

CORSE

Tra Mare e Monti

6 jours / 5 nuits / 5 jours de randonnée



Le Mare e Monti Nord-Est, après le GR 20, le plus beau et le plus populaire des tracés du Parc Naturel Régional de Corse. Plus accessible et plus proche de la mer, ses sentiers sont praticables tout au long de l'année. Forêts et maquis, belvédères sur la mer et la montagne offrent des paysages d'un contraste époustouflant.

**Traversant les villages, l'itinéraire permet d'apprécier l'architecture, la culture, les traditions de l'âme originelle corse. Nous avons pris un soin particulier pour sélectionner les plus belles étapes dans un tracé original, agrémenté de nombreuses variantes et baignades. Retour vers Ajaccio traversant les fameuses "calanche" de Piana, avec
arrêt visite au cœur des calanques.**

PROGRAMME INDICATIF :

JOUR 1 : D' Ajaccio à Ota

Accueil, puis transfert sur la côte ouest, au village d'Ota. Installation à votre hébergement.

JOUR 2 : La vallée de la Lonca

Au départ du village le sentier s'élève sur les hauteurs de la rivière Porto avant de plonger dans la vallée sauvage de la Lonca que nous remontons en empruntant d'anciens sentiers de transhumances. Tout au long de notre journée, nous profiterons de nombreuses baignades entourés de montagnes à la fois rougeoyantes et verdoyantes et pourrons admirer le pont de Pianella avant de remonter sur Ota.

▲ **4h30 de marche, + 600 m/- 600 m de dénivelée.**

JOUR 3 : D'Ota à Girolata

Après un court transport jusqu'au village de Curzu, le sentier s'élève jusqu'au « col de la croix » pour atteindre une ligne de crêtes en alternant des vues plus spectaculaires les unes que les autres sur les Golfes de Girolata et de Porto. Nous empruntons ensuite le sentier rendu célèbre par le facteur de Girolata. Il nous conduit, à l'ombre du maquis, jusqu'à la très pittoresque plage de Tuara. De cette plage, le sentier des douaniers, qui surplombe la mer, nous amène jusqu'au village de pêcheurs de Girolata où vous passerez la nuit.

▲ **5h30 de marche, + 720 m/- 960 m de dénivelée.**

JOUR 4 : De Girolata à Galeria

Depuis Girolata, l'itinéraire grimpe à travers un épais maquis pour atteindre « Bocca di Fuata », puis le parcours continue en crêtes, offrant des vues imprenables sur Galéria, Girolata et le Capu Seninu. Descente par un chemin ombragé, jusqu'au village de Galéria et son charmant port de plaisance.

▲ **6h de marche, + 900 m/- 880 m de dénivelée.**

JOUR 5 : - De Galeria à Tuarelli

Au départ du village, le sentier s'élève dans le maquis et surplombe la vallée du Filosorma où coule la rivière la plus chaude de Corse le « fango ». Cette dernière prend sa source au pied de la grande barrière où trône l'une des plus belles montagnes de la Corse la « Paglia Orba ». Le sentier remonte le long du fleuve jusqu'au petit hameau de Tuarelli d'où nous organisons un transfert pour rejoindre Galéria.

▲ **4h30 de marche, + 480 m/ - 420 m de dénivelée.**

JOUR 6 : De Galéria à Ajaccio

Transfert pour rejoindre le départ de la randonnée. A partir du pont de Perticatu, nous empruntons un passage forestier jusqu'à la maison forestière de Pirio. Le sentier progresse ensuite en direction du col de Melza qui sépare la vallée du Fango et le sauvage ravin de Conche, où nous apprécierons majestueuse vue sur le golfe de Porto et le Capu Seninu. L'étape nous ramène au village de Serriera où un transfert à travers les calanche de Piana nous reconduit à Ajaccio.

▲ **6h de marche, + 800 m /- 820 m de dénivelée.**

FICHE PRATIQUE :

NIVEAU : Modéré, sentier sans difficulté technique mais parfois caillouteux avec quelques montées assez raides, 4h à 6h de marche par jour, de 400 à 800 mètres de dénivelée par jour

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 au début et à la fin. Prévoir un bagage facilement transportable (voir nos conseils sur l'équipement). **ATTENTION : POUR LA NUIT A GIROLATA, VOUS AUREZ A PORTER VOS AFFAIRES POUR LA NUIT (TOILETTE, RECHANGE ET SAC A VIANDE)**

ENCADREMENT : Accompagnateur en montagne diplômé

GROUPES : 5 à 14 personnes

HEBERGEMENT : En gîte avec 5 nuits en dortoirs communs, prévoir un sac de couchage léger et un sac à viande.

NOURRITURE : Petit déjeuner continental (thé, café, lait, pain, beurre, confiture). Repas du soir à base très souvent de spécialités locales, incluant une entrée, un plat et un dessert. Pique-niques sur le terrain (prévoir une boîte hermétique pour le transport de votre salade 0,8l). Boissons non comprises.

RENDEZ-VOUS : A 15h00 à l'intérieur de la gare maritime d'Ajaccio (en face de la CCI).

DISPERSION : Vers 18h00 à la gare routière d'Ajaccio

DATES ET PRIX :

Pour connaître les départs et tarifs actualisés, consultez notre site internet :
www.cheminsdusud.com

LE PRIX COMPREND :

- L'hébergement en demi-pension
- les pique-niques et vivres de courses
- Le transport des bagages
- Les transferts locaux
- L'encadrement

LE PRIX NE COMPREND PAS :

- L'assurance annulation et/ou assistance
- Le transport aller/retour jusqu'au lieu de rendez-vous et de dispersion
- Les visites de sites et les transferts non prévus dans le programme
- Les boissons et dépenses personnelles
- Les frais d'inscription éventuels
- De façon générale tout ce qui n'est pas « le prix comprend »

Frais d'inscription :

Les frais d'inscription sont des frais administratifs. Ils sont applicables à chaque personne inscrite.

- pour toute inscription à plus de 90 jours du départ : pas de frais de dossier
- pour toute inscription de 89 à 30 jours du départ : 15 € par personne
- pour toute inscription à 29 jours ou moins du départ : 25 € par personne



EQUIPEMENT CONSEILLE :

(À adapter selon les saisons et le type de séjour)

Bagages

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, ...

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 tige haute, 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 pique-nique

- Une boîte hermétique en plastique (0,8L) 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

N.B: Vos affaires personnelles transportées devront être contenues dans UN SEUL BAGAGE (de préférence sac à dos ou sac de voyage) n'excédant pas 12kg.

MOYENS D'ACCES :

Le rendez-vous est à la gare maritime d'Ajaccio.

La gare est à 500 m du port et de la gare SNCF. De la gare à l'aéroport, compter 30 mn (bus ou taxi).



BATEAU :

-SNCM : départs de Marseille, Nice ou Toulon // Site web : www.sncm.fr

Tél: 0891 701 801

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

-CMN (Compagnie Méridionale de Navigation) : Site Web : www.cmn.fr

Départs de Marseille Tel : 0810 20 13 20



AVION :

Vols réguliers ou vols charters :

Air France : tél 0 820 820 820 / 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 1^{er} mai. Tarif approximatif : 5 €



BUS :

Pour information, les horaires sont susceptibles de modification.

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

- 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 Ajaccio Propriano 1h50; Ajaccio Porto - Vecchio 3h30

- Ligne de Bus Ajaccio, Propriano, Porto - Vecchio :

Bus Eurocorse voyages tel : 04.95.21.06.30. Départs à 08h30 ou à 16h00 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 à 07h45 et 16h00 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 1 h45 ; 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



NUITS SUPPLEMENTAIRES :

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

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>

Bastia :

- Hôtel Sud Hôtel 2* : 04 95 30 20 61 ; www.sudhotel-bastia.com
- Hôtel le Forum 2* : 04 95 31 02 53
- Hôtel Les Sablettes 3* : 04 95 58 50 20
- Hôtel Ostella 3* : 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.

Calvi :

- Hôtel du Centre (HT) : 04 95 65 02 01
- Hôtel Christophe Colomb 2* : 04 95 65 06 04 www.resa.hotel-calvi.com
- Hôtel le Grand Hôtel 3* : 04 95 65 09 74 www.grand-hotel-calvi.com
- Hôtel La Villa 4*luxé : 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.

Corte :

- Hôtel de la Paix 2* : 04 95 46 06 72
- Hôtel du Nord 2* : 04 95 46 00 68 www.hoteldunord-corte.com
- Hôtel Les Jardins de la Glacière 2* : 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).

Porto-Vecchio :

- Hôtel Holzer ** : 04 95 70 0593 <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 3* : 04 95 70 50 50 www.hotel-alcyon.com

Parking véhicule

Parking municipal payant non surveillé :

Parking St Catherine (horodateur 0.6 € de l'heure

Rue Maréchal Juin ;

Parking Rue St Vincent.

Propriano :

- Hôtel Bellevue (HT) : 04 95 76 01 86 www.hotels-propriano.com
- Hôtel Beach Hôtel 2* : 04 95 76 17 74
- Hôtel Claridge 3* : 04 95 76 05 54 www.hotels-propriano.com
- Grand hôtel Miramar 4*luxe : 04 95 76 06 13

Parking véhicule

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

Parking du Port ;

Parking de la Poste – Quartier de la Plaine.



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)

INFORMATIONS TOURISTIQUES

Office du tourisme d'Ajaccio :

3 Boulevard du Roi Jérôme
20000 Ajaccio 04 95 51 53 03

L'ALTA ROCCA

L'Alta-Rocca, montagne du Sud-Corse, abrite de nombreux témoins du passé préhistorique de l'île. Des massifs de l'Incudine et de Bavella, l'Alta-Rocca descend vers le sud à travers ses paysages boisés semés de maisons de granit vers un littoral enchanteur.

BONIFACIO

L'antique cité sentinelle qui domine les Bouches de Bonifacio a connu au Moyen Age, puis à l'époque française, une histoire particulière qui se retrouve dans son architecture. Par son originalité, sa beauté et son passé historique, elle a su défier le temps et les événements. Bonifacio possède une situation exceptionnelle à l'extrémité méridionale de la Corse dominant le superbe site marin des "bouches". Entre calcaire et granit, les falaises forment une vaste façade naturelle à laquelle font face les archipels des Îles Lavezzi et Cerbicales, célèbres pour leurs fonds marins exceptionnels.

LES AIGUILLES DE BAVELLA

Les Aiguilles de Bavella dominent le col du même nom (situé à 1218 m) reliant la partie ouest (région de Sartène) à la côte est de la Corse.

Le site se caractérise par des pics déchaquetés, de grandes murailles rocheuses et des pins tordus par le vent.

Le massif de Bavella culmine à 1899 m d'altitude au Fornello (*Furnellu* ou encore *Furneddu* en corse) et à la Punta Muvrareccia.

Ce séjour est assuré en collaboration avec notre partenaire Corsica Adventure

NOTES PERSONNELLES :

NOTES PERSONNELLES :



En cas de problème de dernière minute, appelez en priorité au :

04 90 09 06 06

Si vous n'avez pas réussi à nous joindre à ce numéro, vous pouvez ensuite nous contacter au :

07 77 08 14 68