

## L'ALTA STRADA EN SKI DE RANDONNEE

**La Haute Route à ski, un raid à ski d'anthologie réservé aux bons skieurs en toutes neiges**

**Raid avec portage réduit du sac. 7 jours / 7 jours de ski / 6 nuits**

**Tarif : à partir de 1190€ / personne (Code ALST7)**

**Départ sur mesure - Groupe de 3 à 6 participants**

**Saison 2019**

L'Alta Strada est un « classique » pour tout amateur de ski de randonnée !

Dans un cadre et une ambiance sauvages, ce raid unique vous fera traverser le massif des montagnes corses par un itinéraire qui suit la grande arête de partage des eaux de la Corse, avec la mer en toile de fond.

Au programme, la traversée à ski de Ghisoni à Ascu avec, **chaque jour, l'ascension d'un sommet de plus de 2000m** : Monte Renosu (2352m), Punta di l'Urie (2112m), Punta Muratellu (2141m), Pinzi Curbini (2021m), Punta Muzzella (2342m), Punta Artica (2327m) et Punta Crucetta (2499m).

L'éloignement, le confort sommaire des refuges et la neige de qualité très changeante rendent ce raid exceptionnel et le situent à un niveau difficile. Il s'adresse à des personnes ayant déjà une bonne pratique du ski de randonnée, de la marche en crampons et le goût de l'effort.

Une découverte de la montagne corse en hiver que vous ne serez pas prêt d'oublier !

## Déroulement de votre séjour

### **J1 : Accueil à 7h30 devant l'Office du tourisme de Bastia.**

Transfert au gîte de Capanelle en minibus, vérification du matériel.

Ascension du **Monte Renosu (2352m)** le plus haut sommet de Corse du Sud, lac de Bastani et descente par le vallon sauvage Valle Longa.

Repas et nuit en gîte ou refuge. Accès à vos affaires complètes.

Dénivelés positif et négatif : 1200m.

**J2 : Montée jusqu'à la Punta de l'Urie (2112m)** superbe belvédère de la Corse, pour des vues saisissantes sur la Plaine Orientale et ses étangs à l'Est, les côtes rocheuses à l'Ouest et toute l'épine dorsale de l'île partant de l'Alcudina au Sud au Monte Cintu. Descente sur Vizzavona. Transfert au gîte.

Dîner et nuit en gîte. Accès à vos affaires complètes.

Dénivelés positif : 800m, négatif : 1200m.

**J3** : Après un transfert au col de Vizzavona, nous parcourons la **première étape du GR20 Nord** en contournant par l'Ouest le massif du **Monte d'Oru**. Montée par le vallon de l'Agnone jusqu'aux pentes terminales de **Punta Muratellu (2141m)**.

Dîner et nuit au refuge de l'Onda.

Dénivelés positif : 1050m, négatif : 800m.

**J4 : De l'Onda au refuge de Petra Piana.** Montée jusqu'aux **Pinzi Curbini (2021m)**, beau parcours sur la crête de partage des eaux, à cheval sur les versants Est et Ouest. Quelques passages délicats nécessitant la progression avec les skis sur le sac.  
Diner et nuit au refuge de Petra Piana.  
Dénivelés positif : 650m, négatif : 250m.

**J5 : De Petra Piana au refuge de Manganu** par la Bocca alle Porte (2225m) qui surplombe les lacs de Melu et de Capitellu dans la Haute vallée de la Restonica. Ascension de la **Punta Muzzella (2342m)**. Cette étape est l'étape clef du séjour, nous devons chausser les crampons pour franchir certains passages. Belle descente jusqu'au refuge de Manganu.  
Diner et nuit en refuge.  
Dénivelés positif : 1000m, négatif : 1250m.

**J6 : De Manganu à la vallée du Niolu.** Après avoir traversé le plateau du Camputile, nous entamons une belle montée qui nous conduira au sommet de la **Punta Artica (2327m)**. La descente en face Nord du sommet vers la vallée du Niolu est habituellement un grand moment de ski. Transfert au gîte.  
Diner et nuit en gîte. Accès à vos affaires complètes.  
Dénivelés positif : 750m, négatif : 1150m.

**J7 : Après un court transfert**, nous chaussons les skis pour entamer la longue montée jusqu'à **Punta Crucetta (2499m)** dans le massif du **Monte Cintu**, le toit de la Corse (2706m). Descente en face Nord pour rejoindre la vallée d'Ascu.  
Dénivelés positif : 1300m selon le départ, négatif : 1300m.  
Accès à vos affaires complètes.  
**Transfert à Bastia en minibus.** Dispersion en fin d'après-midi

## Informations générales

**Niveau : Raid Difficile**



Raid sportif nécessitant une très bonne condition physique et une bonne expérience du ski de randonnée en toutes neiges et en autonomie. La maîtrise des techniques du ski de randonnée est obligatoire pour réaliser ce raid. Du fait de la proximité de la mer et de la fréquence des vents, la qualité du manteau neigeux évolue vite en Corse, elle est très changeante. Les pentes sont souvent de 30° à 35°. Certaines étapes présentent des dénivelés positifs et négatifs de plus de 1000 m. Une expérience de la marche en crampons est indispensable.

Une logistique est mise en place pour améliorer votre confort mais ce parcours reste un véritable raid en montagne en autonomie qui demande de la part des participants une très bonne préparation physique et une capacité à se suffire d'un confort précaire.

### Encadrement

Par un Guide de Haute Montagne diplômé d'Etat connaissant parfaitement la montagne corse.

## Itinéraire

Les itinéraires et les dénivelés sont donnés à titre indicatifs et dépendent des conditions d'enneigement du moment. Ils restent sous la responsabilité de votre guide qui les adaptera au mieux en fonction des conditions.

## Hébergements

Gîtes : hébergement en chambre partagée, douche chaude.

Refuge : hébergement en dortoir commun. Pas de douche.

## Logistique

Grâce à notre logistique, vous aurez accès à vos affaires complètes le soir des J1, J2, J6 et J7. Vous ne porterez qu'un sac « léger » de la journée. Un vrai « plus » pour votre journée ski !

Pour les autres jours où vous dormirez en refuge, nous mettons en place une logistique de manière à approvisionner les refuges en nourriture, vous ne porterez que vos affaires personnelles.

## Tarifs

- pour un groupe de 6 participants : 1190€/personne
- pour un groupe de 5 participants : 1370€/personne
- pour un groupe de 4 participants : 1590€/personne
- pour un groupe de 3 participants : 1990€/personne

## Prestations comprises dans le prix

L'encadrement par un guide de haute montagne local ayant une parfaite connaissance des itinéraires, les transferts depuis Bastia et vers Bastia, les transferts pendant le séjour tels que décrits, la logistique de ravitaillement des refuges, l'hébergement en gîtes et refuges en pension complète du J1 jusqu'au dernier jour en fin d'après-midi, la pharmacie collective de première urgence.

## Le prix ne comprend pas

Les trajets Continent/Corse et retour, l'assurance annulation et rapatriement, les boissons, le vin aux repas, toute prestation non décrite dans le présent programme.

## Nombre de participants

Départ assuré à partir de 3 participants.

1 guide jusqu'à 6 participants.

Pour un groupe de moins de 3 personnes, nous consulter.

## Lieux de rendez-vous

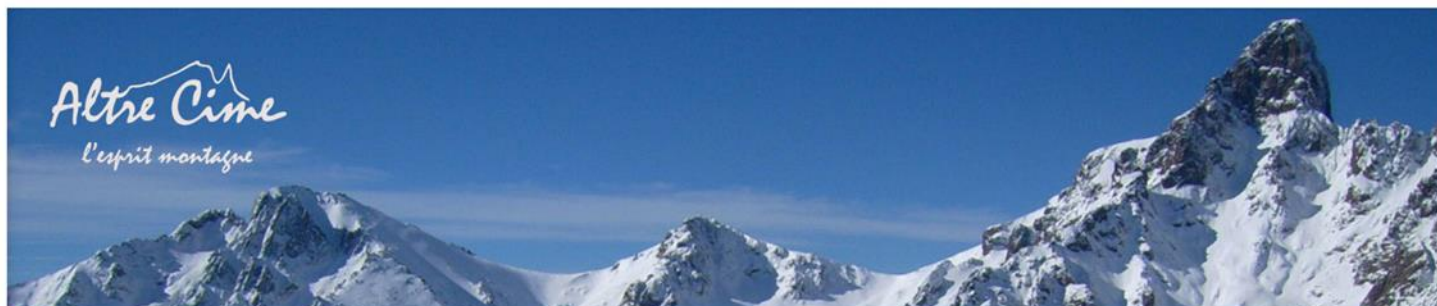
Le lieu de rendez-vous est l'Office du Tourisme de Bastia le J1 à 7h30.

Le lieu de dispersion est Bastia le J7 en soirée.

Pour les groupes constitués, possibilité de prise en charge depuis l'aéroport ou le port de Bastia.

**Dates 2019 :** Départ sur mesure aux dates de votre choix tout l'hiver, pour groupes constitués.





### **Portage et composition du sac à dos**

- Sac léger de la journée pour les J1, J2, et J7. Un vrai confort pour votre journée ski !
- Pour les autres jours : sac de couchage hiver, vêtements chauds et rechange, veste et sur pantalon en Goretex®, sous-gants, gants chauds adaptés à la pratique, bonnet, protection de cou, crème protectrice, trousse de toilette minimaliste, papier hygiénique, gourde, matériel collectif.

### **Matériel de sécurité obligatoire à votre charge**

- DVA-Pelle-Sonde – Possibilité de location sur place
- 1 paire de crampons, 1 sangle de 120cm + 1 mousqueton à vis

### **Equipement à emporter**

- Sac à dos 50 litres adapté au portage des skis
- Sac de couchage en duvet, t° confort – 10°
- Sac à viande ou drap de soie
- Vêtement chaud de type polaire ou duvet
- Pull technique léger
- Gilet ou veste chaude
- Veste et pantalon de type Goretex®
- Paires de chaussettes chaudes
- 1 paire de gants fins en polaire
- 1 paire de gants chauds et imperméables
- Collant et pantalon chaud
- 1 bonnet
- 1 tour de cou chaud
- 1 paire de lunettes de soleil adaptées (verres filtrants cat. 4) avec coques latérales
- Petite pharmacie comprenant pansements et sparadraps « seconde peau », bande d'élastoplaste de 4 ou 6 cm de largeur, vos médicaments éventuels.
- Chaussures de ski adaptées au ski de randonnée (positions montée/descente)
- Chaussures légères pour les éventuelles marches d'approche et pour le soir
- Crampons adaptés à vos chaussures
- DVA-Pelle-Sonde
- Skis de randonnée + Couteaux à ski
- Bâtons de ski avec rondelle large
- Peaux de phoque
- 1 sac plastique étanche pour vos papiers
- 1 ou 2 sacs étanches pour vos affaires
- 1 masque de ski
- Crème protectrice indice fort
- Stick pour les lèvres
- Couteau et couverts
- Lampe frontale avec piles neuves
- Gourde
- Couverture de survie, Chaufferettes
- Thermos

**Nota :** Altre Cime et votre guide sont dotés d'une assurance responsabilité professionnelle. Vous devez posséder une assurance responsabilité civile individuelle. Nous vous conseillons de souscrire une assurance d'annulation et rapatriement.

Le guide se réserve le droit de modifier tout ou partie des itinéraires et hébergements pour des raisons de sécurité ou cas de force majeure indépendant de sa responsabilité. Il se réserve également le droit de refuser le départ à tout participant dont l'équipement ne serait pas conforme à la liste décrite ou dont l'aptitude physique serait incompatible avec le déroulement de la randonnée sans que cela donne droit à un quelconque dédommagement.