

Le GR20 intégral guidé

14 jours / 13 nuits

La réputation du GR20 n'est plus à faire, elle a même et de loin dépassée nos frontières nationales. Nombreux sont ceux qui viennent s'y frotter, à la recherche d'un exploit, d'un effort physique intense, de paysages aussi variés que grandioses, à la conquête d'eux-mêmes peut-être.

VOTRE PROGRAMME

Jour 1 - Ajaccio - Bavella

Accueil du groupe en début de matinée à Ajaccio, transfert jusqu'au col de Bavella. Randonnée en boucle dans le sanctuaire de la montagne Corse, nous découvrons le refuge de Paliri, le plateau du Velaco...des vues imprenables en ciel et mer
Nuit en gîte à Bavella.

Environ 8.5Km

Environ 5h30 de marche

+600m ; -600m

Accès au sac suiveur

Jour 2 - Bavella - Bergeries de Croce

Départ matinal, par la variante Alpine, nous découvrons les somptueuses aiguilles de Bavella, un spectacle dantesque nous attend. Nous rejoignons la vallée de l'Asinao pour atteindre l'Incudine le plus haut sommet de l'extrême sud. A 2134 mètres, la vision sur la mer Tyrrhénienne et le sud de la Corse est exceptionnelle. Nous traversons ensuite le majestueux plateau du Cuscionu.

Dîner et nuit aux bergeries de Croce.

14.5Km

Environ 7h30 de marche

+1394m ; -1077m

Accès au sac suiveur

Jour 3 - Bergeries de Croce - Refuge D'Usciolu

Nous rejoignons l'arrête des statues. Nous cheminons sur le fil de l'arête, entre les blocs de granit torturés par le vent, avec pour toile de fond la mer Tyrrhénienne.

Dîner et nuit au refuge d'Usciolu.

Environ 13.5Km

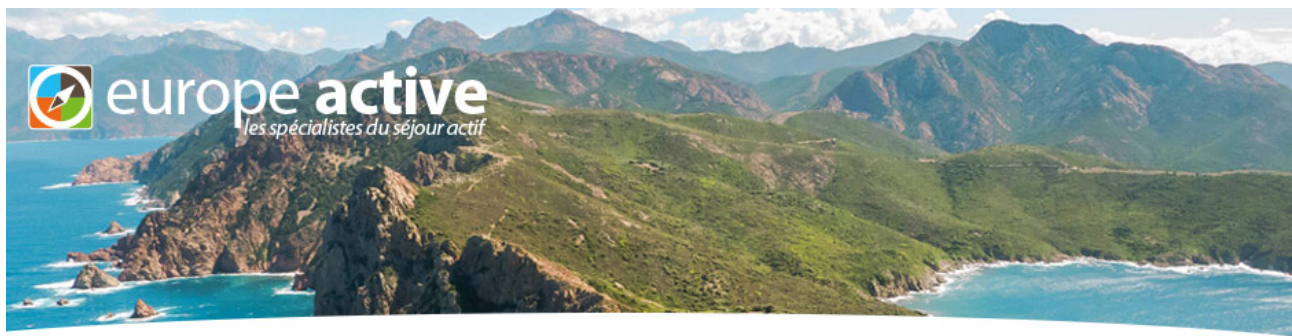
Environ 4h30 de marche

+ 637m ; -424m

Pas d'accès au sac suiveur

Jour 4 - Refuge d'Usciolu - Gîte de Verde

Nous continuons notre progression vers le nord par un parcours aérien sur les crêtes, sur la ligne de partage des eaux entre la



vallée du Taravu et la plaine orientale. Sur l'itinéraire nous gravissons la Punta Cappella à 2041 m d'altitude.

Dîner et nuit au gîte de Verde.

Environ 15km

Environ 7h30 de marche

+790m ; -1210m

Accès au sac suiveur

Jour 5 - Gîte de Verde - Gîte de Capanelle

Sur un ancien chemin de ronde, nous atteignons le massif du Renosu. Découverte de bergeries de Traghjette toujours en activité et rencontre avec un berger autochtone. Arrivée à la station de ski de Ghisoni.

Dîner et nuit au gîte de Capanelle.

Environ 17km

Environ 6h30 de marche

+ 1005m ; -689m

Accès au sac suiveur

Jour 6 - Ascension du Monte Renosu

Ascension du Monte Renoso, le plus haut sommet de la Corse sud qui culmine à 2352 m. Retour par le lac de Bastani.

Dîner et nuit au gîte U Fugone à Capanelle.

Environ 6km

Environ 5h de marche

+760m ; -760m

Accès au sac suiveur

Jour 7 - Gîte de Capanelle - Gîte de Vizzavona

Dernière étape de la partie sud du GR20. Nous suivons un ancien chemin muletier qui nous amène au col de Palmente (1640 m). La côte orientale se dessine à nos pieds offrant un vaste panorama sur les étangs de Diana et d'Urbinu. Descente dans la hêtraie de Vizzavona.

Dîner et nuit au gîte de Vizzavona.

Environ 14Km

Environ 5h de marche

+ 554m ; -997m

Accès au sac suiveur

Jour 8 - Canaglia - Refuge de Petra Piana

Court transfert jusqu'au hameau de Canaglia. Montée au coeur de la vallée du Manganelu jusqu'au refuge de Petra Piana (1840 m). Portage allégé des affaires personnelles pour la nuit (sac de couchage, vêtements de rechange, nécessaire de toilette).

Dîner et nuit sous tente ou au refuge.

Environ 10.2Km

Environ 5h30 de marche

+ 1200m ; -705m



Pas d'accès au sac suiveur

Jour 9 - Refuge de Petra Piana - Bergeries de Vaccaghja

Par le col de la haute route, découverte des lacs de la Restonica, clin d'oeil au Monte Ritondu, ascension de la brèche de Capitello puis descente vers le refuge de Manganu. Portage allégé des affaires personnelles pour la nuit.

Dîner et nuit sous tente à Vaccaghja.

Environ 10.4Km

Environ 7h30 de marche

+ 685m ; -945m

Pas d'accès au sac suiveur

Jour 10 - Bergeries de Vaccaghja - Gîte de Verghio

Découverte, au milieu de pelouses hydrophiles, du célèbre lac de Ninu. Nous parcourons, à pas feutrés, un labyrinthe d'îlots verts cerclés de bleu au coeur de l'immense pelouse naturelle. Nous entamons notre descente et découvrons au loin, le golfe de Sagone.

Du col de 'Saint Antoine', nous cheminons au coeur d'une forêt de conifères avant d'atteindre Vergio.

Portage des affaires personnelles de la nuit précédente.

Dîner et nuit en gîte.

Environ 15.2Km

Environ 5h30 de marche

+521m ; -709m

Accès au sac suiveur

Jour 11 - Gîte de Verghio - Refuge de Tighettu

Montée jusqu'au refuge de "Ciuttolu di i Mori" (1990 m). Par le col de «Foggiale» descente sur des dalles rocheuses jusqu'aux bergeries de Vallone.

Portage allégé des affaires personnelles pour la nuit au refuge de Tighettu (ou Bergeries de Ballone en fonction de la fréquentation et des disponibilités).

Environ 14.7Km

Environ 7h30 de marche

Pas d'accès au sac suiveur

Jour 12 - Refuge de Tighettu - Gîte d'Ascu

Départ du (ou passage par le) refuge de Tighettu, puis ascension de la Variante du Cirque de la Solitude, Bocca Crucetta puis la Pointe des éboulis (2607 mètres). Option du toit de la Corse, le Monte Cintu.

Cette variante reste une étape très difficile et réalisable seulement avec de très bonnes conditions météo mais aussi en fonction du niveau des participants.

Une navette est présente pour contourner l'étape

Dîner et nuit au gîte d'Ascu

Environ 8.2Km



Environ 9h de marche
+ 970m ; -1250m
Accès au sac suiveur

Jour 13 - Asco - Bonifatu

Nouvelle ascension difficile vers le col de Bocca Stagnu, puis direction la balagne. Passade de la Muvrella et de son lac éponyme avant d'entamer une longue descente vers la forêt de Bonifatu en passant par la passerelle de Spasimata.

Dîner et nuit au gîte de Bonifatu
Environ 9.5Km
Environ 7h de marche
+ 730m ; -1610m
Pas d'accès au sac suiveur

Jour 14 - Gîte de Bonifatu - Calenzana - Fin de séjour

Dernière étape de notre GR 20 et pas des moindres. Nous partons à la frontale pour avaler 19 Km, 1000 m de dénivelé positif et 1250 négatif. Dans une magnifique forêt de conifères et par le mare a mare nord nous montons jusqu'au dernier refuge Orto Di Piobbu (1270 m). Là la vue sur la baie de Calvi est somptueuse. La descente spectaculaire continuera à nous offrir des vues magnifiques sur le cité de Christophe Colomb.

Transfert en car à Calvi puis dispersion en fin d'après midi.
Environ 19km
Environ 7h30 de marche
+ 1000m ; -1250m
Récupération de votre sac

Nous vous rappelons qu'à tout moment nous pouvons être amenés à modifier des étapes de votre séjour en raisons d'événements indépendants de notre volonté. Nous dépendons notamment des événements climatiques et naturels.

Informations contractuelles

TARIFS

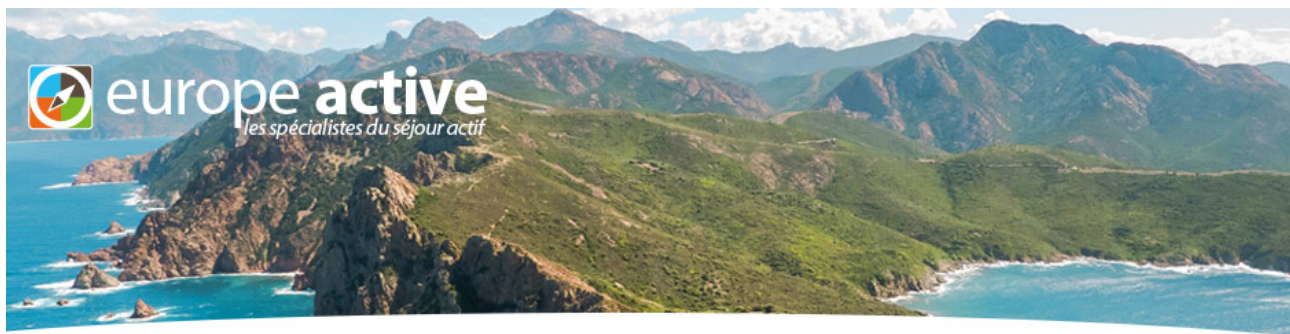
À partir de 1950 euros par personne.

OPTIONS

Réduction pour un groupe de 8 - 9 participants (sera confirmé un mois avant le départ) : -200 euros par personne.
Réduction pour un groupe de 10 à 12 participants (sera confirmé un mois avant le départ) : -300 euros par personne.

LE PRIX COMPREND

Les transferts du point d'accueil au lieu de dispersion
La pension complète y compris les vivres de course



L'encadrement par un accompagnateur en montagne
L'assistance bagages (8 étapes sur 13)

LE PRIX NE COMPREND PAS

Le transport Corse/Continent
Les dépenses personnelles
L'assurance

NIVEAU DE DIFFICULTÉ

Très sportif, étapes comprises en moyenne entre 6 et 7 heures de marche par jour avec un dénivelé quotidien moyen de 500 mètres. Une très bonne condition physique est nécessaire pour profiter pleinement de votre séjour.

PORTAGE DE VOS AFFAIRES

L'équipe d'assistance assure le transport de vos bagages aux hébergements accessibles par route. Lorsque l'acheminement de vos bagages jusqu'à l'hébergement n'est pas possible, nous réduisons votre portage à vos affaires personnelles (dont votre sac de couchage).
La nourriture et éventuellement le matériel de bivouac sont acheminés par notre équipe d'assistance
A chaque étape l'ensemble du groupe participe au portage du repas de midi

Conditionnement des bagages:

L'ensemble de vos bagages doit être reparti dans 2 sacs:

-un bagage d'assistance dit «bagage suiveur», avec cadenas de maximum 10 kg par personne facilement transportable qui va vous permettre de substituer votre équipement (un sac à dos ou un sac de sport voir sac de voyage en bon état). Ce sac devra obligatoirement être étiqueté avec l'étiquette bagage Corsica Natura qui vous sera envoyée lors de votre inscription ou remise le jour du départ.

-un sac à dos «journée» de 50 litres

Indispensable pour vos journées de randonnée, devant contenir un «fond de sac» obligatoire. Prévoir housse de protection imperméable.

Assistance bagages :

Accès à votre bagage suiveur 8 fois durant le séjour : Les soirs 1, 2, 4, 5, 6, 7, 10 et 12.

Portage (sac à dos personnel):

Portage de vos affaires personnelles pour 2 jours (environ 8 kg) les jours 3-4, 11-12, 13-14 (sans duvet)

Portage de vos affaires personnelles pour 3 jours (environ 9 kg) les jours 8-9-10

Portage de votre sac «journée» les jours 1, 2, 5, 6, 7.

Veillez à limiter votre équipement (notamment pour le bagage d'assistance) au minimum.

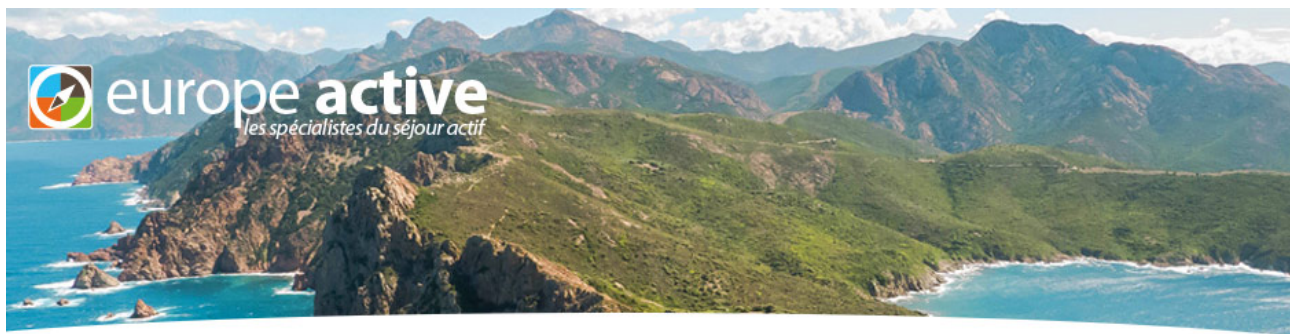
Vous pouvez laisser en dépôt à Ajaccio un sac avec vos affaires inutiles à la randonnée.

HÉBERGEMENT

En gîte, refuge (dortoirs et sanitaires collectifs) et tentes de deux.

TAILLE DU GROUPE

Groupes de 12 participants maximum.



DÉPART

Le jour 1 à 8h à Ajaccio dans le hall d'accueil de la gare maritime et routière. Notre équipe d'assistance prend en charge vos bagages, vous devez vous présenter prêt à randonner.

DISPERSION

Le jour 14 en fin d'après-midi à Calvi vers 17h (fin de la randonnée à Bonifatu vers 16h30).

ÉQUIPEMENT À EMPORTER

Encadrement : par un accompagnateur en montagne diplômé d'État qui connaît parfaitement la Corse.

Nature du terrain : très varié, sentiers en forêts, en pâturages, alternants avec du rocheux et du caillouteux, pierriers, dalles, avec souvent une forte amplitude au niveau des pas.

Nombreuses montées assez raides, avec quelques passages en crêtes et hors sentiers. Cols enneigés en début de saison.

Les temps de marche : Ils 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. Ils sont calculés sur une base de 300m de dénivelée par heure à la montée et de 450 m par heure à la descente ; ils tiennent compte de la qualité du terrain.

Niveau : sportif, étapes comprises en moyenne entre 6 et 7 heures de marche par jour avec un dénivelé quotidien moyen de 500 mètres. Une condition physique moyenne est nécessaire pour profiter pleinement de votre séjour. 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 dénivelé (350 m/h), ou en pratiquant une activité sportive développant l'endurance.

NB : Si un des participants a une difficulté sur le circuit, il pourra éventuellement, si possible, profiter de la liaison assistance bagages pour rejoindre le groupe à l'étape suivante.

Déjeuners : sous forme de pique-nique au cours de la randonnée. Tous nos piques niques de midi sont élaborés à base de produits locaux de qualité (salade, charcuterie, fromage, etc.). Vivres de course au cours de la randonnée (gâteaux corses et fruits secs).

Dîners et petits déjeuners : petits déjeuners et repas du soir servis dans les hébergements.

Douches : Vous aurez la possibilité de prendre une douche tous les soirs (douche chaude non garantie dans les refuges les soirs 1 et 3).



Eau : on trouve de l'eau potable régulièrement aux sources situées le long des sentiers ; toutefois une gourde d'un litre et demi au moins, est souhaitable.

Hébergement : Attention, les gîtes sont uniquement équipés de dortoirs avec sanitaires collectifs, le confort y est sommaire, mais correct. Aucune possibilité de chambre individuelle. Possibilité de disposer de prise de courant lors des nuitées en gîte.

Les nuits en refuge en fonction des disponibilités peuvent s'effectuer sous tente 2 places ou grand Marabou près des bergeries. Les refuges sont des hébergements propriété du Parc Naturel Régional de Corse dont la gestion est confiée à des gérants indépendants. Ils sont inaccessibles par route, ils offrent un confort rustique. Les dortoirs sont des bas flancs sur lesquels sont disposés d'épais matelas. Si le refuge est complet, des tentes igloo avec matelas (tapis de sol) peuvent vous accueillir au bivouac. Il est possible que vous ayez à monter votre tente. Pour les bivouacs à proximité des bergeries, confort sommaire avec soit douche aménagée soit une rivière.

Encadrement

Tous nos séjours sont encadrés par des accompagnateurs en montagne insulaires brevetés d'État qui connaissent parfaitement la Corse. L'accompagnateur en fonction des conditions météorologiques du moment, des difficultés techniques ou de la condition physique des participants pourra modifier le programme établi et les itinéraires proposés. Il reste le seul juge de la situation et des décisions qu'il adapte aux contraintes et impératifs de sécurité.

L'équipe d'assistance :

assure le transport de vos bagages aux hébergements accessibles par route.

Lorsque l'acheminement de vos bagages

jusqu'à l'hébergement n'est pas possible, nous réduisons votre portage à vos affaires personnelles (dont votre sac de couchage). La nourriture et éventuellement le matériel

de bivouac sont acheminés par notre

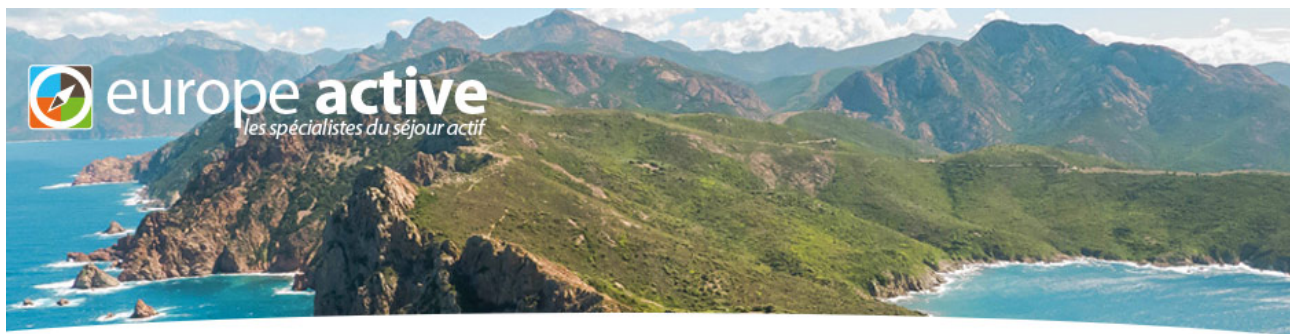
équipe d'assistance. A chaque étape l'ensemble du groupe participe au portage du repas de midi

Conditionnement des bagages :

- Un bagage d'assistance dit bagage suiveur, avec cadenas de maximum 10 kg par personne facilement transportable : un sac à dos ou un sac de sport voire sac de voyage en bon état.
- Sac à dos de 50 litres pour les randonnées devant contenir un « fond de sac » obligatoire

Veillez à limiter votre équipement – notamment pour le bagage d'assistance - au minimum (vous pouvez laisser en dépôt à Ajaccio les affaires inutiles à la randonnée)

Contact en cas d'urgence : En cas d'urgence, veuillez contacter nos représentants : 06 03 56 24 33 ou 06.85 03 19 90.



Formalités :

Pensez à prendre avec vous :

- 1 pièce d'identité (carte nationale d'identité, passeport ou permis de conduire)
- les coordonnées de votre assurance personnelle ou votre attestation.

Parking :

- Parking du Port de l'Amirauté Charles Ornano, non gardé et gratuit (près de la gare).
- Parking surveillé 24 h/24 payant (40 € la semaine).
- Parc de stationnement du Diamant

Avenue Eugène Macchini

20000 AJACCIO

Tél. : 04.95.51.00.85

<http://www.europeenne-de-stationnement.fr/pages/fiches/ajaccio.htm>

Pour venir en Corse :

Par bateau :

- SNCM Ferries - 61 Bd des Dames - 13005 Marseille. Tel : 0891.701.801
<http://www.sncm.fr> Départs de Marseille, Nice ou Toulon.
- Corsica Ferries, Moby lines au départ de Toulon Nice et l'Italie Tel : 0825 095 095
<http://www.corsicaferries.com>

Par avion :

- Vols réguliers ou charters au départ des différentes villes du continent: Air France, Corsair <http://www.aircorsica.com>

Pour vous loger

Ajaccio

- Pension Morelli : 04 95 21 16 97
- Hôtel Les Dauphins - Boulevard Sampiero - 20000 Ajaccio - 04 95 21 12 94
- Hôtel Kalliste** 51, Cours Napoléon - 20000 Ajaccio -04 95 51 34 45
- Hôtel Fesch*** 7 rue Cardinal - BP 202 - 20179 Ajaccio Cedex 1 04 95 51 62 62
- Hotel Du Golfe*** 5, boulevard du Roi Jérôme 20000 Ajaccio 04 95 21 47 64
- Hôtel Best Western Ajaccio Amirauté *** Cours Prince Imperial - 04 95 55 10 00

Habillement : T-shirt, sous-vêtements, chaussettes de montagne, short, pantalon, sweat-shirt, fourrure polaire ou pull-over chaud à séchage rapide, veste coupe-vent imperméable de type « gore tex ou anorak, cape de pluie, tennis pour le soir, chapeau ou casquette et maillot de bain.

Pour vous chausser : chaussures de randonnée avec bonne tenue de cheville et semelles crantées, mais souples.

Petit Matériel : bâtons de marche



télescopiques (conseillé) lunettes de soleil à verres très filtrants, crème solaire, gourde (1 litre et demi ou plus), couteau de poche, couverts, gobelet, tupperware hermétique 0.8 l pour le conditionnement des salades, pharmacie personnelle, lampe de poche avec une pile de rechange, nécessaire de toilette léger, serviette de toilette, papier toilette.
Couchage : sac de couchage (+ 5°)
Drap de sac conseillé.

Pharmacie :

L'accompagnateur possède une pharmacie pour les urgences. Vous devez néanmoins vous munir d'une trousse personnelle contenant vos propres prescriptions médicales ainsi qu'une pharmacie d'appoint contenant, Elastoplast large + double peau en prévention des ampoules désinfectant, pansements et compresses stériles. collyre, répulsif contre les moustiques, pince à épiler, somnifères léger et/ou boules quies, médicaments personnels.

D'une manière générale sur prescription de votre médecin traitant votre trousse à pharmacie personnelle devra comprendre également :

- Un antalgique.
 - Un anti-inflammatoire (comprimés et gel).
 - Un antibiotique à large spectre.
 - Un antihistaminique, un anti diarrhéique, un antiseptique intestinal, un antivomitif.
- Un antiseptique.

CONSIGNES DE SÉCURITÉ

Tous nos séjours sont encadrés par des accompagnateurs en montagne insulaires brevetés d'Etat qui connaissent parfaitement la Corse. L'accompagnateur en fonction des conditions météorologiques du moment, des difficultés techniques ou de la condition physique des participants pourra modifier le programme établi et les itinéraires proposés. Il reste le seul juge de la situation et des décisions qu'il adapte aux contraintes et impératifs de sécurité.

Nature du terrain : très varié, sentiers en forêts, en pâturages, alternant avec du rocheux et du caillouteux, pierriers, dalles,



avec souvent une forte amplitude au niveau des pas. Terrain très minéral et chaotique.

Nombreuses montées assez raides, avec quelques passages en crêtes et hors sentiers. Cols enneigés en début de saison.

Les temps de marche : Ils 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. Ils sont calculés sur une base de 300m de dénivelé par heure à la montée et de 450m par heure à la descente ; ils tiennent compte de la qualité du terrain.

Niveau : sportif, étapes comprises en moyenne entre 6 et 7 heures de marche par jour avec un dénivelé quotidien moyen de 500 mètres. Une condition physique moyenne est nécessaire pour profiter pleinement de votre séjour. 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 dénivelé (350 m/h), ou en pratiquant une activité sportive développant l'endurance.

NB : Si un des participants a une difficulté sur le circuit, il pourra éventuellement, si possible, profiter de la liaison assistance bagages pour rejoindre le groupe à l'étape suivante.

Cette option n'est pas systématique et entraînera un coût supplémentaire à la charge du client. Tout transfert personne non prévu par l'organisation devra être acquitté par le client directement au prestataire.

Repas et hébergement:

Déjeuners : sous forme de pique-nique au cours de la randonnée. Tous nos piques-niques du midi sont élaborés à base de produits locaux de qualité (salade, charcuterie, fromage, etc). Vivres de course au cours de la randonnée (gâteaux corses et fruits secs).

Dîners et petits-déjeuners : petits-déjeuners et repas du soir servis dans les hébergements.

Douches : Vous aurez la possibilité de prendre une douche tous les soirs (douche chaude non garantie dans les refuges les soirs 1 et 3).

Eau : on trouve de l'eau potable régulièrement aux sources situées le long des sentiers ; toutefois une gourde d'un litre et demi au moins, est souhaitable.

Hébergement : Attention, les gîtes sont uniquement équipés de dortoirs avec sanitaires collectifs, le confort y est sommaire mais correct. Aucune possibilité de chambre individuelle. Possibilité de disposer de prise de courant lors des nuitées en gîte. Les nuits en refuge en fonction des disponibilités peuvent s'effectuer sous tente 2 places ou grand Marabou près des bergeries.

Les refuges sont des hébergements propriété du Parc Naturel Régional de Corse dont la gestion est confiée à des gérants indépendants. Ils sont inaccessibles par routes, ils offrent un confort rustique (douche froide, sanitaires aléatoires, pas de couverture). Les dortoirs sont des bas-flancs sur lesquels sont disposés d'épais matelas. Si le refuge est complet, des tentes igloo avec matelas (tapis de sol) peuvent vous accueillir au bivouac. Il est possible que vous ayez à monter votre tente. Pour les bivouacs à proximité des bergeries, confort sommaire avec soit douche aménagée soit une rivière...

Dans tous les cas un sac de couchage est nécessaire