

Corse : GR 20 Sud (avec sac)

De Bavella à Vizzavona

Randonnée Guidée

8 jours, 7 nuits

6 jours de marche

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 partage des eaux de l'île.

De Bavella à Vizzavona, le GR20 sud passe de crête en crête par des chemins ancestraux, avant de gagner le massif du Renoso et le col de Vizzavona.

Dans cette version vous ne portez que vos affaires personnelles pour la semaine, la nourriture et le matériel (tente, matelas) étant gérés par notre logistique.

Tour Aventure Trekking

Agence de voyages LI 02A.06 0002 - Garantie Financière de 137204€ : APS - Contrat RC : n°86 410 716 Gan Eurocourtage IARD

RCS AJACCIO 489 755 470 - Membres du SNAV - E-mail : info@tour-aventure.com - Web site : www.tour-aventure.com

Corse - Sardaigne : 1 rue du Général Fiorella 20 000 Ajaccio Siret : 489 755 470 00015 - Tél : +33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : + 33 (0)4 95 21 42 95

Autres destinations : 15 rue Charles de Gaulle 09100 Pamiers Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 68 37 64 - Fax : +33 (0)5 61 68 25 83

Programme

Jour 1 : De l'aéroport au centre ville

Samedi. Accueil à l'aéroport en fonction de l'heure d'arrivée puis, transfert à l'hôtel à Ajaccio. Visite libre de la ville. Pour les personnes ayant réservé le séjour sans le vol, rendez-vous directement à l'hôtel Ajaccio. A 18h rencontre sur le lieu de votre hébergement avec votre accompagnateur. Présentation du séjour, préparation des sacs et de la randonnée. Pour les personnes arrivant tardivement, l'accompagnateur fera le briefing le matin du J2. Nuit en hôtel à Ajaccio en chambre double ou triple. Repas du soir libre non inclus

Jour 2 : De Bavella à Asinao

Tôt le matin, transfert en bus au Col de Bavella (2h de trajet). Belle étape sur "la variante alpine" du GR20 passant au cœur des Aiguilles de Bavella et contournant une à une les tours de granite de l'Acellu, de l'Ariettu, di a Vacca et de Pargulu. Le chemin est escarpé, un passage sur dalles rocheuses est équipé d'une main courante. Distance : 6km, durée : 5h00, dénivelé plus : +750m, dénivelé moins : -550m.

Jour 3 : D'Asinao au plateau du Cuscionu

Montée au sommet de l'Alcudina (2134m). La vue y est très panoramique et donne un avant-goût des randonnées à venir. Traversée du plateau du Cuscionu qui rappellera à certains la verte Irlande, image surprenante au cœur d'une île en pleine Méditerranée. Distance : 12km, durée : 6h00, dénivelé plus : +750m, dénivelé moins : -1000m.

Jour 4 : Du plateau du Cuscionu à Usciolu

Vous traverserez de superbes pozzines en longeant une petite rivière. La jonction avec le GR20 se fait au col de l'Agnone après une montée sous la hêtraie. Vous quitterez le plateau du Cuscione pour récupérer une ligne de crête appelée : Crête des Statues. Cette traversée à plus de 1800m donne un aperçu des villages du haut Taravo et de la mer Tyrrhénienne avant d'arriver au refuge d'Usciolu perché à 1750m. Distance : 7km, durée : 4h30, dénivelé plus : +600m, dénivelé moins : -200m.

Jour 5 : D'Usciolu à Prati

L'une des plus belles étapes du GR20. En quittant le refuge d'Usciolu, vous continuez votre périple en ligne de faite entre la vallée du Taravo et celle du Fiumorbu. L'itinéraire passe au pied de Monte Fumicula à près de 2000m, avant de plonger vers le col de Laparo qui se situe à 1525m. Le spectacle est un enchantement permanent. On y voit la mer et les villages au milieu de sculptures granitiques assez impressionnantes. Distance : 10km, durée : 6h00, dénivelé plus : +900m, dénivelé moins : -800m.

Jour 6 : De Prati à Capanelle

Descente au col de Verde. Puis, jusqu'à Capanelle (1586m) par un parcours en courbe de niveau. A l'ombre des magnifiques pins Larici, le GR20 monte jusqu'au col de Flasca, traverse le ruisseau de Marmanu avant de rejoindre les bergeries de Traghjetta et Capanelle. Distance : 15km, durée : 7h00, dénivelé plus : +1000m, dénivelé moins : -1200m.

Jour 7 : De Capanelle à Vizzavona

Dernière étape de la partie Sud du GR20. Un chemin de ronde vous mènera sans difficulté jusqu'à Bocca Palmente (1640m). Découverte de plusieurs bergeries encore occupées pendant la période des estives. Agréable descente dans la forêt de Vizzavona (920m) étape du jour. Fin de la randonnée. Repas du soir et nuit à Vizzavona.

Tour Aventure Trekking

Agence de voyages LI 02A.06 0002 - Garantie Financière de 137204€ : APS - Contrat RC : n°86 410 716 Gan Eurocourtage IARD

RCS AJACCIO 489 755 470 - Membres du SNAV - E-mail : info@tour-aventure.com - Web site : www.tour-aventure.com

Corse - Sardaigne : 1 rue du Général Fiorella 20 000 Ajaccio Siret : 489 755 470 00015 - Tél : +33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : +33 (0)4 95 21 42 95

Autres destinations : 15 rue Charles de Gaulle 09100 Pamiers Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 68 37 64 - Fax : +33 (0)5 61 68 25 83

Distance : 15km, durée : 6h00, dénivelé plus : +600m, dénivelé moins : -1250m.

Jour 8 : De Vizzavona à Ajaccio

Samedi. Dans la matinée, transfert à l'aéroport d'Ajaccio (1h30 de trajet).

Les temps de marche mentionnés sont donnés à titre indicatif, ce sont des horaires moyens qui ne prennent en compte que la durée de la marche effective sans comptabiliser les temps de pause. En fonction des conditions climatiques le rythme de marche peut également varier allant de + 400m de +500m de montée à l'heure.

Les programmes sont donnés à titre indicatif. Ils 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. Ils peuvent être modifiés en fonction des conditions climatiques du moment (entre autres les risques d'orages), des critères techniques ou de la condition physique des participants Sur place et en dernier ressort nos accompagnateurs restent seuls juges du programme, ils peuvent être amenés à modifier l'itinéraire en fonction de la météo ou si la sécurité du groupe le nécessite

Tour Aventure Trekking

Agence de voyages LI 02A.06 0002 - Garantie Financière de 137204€ : APS - Contrat RC : n°86 410 716 Gan Eurocourtage IARD

RCS AJACCIO 489 755 470 - Membres du SNAV - E-mail : info@tour-aventure.com - Web site : www.tour-aventure.com

Corse - Sardaigne : 1 rue du Général Fiorella 20 000 Ajaccio Siret : 489 755 470 00015 - Tél : +33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : + 33 (0)4 95 21 42 95

Autres destinations : 15 rue Charles de Gaulle 09100 Pamiers Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 68 37 64 - Fax : +33 (0)5 61 68 25 83

Quelques précisions

Niveau

Pour marcheur en bonne condition physique, ayant déjà une expérience de la randonnée en haute montagne. Terrain très caillouteux avec de nombreuses montées assez raides. Passages hors sentiers et en crête fréquents. La principale difficulté étant la longueur des étapes et la nature du terrain.

Prix

- Du 01/01/2008 au 31/12/2008 : Prix / personne 590 €

Le prix comprend :

Les transferts, la pension complète (sauf les J1 ou J8), l'encadrement.

Le prix ne comprend pas :

Les boissons, les pique-niques des J1 et J8, le repas du soir du J1, les visites de sites, les transferts non prévus dans le programme, le portage des bagages.

Encadrement

Accompagnateur en Montagne diplômé d'Etat.

Portage

Vous devrez porter vos affaires personnelles du séjour ainsi que votre sac de couchage. Privilégiez un équipement léger et adapté, évitez le superflu. Au départ du séjour votre accompagnateur vous conseillera pour la préparation de votre sac à dos. Vous pourrez déposer au départ une partie de affaires inutiles à votre randonnée que vous retrouverez en de séjour à Vizzavona. Prévoir un sac à dos de 60 litres minimum.

Le fond de sac

Vous devrez toujours emporter avec vous un vêtement chaud, une veste contre la pluie, des gants, un bonnet, le pique-nique du jour, une gourde d'eau ainsi qu'une petite trousse de secours et vos objets personnels, appareil photo, chapeaux, jumelles etc. etc.

Hébergement/nourriture

Sur l'ensemble du parcours conditions d'hébergement assez sommaires.

En fonction des disponibilités les nuits seront prévues sous tente, en refuges, en gîtes et bergeries.

Pour les nuits en gîtes et refuges, dortoir collectifs avec sanitaires en commun. Douches chaudes non garanties.

Pour nuits en bergeries et sous tente à 2 places ou grand Marabout, soit douche aménagée rustiquement, soit la rivière, pas de wc. Il est possible que vous ayez à monter et à démonter votre tente. Sac de couchage indispensable !

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, (prévoir une boîte en plastique taille 0.8L pour le transport de vos salades).

Boissons non comprises

Durant la marche vivres de course adaptées à l'effort (fruits secs, barres de céréales, ...)

Tour Aventure Trekking

Agence de voyages LI 02A.06 0002 - Garantie Financière de 137204€ : APS - Contrat RC : n°86 410 716 Gan Eurocourtage IARD

RCS AJACCIO 489 755 470 - Membres du SNAV - E-mail : info@tour-aventure.com - Web site : www.tour-aventure.com

Corse - Sardaigne : 1 rue du Général Fiorella 20 000 Ajaccio Siret : 489 755 470 00015 - Tél : +33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : + 33 (0)4 95 21 42 95

Autres destinations : 15 rue Charles de Gaulle 09100 Pamiers Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 68 37 64 - Fax : +33 (0)5 61 68 25 83

Début/fin

Début : A l'aéroport d'Ajaccio ou à 18h à votre hôtel à Ajaccio.

Fin : Dans la matinée à Ajaccio.

Organisation

Nous nous chargeons des réservations de vos différents hébergements sur le circuit, de vos transferts depuis le point de rendez-vous jusqu'au point de dispersion, comme indiqués dans le programme, ainsi que de l'encadrement de la randonnée par un accompagnateur diplômé.

Dates

24/05 au 31/05 - 590 €

07/06 au 14/06 - 590 €

21/06 au 28/06 - 590 €

05/07 au 12/07 - 590 €

19/07 au 26/08 - 590 €

02/08 au 09/08 - 590 €

16/08 au 23/08 - 590 €

30/08 au 06/09 - 590 €

Nombre de participants

A partir de 6 jusqu'à 14 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 ; www.ledauphinhotel.com/

Hôtel Le Kallisté **: 04 95 51 34 45 ; www.hotel-kalliste-ajaccio.com/

Hôtel Fesch ***: 04 95 51 62 62 ; www.hotel-fesch.com

Hôtel Les Mouettes**** : 04 95 50 40 40 ; www.hotellesmouettes.fr

Les navettes aéroport – gare routière

Pour les horaires se renseigner au comptoir accueil de l'aéroport ou de la gare routière

Tour Aventure Trekking

Agence de voyages LI 02A.06 0002 - Garantie Financière de 137204€ : APS - Contrat RC : n°86 410 716 Gan Eurocourtage IARD

RC AJACCIO 489 755 470 - Membres du SNAV - E-mail : info@tour-aventure.com - Web site : www.tour-aventure.com

Corse - Sardaigne : 1 rue du Général Fiorella 20 000 Ajaccio Siret : 489 755 470 00015 - Tél : +33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : + 33 (0)4 95 21 42 95

Autres destinations : 15 rue Charles de Gaulle 09100 Pamiers Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 68 37 64 - Fax : +33 (0)5 61 68 25 83

ou à la TCA (tel : 04 95 23 29 41)

Circulent tous les jours sauf le 1er mai

Tarif approximatif : 5 euro

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 ; www.sudhotel-bastia.com

Hôtel le Forum ** : 04 95 31 02 53

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

Hôtel Ostella*** : 04 95 30 97 70 ; www.hotel-ostella.com

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 ; www.resa.hotel-calvi.com

Hôtel le Grand Hôtel *** : 04 95 65 09 74 ; www.grand-hotel-calvi.com

Hôtel La Villa ****luxe : 04 95 65 10 10 ; www.hotel-lavilla.com

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 ; www.hoteldunord-corte.com

Hôtel Les Jardins de la Glacière** : 04 95 45 27 00 ; www.lesjardinsdelaglaciere.com

Hôtel Dominique Colonna*** : 04 95 45 25 65 ; www.dominique-colonna.com

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 ; <http://www.corse-eternelle.com>

Hôtel Le Goéland ** : 04 95 70 14 15 ; www.hotel-le-goeland.com

Hôtel Shegara *** : 04 95 70 40 31 ; www.shegara.com

Hôtel Alcyon *** : 04 95 70 50 50 ; www.hotel-alcyon.com

Parking véhicule

Tour Aventure Trekking

Agence de voyages LI 02A.06 0002 - Garantie Financière de 137204€ : APS - Contrat RC : n°86 410 716 Gan Eurocourtage IARD

RCS AJACCIO 489 755 470 - Membres du SNAV - E-mail : info@tour-aventure.com - Web site : www.tour-aventure.com

Corse - Sardaigne : 1 rue du Général Fiorella 20 000 Ajaccio Siret : 489 755 470 00015 - Tél : +33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : + 33 (0)4 95 21 42 95

Autres destinations : 15 rue Charles de Gaulle 09100 Pamiers Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 68 37 64 - Fax : +33 (0)5 61 68 25 83

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 ; www.hotels-propriano.com
Hôtel Beach Hôtel ** : 04 95 76 17 74 ;
Hôtel Claridge *** : 04 95 76 05 54 ; www.hotels-propriano.com
Grand hôtel Miramar ****luxe : 04 95 76 06 13

Parking véhicule

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 Transports publics en Corse :

Toutes les informations sur le site :
<http://www.corsicabus.org/index.html>

Les lignes de bus :

Pour information, les horaires sont susceptibles de modification.

Ligne de Bus Calvi, Ponte-leccia, Bastia :

Bus Les beaux voyages tel : 04 95 65 11 35. Départs à 06h45 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 Ponteleccia 1h45 ; Calvi Bastia 2h15.

Ligne de Bus Ajaccio, Propriano, Porto - Vecchio :

Tour Aventure Trekking

Agence de voyages LI 02A.06 0002 - Garantie Financière de 137204€ : APS - Contrat RC : n°86 410 716 Gan Eurocourtage IARD

RCS AJACCIO 489 755 470 - Membres du SNAV - E-mail : info@tour-aventure.com - Web site : www.tour-aventure.com

Corse - Sardaigne : 1 rue du Général Fiorella 20 000 Ajaccio Siret : 489 755 470 00015 - Tél : +33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : +33 (0)4 95 21 42 95

Autres destinations : 15 rue Charles de Gaulle 09100 Pamiers Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 68 37 64 - Fax : +33 (0)5 61 68 25 83

Bus Eurocorse voyages tel : 04.95.21.06.30. Départs à 08h30 ou à 16h00 du 16/09 au 30/09 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 à 07h45 et 15h00 tous les jours sauf dimanches et jours fériés.(horaires à vérifier)

Ligne de Bus Bastia, Porto-Vecchio :

Bus Les Rapides Bleus tel: 04 95310379. Départs à 08h30 ou à 16h00 du lundi au samedi sauf dimanche et fêtes et du 04/07 au 15/09.

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

Gare de Corté : 04 95 46 00 97

A emporter dans vos bagages

Bagages :

Pour vos déplacements avant et après le séjour (gare, aéroport), dans la mesure du possible nous vous conseillons de prévoir un bagage avec cadenas, facilement transportable (roulettes). Vous pourrez déposer au départ une partie de affaires inutiles à votre randonnée que vous retrouverez en fin de séjour à Vizzavona.

Pour la randonnée un sac à dos de 60 litres minimum pouvant contenir vos affaires personnelles nécessaires pour la semaine ainsi que votre sac de couchages. Evitez le superflu !

Chaussures :

Les pieds sont une partie du corps à ne pas négliger lorsque l'on part en randonnée.

- Une paire de chaussures suffisamment montantes pour tenir correctement la cheville, avec une semelle pas trop rigide offrant une bonne adhérence de type « vibram » et de préférence imperméables et respirantes (revêtement de type « Gore-Tex »).

Une paire de chaussures légères ou sandales pour reposer les pieds en fin d'étape.

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

Vêtements :

Les vêtements légers et techniques sont à privilégier car ils sont le meilleur moyen pour réguler la température du corps et d'optimiser le poids de votre sac à dos. Il faut également prévoir des vêtements chauds au séchage rapide.

De manière générale.

- Une veste imperméable respirante de type « Gore-Tex » pour se protéger du vent ou de la pluie ;
- Une fourrure polaire
- Des T-shirt respirant en fibres techniques de type « Polartec » (plus souples et sèchent vite);
- Un pantalon de trek, confortable pour la marche ;
- Des shorts

Tour Aventure Trekking

Agence de voyages LI 02A.06 0002 - Garantie Financière de 137204€ : APS - Contrat RC : n°86 410 716 Gan Eurocourtage IARD

RCS AJACCIO 489 755 470 - Membres du SNAV - E-mail : info@tour-aventure.com - Web site : www.tour-aventure.com

Corse - Sardaigne : 1 rue du Général Fiorella 20 000 Ajaccio Siret : 489 755 470 00015 - Tél : +33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : + 33 (0)4 95 21 42 95

Autres destinations : 15 rue Charles de Gaulle 09100 Pamiers Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 68 37 64 - Fax : +33 (0)5 61 68 25 83

- Un maillot de bain (rivière, piscine, hammam...);
- Des chaussettes respirantes pour la marche;
- Vêtements de rechange sous-vêtements de type carlines (sous vêtements techniques), et linge personnel ;
- Un chapeau ou une casquette;
- Un bonnet ;
- Une paire de gants chauds;

Matériel :

- Un sac de couchage très chaud en toutes saisons, utilisation -5° à -10° ;
- Des bâtons de marche télescopique (facultatif) ;
- Une paire de lunettes de soleil à forte protection ;
- De la crème solaire à fort indice de protection (lèvres et peau) ;
- Une gourde d'1 litre et demi minimum
- Très important et obligatoire une boîte hermétique en plastique (0,5L) pour transporter les salades éventuelles des pique-niques.
- Couverts : fourchette et un petit couteau de poche multi-usages (à mettre dans les bagages en soute) ;
- Un nécessaire de toilette réduit et une petite serviette peu encombrante ;
- Une paire de lacets de rechange ;
- Du papier hygiénique + un briquet pour le faire disparaître ;
- Une lampe frontale avec pile neuve et ampoules de rechange ;
- 2 grands sacs poubelles pour abriter vos affaires de la pluie ;
- Des lingettes pour la toilette ;
- Si vous emmenez un appareil photo, prévoyez impérativement une housse ou un sac plastique pour le protéger
- Si vous avez un sommeil léger prévoir des Boules Quiès pour les nuits en refuge, car sur le GR20 la récupération durant la nuit est un élément primordial.

Pharmacie personnelle :

- Un antidiarrhéique ;
- Un désinfectant externe (alcool à 90°) ;
- Une crème anti-inflammatoire ;
- Des pansements de type « Compeed » ;
- Une bande de type « Elastoplast » ;
- Du paracétamol ;
- Une épingle à nourrice ;

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.

Tour Aventure Trekking

Agence de voyages LI 02A.06 0002 - Garantie Financière de 137204€ : APS - Contrat RC : n°86 410 716 Gan Eurocourtage IARD

RCS AJACCIO 489 755 470 - Membres du SNAV - E-mail : info@tour-aventure.com - Web site : www.tour-aventure.com

Corse - Sardaigne : 1 rue du Général Fiorella 20 000 Ajaccio Siret : 489 755 470 00015 - Tél : +33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : + 33 (0)4 95 21 42 95

Autres destinations : 15 rue Charles de Gaulle 09100 Pamiers Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 68 37 64 - Fax : +33 (0)5 61 68 25 83