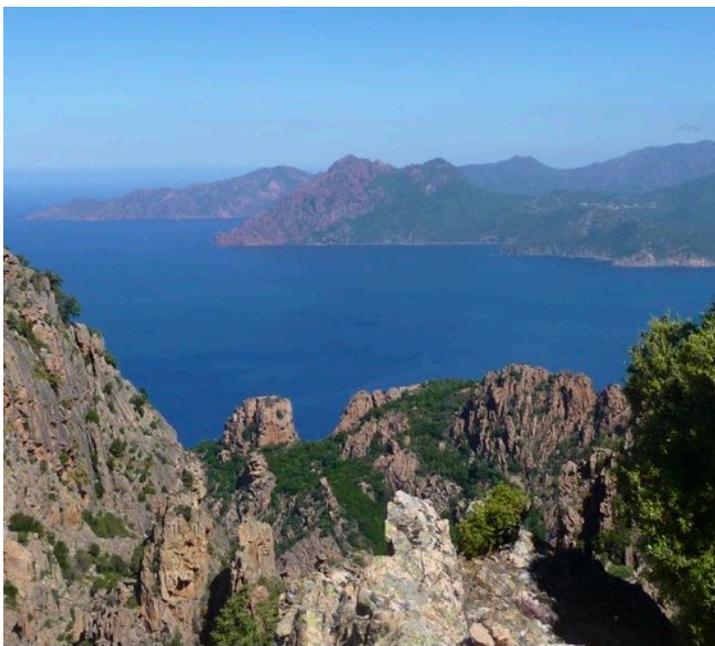


CORSE PRINTANIÈRE

MAQUIS EN FLEURS, MONTAGNE ET MER



C'est le joyau des rivages insulaires : le golfe de Porto et son arrière-pays figurent parmi les perles de la Corse, magnifiés au printemps par les couleurs du maquis en fleurs.

Ce circuit est une boucle « à ma sauce », qui combine de très belles étapes du Mare e Monti Nord et du Mare a Mare Nord avec des portions hors sentiers battus, et qui mêle

des incontournables, comme le fameux petit port de Girolata, à une incursion dans l'un des coins les plus sauvages de l'île.

On commence en montagne et on finit à la mer, tout en faisant halte dans des gîtes simples mais de qualité, où sont de mise la bonne chère et l'accueil chaleureux : voilà de quoi, avec la mer en ligne de mire, fêter le printemps!

- ▶ Randonnée en itinérance de niveau moyen à soutenu
- ▶ 8 jours - 7 nuits - 7 journées de marche
- ▶ 4 à 6h de marche par jour, dénivelés positifs quotidiens de 500 à 1000 m
- ▶ Terrain : bons sentiers, ponctuellement rocaillieux
- ▶ Portage : affaires pour les 7 jours
- ▶ Hébergement : gîtes et hôtel de village, une nuit en refuge de montagne (dortoirs, une nuit sous tente)
- ▶ Transferts : avec mon minibus ou en taxi local
- ▶ Nombre de participants : 5 à 10 personnes*

Période : avril - mai

À partir de 970 €

Niveau moyen à soutenu

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

Pour un groupe de 4 personnes, un supplément de 110€/pers vous sera demandé.

PROGRAMME

Jour 1 : accueil à Calvi - Galeria

Accueil à 18h à Calvi et trajet avec mon minibus (30 mn) jusqu'à Galeria. Nuit en gîte.

Jour 2 : Galeria - Montestremu - Puscaghja

Transfert au hameau de Montestremu, montée au col de Caprunale (1340m) par un antique sentier de transhumance, vestige exceptionnel de la vie pastorale de l'île. Courte descente sur le refuge de Puscaghja (1087m), le plus secret des refuges corses, qui est aussi le plus charmant!

+1100m, -250m, 6h. Nuit en refuge.

Jour 3 : Puscaghja - Evisa

Nous quittons ce coin de paradis pour monter au col de Cuccavera (1475m), très beau point de vue sur les sommets. Après Bocca a u Saltu, nous rejoignons le Mare a Mare Nord qui nous mène aux célèbres piscines de la forêt d'Aitone puis, à travers la châtaigneraie, au joli village d'Evisa.

+450m, -700m, 6h. Nuit en hôtel (chambre de 4).

Jour 4 : Evisa - Ota

Journée plus cool avec la descente des fameuses gorges de la Spelunca flanquée de ses deux magnifiques ponts génois... Une pause avant de remonter entre les oliviers vers le joli village d'Ota.

+100m, -650m, 4h. Nuit en gîte.

Jour 5 : Ota - Serriera

Montée matinale au Capu San Petru (914m) avec un petit aller-retour pour profiter du superbe panorama sur le golfe de Porto, puis descente raide en forêt sur le village de Serriera où nous attend Régine, cuisinière au savoir-faire et à la générosité mémorables !

+700m, -900m, 6h. Nuit en gîte.

Jour 6 : Serriera - Gradelle

Journée tranquille et maritime aujourd'hui : nous commençons par descendre à la plage de Bussaghja puis il nous faut suivre un temps la jolie route côtière avant de rejoindre le sauvage sentier côtier qui, de crique en crique, nous conduit à l'anse de Gradelle où nous passons la nuit au bord de l'eau.

+250m, -350m, 4h. Nuit en gîte.

Jour 7 : Gradelle - Girolata

Montée dans le maquis vers le col de la Croix et aller-retour en direction de la Punta Castellacciu ou du Monte Seninu (618m), incomparables belvédères sur le golfe de Porto. Descente sur la plage de Tuara puis, par le sentier du facteur, on gagne le port de Girolata, accessible seulement à pied ou en bateau.

+750m, -750 m, 6h. Nuit en gîte.

Jour 8 : Girolata - Galeria

Splendide étape du Mare e Monti aujourd'hui pour monter sur les crêtes de la Linterniccia (784m) d'où la vue panoramique sur la mer et les sommets clôt en beauté notre périple! Longue descente sur Galeria.

+800m, -800 m, 6h.

Le prix comprend :

- L'hébergement et la restauration durant le séjour du dîner du J1 au pique-nique du J8
- L'encadrement par une accompagnatrice en montagne diplômée d'Etat
- Les transferts prévus au programme

Le prix ne comprend pas :

- Les boissons et complément d'en-cas
- Les transferts entre chez vous et Calvi
- Les frais de dossier d'AEM Voyages (15€)
- L'assurance annulation (virement conseillée) et l'assistance rapatriement (obligatoire)
- Tout ce qui n'est pas dans « Le prix comprend »

Ce programme peut être modifié à tout moment par le professionnel encadrant en fonction des conditions climatiques, des aptitudes physiques et techniques des participants et de la disponibilité des hébergements. En dernier ressort, il reste seul juge du programme.

DÉPART ET ARRIVÉE

- ▶ Accueil le jour 1 à 18h à Calvi devant la gare ferroviaire
- ▶ Fin le jour 8 vers 16h au même endroit

Pour se rendre à Calvi :

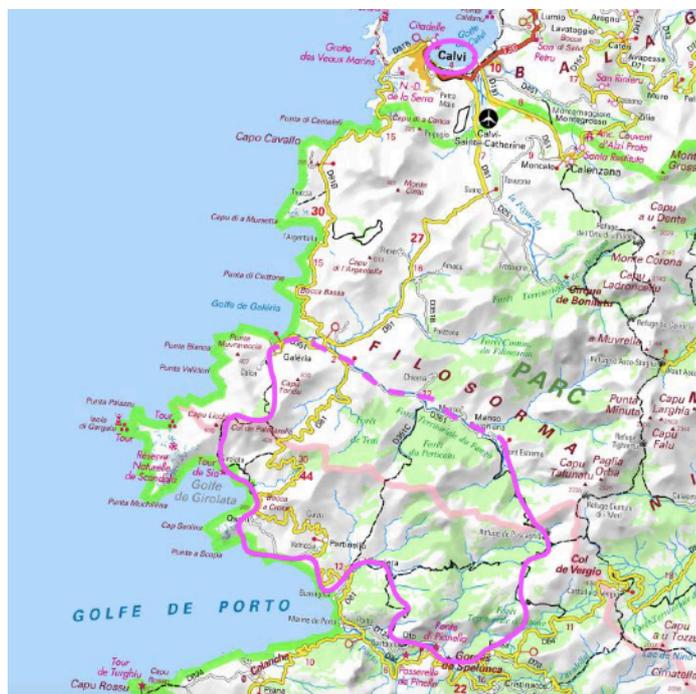
- En ferry : depuis Marseille, Toulon, Nice avec la Corsica Linea ou Corsica Ferries. Arrivée à Ile Rousse, Bastia ou Ajaccio puis train de la CFC.
- En avion : vols directs quotidiens depuis Paris, Marseille, sinon vol pour Ajaccio ou Bastia puis train de la CFC. L'aéroport de Calvi est à 8 km du centre, pas de bus : il faut prendre un taxi si vous arrivez tôt, sinon je passe vous prendre.
- Avant de prendre des billets non remboursables, assurez-vous que le circuit est bien confirmé.

HÉBERGEMENT - RESTAURATION

- Gîtes : dortoirs, sanitaires communs, douches chaudes. Refuge : dortoir, sanitaires communs, douche froide. Hôtel à Evisa : chambres de 4. Gîte à Galeria : nuit sous tente lodge.
- Sac de couchage léger nécessaire pour la nuit à Galeria (sous tente) et à Puscaghja (refuge).

LOGISTIQUE

- Vous pourrez laisser des affaires à Galeria au gîte ou dans mon véhicule.
- Je peux venir vous chercher ou vous déposer à l'aéroport sans problème (l'aéroport est sur le trajet Calvi-Galeria), mais seulement dans les horaires des rendez-vous pour le séjour (15 mn après le jour 1, et 15 mn avant le jour 8).



ÉQUIPEMENT À EMPORTER

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

Faites le plus léger possible, mais attention, il peut faire très bon, mais il peut aussi faire frais. Ne négligez pas vêtements chauds et équipement de pluie.

Pour la journée :

- Un sac à dos de 45 litres, avec un sursac protecteur imperméable
- De bonnes chaussures de rando : bonne adhérence de la semelle, 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, si vous préférez, 1 pantalon de randonnée - selon la météo)
- 2 ou 3 paires de chaussettes et jeux de sous-vêtements, pas plus !!!
- 1 micro polaire ou équivalent
- 1 doudoune légère ou 1 polaire chaude et légère, obligatoire
- 1 veste Gore-tex légère à portée de main dans le sac et 1 surpantalon léger et imperméable (cape de pluie peu adaptée)
- Bonnet et gants mi-saison : 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 1,5 à 2 litres d'eau
- 1 couteau de poche + 1 cuillère, pas besoin de Tupperware, je vous le fournis
- Bâtons vivement recommandés
- 2 ou 3 grands sacs plastiques ou, mieux, sacs étanches pour emballer vos affaires + pour mettre la nourriture du pique-nique + qq petits pour servir de poubelle : obligatoire
- Couverture de survie
- Maillot de bain pour les baignades après les randonnées (sous votre responsabilité)

Pour les soirées et nuits :

- Sac de couchage léger obligatoire (et sac à viande en plus éventuellement)
- Lampe frontale, boules Quiès
- Une tenue chaude pour le soir : haut à manches longues type Mérinos, chaussettes, pantalon léger (qui peut être votre pantalon de marche)
- Sandales type Crocs (non fournies en gîte)

- Affaires de toilette réduites à leur plus simple expression: mini-brosse à dents, mini-dentifrice, mini-savon-shampoing écologique, et contenant léger type sac congélation.
- Mini-serviette légère et qui sèche vite
- Papier toilette et briquet
- Si vous le souhaitez : savon pour la lessive + pinces et fil à linge

Pharmacie :

- Inutile de vous surcharger car j'ai une pharmacie, mais prenez de quoi soigner les ampoules (compresses désinfectantes, pansements double peau + pansements type Elastoplast), et vos médicaments personnels (ordonnance obligatoire si traitement médical en cours).
- Il est de la responsabilité de chacun d'entre vous 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.

Et aussi :

- Argent liquide pour les boissons, pas de distributeurs en route et les hébergements ne prennent pas la carte bleue
- Possibilité de charger des appareils parfois limitée, et pas de couverture réseau les deux premiers jours.

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 comprenant l'assistance-rapatriement, l'assurance annulation - interruption du séjour et bagages - effets personnels.

INFORMATIONS COVID 19

- L'ensemble des prestations du séjour s'effectue dans le strict respect de la réglementation et des mesures sanitaires en vigueur aux dates du séjour.
- Pour plus d'information sur les formalités sanitaires en France, consulter ce site.

IMPORTANT : les baignades se font sous votre propre responsabilité (mer parfois dangereuse).

CARTES

- Au 1:25000 : IGN Top 25 4150 OT « Porto - Calanche de Piana »

