ou à la TCA (tel : 04 95 23 29 41)
Circulent tous les jours sauf le 1er mai
Tarif approximatif : 5€

QUELQUES INFORMATIONS UTILES :
- Les lignes de bus :
Ligne de Bus Ajaccio, Vizzavona, Corté, Ponteleccia, Bastia :
Bus Eurocorse Voyages tel : 04.95.21.06.30.
Départs tous les jours sauf dimanches et jours fériés.
Durée du trajet Ajaccio / Corte 1h45 ; Ajaccio / Bastia 3h

- La compagnie des Chemins de Fer de la Corse :
Gare d'Ajaccio : 04 95 23 11 03

DISPERSION

Dispersion vers 15h00, en gare de Vizzavona.

SE LOGER AVANT OU APRÈS LE CIRCUIT

Pour vos nuits supplémentaires à Ajaccio :
- Hôtel Le Dauphin (HT) : 04 95 51 29 96
- Hôtel Le Kallisté **: 04 95 51 34 45
- Hôtel Fesch ***: 04 95 51 62 62
- Hôtel Les Mouettes**** : 04 95 50 40 40

PARKING PENDANT LE CIRCUIT

Si vous avez traversé avec votre véhicule, ci dessous les parkings à Ajaccio :
- Parking non payant non surveillé : Parking du Port de l'Amirauté Charles Ornano (près de la gare).
- Parking surveillé 24 h/24 payant (60 € la semaine) : Parc de stationnement du Diamant, Avenue Eugène Macchini, Tél. : 04.95.51.00.85
http://www.europeenne-de-stationnement.fr/pages/fiches/ajaccio.htm

DÉPLACEMENT

Le transfert Ajaccio-Bavella est inclus dans notre prestation.

Concernant l'assistance bagages, nous vous proposons 2 formules :
*Avec assistance bagages : un véhicule d'assistance achemine votre bagage suiveur que vous retrouvez les J1, J3, J5, J6 et J7. Pour les nuits des J2 et J4 vous devrez porter votre sac de couchage ainsi qu'une partie de vos affaires personnelles pour la nuit.
*Sans assistance bagages : vous portez vos affaires personnelles de la semaine (entre 8kg et 10kg).

BUDGET & CHANGE

Dépenses personnelles : Il n'y a aucun distributeur sur l'ensemble du parcours et la Carte Bleue n'est pas acceptée dans les hébergements. Prévoyez donc suffisamment d'argent liquide pour vos dépenses personnelles.

POURBOIRES

Le pourboire n'est en rien une obligation et doit être laissé à l'appréciation de chacun. Son montant dépend de l'appréciation du service rendu et doit tenir compte de l'économie locale. Les pourboires trop importants, compte tenu du niveau de vie général du pays visité, déstabilisent les équilibres économiques locaux. Bien que très peu répandue en France, sa pratique l'est dans le monde entier.

Equipement

MATÉRIEL FOURNI SUR PLACE

Pour les nuits en bivouac nous vous fournissons le matériel nécessaire (tente, tapis de sol)

VÊTEMENTS À PRÉVOIR

Les vêtements, des pieds à la tête :

- Chaussures de randonnée. Ce sont les meilleures amies du randonneur. Elles doivent réunir trois qualités : solidité, bonne tenue du pied et de la cheville (tiges hautes) et imperméabilité. Choisissez des chaussures à semelles antidérapantes et relativement rigides type "Vibram" ,
- Chaussures légères (tennis ou sandales) pour enfiler le soir dans les villes et villages.
- Chaussures de baignade,
- Sous vêtements. C'est la première isolation que vous aurez, soignez la ! Des fibres techniques fines, comme la Carline ou la Polartec, sont très efficaces, chaudes, souples, confortables et légères. Elles sèchent très rapidement,
- Pantalons de randonnée,
- Shorts,
- Vestes polaires. Ces dernières sont résistantes, chaudes, légères et sèchent rapidement. Les plus adaptées, bien connues des montagnards, sont les fibres Polartec, Carline et Ulfrotté.
- Tee-shirts (techniques de préférence),
- Cape de pluie ou veste imperméable type Gore-tex,
- Chapeau,
- Paire de gants et bonnet (selon la saison),
- Maillot de bain et serviette de bain,

EQUIPEMENT À PRÉVOIR

- Pochette à mettre autour du cou ou en ceinture pour votre passeport et/ou votre carte d'identité, votre permis de conduire, votre carnet de vaccination, votre carte européenne d'assurance maladie, votre dépliant assurance voyage, vos devises, votre carte de crédit et vos papiers personnels.
- Sacs plastiques pour garantir l'étanchéité de vos affaires, appareils photos et vêtements.
- Sac à linge sale,
- Boules Quiés, toujours utiles!
- Bloc notes et stylo, livre, jeu de cartes,
- Bâtons de marche.
- Paire de jumelles,
- Appareil photos,
- Guêtres (peuvent être utiles)
- couverture de survie,
- Téléphone portable,
- Sac de couchage confort à 0 degré (ATTENTION : pas de couvertures dans les refuges),
- Drap de sac,
- Trousse de toilette,
- Serviette de toilette,
- Paire de lunettes de soleil,
- Crème de protection solaire (visage et lèvre),
- Lampe de poche ou frontale avec piles de rechange,
- Gourde de 1.5 litres minimum, légère et isotherme. Vous pouvez prévoir également une poche à eau de 2 litres. Cette dernière a

l'avantage de permettre une consommation directe grâce à sa pipette. Vous n'êtes donc pas obligé de tomber le sac à dos pour saisir la gourde. Ainsi vous buvez plus régulièrement et en petite quantité ce qui est conseillé pour une bonne hydratation,

Astuce : avoir deux récipients permet de consommer l'un pendant que l'autre est en cours de traitement,

- Couteau de poche, multi-usages de préférence (à mettre en soute si vous prenez l'avion),
- Papier hygiénique et briquet,
- Gel hygiénique,

BAGAGES

L'ensemble de vos bagages doit être réparti dans deux sacs (sauf si vous portez vous même votre sac) :

- Un sac de voyage souple avec fermeture éclair latérale donnant plus facilement accès à son contenu type sac marin de 10 -12Kg maximum (ATTENTION : 1 seul bagage suiveur).
- Un petit sac à dos d'une contenance d'environ 30 litres pour vos affaires de la journée mais aussi pour les 3 nuits avec portage (nuit J2, J3 et J5)

Attention, certains pays interdisent l'importation et l'utilisation des cigarettes électroniques, nous vous recommandons donc vivement de vous renseigner auprès des autorités compétentes (MAE, ambassade, consulat) avant votre départ.

PHARMACIE

Il est recommandé de constituer votre propre trousse à pharmacie : crème solaire hydratante corps et lèvres, élastoplast et ciseaux, vitamines C, collyre, doliprane et/ou aspirine, antidiarrhéique et antiseptique intestinal (immodium, intetrix), pommade cicatrisante et antiseptique local, antibiotique courant (facultatif).
Pensez également à votre traitement en cours.

N'oubliez pas votre carte européenne d'assurance maladie (remplace le formulaire E111). Disponible sur demande auprès de votre bureau CPAM.

Formalités & santé

PASSEPORT

Non

VISA

Non

CARTE D'IDENTITÉ

Oui

VACCINS

Non

RECOMMANDATIONS SANITAIRES

.