



Corse : GR20 nord en liberté

Chaque randonneur a déjà entendu parlé du GR20 : la réputation de cet itinéraire a, de loin, dépassé nos frontières, le désignant comme le plus difficile challenge, idéal défi à relever.

C'est en suivant les balisages rouge et blanc que la magie s'opère et que la montagne Corse livre ses joyaux. Des hauteurs hostiles et sauvages aux plateaux débonnaires peuplés par les bergers et leurs troupeaux, le GR20 guide les pas du marcheur de contemplations en rencontres.

Contraste harmonieux de cimes élancées et de collines arrondies, mélange intense de couleurs et de parfums, la variété infinie des paysages dessine un voyage d'une beauté sans pareil, teinté de rencontres singulières.

Derniers habitants d'une montagne vouée depuis la nuit des temps au pastoralisme, les bergers perpétuent les traditions ancestrales entrouvrant alors au randonneur une porte sur l'histoire de Corse.

De Vizzavona à Bonifatu, la partie nord de ce sentier désormais mythique franchit les cols les plus élevés, longe de nombreux lacs glaciaires, court au pied des montagnes dressées en d'infranchissables barrières, qu'il a fallu équiper de chaînes et d'échelles pour en permettre le passage. Quelques rares portions de chemin recouvertes d'herbe moelleuse ménagent le marcheur. Le GR20 a au nord plus qu'ailleurs conquis sa réputation.

Attention Le GR 20 est un itinéraire très sportif, la version liberté est réservée aux marcheurs confirmés ayant de l'expérience en montagne.

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 : Route du Vazzino, face au stade François Coty 20 090 Ajaccio Siret : 489 755 470 00015 - Tél : +33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : + 33 (0)4 95 21 42 95

Autres destinations : 2, rue du Barri - 09400 TARASCON SUR ARIEGE Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 05 16 31 - Fax : +33 (0)5 61 05 16 80



Programme

J1 - Début de séjour

Début de séjour, installation dans votre hébergement. En fonction de l'heure d'arrivée possibilité d'une randonnée dans la forêt.

La Cascade des Anglais

Vizzavona a été un lieu de villégiature très apprécié des anglais, randonnée sur le GR20 jusqu'aux cascades qui portent leur nom, puis le long de l'Agnone au cœur de ce cirque dominé par le monte d'Oro et la Punta Muratellu. Possibilité de baignade.

Distance : 10km, durée : 5h00, dénivelé plus : +570m, dénivelé moins : - 570m.

J2 - De Vizzavona à Petra Piana

Après un court transfert de Vizzavona au hameau de Canaglia, vous remonterez toute la vallée du Manganellu. D'abord ombragé sur une piste, l'itinéraire emprunte ensuite un sentier au niveau des bergeries de Tolla. En logeant le torrent, vous serez tentés de profiter des vasques creusées par le courant pour un bain revigorant. Puis la pente s'accroît et devient assez raide avant de déboucher sur le petit plateau où est situé le refuge de Petra Piana. A certaines dates, il est possible que le bivouac doit être prévu peu avant le refuge, près de bergeries.

Distance : 11km, durée : 5h30, dénivelé plus : +1200m, dénivelé moins : -100m.

J3 - De Petra Piana au Camputile

Cette étape est peut-être la plus alpine du GR 20. En effet, vous y franchirez les deux points culminants de ce trek : Bocca Muzzela et la Brèche de Capitello (tous deux se situant à plus de 2200m). Seules les rides à la surface des lacs donnent un peu de mouvement dans cet univers où le minéral est omniprésent. La neige persiste longtemps en ces lieux et vous apprécierez d'autant plus l'arrivée sur le vert plateau Camputile. En début de saison si présence de neige aux brèches de Capitello, il est possible que cette étape soit modifiée pour des raisons de sécurité.

Distance : 10,5km, durée : 6h00, dénivelé plus : +700m, dénivelé moins : -1000m.

J4 - De Vaccaghja au col de Vergio

En quittant les bergeries de Vaccaghja, l'itinéraire vous conduit vers l'un des sites assez exceptionnels de la montagne corse : le lac de Ninu. En marchant le long du lac où paissent de nombreux chevaux, on ressent un sentiment profond de liberté. Au niveau de Bocca a Reta, les points de vue sur le massif du Cintu et la vallée du Niolu sont de toute beauté. A partir du col Saint Pierre (1450m), le GR20 récupère l'ancien chemin de ronde dans la forêt de Valdu Niellu jusqu'au Castellu di Verghju. Vous êtes sur le territoire du Niolu, ancienne vallée de bergers où se trouvent les plus hauts villages de Corse.

Distance : 12km, durée : 5h00, dénivelé plus : +600m, dénivelé moins : -800m.

J5 - Du Col de Vergio à Vallone

Une très belle journée de marche au cours de laquelle vous accéderez au refuge le plus haut de Corse : Ciottulu i Mori (2000m). En quittant le col de Verghju, dans le Niolu, le GR20 passe à proximité des bergeries de Radule avant de s'engager dans le vallon de Tula. Le sentier longe de superbes vasques. La Paglia Orba et le Capu Tafunatu deux montagnes mythiques de l'île surplombent ce vallon. Vous passerez au pied de ces montagnes avant d'amorcer une descente assez technique pour rejoindre la vallée du Mélarie.

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 : Route du Vazzino, face au stade François Coty 20 090 Ajaccio Siret : 489 755 470 00015 - Tél : +33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : + 33 (0)4 95 21 42 95

Autres destinations : 2, rue du Barri - 09400 TARASCON SUR ARIEGE Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 05 16 31 - Fax : +33 (0)5 61 05 16 80



Distance : 11km, durée : 5h30, dénivelé plus : +650m, dénivelé moins : -650m.

J6 - De Vallone à Haut Asco

Ambiance très alpine et spectaculaire avec la traversée du cirque de la Solitude, tronçon légendaire du GR20. Au départ de Vallone, en plein coeur du massif du Monte Cintu, une longue montée sur terrain difficile vous attend. Il faudra rejoindre Bocca Minuta à plus de 2200m avant de basculer dans le cirque. C'est là que commence la partie la plus technique. Pierriers instables, passages de dalles, passages équipés de chaînes. La sortie du cirque se fait à Bocca Tumaginesca (2183m) avant de descendre sur Ascu-Stagnu à 1422m. Il s'agit d'une belle descente vers le haut Asco au pied de sommets tel le Pic Von Cube, Punta Missoghju, Punta Stranciaccone, A Muvrella.

Distance : 7,5km, durée : 6h30, dénivelé plus : +800m, dénivelé moins : -1000m.

J7 - De Haut Ascu à Bonifatu

A partir D'Ascu-Stagnu il vous faudra monter dès le matin pour rejoindre Bocca Di Stagnu (2010m) au pied de la Muvrella (2150m). La proximité de la mer annonce la fin du GR20. Au niveau du petit lac de la Muvrella la vue sur la baie de Calvi est superbe. Sans doute un des plus beaux passages du GR20. Peu avant le refuge de Carozzu, la traversée de la passerelle de la Spasimata sera l'occasion d'éprouver quelques frissons. Cette descente sur Bonifatu qui surplombe le ruisseau de Spasimata est très spectaculaire et assez éprouvante.

Distance : 9km, durée : 6h00, dénivelé plus : +600m, dénivelé moins : -1400m.

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.

Recommandations spécifiques au GR20 en liberté

Attention le GR20 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 voir en danger. Ne surestimez pas vos capacités, renseignez-vous et préparez correctement votre voyage !!

Faire le GR20 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 encore un certain nombre de personnes se surestimant s'engage sur le GR20 et abandonne au bout de quelques jours.

Afin de vous éviter la perte des frais engagés pour votre trek (voir nos conditions de vente) 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 sur une de nos formules version guidée.

De plus, il est bon de savoir que les refuges en Corse sont assez anciens, de faible capacité avec un niveau de confort assez 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 sur fréquentation avec un confort d'hébergement parfois très rustique.

Responsabilité

Selon nos conditions de vente Corsica Aventure ne pourrait être tenu responsable des accidents et incidents du fait des randonneurs dus à une mauvaise interprétation du topo-guide, une erreur de lecture de carte, le non respect de l'itinéraire, des recommandations ou des règles de sécurité...)

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 : Route du Vazzino, face au stade François Coty 20 090 Ajaccio Siret : 489 755 470 00015 - Tél : +33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : + 33 (0)4 95 21 42 95

Autres destinations : 2, rue du Barri - 09400 TARASCON SUR ARIEGE Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 05 16 31 - Fax : +33 (0)5 61 05 16 80



Quelques précisions

Niveau

Randonnée sur terrains caillouteux. Nombreuses montées assez raides, des passages en crêtes, hors sentiers et sur rochers. Cols enneigés en début de saison. La principale difficulté étant la longueur de certaines étapes et la nature du terrain. Une étape avec des passages équipés de main courante le J6. Lecture des cartes, sens de l'orientation et notions de météorologie en montagne indispensables.

En vous inscrivant sur le GR20 en liberté, vous reconnaissez être capable de marcher de 7 à 10 heures par jours avec de forts dénivelés.

Prix

- Du 06/06/2010 au 24/09/2010 : Prix/pers version avec sac base 4 personnes 395 €, Prix/pers avec assistance bagage base 4 personnes 510 €

Suppléments/réductions :

- Supplément 2 nuits en hôtel en chambre double à Vergio et à Asco : 40 €/pers

Le prix comprend :

L'hébergement en pension complète, les transferts locaux, 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.

Encadrement

Randonnée en liberté sans encadrement.

Portage

Nous vous proposons 2 versions

Avec sac : vous portez vos affaires personnelles de la semaine. (entre 8kg et 10kg).

Avec portage réduit : un véhicule d'assistance achemine votre bagage suiveur, que vous retrouverez les J1, J4, J6.

Pour les nuits des J2, J3, J5 vous devrez porter votre sac de couchage ainsi qu'une partie de vos affaires personnelles pour la nuit.

Hébergement/nourriture

Hébergement

Dortoirs en gîte/refuge J1, J4, J6. Douches chaudes non garanties pour les nuits en refuge..

Pour les bivouacs à proximité des bergeries ou des refuges J2, J3, J5, confort sommaire avec soit douche aménagée, soit une rivière. Tentes à 2 places ou grand marabout équipées de tapis de sol. Il est possible que vous ayez à monter votre tente. Si vous possédez un matelas auto-gonflant n'hésitez pas à l'amener. 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. (prévoir une boîte en plastique taille 0.8L pour le transport de vos salades)
- Boissons non comprises

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 : Route du Vazzino, face au stade François Coty 20 090 Ajaccio Siret : 489 755 470 00015 - Tél : +33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : + 33 (0)4 95 21 42 95

Autres destinations : 2, rue du Barri - 09400 TARASCON SUR ARIEGE Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 05 16 31 - Fax : +33 (0)5 61 05 16 80



- Vivres de course non comprises. Nous vous conseillons de prévoir quelques vivres de course adaptées à l'effort (fruits secs, barres de céréales)

Début/fin

Début : A votre gîte à Vizzavona. Vizzavona est facilement accessible par train ou par bus depuis Ajaccio, Calvi ou Bastia, compter dans les 8€.

Fin : Vers 17h30 à Calvi après votre transfert depuis Bonifatu à la fin de la randonnée.

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.

Dates

Version avec sac (vous portez vos affaires personnelles) : départ tous les jours de début juin à mi-septembre.

Version avec portage réduit (un véhicule d'assistance achemine votre bagage suiveur, que vous retrouverez les J1, J4, J6) : départ tous les samedis de début juin à mi-septembre.

Nombre de participants

A partir de 2 personnes

Accès

Gare maritime ou aéroport d'Ajaccio. Si vous arrivez par Bastia ou Calvi, prévoir une arrivée matinale afin de pouvoir prendre un bus ou un train pour Vizzavona.

[Consulter nos différents moyens d'accès aux séjours.](#)

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

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 : Route du Vazzino, face au stade François Coty 20 090 Ajaccio Siret : 489 755 470 00015 - Tél : +33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : + 33 (0)4 95 21 42 95

Autres destinations : 2, rue du Barri - 09400 TARASCON SUR ARIEGE Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 05 16 31 - Fax : +33 (0)5 61 05 16 80



Hôtel Le Kallisté **: 04 95 51 34 45

Hôtel Fesch ***: 04 95 51 62 62

Hôtel Les Mouettes**** : 04 95 50 40 40

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 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

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 ****|uxe : 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

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 : Route du Vazzino, face au stade François Coty 20 090 Ajaccio Siret : 489 755 470 00015 - Tél : +33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : + 33 (0)4 95 21 42 95

Autres destinations : 2, rue du Barri - 09400 TARASCON SUR ARIEGE Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 05 16 31 - Fax : +33 (0)5 61 05 16 80



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

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 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 : Route du Vazzino, face au stade François Coty 20 090 Ajaccio Siret : 489 755 470 00015 - Tél : +33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : + 33 (0)4 95 21 42 95

Autres destinations : 2, rue du Barri - 09400 TARASCON SUR ARIEGE Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 05 16 31 - Fax : +33 (0)5 61 05 16 80



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 jour 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

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

Quel que 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

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 : Route du Vazzino, face au stade François Coty 20 090 Ajaccio Siret : 489 755 470 00015 - Tél : +33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : + 33 (0)4 95 21 42 95

Autres destinations : 2, rue du Barri - 09400 TARASCON SUR ARIEGE Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 05 16 31 - Fax : +33 (0)5 61 05 16 80



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.

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 : Route du Vazzino, face au stade François Coty 20 090 Ajaccio Siret : 489 755 470 00015 - Tél : +33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : + 33 (0)4 95 21 42 95

Autres destinations : 2, rue du Barri - 09400 TARASCON SUR ARIEGE Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 05 16 31 - Fax : +33 (0)5 61 05 16 80