

# GR20 NORD A L'USU ANTICU



On ne présente plus le GR20, réputé comme le plus difficile d'Europe, une fantastique traversée de l'île de Beauté qui, du Nord-Ouest au Sud-Est, suit au plus près la ligne de partage des eaux de la chaîne de montagnes insulaire.

Ambiances minérales, voire de haute montagne, aiguilles de granite, sommets d'envergure, forêts majestueuses, vasques d'eau turquoise, passages techniques et parfois vertigineux : la moitié Nord du parcours, plus ardue que la partie Sud, traverse vraiment le coeur de la montagne corse. Elle est incroyable par ses contrastes et sa diversité de paysages, et ne s'adresse qu'à des randonneurs

aguerris, endurants et agiles, au pied très montagnard et au moral à toute épreuve !

À l'heure où tout s'apprécie à l'aune de la vitesse, où sur le GR20 la plupart des randonneurs ont l'oeil rivé sur les balises rouges et blanches, l'altimètre et le chrono, où celui qui ne double ou ne triple pas les étapes est un has been, voici un GR Nord qui, au lieu des 9 étapes « officielles », revendique, à l'ancienne, de prendre son temps : pour pouvoir explorer les environs de ce sentier mythique, faire l'ascension sac léger des principaux sommets de l'île, voire se reposer et profiter...  
... à l'envers de la mode, et c'est tant mieux !!

- ▶ Randonnée en itinérance de niveau soutenu à sportif
- ▶ 13 jours - 12 nuits - 11 journées de marche
- ▶ 5 à 9h de marche par jour, dénivelés positifs moyens autour de 1000 m
- ▶ Terrain très technique : dalles, blocs, mains courantes, passages aériens et escarpés
- ▶ Portage : affaires pour tout le séjour dont le duvet
- ▶ Transferts : en taxi local
- ▶ Hébergement : gîtes (dortoir), refuges (tente)
- ▶ Nombre de participants : de 5 à 8 personnes

**Période : juin-septembre**  
**À partir de 1400€**  
**Niveau sportif**

**Séjour encadré par**  
**Coralie Goussot 06 74 50 26 62**

# PROGRAMME

## Jour 1 : accueil à Calvi - Bonifatu

Accueil à Calvi puis transfert en taxi à la sympathique auberge de Bonifatu. Nuit en gîte.

## Jour 2 : Calenzana - Ortu di u Piobbu

Transfert matinal pour Calenzana, et une longue montée pour commencer le voyage, d'abord facile en forêt puis avec quelques passages techniques équipés de câbles. Arrivée au refuge d'Ortu di u Piobbu.

+1300m, -60m, 6h. Nuit en refuge (tente, douche froide)

## Jour 3 : Ortu di u Piobbu - Carrozzu

Montée facile vers le Monte Curona (2144m) et son imprenable point de vue sur la montagne corse, puis traversée en crête, sauvage et hors sentier, par le Capu Ladruncellu. Nous rejoignons ensuite le GR pour un parcours très technique, tout en montagnes russes et de toute beauté, par Bocca d'Avartoli et Bocca Innuminata. Raide descente vers le refuge de Carrozzu.

+850m, -1100m, 7h. Nuit en refuge (tente, douche froide)

## Jour 4 : Carrozzu - Ascu

Longue montée sur les belles dalles de la Spasimata vers le lac et le col de la Muvrella, la Bocca Stagnu, puis descente raide et technique sur Ascu. À moins que nous n'ayons le temps et l'envie de gravir le sommet de la Muvrella (2148m) voire d'emprunter l'ancien tracé du GR vers la Punta Culaghja...

+800 à 1250m, -650 à 1100m, 6 à 8h. Nuit en gîte (dortoir, douche chaude)

## Jour 5 : Ascu - Ballone

Longue étape qui a remplacé le cirque de la Solitude depuis sa fermeture. Montée à la Pointe des Eboulis ou Ghjarghje Rosse (2607m), point culminant du GR, puis à Bocca Crucetta. Longue descente technique et minérale sur le refuge de Tighjettu puis les bergeries de Ballone situées dans un cadre magique au bord du torrent.

NB: le Monte Cintu (2706m), sommet de la Corse, est situé sur cette étape. Mais l'aller-retour au sommet prend tout de même 2h30. Nous ne le ferons que si la météo et le niveau du groupe le permettent.

+/-1200m, 9h. Nuit en refuge (tente, douche chaude).

## Jour 6 : Ballone - Ciottulù

Traversée d'une belle forêt de pins larici puis ascension raide et minérale du col de Foggiale. On est presque arrivés au refuge de Ciottulù, le plus haut de Corse (1991m). Si le temps le permet, ascension du Paglia Orba (2525m), reine des montagnes corses.

+600m, -100m, 3h30 plus +/-550m, 3h30 A/R pour le sommet. Nuit en refuge (dortoir, douche froide).

## Jour 7: Ciottulù - Verghju

Deuxième chance ce matin pour l'ascension du Paglia Orba, ou un autre sommet du secteur... Parcours en crête hors GR (si possible) pour rejoindre le Golu et ses vasques, puis sentier en forêt jusqu'au Castel di Verghju, où nous retrouvons un peu de confort.

+100m, -600m, 3h. Nuit en gîte (dortoir, douche chaude).

## Jour 8 : Verghju - Vaccaghja

Poursuite du parcours en forêt (ou si possible passage en crête par le Capu a Rughja) pour rejoindre Bocca San Petru puis Bocca a Reta. Si possible, ascension du Capu Tozzu (2000m). Passage le long du fameux lac de Ninu et ses magnifiques trous d'eau, traversée du plateau d'alpage du Camputile et arrivée chez Noël aux bergeries de Vaccaghja.

+650 à 1050m, -300 à 550m, 5 à 6h. Nuit en refuge (tente, douche chaude).

### Jour 9 : Vaccaghja - Vaccaghja

Magnifique journée passée à profiter des environs du plateau du Camputile : lac (et éventuellement brèche) de Goria, fleuve du Tavignanu, bergeries de Lenze, c'est sauvage, c'est beau !!

+/-400m, 4h. Nuit sous tente, douche chaude.

### Jour 10 : Vaccaghja - Petra Piana

Etape grandiose qui commence par une rude montée dans un pierrier jusqu'à Bocca alle Porte (2225m). Ascension optionnelle de la Punta Alle Porte (2313m). On bascule dans la splendide vallée de la Restonica, connue pour ses lacs (Melu et Capitellu) : traversée minérale jusqu'à Bocca Rinosu et Bocca Muzzella pour descendre vers le refuge de Petra Piana.

+850m, -600m, 6h30. Nuit en refuge (tente, douche froide)

### Jour 11 : Petra Piana - Onda

Si le temps le permet, montée matinale au Monte Ritundu (2682m), deuxième sommet de Corse, après être passés par le magnifique lac de Vettaniella. On retrouve ensuite le GR pour une traversée en crête avec vues imprenables vers le refuge de l'Onda, célèbre pour ses lasagnes au brocciu maison!

+500m, -900m, 4h plus +/- 800m, 4h30 A/R pour le sommet. Nuit en refuge (tente, douche froide)

### Jour 12 : Onda - Vizzavona

Montée à la brèche de Muratellu puis si possible ascension du Monte d'Oru (2389m) et descente le long de l'Agnone vers le col de Vizzavona, où nous fêterons dignement, dans un cadre au charme délicieusement désuet, la fin de notre périple! Dîner à la carte (non inclus) au restaurant du gîte-hôtel.

+750m, -1050m, 6h plus +/-400m, 2h30 A/R pour le sommet. Nuit en gîte (tente, douche chaude).

### Jour 13 : Vizzavona, fin du séjour

Fin du séjour après le petit-déjeuner, transfert vers la gare pour prendre le train vers Ajaccio ou Calvi.

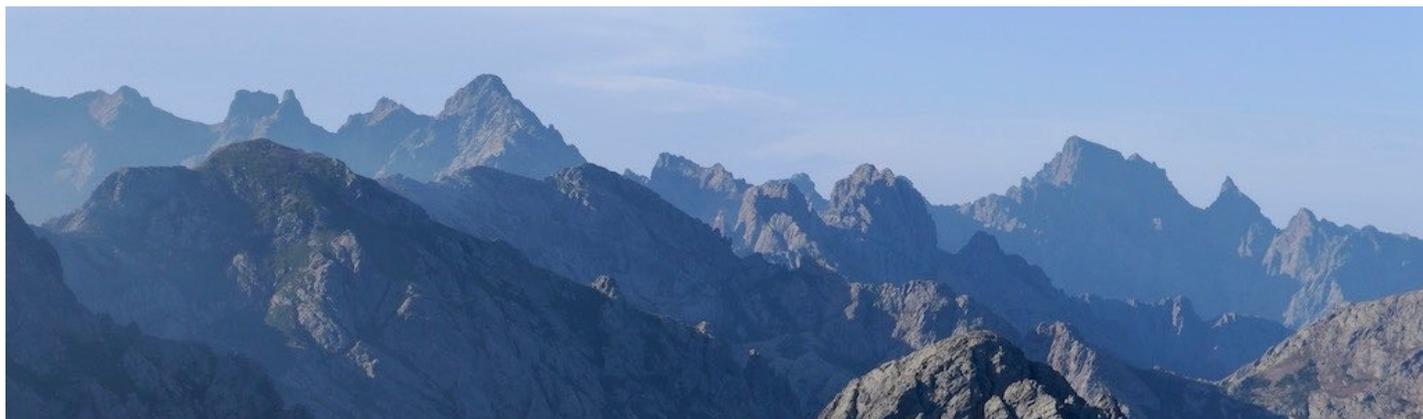
Ce programme peut être modifié à tout moment par la professionnelle encadrante en fonction des conditions climatiques, des aptitudes physiques et techniques des participants et de la disponibilité des hébergements. En dernier ressort, elle reste seule juge du programme.

#### Le prix comprend :

- L'hébergement-restauration du dîner du J1 au petit-déjeuner du J13 sauf le dîner du J12
- L'encadrement par une accompagnatrice en montagne diplômée d'Etat
- Les transferts prévus au programme

#### Le prix ne comprend pas :

- Les boissons et éventuels compléments d'en-cas
- Le dîner du J12
- Le transfert A/R de chez vous en Corse
- Les frais de dossier d'AEM Voyages (20€)
- L'assurance annulation (virement conseillée) et l'assistance rapatriement (obligatoire)
- Tout ce qui n'est pas dans « le prix comprend »



## DÉPART ET ARRIVÉE

- ▶ Accueil le jour 1 à 17h à Calvi (gare)
- ▶ Fin du séjour le jour 13 vers 9h30 à Vizzavona (gare)

### Pour se rendre à Calvi :

- En avion : vols directs depuis le continent
- En ferry : depuis Toulon, Nice et l'Italie (Corsica Ferries), depuis Marseille (Corsica Linea)

### Pour repartir de Vizzavona :

- En train : plusieurs trains quotidiens pour Ajaccio et Calvi (horaires [ici](#))

## HÉBERGEMENT - RESTAURATION

- En refuge : sous tente, matelas fournis. Un moyen d'éviter les punaises de lit. Ce sont des tentes pour 2 personnes (parfois assez petites) que vous aurez donc à partager et parfois à monter et replier.
- En gîte : dortoirs de 4 à 20, lits superposés.
- Les régimes alimentaires spéciaux ne pourront pas toujours être pleinement satisfaits.

• Dans les refuges du Parc, les douches sont en théorie chaudes, quand cela fonctionne. Dans les gîtes privés, elles sont en général chaudes ou au moins tièdes. Le plus souvent, les toilettes sont dans un bâtiment extérieur. Attendez-vous à faire la queue.

• Les nuitées réservées dans les refuges du Parc sont retenues dans leur totalité en cas d'annulation. Elles ne pourront donc vous être remboursées.

## LOGISTIQUE

• Vous devez arriver à Calvi avec votre sac de randonnée et pas de sac suiveur, et, si besoin, trouver par vous-même un endroit où laisser des affaires (possible à l'auberge de Bonifatu).

• Sinon, si tout le groupe est d'accord, possibilité d'organiser un transfert de bagages en supplément et de retrouver un sac suiveur à Verghju (J7 milieu) et à Vizzavona (fin), ou seulement à la fin à Vizzavona. Tarifs à confirmer.

## MISE EN GARDE... LE GR20 C'EST MAGIQUE MAIS...

- ▶ J'attire votre attention sur le fait que le GR20 est un itinéraire à fort caractère alpin, voire de haute montagne, avec des passages techniques, parfois aériens, impliquant d'être à l'aise et de ne pas avoir peur du vide. Plus que les dénivelées, plus que la longueur des étapes, c'est le terrain minéral qui est exceptionnellement rude pour un parcours ayant l'appellation de GR. Ce n'est pas vraiment un sentier mais plutôt un itinéraire où se succèdent dalles, éboulis instables, blocs, passages aériens équipés de câbles, où l'on a souvent besoin de «mettre les mains» et où, pour autant, la progression ne saurait être ralentie.
- ▶ D'autre part, les conditions d'hébergement y sont parfois plus que rustiques. Le confort y est très sommaire et ajoute à la difficulté du circuit.

Les refuges du GR ont été construits à une époque où la fréquentation du sentier était bien moindre, et les infrastructures, notamment sanitaires, n'ont guère évolué depuis.

- ▶ Ce circuit ne s'adresse donc qu'à des randonneurs en bonne forme physique, bien équipés, ayant le pied sûr et montagnard, l'habitude d'évoluer hors sentier ou en terrain scabreux même avec le poids du sac sur le dos, une bonne tolérance à la promiscuité et à l'inconfort, et un bon sens de l'humour !!
- ▶ Enfin pour clore ce tableau, attendez-vous en cas de chaleur ou de prévisions météo orageuses à des départs matinaux, voire très matinaux. Prévoyez piles ou chargement de votre lampe frontale en conséquence...
- ▶ Alors ne vous surestimez pas, entraînez-vous, allégez votre sac et vous vous régalez!



## ÉQUIPEMENT À EMPORTER

Vous allez porter : vos affaires pour la semaine + l'eau et le pique-nique du jour + les en-cas pour la semaine = **pas plus de 8-10kg tout compris !!**

Faites le plus léger possible, mais attention, dans la montagne corse il peut faire très chaud, mais il peut aussi faire froid. Ne négligez pas vêtements chauds et équipement de pluie.

### Pour la journée :

- Un sac à dos de 45 à 50 litres avec sursac protecteur imperméable
- De bonnes chaussures de rando : bon maintien de la cheville, bonne adhérence de la semelle, étanches, ni trop usées, ni trop neuves !
- 2 T-shirts ou 3 max ! (1 sur vous, 1 de rechange et/ou 1 pour le soir)
- 1 short ou pantacourt (ou 2 max)
- 1 pantalon de marche léger et qui sèche vite (pas de coton)
- 2 ou 3 paires de chaussettes et jeux de sous-vêtements, pas plus !!!
- 1 micro polaire ou équivalent
- 1 doudoune légère (à défaut 1 polaire chaude et légère), obligatoire
- 1 veste type Gore-tex légère à portée de main dans le sac et 1 surpantalon léger et imperméable (pas de poncho)
- Bonnet et gants : obligatoires, à portée de main dans le sac.
- Casquette ou chapeau, lunettes de soleil protection 3, crème solaire
- Gourde(s) ou camel-back : de quoi avoir minimum 2 litres d'eau
- 1 couteau de poche + 1 cuillère
- Une boîte type Tupperware pour le pique-nique 0,8l bien hermétique
- Bâtons plus que vivement recommandés
- 1 ou 2 grands sacs plastiques ou, mieux, sacs étanches pour emballer vos affaires (dont le duvet) + qq petits
- Couverture de survie

### Pour les soirées et nuits :

- Pour les nuits sous tente : sac de couchage léger température 0°C confort et pour les gîtes : sac à viande obligatoire si vous n'y utilisez pas votre duvet
- Optionnel : tapis de sol (seulement si vous voulez tester les nuits à la belle étoile..., sinon les matelas sont fournis dans les tentes)
- Lampe frontale avec piles neuves ou récemment changées (départs matinaux)
- Boules Quiès

- Une tenue chaude pour le soir : haut à manches longues type Mérinos, collant type Mérinos et chaussettes chaudes (+ votre pantalon de marche)
- Sandales type Crocs (il n'y en a pas dans les refuges. Baskets = trop lourd, tongs = pas pratique)
- Affaires de toilette réduites à leur plus simple expression: mini-brosse à dents, mini-dentifrice, mini-savon-shampooing-lessive écologique, contenant léger type sac congélation
- Mini-serviette légère et qui sèche vite
- Papier toilette (non fourni dans les refuges)
- Savon pour la lessive + fil et pinces à linge ; vous pourrez laver vos affaires le soir

### Pharmacie :

- Inutile de vous surcharger car j'ai une pharmacie, mais prenez de quoi soigner les ampoules (compresses désinfectantes, pansements double peau + Elastoplast), et vos médicaments personnels (ordonnance obligatoire).
- Il est de votre responsabilité de m'avertir de tout problème médical.
- N'oubliez pas non plus de me signaler à l'avance une éventuelle allergie alimentaire ou régime particulier.
- Contre d'éventuelles punaises de lit : bombe insecticide bio ou huile essentielle de citronnelle ou géranium (répulsif)

### Et aussi :

- Argent liquide pour les boissons : attention, pas de distributeur sur le parcours et la plupart des hébergements ne prennent pas la carte
- Possibilité de charger des appareils limitée et généralement payante, et couverture réseau limitée sur le parcours.

## FORMALITÉS ET ASSURANCES

- Carte d'identité en cours de validité. Veillez à avoir sur vous papier d'identité + carte Vitale + carte d'assurance(s), le tout dans une pochette étanche avec votre argent
- Chaque participant doit être couvert en Responsabilité civile (dans le cadre d'une activité randonnée à titre de loisirs)
- L'assurance rapatriement est obligatoire. Une assurance annulation est fortement conseillée. Si vous n'en avez pas, AEM Voyages propose un contrat Europ Assistance avec l'assistance-rapatriement, l'assurance annulation - interruption du séjour et bagages - effets personnels.

**IMPORTANT** : les baignades se font sous votre propre responsabilité, baignade parfois dangereuse.

