

GR20 SUD

SAC ALLÉGÉ

www.altre-cime.com



NIVEAU



7 jours / 6 nuits

6 jours de randonnée !



ASCENSION 4 SOMMETS DE PLUS DE 2000M !

FICHE TECHNIQUE

L'intégral du GR20 Sud

avec le confort des gîtes et d'un sac léger



Randonnez en toute sérénité
avec l'agence Altre Cime !

Tous nos circuits sont guidés par un
accompagnateur local diplômé



LE GR20 SUD CONFORT CIRCUIT SPORTIF

L'intégral du GR20 Sud avec le confort des gîtes et d'un sac léger. Ascension de 4 sommets de plus de 2000m

Accès à vos affaires complètes tous les jours (sauf J4).

Accueil la veille pour plus de convivialité !!



NIVEAU

Sportif / Assez Difficile



DUREE

7 jours / 6 nuits
6 jours de marche



TARIF

A partir de
780€ / personne



GROUPE

De 6 à 12 participants
ou personnalisé

Réputé comme étant le plus dur des sentiers de randonnée d'Europe, le GR20 est surtout 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.

Nous vous proposons ici le GR20 Sud Intégral, de Vizzavona à Conca et l'ascension de 4 sommets de plus de 2000m : la **Punta di l'Urie** (2112m), le **Monte Renosu** (2352m) le plus haut sommet de Corse du Sud, la **Punta Capella** (2041m) et l'**Alcudina** (2134m).

Grâce à notre logistique, vous aurez accès à vos affaires complètes tous les soirs (sauf le J4) et vous randonnerez avec un sac léger d'environ 4kg.

Vous serez guidés par un accompagnateur local, diplômé d'État qui vous fera découvrir sa région, sa culture et son amour pour la montagne, ainsi que ses petits coins de paradis, parfois à quelques mètres seulement du GR20 ! Nous vous assurons aussi d'un accueil privilégié dans tous les hébergements. Et nous vous ferons déguster nos spécialités locales avec nos pique-niques gourmets.

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

Déroulement du séjour

J1 Accueil à la gare de Vizzavona à 18h30

Transfert au Monte d'Oru un magnifique établissement au caractère très marqué début 19ème siècle. Sa visite est une véritable plongée dans le temps. Le salon vaut à lui seul le détour. Le repas du soir et petit déjeuner pris au restaurant de l'hôtel, raffinés, bio et copieux, complètent cette belle ambiance. Une belle manière de commencer votre séjour !

Présentation de la randonnée et vérification des sacs.

Diner au restaurant. Nuit au gîte de Vizzavona. Douche chaude.

J2 Vizzavona – gîte de Capanelle (1586m)

2 itinéraires possibles pour ce premier jour en fonction de la météo et de vos envies :

- mise en jambe en douceur par un itinéraire en forêt et en balcon par le GR20 et le col de Palmentu pour des vues splendides sur la Plaine Orientale.

- ou itinéraire sauvage et de toute beauté par les aiguilles des Pinzi Curbini di l'Oriente. Ascension possible de la Punta di l'Oriente à 2112m pour des vues spectaculaires sur tout le GR20 Sud et les principaux sommets de l'île.

Dîner au restaurant et nuit au gîte E Capanelle chez Roger-Philippe et Régine.

Accès à vos affaires complètes. Douche chaude.

Temps de marche itinéraire 1 : 5h30. Dénivelés : + 700m, -300m

Temps de marche itinéraire 2 : 5h30. Dénivelés : +1150m, -700m

J3 Capanelle – gîte de Bocca di Verdi (1289m)

Encore 2 options pour cette journée en fonction de la forme du groupe et de la météo :

- Superbe journée avec ascension du Monte Renosu, le plus haut sommet de Corse du Sud à 2352m, traversée des crêtes d'Urlandinu et de la vallée magique des Pozzi, magnifiques pelouses parcourues de filets d'eau, constituées par une ancienne vallée glaciaire d'altitude recouverte de tourbières, un joyau de nos montagnes et rencontre avec Jean-François le berger des Pozzi, personnage incontournable des montagnes corses !

- ou par le GR20 pour un itinéraire en balcon et en forêt.

Dîner au restaurant et nuit en gîte chez Jean-Marc.

Accès à vos affaires complètes. Douche chaude.

Temps de marche itinéraire 1 : 6h. Dénivelés : +900m, -1100m

Temps de marche itinéraire 2 : 5h. + 450m, -550m

J4 Verdi – Refuge d'Usciolu (1750m)

Sublime parcours en crête par le GR20 pour des vues saisissantes sur la montagne et la mer à l'Est et à l'Ouest. Ascension de la Punta Capella (2041m) et de la Furmicula (1981m).

Dîner au refuge d'Usciolu chez Batti.

Nuit en refuge (dortoir collectif) ou bivouac aménagé près du refuge.

Pas d'accès au sac suiveur. Douche froide.

Temps de marche : 6h30. Dénivelé positif : 1150m, négatif : 850m

J5 Usciolu – Bergeries de Croci (1500m)

Traversée matinale en crête pour des vues splendides sur les côtes Est et Ouest et l'Italie par beau temps. Puis, par le plateau du Cuscione, nous rejoindrons les bergeries de Croci. Belle ambiance dans un paysage varié tout au long de l'étape.

Dîner aux bergeries chez Jean-Louis pour une sacrée soirée !

Nuit en gîte ou en bivouac aménagé.

Accès à vos affaires complètes. Douche chaude.

Temps de marche : 5h00. Dénivelé positif : 450m, négatif : 650m

J6 Croci – Bocca di Bavella (1200m)

Belle remontée jusqu'à la Bocca Stazzunera dans des paysages bucoliques. Ascension facile en aller-retour du Monte Alcludina (2134m). Descente technique sur Asinau en matinée où nous ferons une petite pause. Enfin, nous rejoindrons les crêtes de Bavella en passant par la variante alpine du GR20 au cœur d'un impressionnant massif d'aiguilles.

Dîner au restaurant chez Antony et Grégory.

Nuit au gîte. Accès à vos affaires complètes. Douche chaude.

Temps de marche : 7h00. Dénivelé positif : 1150m, négatif : 1000m

J7 Bavella – Conca (250m)

La dernière journée ! Départ avant l'aube à la frontale pour cette belle étape, il nous faut être à Conca à midi pour la navette !

Nous démarrons par un chemin facile en forêt dans le massif Sud de Bavella pour rejoindre le refuge de Paliri. Ensuite, nous perdons progressivement de l'altitude, malgré un dernier raidillon à franchir et on retrouve les essences parfumées du maquis et les plages paradisiaques se rapprochent à vue d'oeil !

Temps de marche : 7h00. Dénivelés : + 600m, -1400m

Transfert en minibus à Santa Lucia di Portivechju ou à Portivechju à 13h.

Fin de prestation.

Informations générales

Niveau : Sportif / Assez Difficile

Circuit sportif nécessitant une bonne endurance, un bon mental et l'habitude de la marche sur tout type de terrain : hors sentier, passages de pierriers, éboulis, rochers et dalles. 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 en montagne en terrain varié. La moyenne journalière est de 1500m à 2000m de dénivelés cumulés pour 5 à 7 heures de marche à un rythme en adéquation avec le niveau demandé (les temps de marche donnés n'incluent pas les temps de pause). Le GR20 est considéré comme étant le plus difficile des GR et l'un des treks les plus difficiles d'Europe, soyez bien préparés !

Attention : Sac allégé ne veut pas dire terrain plus facile !!



Dates 2023 : départs tous les samedis à partir de mai - du samedi au vendredi

Mai	Juin	Juillet	Août	Septembre
du 29/04 au 5*	du 27/05 au 2	du 1 au 7	du 5 au 11	du 2 au 8
du 6 au 12*	du 3 au 9	du 8 au 14	du 12 au 18	du 9 au 15
du 13 au 19*	du 10 au 16	du 15 au 21	du 19 au 25	du 16 au 22
du 20 au 26*	du 17 au 23	du 22 au 28	du 26 au 1/09	du 23 au 29
	du 24 au 30	du 29/07 au 4		du 30 au 6/10

* Risque d'enneigement à ces dates pouvant nécessiter l'intervention d'un GHM en renfort, à régler sur place.

Possibilité de départ sur mesure aux dates de votre choix, pour groupes constitués à partir de 1 personne.



Concernant les départs en mai et juin

En cas d'enneigement tardif au mois de mai, nous pouvons être amenés à faire appel à un Guide de Haute Montagne afin de sécuriser les passages avec névés. Si c'est le cas, cela concerne les J3 et J5. 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.



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 : 780€ / personne

Pour un groupe de 9 à 11 participants : 880€ / personne

Pour un groupe de 6 à 8 participants : 920€ / 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, hébergement en pension complète du J1 soir au J7 midi, en-cas pour la journée, thé et café au pique-niques, fourniture d'un Tupperware individuel pour les pique-niques, transfert quotidien de vos affaires complètes sauf le J4.

✗ Ce qui n'est pas compris dans le prix

Les boissons, le vin aux repas, le transfert en bus de Portivechju à Aiacciu ou Bastia, 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 de Vizzavona J1 à 18h30.

- Le lieu de dispersion est Portivechju vers 14h30 ou Santa Lucia di Portivechju le J7 vers 13h.30

Lignes de bus pour Bastia à 13h55, arrivée à 16h30 à Bastia, dépose possible à l'aéroport en juillet et août (Transporteur Les Rapides Bleus).

Lignes de bus pour Ajaccio à 16h30, arrivée à 20h00 à Ajaccio en juillet et août. En juin et septembre, départ à 15h, arrivée à 18h30. Dépose possible à l'aéroport en juillet et août (Transporteur Eurocorse). Informations non contractuelles données à titre indicatif.

Possibilité de prise en charge depuis l'aéroport ou le port de votre choix, nous consulter.

Tous les horaires en suivant ce lien : <https://www.corsicabus.org/busPVecchio/index.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 tente pour 2 pers. avec matelas, douche froide et chaude.

Bergeries : hébergement en chambre partagée ou en bivouac aménagé, douche chaude.



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 chaud.

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



Portage et composition du sac à dos

Vous retrouvez tous les jours à l'étape votre sac d'affaires complètes (sac suiveur, 15 kg max/pers) sauf le soir du J4. Les J2, J3, J6 et J7, vous randonnerez avec un sac contenant votre pique-nique et le matériel indispensable à la journée, soit un sac de 4 à 5 kg selon la qualité de votre matériel.

Pour le jour 4, vous aurez à porter en plus dans votre sac à dos un rechange, sac de couchage et vos affaires de toilette, soit un poids de sac d'environ 7 à 10kg, selon la qualité de votre matériel.

Merci de bien prendre connaissance des 2 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 (sac suiveur)
- ▲ 1 Sac à dos 20 litres pour J1, J2, J3 et J7
- ▲ 1 Sac à dos 40 litres pour J4 et J5
- ▲ 1 Drap de soie ou « Sac à viande »
- ▲ 1 sac de couchage montagne mi-saison t° de confort de 0°
- ▲ 2 gourdes d'1 litre ou Camelbak 2l
- ▲ Fourchette et couteau à lame pliante
- ▲ Lampe frontale avec piles neuves
- ▲ Trousse de toilette minimaliste
- ▲ 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
- ▲ T-shirts + shorts
- ▲ 1 pull technique léger manche longue
- ▲ ***1 Pantalon ou collant ****
- ▲ ***1 Vêtement chaud pour le haut ****
- ▲ ***Veste et pantalon de pluie 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
- ▲ Sacs étanches pour garder vos affaires au sec dans le sac à dos
- ▲ Lunettes de soleil et casquette
- ▲ Serviette de toilette
- ▲ Papier hygiénique

**** 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.