

GR20 NORD

AUTHENTIQUE

www.altre-cime.com



NIVEAU



10 jours / 9 nuits

9 jours de randonnée !



FICHE TECHNIQUE

Le Nord intégral du GR20

sur la trace des pionniers



**Randonnez en toute sérénité
avec l'agence Altre Cime !**

Tous nos circuits sont guidés par un accompagnateur local diplômé



LE GR20 NORD AUTHENTIQUE EN 9 JOURS DE MARCHÉ –CIRCUIT SPORTIF

Sur la trace des pionniers, le nord intégral. Ascension de 9 sommets de 2000m !
Randonnée avec portage du sac à dos
Accueil la veille pour plus de convivialité !!



NIVEAU

Très sportif / Difficile



DUREE

10 jours / 9 nuits
9 jours de marche



TARIF

A partir de
1090€ / personne



GROUPE

De 6 à 12 participants
ou personnalisé

Un trek exclusif, pour randonneurs sportifs, qui emprunte le tracé originel du GR20 dans son intégralité et qui s'en écarte parfois pour faire l'ascension de magnifiques sommets. Au menu, l'ascension de 9 sommets de plus de 2000m dont le Monte Cintu (2706m) le toit de la Corse, la reine des montagnes corses le Paglia Orba (2525m), le Monte Ritondu (2622m), second massif de Corse, le Monte d'Oru (2389m), et tant d'autres encore !

Le GR20, réputé comme étant le plus dur des sentiers de randonnée d'Europe, est l'un des plus beaux par la variété des paysages qu'il présente. La mer et la montagne, les lacs et les aiguilles se côtoient tout au long de votre randonnée. La mer et la montagne, les lacs et les aiguilles se côtoient tout au long de votre randonnée. Nous vous proposons ici la partie Nord du GR20, la plus alpine et la plus technique.

Vous serez guidés par un accompagnateur local, diplômé d'État qui vous fera découvrir sa région et son amour pour la montagne, ainsi que les petits coins de paradis, parfois à quelques mètres seulement du GR20 ! Nous vous assurons aussi d'un accueil privilégié dans tous les hébergements du GR20. Et nous vous ferons déguster la Corse à travers nos meilleurs produits fermiers.

Une très belle approche de la montagne Corse que vous ne serez pas près d'oublier !

Déroulement du séjour

J1 Rendez-vous à 17h30 devant la gare ferroviaire de Calvi

Pour les groupes constitués, accueil possible à tout autre endroit, nous consulter pour les tarifs.

Transfert à l'auberge de Bonifatu (25min). Installation au gîte. Présentation du séjour, vérification du matériel. Nous profitons de cette soirée pour faire connaissance et préparer les sacs.

Dîner au restaurant de l'Auberge chez Carole

J2 Bonifatu / Refuge d'Ortu di u piobbu (1560m)

Première étape facile qui nous emmène jusqu'à l'ancien refuge (il a brûlé il y a quelques années) par un ancien sentier de transhumance. Le sentier s'élève, au départ, à travers le maquis puis traverse une belle forêt de pins Larici, essence endémique à la Corse. Petit passage en crête pour de superbes vues sur le golfe de Calvi et le Cirque de Bonifatu.

Dîner au refuge chez François. Nuit en tente aménagée. Douche chaude (lorsqu'elle fonctionne !).

Temps de marche : 4h30, dénivelés : +1080m

J3 Refuge d'Ortu di Piobbu / Refuge de Carozzu (1270m)

Première belle journée en haute montagne ! Ascension hors sentier de 2 magnifiques sommets : le **Monte Curona** (2144m) et le **Capu Ladroncellu** (2145m) pour des vues splendides sur la mer et sur la face Nord de la chaîne du Monte Cintu. On retrouve le GR20 au niveau des arêtes d'Avartoli, certainement un des plus beaux passages du GR20 Nord. De Bocca Innuminata, on attaque une grande descente jusqu'au refuge de Carozzu. Baignade possible près du refuge dans les belles vasques de la Spasimata.

Dîner au refuge chez Pierrot. Nuit en tente aménagée. Douche froide.

Temps de marche : 6h00, dénivelés : +850m, -1100m.

J4 Refuge de Carozzu / Gîte d'Ascu (1422m)

Remontée par les belles dalles du cirque de Spasimata jusqu'au lac de la Muvrella (Ascension possible de Punta Muvrella 2148m). On quitte ensuite le tracé actuel du GR20 pour découvrir les magnifiques crêtes de l'ancien GR20 au-dessus de la vallée d'Ascu. Ascension de la Punta Culaghja (2034m).

Dîner au restaurant chez Patrice et nuit au gîte d'Ascu. Douche chaude.

Temps de marche : 8h00, dénivelés : +1250m ; -1100m

J5 Gîte d'Ascu / Bergeries de Vallone (1450m)

Traversée du massif du Cintu par la variante de la Pointe des Eboulis. Montée en face Nord du Monte Cintu dans une ambiance très minérale. Découverte du joli lac d'Argentu. On débouche en crête aux Ghjarghje Rosse « la Pointe des Eboulis » à 2607m pour des vues incroyables sur tout le massif montagneux Corse et les Alpes par beau temps.

Ascension possible en aller-retour du **Monte Cintu 2706m**, le toit de la Corse dans un terrain de haute montagne. Compter 2h supplémentaires AR pour l'ascension du sommet du Monte Cintu.

Traversée en crête jusqu'à la Bocca Crucetta qui surplombe le lac du Cintu dans son écrin minéral. Longue descente dans un terrain technique jusqu'aux bergeries de Vallone. Possibilité de baignade en rivière près de l'auberge.

Dîner à l'auberge chez Cathy, nuit en bivouac aménagé sous tente. Douche chaude.

Temps de marche : 8h00. Dénivelés : + 1200m, -1200m

J6 Bergeries de Vallone / Refuge Ciottulu (1991m)

Bonne mise en jambe sur un chemin facile en forêt avant d'attaquer la montée à la **Bocca Foggiale** à 2000m. Baignade possible dans une petite vasque secrète dans la montée. Arrivée au refuge de Ciottulu, le plus haut refuge du GR20 à 1991m, en fin de matinée.

L'après-midi, ascension possible pour ceux qui le souhaitent du **Paglia Orba** (2525m), la plus belle des montagnes corses dans une ambiance de haute montagne. Le soir, nous pourrons aller voir le coucher de soleil sur la mer depuis les crêtes tout près du refuge.

Diner au refuge chez Nico (soupe corse légendaire !) et nuit en refuge ou bivouac aménagé. Douche froide.

Temps de marche : 3h00. Dénivelés : +600m pour le refuge.

Temps de marche : 3h30. Dénivelés : + et -600m pour le sommet du Paglia Orba

J7 Ciottulu / Bergeries de Vaccaghja (1621m)

Descente le long du Golu, le plus long fleuve de Corse pour arriver dans la forêt du Valdu Niellu puis à Bocca di Verghju. Suite d'étape roulante par le GR20, en forêt puis en crête jusqu'à Bocca a Reta. Ascension facultative en aller-retour du **Monte Tozzu** à 2007m.

Découverte du lac de Ninu et de ses pozzines, véritable joyau des montagnes Corses. Randonnée le long du Tavignanu et baignade possible dans les vasques naturelles. Arrivée aux bergeries de Vaccaghja, dans un décor paradisiaque.

Dîner aux bergeries chez Noël et nuit en bivouac aménagé près des bergeries. Douche chaude.

Temps de marche : 6h30. Dénivelés : + 650m, -800m

J8 Vaccaghja / Refuge de Petra Piana (1842m)

Nous traversons le plateau du Camputile jusqu'au refuge de Manganu. Puis, nous entamons une belle montée jusqu'à la **Bocca alle Porte** (2225m), qui surplombe les magnifiques lacs de Capitellu et de Melu dans la haute Restonica. Ascension facultative en aller-retour de la **Punta Alle Porte** (2313m). Traversée en crête jusqu'à Bocca Soglia pour de superbes vues sur toute la côte Est et la Sardaigne, avant de rejoindre la Bocca Rinosu puis la Bocca Muzzella. Descente sur le refuge de Petra Piana, le plus ancien refuge du GR20.

Dîner en refuge chez Jean-Marie et nuit en bivouac aménagé. Douche froide.

Temps de marche : 6h30. Dénivelés : + 800m, -550m

J9 Petra Piana / Bergeries de l'Onda (1390m)

Tôt le matin, ascension en aller-retour du **Monte Ritundu** (2622m), plus haut sommet du second massif de Corse pour une vue à 360° sur toute la Corse, les Alpes, l'Italie et la Sardaigne ! Découverte du magnifique lac de Vettaniella, le plus grand lac de Corse, avec ses 7,5 ha au creux d'un incroyable cirque minéral.

Nous rejoindrons ensuite les bergeries de l'Onda par le GR20 classique le long du Manganelu ou par la variante alpine des Pinzi Curbini.

Dîner aux bergeries chez Nicole et Jean-Do (lasagnes au brocciu produit sur place !). Nuit sous tente aménagée. Douche chaude.

Temps de marche pour le sommet : 4h30. Dénivelés : + et - 800m

Temps de marche pour l'étape : 5h00. Dénivelés : + 400m, -850m

J10 Bergeries de l'Onda / Vizzavona (1150m)

Superbe traversée du massif du Monte d'Oru. On commence la journée par une montée régulière jusqu'à **Bocca Muratellu** pour un dernier regard sur les sommets de Haute Corse. Ascension possible en aller-retour du **Monte d'Oru**, le plus haut sommet du troisième massif de Corse (2389m ; A/R : + et -400m ; 2h30). Descente le long de l'Agnone et des fameuses Cascades des Anglais, baignade possible dans les vasques naturelles.

Vous retrouvez votre sac suiveur

Temps de marche pour l'étape : 6h00 (8h avec l'ascension). Dénivelés : + 800m, -1050m
Fin de prestation. Lignes de train et bus pour Bastia et Ajaccio.

Possibilité de nuit supplémentaire en gîte ou hôtel à Vizzavona au « Monte d'Oru » pour bien terminer votre GR20 Nord et pour une pause hors du temps bien méritée ! Ce bel établissement au caractère très marqué début 19ème siècle est le plus vieil hôtel de Corse encore en activité. Sa visite est une véritable plongée dans le temps. Le salon vaut à lui seul le détour.

Dîner au restaurant de l'hôtel pour un repas bio, raffiné et copieux, certainement une des meilleures tables de Corse, un moment gourmand inoubliable de votre séjour !

Informations générales

Niveau : Très Sportif / Difficile

Le GR20 est un parcours se déroulant sur un terrain de haute montagne de niveau difficile.

Circuit très sportif nécessitant une très bonne endurance, un bon mental et l'habitude de la marche sur tout type de terrain: pierriers, éboulis, rochers, dalles, ressauts, enchainements quotidiens de pentes raides à très raides, dénivelés positifs et négatifs importants.

Le GR20, de par le cumul quotidien des dénivelés ainsi que son profil montagneux, est un parcours où il ne saurait être question de s'engager sans un entraînement sérieux à la marche itinérante en montagne en terrain varié. La moyenne journalière est de 2000m de dénivelés cumulés pour 5 à 7 heures de marche (les temps de marche donnés n'incluent pas les temps de pause ni les ascensions optionnelles). Le GR20 est considéré comme plus difficile des GR et l'un des treks les plus difficiles d'Europe, soyez bien préparés !

Devenu un véritable phénomène de mode, amplifié par les réseaux sociaux, d'année en année nous constatons un nombre croissant de participants non préparés ou mal préparés qui doivent abandonner. Ce circuit se déroule dans un milieu spécifique. Ne vous inscrivez pas sur ce séjour sans un entraînement sérieux et poussé à la marche en haute montagne hors sentier

sur terrain difficile et technique. En cas d'insuffisance de niveau, vous serez arrêté pour garantir aux autres participants le bon déroulement du séjour. Les frais en découlant sont à votre charge et ne sauraient engager Altre Cime. **Le meilleur entraînement, c'est la pratique régulière de la randonnée en montagne tout au long de l'année. Le GR20 est un objectif sérieux : donnez-vous les moyens de vivre une belle aventure montagnarde !**



Dates 2024 : départs tous les vendredis à partir de début juin jusqu' à septembre – du vendredi au dimanche

** Risque d'enneigement début juin nécessitant l'intervention d'un GHM en renfort, à régler sur place.*

Possibilité de départ sur mesure, pour groupes constitués à partir de 1 personne, aux dates de votre choix. Nous consulter pour un devis personnalisé.



Concernant les risques et frais liés à la neige

Attention au risque de neige en début de saison. Nous évoluons en montagne, à des altitudes élevées et sur un terrain pentu. Le risque de névés en juin existe. Cela dépend de l'enneigement de l'hiver et des températures au printemps. Il n'est pas possible de savoir à l'avance comment sera le terrain en juin prochain.

En cas d'enneigement tardif, nous pouvons être amenés à faire appel à un Guide de Haute Montagne afin de sécuriser les passages et nous fournir des crampons pour traverser les névés. Si c'est le cas, cela concerne en général les J4 et J7, mais parfois d'autres étapes en cas d'enneigement très important ou de températures suffisamment basses pour que la neige soit gelée. Le supplément pour l'intervention du Guide de Haute Montagne sera de 400€ par jour, à partager entre les différents participants et à régler directement sur place si besoin.

Notez qu'en cas d'enneigement trop important ou de neige trop dure, nous pouvons être amenés à effectuer un transfert en véhicule pour contourner les passages délicats. Dans ce cas, le transfert est à votre charge.



Nombre de participants

Départ assuré à partir de 6 participants.

12 participants maximum.

Départ possible à moins de 6 personnes, avec un supplément. Nous consulter.

Tarifs

€ Tarifs dégressifs en fonction du nombre de participants

Pour un groupe de 12 participants : 1090€ / personne

Pour un groupe de 10 à 11 participants : 1180€ / personne

Pour un groupe de 6 à 9 participants : 1230€ / personne

Départ possible pour petits groupes de 1 à 5 participants. Nous consulter pour les tarifs.

Nota : nos séjours se déroulent en montagne et présentent un caractère particulier lié au milieu spécifique. Toute modification due à des événements imprévus, motifs impérieux de sécurité, aléas climatiques, peut entraîner un surcout qui est à la charge du groupe.

✓ Ce qui est compris dans le prix

L'encadrement par un accompagnateur en montagne local diplômé d'Etat ayant une excellente connaissance des régions traversées, le transport Calvi/Bonifatu en minibus, l'hébergement en pension complète du J1 soir au J10 midi, le transfert de votre sac suiveur le J10 à Vizzavona.

✗ Ce qui n'est pas compris dans le prix

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

Détails

📍 Lieux de rendez-vous

Le lieu de rendez-vous est la gare ferroviaire de Calvi le J1 à 17h30 ou l'aéroport de Calvi.

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

Le lieu de dispersion est Vizzavona le J10 vers 16h

Lignes de train pour Bastia, Ajaccio et Calvi.

Toutes les infos en suivant les liens suivants

- Pour Ajaccio : https://www.corsicabus.org/Train_services/Train1BiaAja.html

- Pour Bastia : https://www.corsicabus.org/Train_services/Train2AjaBia.html

- Pour Calvi : https://www.corsicabus.org/Train_services/Train5AjaCly.html

Attention : Vous évoluez en montagne. Il est hasardeux de prendre un vol retour le jour où se termine la randonnée, il suffit d'un incident au cours de la dernière étape pour que vous ne puissiez plus prendre les navettes de bus ! Altre Cime ne saurait s'en responsabiliser



Hébergements

- Gîtes : hébergement en chambre partagée, douche chaude
- Refuges : hébergement en dortoir commun ou en tente pour 2 avec matelas gonflable, douche froide
- Bergeries : tentes pour 2 personnes, matelas, douche chaude

Pour les nuits en refuge, nous privilégions le bivouac en tente 2 places pour 2 personnes avec matelas gonflable à cause du problème récurrent des punaises de lit. Le matériel est déjà sur place, nous n'avons pas à le transporter. Vous devez emmener votre sac de couchage personnel.



Repas et ravitaillement

Les repas du soir et les petits déjeuners sont pris dans les refuges et gîtes où nous dormons. Chaque matin, nous vous fournissons le pique-nique du jour, préparé par les cuisiniers des gîtes ou gardiens de refuge, que vous porterez dans votre sac à dos et que nous mangeons en cours de journée. Il est composé d'une salade fraîche (salade de pâtes ou de riz, taboulé, etc.), charcuterie, fromage, dessert. Nous mettons à votre disposition pour tout le séjour une boîte Tupperware individuelle pour la salade du midi.

Nous vous fournissons aussi les petits en-cas de la journée sous forme de canistrelli (biscuits traditionnels), fruits secs et chocolat, ainsi que du thé et du café.

Vous pouvez acheter du petit ravitaillement dans tous les refuges et gîtes du GR20.



Portage et composition du sac à dos

Votre sac à dos contiendra le matériel décrit ci-dessous, en dehors des vêtements que vous porterez sur vous, ainsi que le pique-nique du midi, soit un poids de sac d'environ 8kg, selon la qualité de votre matériel. Vous pourrez laver tous les jours, à l'arrivée, les affaires portées dans la journée. Vous retrouvez le J10 à votre arrivée à Vizzavona votre sac complet d'affaires non nécessaires à la randonnée (sac suiveur, 12 kg maximum/personne).

Merci de bien prendre connaissance des documents « Informations pratiques sur le GR20 » et « Nos conseils pour bien vous équiper sur le GR20 ».

Equipement à emporter

- ▲ 1 Sac de voyage souple pour les affaires que vous n'emportez pas sur le circuit
- ▲ 1 Sac à dos 45 à 50 litres
- ▲ 1 Drap de soie ou « Sac à viande »
- ▲ 1 sac de couchage montagne mi-saison t° de confort de 0° à -5°
- ▲ 2 gourdes d'1 litre ou Camelbak 2l
- ▲ Fourchette et couteau à lame pliante
- ▲ Lampe frontale avec piles neuves
- ▲ Trousse de toilette minimaliste
- ▲ Papier hygiénique
- ▲ Crème solaire
- ▲ Maillot de bain
- ▲ Bâtons de marche si vous en avez
- ▲ Petite pharmacie comprenant vos médicaments éventuels, sparadraps, pansements seconde peau contre les ampoules, bande d'élastoplaste, antalgiques, boules Quiès
- ▲ Chaussures de randonnée montagne en bon état avec maintien de la cheville et bonne accroche de la semelle
- ▲ 3 Paires de chaussettes de randonnée
- ▲ 1 Paire de sandales pour le soir
- ▲ 3 T-shirts + 2 shorts
- ▲ 1 pull technique léger manche longue
- ▲ **1 Pantalon ou collant ***
- ▲ **1 Vêtement chaud pour le haut ***
- ▲ **Veste et pantalon de pluie type Goretex *** (les ponchos sont déconseillés)
- ▲ **Gants et bonnet mi-saison ***
- ▲ **Couverture de survie ***
- ▲ Veste en duvet conseillée
- ▲ Housse de pluie pour le sac à dos
- ▲ 2 Sacs en plastique pour garder vos affaires au sec dans le sac à dos
- ▲ Lunettes de soleil et casquette
- ▲ Serviette de toilette

*** matériel obligatoire. Le départ sera refusé à toute personne qui n'aurait pas l'équipement obligatoire, sans dédommagement de la part d'Altre Cime**

Nota : L'accompagnateur 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 et d'arrêter tout participant dont le niveau, l'aptitude physique ou le comportement serait incompatible avec le bon déroulement de la randonnée sans que cela ne donne droit à un quelconque dédommagement de la part d'Altre Cime ou de l'accompagnateur.