

Corse : Bivouac sur le GR20

Séjour famille

6 jours, 5 nuits

5 jours de marche possibles

Au départ d'un camp de base, situé près d'un torrent sur le GR20, nous vous proposons une formule incluant nuits sous tente, petites randonnées, découvertes et baignades dans les piscines naturelles.

Chaque jour une nouvelle randonnée dans le massif du Monte Cintu fera la joie des enfants pour l'ambiance pleine nature du site.

Vous découvrirez aussi Ajaccio, Corte et la vallée du Niolu.

Programme

Jour 1 : Début de séjour à Ajaccio

Arrivée à Ajaccio, installation à votre hôtel. La journée est consacrée à la découverte de la ville d'Ajaccio : son vieux port de pêche, sa citadelle, ses ruelles commerçantes et de nombreux monuments à la gloire de Napoléon... Les plages toutes proches vous inciteront peut-être à la baignade. Visite possible des îles Sanguinaires en bateau.

Le sentier des Crêtes

Au départ d'Ajaccio deux randonnées en option sont proposées sur le sentier des Crêtes, dominant la ville et le golfe d'Ajaccio. Les points de vue sur la mer et les montagnes sont superbes.

Distance : de 6km à 11km , durée : de 2h à 4h , dénivelé plus : de +140m à +340m, dénivelé moins : de -140 à -340m.

Jour 2 : D'Ajaccio à Vallone

Tôt le matin transfert jusqu'à Corte, ancienne capitale de la Corse. A partir de là, vous rejoindrez la vallée du Niolu en traversant les spectaculaires Scala di Santa Regina. Puis se sera un véhicule tout terrain qui vous conduira jusqu'aux bergeries de Vallone en traversant Calasima, le plus haut village de Corse. Installation et baignades dans les vasques durant l'après-midi.

Jour 3 : Le refuge de Tighjettu

Départ le matin sur le GR20 en direction du refuge de Tighjettu (1635m). Cette randonnée en plein coeur du massif du Cintu sur terrain montagnard n'est pas de tout repos. Les plus courageux pourront poursuivre en direction de Bocca Minuta (2215m), pays des mouflons. De là vous surplombez le mythique cirque de la solitude. Baignade au retour dans les vasques naturelles.

Distance : 4km, durée : 5h00, dénivelé plus : +790m, dénivelé moins : -790m.

Jour 4 : Cinq Frati

Randonnée sympathique dans le secteur des Cinq Frati à la découverte de la Grotte des Anges. Possibilité de poursuivre la balade en passant par les bergeries en ruines de Prugnoli, le long du ruisseau de Foggiale. Retour par le GR20. Baignades et pique nique au bord du ruisseau.

Distance : 6km, durée : 4h30, dénivelé plus : +350m, dénivelé moins : -350m.

Jour 5 : De Vallone à Calacuccia

A partir des bergeries de Vallone, vous amorcez une descente en pente douce jusqu'au village le plus haut de Corse: Calasima. En face de vous la silhouette spectaculaire des Cinq Frati. Ce retour à la vallée et aux villages du Niolu, donne un aperçu de l'enclavement de cette région entre la grande barrière et le massif de Punta Artica. Terre dure et minérale, le Niolu est un lieu attachant.

Distance : 10km, durée : 4h00, dénivelé moins : -600m.

Jour 6 : De Calacuccia à Ajaccio

Dans la matinée transfert jusqu'à Corte puis retour jusqu'à Ajaccio.

Les programmes ont été établis selon les derniers éléments connus lors de la rédaction : des impondérables sont toujours possibles et des situations indépendantes de notre volonté peuvent en modifier le déroulement.

Quelques précisions

Niveau

Marche sur de bons sentiers.

Prix

- Du 01/01/2006 au 31/12/2006 : Enfant de 8 à 14 ans 410 €, Adulte 460 €

Suppléments/réductions :

- Nuit supplémentaire en demi-pension à Calacuccia : 37 €/pers

Le prix comprend : L'hébergement en pension-complète (sauf J2 et J6), les transferts locaux, le transport des bagages, le dossier de voyage avec cartes IGN et topo-guide.

Le prix ne comprend pas : Les assurances, les visites de sites, les transferts non prévus sur le programme, les boissons et dépenses personnelles, les pique niques des J1,J2 et J6.

Encadrement

Randonnée en liberté sans encadrement.

Portage

Durant la randonnée portage juste de vos affaires personnelles pour la journée de marche (pique-nique, eau ...). Vous aurez cependant à transporter vos bagages entre les hébergements et le départ du bus ou du train au début et à la fin. Prévoir un bagage facilement transportable (voir nos conseils sur l'équipement).

Hébergement/nourriture

Hébergement

1 nuit en hôtel en chambres de 2 à 4 lits, 3 nuits sous tente en pleine nature, 1 nuit en gîte. Pour le bivouac à proximité de la bergerie, confort sommaire avec douches chaudes non garanties. Prévoir un sac de couchage.

Nourriture

- Petit déjeuner continental (thé, café, lait, beurre, confiture, ...)
- Repas du soir chaud préparé par les hébergements
- Repas du midi pris sous forme de pique-nique sur le terrain, préparés par les hébergements. Attention les pique-niques des J1, J2 et J6 ne sont pas inclus (prévoir une boîte en plastique taille 0.8L pour le transport de vos salades).
- Boissons non comprises

Début/fin

Début : Le dimanche à l'hôtel à Ajaccio.

Fin : Le vendredi 13h00 à la gare Sncf d'Ajaccio, (pour un retour à une autre heure nous consulter).

Organisation

Nous nous chargeons des réservations de vos différents hébergements sur le circuit, du transport des bagages et de vos transferts comme marqué sur votre programme ; nous vous fournissons un dossier complet avec cartes et topos

détaillés. De plus, durant votre randonnée notre équipe d'assistance pourra également répondre à toutes vos questions et vous apporter si nécessaire les conseils utiles au bon déroulement de votre séjour.

Vos transferts durant le séjour

Jour 2 : La montée jusqu'à Corte s'effectuera soit en bus soit en train, en fonction des disponibilités du moment. Le départ est prévu vers 8h30. Les horaires définitifs vous seront communiqués sur place. Compter environ 2h de trajet. Depuis Corte un taxi vous conduira ensuite jusqu'à Vallone, compter 1h15 de trajet.

Jour 6 : Le transfert jusqu'à Corte est prévue le matin, les horaires définitifs vous seront communiqués sur place. Pour un retour à une autre heure nous consulter.

Dates

Départ tous les dimanches de début juillet à fin août, (pour un départ à une autre période nous consulter).

Nombre de participants

A partir de 2 personnes

Accès

Gare maritime ou aéroport d'Ajaccio.

Bibliographie

Ouvrages généraux – tourisme – gastronomie

- Le grand chemin, toutes les étapes du GR20 par le PNRC (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 Loviconi (Edisud)

Infos pratiques

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 véhicule

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>

Pour vos nuits supplémentaires à Bastia

Hôtel Sud Hôtel ** : 04 95 30 20 61

Hôtel le Forum ** : 04 95 31 02 53

Hôtel Les Sablettes *** : 04 95 58 50 20

Hôtel Ostella*** : 04 95 30 97 70

Parking Véhicule

Parking privé payant non surveillé : 1.3 € l'heure ; 11€ la journée ; 30 € la semaine

Parc St Nicolas

Place St Nicolas

Tel : 04 95 32 63 17

Rue non payante : Avenue Jean Zucarelli.

Pour vos nuits supplémentaires à Calvi

Hôtel du Centre (HT) : 04 95 65 02 01

Hôtel Christophe Colomb ** : 04 95 65 06 04

Hôtel le Grand Hôtel *** : 04 95 65 09 74

Hôtel La Villa ****luxe : 04 95 65 10 10

Parking véhicule

Parking municipaux payants non surveillés : Parking du Port, Parking de la Citadelle.

Parking non payant non surveillé : RN 197 Route de Bastia Face au Super U.

Pour vos nuits supplémentaires à Corte

Hôtel de la Paix** : 04 95 46 06 72

Hôtel du Nord** : 04 95 46 00 68

Hôtel Les Jardins de la Glacière** : 04 95 45 27 00

Hôtel Dominique Colonna*** : 04 95 45 25 65

Parking véhicule

Parking municipal payant non surveillé: Parking Tufelli

Place du marché.

Pour vos nuits supplémentaires à Porto-Vecchio

Hôtel Holzer ** : 04 95 70 05 93

Hôtel Le Goéland ** : 04 95 70 14 15

Hôtel Shegara *** : 04 95 70 40 31

Hôtel Alcyon *** : 04 95 70 50 50

Parking véhicule

Parking municipal payant non surveillé:

Parking St Catherine (horodateur 0.6 € de l'heure

Rue Maréchal Juin ;

Parking Rue St Vincent.

Pour vos nuits supplémentaires à Propriano

Hôtel Bellevue (HT) : 04 95 76 01 86

Hôtel Beach Hôtel ** : 04 95 76 17 74

Hôtel Claridge *** : 04 95 76 05 54

Grand hôtel Miramar ****luxe : 04 95 76 06 13

Parking véhicule

Itinéraires Tour Aventure

Association 1901 - Agrément tourisme ANCEF n° 038.95.0001 - 1 rue du général Fiorella - 20000 Ajaccio/Corse

Tél. : + 33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : + 33 (0)4 95 21 42 95 - E-mail : info@tour-aventure.com - Web site : www.tour-aventure.com

Parking municipaux non surveillés (non payant, mais changement possible été 2006)

Parking du Port ;

Parking de la Poste – Quartier de la Plaine.

Comment rejoindre la Corse :

Par bateau :

SNCM : départs de Marseille, Nice ou Toulon

Tel : 0891 701 801

Site web : www.sncm.fr

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

Par avion :

vols réguliers ou vols charters :

Air France : tél 0 820 820 820

site web : www.airfrance.fr

et Corsair (Nouvelles Frontières), Look charter, etc...

Les Transport publics en Corse :

Les lignes de bus :

Ligne de Bus Calvi, Ponte-leccia, Bastia :

Bus Les beaux voyages tel : 04 95 65 11 35. Départs du 01/09 au 30/06 du lundi au vendredi sauf les jours fériés et du 01/07 au 31/08 du lundi au samedi sauf jours fériés.

Durée du trajet Calvi Ponte-leccia 1h45 ; Calvi Bastia 2h15.

Ligne de Bus Ajaccio, Propriano, Porto - Vecchio :

Bus Eurocorse voyages tel : 04.95.21.06.30. Départs du 16/09 au 30/06 du lundi au samedi sauf dimanches et fêtes et du 1/07 au 15/09 tous les jours.

Durée du trajet Ajaccio Propriano 1h50 ; Ajaccio Porto - Vecchio 3h30.

Ligne de Bus Ajaccio, Vizzavona, Corté, Ponte-leccia, Bastia :

Bus Eurocorse Voyages tel : 04.95.21.06.30. Départs tous les jours sauf dimanches et jours fériés.

Durée du trajet Ajaccio Corté 1h45 ; Ajaccio Bastia 3 heures

La compagnie des Chemins de Fer de la Corse :

Ligne Bastia, Ponte Leccia, Corté, Vizzavona, Ajaccio

Ligne Bastia, Ponte Leccia, Ile Rousse, Calvi

Gare d'Ajaccio : 04 95 23 11 03

Gare de Bastia : 04 95 32 80 61

Gare de Calvi : 04 95 65 00 61

Itinéraires Tour Aventure

Association 1901 - Agrément tourisme ANCEF n° 038.95.0001 - 1 rue du général Fiorella - 20000 Ajaccio/Corse

Tél. : + 33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : + 33 (0)4 95 21 42 95 - E-mail : info@tour-aventure.com - Web site : www.tour-aventure.com

Gare de Corté : 04 95 46 00 97

A emporter dans vos bagages

Votre bagage

Dans la mesure du possible nous vous conseillons de prévoir un bagage suiveur avec cadenas, facilement transportable (roulettes) pour vos déplacements avant et après le séjour (gare, aéroport).

Pour les randonnées itinérantes en montagne de type GR20, lorsque le transport de bagages est prévu par animaux de bât prévoir un sac de voyage solide pouvant être accroché sur des mulets car les valises sont interdites. En cas de doute consultez-nous.

Pour des raisons de logistique nous vous demandons de limiter le poids du sac à 10kg 12kg avec un seul bagage suiveur par personne.

Le sac à dos

La taille du sac est très importante elle peut varier en fonction du type de séjour.

Pour une randonnée dite sans portage : 30L minimum

Pour une randonnée avec portage allégé ou partiel : 50L minimum

Pour une randonnée avec portage : 60L minimum

Le fond de sac

Quelque soit le séjour effectué vous devrez toujours emporter avec vous un vêtement de pluie, le pique-nique, une gourde d'eau ainsi qu'une petite trousse de secours et vos objets personnels, appareil photo, chapeaux, jumelles etc.

Les chaussures

Les chaussures dépendront du séjour sur lequel vous partirez, c'est l'un des éléments les plus importants. Elles doivent être avant tout confortables, imperméables et respirantes. Un bon maintien de la cheville est indispensable.

Pour les petites randonnées nous vous recommandons des chaussures de marche souples de type trekking avec une bonne semelle et un bon contrefort.

Pour les randonnées en montagne de plus de 4h, prévoir des chaussures à tiges hautes, avec une semelle assez rigide.

Si vous devez acheter une nouvelle paire, nous vous conseillons d'essayer vos chaussures avant de commencer votre séjour. Ne prenez pas une pointure trop petite car vos pieds auront tendance à gonfler.

Pour les séjours spécifiques comme le vélo ou les multi-activités prévoir des chaussures de sport à semelle crantée (type multisport) qui permettent de marcher et de faire du VTT dans de bonnes conditions.

Les vêtements

- Une veste coupe-vent imperméable
- Un gros pull ou une veste polaire
- Un pantalon confortable pour la marche
- Un short, des tee-shirts., ainsi que des sous-vêtements respirants
- Vêtements de rechange et linge personnel
- Un maillot de bain et une serviette
- Pour le début et fin de saison prévoir des gants fins et un bonnet pour les randonnées en altitude de type GR20

Pour le couchage

- Un sac de couchage de bonne qualité est essentiel pour tous les séjours impliquant des nuits en gîte, en refuge ou

sous tente.

Une fermeture éclair sur le coté est préférable pour faciliter la ventilation lors des nuits les plus chaudes. Un recouvrement de coton ou d'ouatine s'ajoute à la chaleur et au confort d'un sac et l'empêche de devenir excessivement sale.

Pour les nuits en bivouac nous vous fournissons le matériel nécessaire (tente, tapis de sol), si vous possédez un matelas gonflable de type thermarest nous vous conseillons de l'emmener.

- Des boules quies
- Un sac à viande (sac cousu)

Pour le pique-nique

- Une boîte hermétique en plastique (0,5L) pour transporter les salades éventuelles des pique-niques.
- Couverts (fourchette, couteau pliant)
- Gourde d'un litre minimum

Petit matériel

- Une paire de tennis style jogging, ou de sandalettes pour le soir
- Une paire de bâtons télescopiques
- Lunettes et crème solaire
- Chapeau, casquette ou bob
- Appareil photo...
- Une petite trousse de toilette, avec serviette
- Une lampe de poche ou frontale pour les séjours en refuge et gîte
- Du papier hygiénique pour les randonnées en refuge et sous tente
- Une mini-pharmacie : médicaments personnels, Compeed pour les ampoules, élastoplaste, gaze, désinfectant, arnica en granules et aspirine en cas de petits bobos... une couverture de survie

A votre service

Toute l'équipe de Tour Aventure est à votre disposition pour la bonne réalisation de votre voyage, alors n'hésitez pas à nous contacter : nous ferons tout pour que votre séjour soit une réussite.