



Quartier Moraschi - 20136 BOCOGNANO
Tel : 06 03 56 24 33 - Fax : 04 95 10 83 16
Email : info@corsicanatura.fr
Web : www.corsicanatura.fr

CARNET DE ROUTE

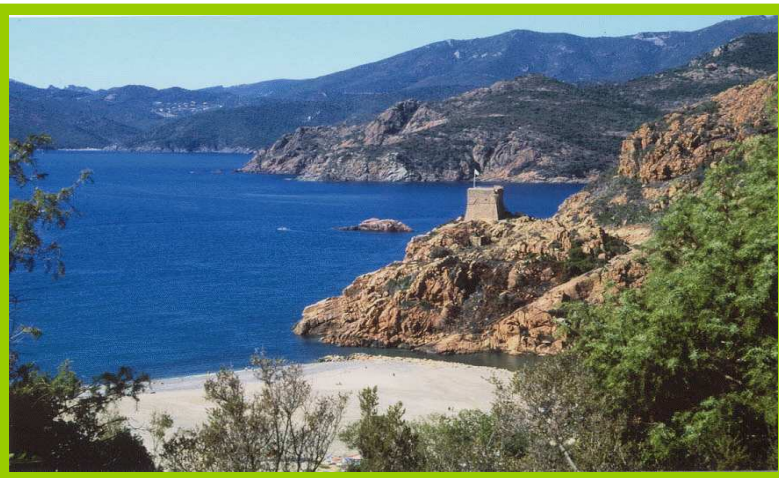
DESTINATION : CORSE

« *De la montagne au golfe de Porto* »

Corsica Natura vous propose son programme : « De la montagne au golfe de Porto » formule sans sacs en 6 jours / 5 nuits.

Points forts :

Ce séjour a été conçu pour vous permettre de découvrir la Corse coté montagne et coté mer. Au détour de somptueux sentiers vous allez découvrir la Corse sous ses plus beaux aspects, avec en prime la découverte de la façade maritime la plus pittoresque de l'île et ses sites classés patrimoine mondial de l'humanité par l'UNESCO.



- Séjour : Vert = niveau facile
- 3/5 h de marche / jour
- 300 à 400 m de dénivelé / jour

- 6 jours / 5 nuits, itinérant
- Formule sans sac , accompagnée
- Assistance régulière

- 2 nuits en hôtel, 3 nuits en gîte d'étape.
- De 6 à 14 pers.
- Départ à 6 possible



PROGRAMME

Jour 1 : Accueil dans la cité impériale en début de matinée. En car, nous nous dirigeons vers le centre de l'île direction Verghio. Du col, nous rejoignons les bergeries de Radule. Détente et baignades au pied de la cascade du même nom puis retour au Castelu di Verghio ou nous passons la nuit.

Jour 2 : Par le Mare e Monti au cœur de la superbe forêt d'Aitone nous rejoignons les piscines naturelles aux eaux claires et limpides. Par le sentier du châtaignier, nous effectuons un zoom sur la castaneiculture et l'ancienne économie. Nuit au village d'Evisa.

Jour 3 : Nous quittons la capitale du marron, pour rejoindre Ota par les célèbres et majestueuses gorges de la Spelonca. Traversée du Porto sur les authentiques ponts génois de Zaglia et de Pianella situés tous deux dans des cadres naturels exceptionnels. Arrivée au gîte chez « Félix » ou nous passons la nuit.

Jour 4 : Au petit matin transfert jusqu'à Porto ou nous découvrons en bateau son somptueux golfe, Capu Rosso formé de cathédrales de granit rose creusées de grottes et de failles

marines, Scandola patrimoine mondial de l'humanité qui offre dans une explosion de couleurs des paysages et escarpements fantastiques et enfin le petit village de pêcheur de Girolata, le tout classé au patrimoine Mondial de l'Unesco. Pause déjeuner suivie de baignades. Nuit au gîte à Girolata.

Jour 5 : Par le célèbre sentier du facteur nous découvrons les essences du maquis et la crique de Tuara. Nous regagnons ensuite le col de la Croix ou en car nous rejoignons Piana et la plage de Ficaghiola pour notre pique nique. Après midi consacrée au repos et la baignade avant de remonter jusqu'au village de Piana.

Jour 6 : Pour cette ultime journée, magnifique randonnée en boucle au cœur même des renommées Calanches de Piana. L'arrivée à Ajaccio en fin d'après midi marquera la fin de ce superbe séjour.

Accueil : Le jour 1 à 8h à Ajaccio devant le hall d'accueil de la gare maritime et routière. (terminal maritime et routier de la Chambre de commerce et d'industrie de la Corse du Sud). Notre équipe d'assistance prend en charge vos bagages, vous devez vous présenter prêt à randonner.

Dispersion : le jour 6 en fin d'après midi à Ajaccio (fin de la randonnée à Piana vers 16h)

Transferts : Aller : Ajaccio - Verghio : 2h

Retour : Piana - Ajaccio : 2h

Groupe : de 6 à 14 participants.

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

II) Informations techniques : cartes IGN :

Ign top 25: carte de randonnée Porto / Calanche de Piana [4150 OT](#)



	J1	J2	J3	J4	J5	J6
Point le plus haut	1494m	1130m	870m	m	265m	789m
Point le plus bas	1313m	800m	214m	m	0m	444m
Dénivelé positif	452m	100m	126m	m	843m	592m
Dénivelé négatif	452m	330m	656m	m	210m	560m
Temps de marche	3h30	4h30	5h	h	4h15	4h30

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

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 : facile, étapes randonnées comprises en moyenne entre 4 et 5 heures de marche avec un dénivelé moyen de 400 mètres. Une petite condition physique est nécessaire pour profiter pleinement de votre séjour. N'oubliez pas d'entretenir votre forme au moins une fois par semaine en marchant si possible sur un parcours avec dénivelé, ou en pratiquant une activité sportive.

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.

III) Repas et hébergement :

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 chaude tous les soirs

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 tous les soirs de prise de courant.

Pour les nuits en gîte un sac de couchage est nécessaire (hormis à Girolata).

Structure d'accueil et d'hébergement

- Soir 1 : Hôtel de montagne à Verghio
- Soir 2 : Gîte d'étape à Evisa
- Soir 3 : Gîte d'étape de Ota
- Soir 4 : Gîte d'étape à Girolata
- Soir 5 : Hôtel à Piana



Scandola



IV) Equipement :

Habillement : T-shirt, sous-vêtements, chaussettes de montagne, short, pantalon, sweat-shirt, **fouffure 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, somnifère 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 antiestaminique, un anti diarrhéique, un antiseptique intestinal, un antivomitif.
Un antiseptique.



V) Encadrement

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.

VI) Assistance bagages et portage

L'équipe d'assistance : Corsica Natura assure le transport de vos bagages aux hébergements accessibles par route.

A chaque étape l'ensemble du groupe participe au portage du repas de midi

Assistance bagages :

Accès à votre sac suiveur les soirs 1, 2, 3 et 5. Le soir 4 à Girolata votre sac d'assistance ne sera pas accessible.

Portage

Portage de vos affaires personnelles pour 2 jours le jour 4 (sac de couchage inutile).

Portage de votre sac « journée » les jours 1, 2, 3, 5 et 6.

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 30-35 litres pour les randonnées devant contenir un « fond de sac » obligatoire (voir ci-dessus rubrique équipement en caractère gras)

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)



VII) Prix :

Groupe de	6 à 7 pers	8 à 10 pers	11 à 14 pers
Prix par personne	750 € adulte	700€ adulte	650 €

Nos prix comprennent :

Les transferts du point d'accueil au lieu de dispersion (Ajaccio).
 La pension complète y compris les vivres de course
 L'encadrement par un accompagnateur en montagne
 L'assistance bagages
 L'assurance responsabilité civile professionnelle

Ils ne comprennent pas :

Le transport Corse/Continent
 Les dépenses personnelles
 L'assurance individuelle multirisque accident, interruption, annulation, perte de bagages et rapatriement*

***Assurance**

La loi de 1992 oblige l'organisateur de voyage à vérifier que le voyageur est couvert par une assurance multirisque voyage couvrant le risque d'annulation, d'interruption, la perte de bagages, et le rapatriement .

Avant de souscrire cette assurance, vérifiez auprès de votre assureur que votre contrat multirisque habitation ou votre licence FFME ou FFRP ne couvre pas ce risque. De même, aujourd'hui nombreuses cartes bancaires proposent ces couvertures. Il faut obligatoirement régler votre séjour avec ce moyen de paiement et surtout vérifiez le périmètre de prise en charge inhérent à votre propre carte. **Pour en savoir plus :**

- Visa : www.carte-bleue.com
- Eurocard-Mastercard : www.mastercardfrance.com
- American express : www.americanexpress.com

En cas de besoin, nous vous proposons l'assurance FORFAIT de MONDIAL ASSISTANCE
<http://www.mondial-assistance.fr/Vacances/?affiliationCode=210193>



VIII) Autres informations pratiques

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 emmener 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