GR20 intégral

« Créé en 1972, le GR 20 est rapidement devenu un mythe. La légende s'est bâtie sur sa difficulté technique, sur l'absence de ravitaillement qui obligeait les prétendants à transporter des sacs si pesants mais surtout sur l'incroyable diversité et la profonde beauté des paysages traversés. Aujourd'hui la beauté et la difficulté sont toujours là mais la restauration dans les refuges et l'assistance bagages permettent à tous les randonneurs en très bonne forme de participer au voyage. Il est cependant le trek le plus difficile d'Europe. Il s'agit bien d'un voyage, de 16 jours, que beaucoup préfèrent étaler sur 2 ans. Peur de ne pas arriver au bout, manque de temps ou plutôt désir de faire durer le plaisir et de rêver une année de plus.
Le GR 20 tente beaucoup de monde, trop peut être au vu de la taille et de la vétusté des hébergements mais cet inconfort fait partie du jeu. Le GR 20 c'est un voyage superbe mais exigeant.
Etre capable de le faire et ne pas le tenter est un péché mais le faire sans en avoir les capacités est une grosse erreur ! La partie Sud est plus facile, je devrais dire moins difficile que la partie Nord. Souvent aérienne, elle chevauche les crêtes de la grande dorsale Corse si fine ici. La mer est présente beaucoup plus bas et on pense toujours aux baigneurs barbotant dans une eau turquoise à 25° alors que nous suons et pestons parfois après toute cette caillasse. Mais jamais nous n'échangerions nos places…
Le GR Sud n'est pas une promenade de santé mais est néanmoins un excellent test avant d'aborder LE NORD. Celui qui s'est ''mis dans le rouge'' sur le GR Sud ne trouvera aucun plaisir sur le Nord.
Le GR Nord représente pour beaucoup un achèvement. Ici la montagne s'élève et s'étend. On n'estplus sur une crête dominant la vallée mais au cœur des montagnes et la mer s'est faite plus discrète. Les dénivelés augmentent, les cailloux sont plus nombreux et les difficultés plus fréquentes. Le plaisir aussi augmente dans cet univers très alpin malgré tout sillonné de nombreux torrent aux vasques tentatrices. ».
Randonner sur le GR 20 est un choix qui implique attirance et respect pour la nature et la montagne, goût de l'effort, capacité à se suffire d'un confort précaire (de jour comme de nuit), attrait certain pour la vie de groupe et sens de la solidarité.

PROGRAMME

Jour 1 : De Bavella à Asinau
Nous accueillons le groupe en début de matinée à Ajaccio, transfert au col de Bavella. Nous empruntons la variante alpine pour franchir les célèbres Aiguilles de Bavella.

Nuit au refuge d'Asinao.

HEURES DE MARCHE : 5h
DÉNIVELÉ + : 810 m
DÉNIVELÉ - : 410 m
TYPE D'HÉBERGEMENT : en refuge ou bergerie (nuit sous tente ou en dortoir)
ASSISTANCE BAGAGES : sans transport de bagages

Jour 2 : De Asinau à Bassetta
Ascension matinale de l'Incudine 2134 m. Nous découvrons le plateau du Cuscione et au loin le golfe d'Ajaccio. Le relief devient plus doux, entre les collines se trouve la chaleureuse auberge de Bassetta.

Nuit à Bassetta.

HEURES DE MARCHE : 5h30
DÉNIVELÉ + : 710 m
DÉNIVELÉ - : 900 m
TYPE D'HÉBERGEMENT : Bergerie de Basseta ou de I Crocco (nuit sous tente ou en dortoir)
ASSISTANCE BAGAGES : avec transport de bagages

Jour 3 : De Bassetta à Usciolu
Nous cheminons sur le fil de l'arête des statues, entre les blocs de granit torturés par le vent, avec pour toile de fond la mer Tyrrhénienne.

Nuit au refuge d'Usciolu.

HEURES DE MARCHE : 4h30
DÉNIVELÉ + : 630 m
DÉNIVELÉ - : 210 m
TYPE D'HÉBERGEMENT : en refuge (nuit sous tente ou en dortoir)
ASSISTANCE BAGAGES : sans transport de bagages

Jour 4 : De Usciolu à Verde
Nous continuons notre progression vers le nord par un parcours aérien sur les crêtes entre la vallée du Taravu et la plaine orientale. Sur l'itinéraire nous gravissons la Punta Cappella 2041 m.

Nuit au gîte de Verde.

HEURES DE MARCHE : 7h00
DÉNIVELÉ + : 790 m

DÉNIVELÉ - : 1240 m
TYPE D'HÉBERGEMENT : en refuge (nuit sous tente ou en dortoir)
ASSISTANCE BAGAGES : avec transport de bagages

Jour 5 : De Verde à Capanelle
A travers la hêtraie de Marmano nous rejoignons les Pozzi du Renoso, curieuses pelouses d'altitudes parsemées de trous d'eau. Le Gr 20 emprunte ensuite un ancien chemin de ronde à travers une belle forêt de hêtres.

Nuit à Capanelle.

HEURES DE MARCHE : 6h00
DÉNIVELÉ + : 850 m
DÉNIVELÉ - : 520 m
TYPE D'HÉBERGEMENT : en gîte (nuit en dortoir)
ASSISTANCE BAGAGES : avec transport de bagages

Jour 6 : De Capanelle à Vizzavona
Nous suivons un ancien chemin muletier qui nous amène au col de Palmente (1640 m). Pour la dernière fois, la côte orientale se dessine à nos pieds offrant un panorama splendide sur les étangs de Diana et d'Urbinu. Descente dans la hêtraie de Vizzavona.

Nuit au gîte de la gare de Vizzavona.

HEURES DE MARCHE : 5h00
DÉNIVELÉ + : 220 m
DÉNIVELÉ - : 890 m
TYPE D'HÉBERGEMENT : en gîte (nuit en dortoir ou en chambre en option)
ASSISTANCE BAGAGES : avec transport de bagages

Jour 7 : De Vizzavona à l'Onda
Nous quittons Vizzavona en passant devant les célèbres Cascades des Anglais. La montée se poursuit dans un univers de plus en plus minéral et gagne la Punta Muratello (2141 m). La descente est raide mais la vue sur les plus hauts sommets de l'île récompense nos efforts.

Nuit à l'Onda

HEURES DE MARCHE : 6h40
DÉNIVELÉ + : 1220 m
DÉNIVELÉ - : 710 m
TYPE D'HÉBERGEMENT : en refuge (nuit sous tente ou en dortoir)
ASSISTANCE BAGAGES : sans transport de bagages

Jour 8 : De l'Onda à Petra Piana
Au choix selon les conditions météo: le passage en crêtes par les Pinzi Corbini (2021m) ou la remontée du Manganellu et ses piscines naturelles.

Nuit au refuge de Petra Piana

HEURES DE MARCHE : 5h15
DÉNIVELÉ + : 900 m

DÉNIVELÉ - : 490 m
TYPE D'HÉBERGEMENT : en refuge (nuit sous tente ou en dortoir)
ASSISTANCE BAGAGES : sans transport de bagages

Jour 9 : De Petra Piana à Vaccaghja
Courte montée matinale au col de la Haute route à 2206 m. Parcours aérien sur les crêtes qui dominent les lacs de Melu et Capitellu pour accéder à la brèche de Bocca a e Porte 2225 m.

Nuit aux bergeries de Vaccaghja.

HEURES DE MARCHE : 6h00
DÉNIVELÉ + : 630 m
DÉNIVELÉ - : 890 m
TYPE D'HÉBERGEMENT : Bergerie (nuit sous tente)
ASSISTANCE BAGAGES : sans transport de bagages

Jour 10 : De Vaccaghja à Vergio
Nous poursuivons notre périple et traversons en courbe de niveau une vaste hêtraie d'altitude. Arrêt au lac de Ninu l'une des « perles » de la montagne Corse, paradis des chevaux sauvages.

Nuit à Castel di Vergio

HEURES DE MARCHE : 5h30
DÉNIVELÉ + : 350 m
DÉNIVELÉ - : 550 m
TYPE D'HÉBERGEMENT: en gîte (nuit en dortoir ou en chambre en option)
ASSISTANCE BAGAGES : avec transport de bagages

Jour 11 : De Vergio à Ballone
Changement de décor : nous pénétrons le massif volcanique de la Grande Barrière et remontons la haute vallée du Golo jusqu'au Col de Foggiale.

Nuit aux bergeries de Ballone

HEURES DE MARCHE : 6h00
DÉNIVELÉ + : 730 m
DÉNIVELÉ - : 720 m
TYPE D'HÉBERGEMENT: : en refuge ou en bergerie (nuit sous tente ou en dortoir)
ASSISTANCE BAGAGES : sans transport de bagages

Jour 12 : De Ballone à Ascu
La journée la plus sportive du parcours avec au programme la montée à la pointe des Eboulis sur la crête du Monte Cintu le plus haut sommet de Corse (2710m). Ascension possible du sommet selon les conditions physiques et météo .
Nuit au gîte d'Ascu Stagnu

HEURES DE MARCHE : 8h30
DÉNIVELÉ + : 1240 m
DÉNIVELÉ - : 1200 m

TYPE D'HÉBERGEMENT : en gîte (nuit en dortoir ou en chambre en option)
ASSISTANCE BAGAGES : avec transport de bagages

Jour 13 : De Ascu à Bonifatu
Par une courte et raide ascension nous rejoignons le col de la Muvrella. Nous abandonnons l'univers des cimes et plongeons dans le canyon jusqu'à la passerelle de la Spasimata ; l'ambiance méditerranéenne gagne peu à peu.

Arrivée à Bonifatu et transfert retour vers Calvi.

HEURES DE MARCHE : 7h00
DÉNIVELÉ + : 680 m
DÉNIVELÉ - : 1530 m
ASSISTANCE BAGAGES : avec transport de bagages

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL
Le Dimanche à 7h devant la gare SNCF à Ajaccio.

DISPERSION
Le Vendredi (Jour 13) en fin d'après-midi à la gare SNCF de Calvi.

NIVEAU
Durée moyenne des étapes > 6h et dénivelé moyen > 800 m. Enchainement de plus de 10 jours consécutifs de randonnée, portage du sac avec jusqu'à 4 jours d'autonomie.

HEBERGEMENT
Déjeuners : Les pique-niques élaborés par nos soins sont copieux et à base de produits locaux. Au départ des refuges ou bergeries, les pique-niques sont fournis par les gardiens. Vivres de courses prévues au cours de la randonnée (canistrelli corses et fruits secs).

Les dîners et les petits déjeuners sont pris en commun aux hébergements.

Douches chaudes dans les gîtes. Douches froides dans les refuges et chauffe-eau à gaz ou solaire dans les bergeries. Attention : parfois une seule douche pour l'ensemble des randonneurs.

Hébergement en refuges, en bergeries, et en gîte :
- Les **refuges** sont des hébergements construits par le Parc Naturel Régional de Corse et laissés en gestion privée. Inaccessibles par route, situés en haute-montagne, ils offrent un confort extrêmement rustique. Vous dormez sous tente (tente igloo 2 places avec matelas ou tapis de sol) ou dans le dortoir sur des bat-flanc. (Il est possible que vous ayez à monter et démonter les tentes).
- Les **bergeries** sont des exploitations privées. Nuit sous tente igloo 2 places ou grand Marabout, ou en dortoir sommaire sur batflancs. Refuges et bergeries sont de confort rudimentaire. Malgré tous ces petits désagréments ce sont ces nuits qui laissent les plus profonds souvenirs, plus près des étoiles et bien loin du tintamarre des villes.
- Les **gîtes** sont des hébergements au confort très sommaire, accessibles par route. Vous dormez dans des chambres de 4 à 8 lits ou en dortoir, les sanitaires et les douches sont communs pour l'ensemble des randonneurs du gîte. Toutefois, quelques établissements offrent des prestations supérieures.

TRANSFERTS INTERNES
En car, train ou minibus :
- Jour 1 : Ajaccio – Bavella (2h30)
- Jour 13 : Bonifato – Calvi (40 mn)

Notre équipe prend en charge votre bagage d'assistance au moment de l'accueil. Vous devez donc vous présenter prêt à randonner: chaussures de randonnée au pied, gourde pleine, sac à dos complet, sac d'assistance fermé.
Attention : La fin du séjour étant prévue entre 15h et 16h à Calvi (3h de route d'Ajaccio), merci d'en tenir compte pour l'organisation de votre voyage si vous devez quitter la Corse le jour même.

PORTAGE DES BAGAGES

GROUPE

De 6 à 12 participants par accompagnateur.

ENCADREMENT

Par un accompagnateur en montagne diplômé d'état connaissant parfaitement la Corse. Il vous fera découvrir la nature sauvage de l'île mais aussi ses traditions, son habitat et son histoire.

MATERIEL FOURNI

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

Voici une liste du matériel indispensable du bon déroulement de votre randonnée. Cette liste n'est pas exhaustive. La qualité de l'équipement est une composante essentielle de la réussite de votre randonnée.
Le premier jour, notre équipe prend en charge votre bagage d'assistance dès le rendez-vous d'accueil le J1. Vous devez donc vous présenter "prêt à randonner" (chaussures de randonnée au pied, gourde pleine, sac à dos complet, sac d'assistance fermé).

Le sac à dos :
Votre sac à dos doit pouvoir contenir votre duvet et vos affaires personnelles pour une durée de deux jours (trois jours pour l'Original), soit environ 50 litres. Choisissez un sac à dos avec une ceinture ventrale (permettant de faire reposer le poids du sac sur le bassin), de bretelles matelassées et une sangle de poitrine.
Vous devez toujours emporter dans votre sac à dos un vêtement chaud, un vêtement de pluie, une gourde, une trousse de secours et vos objets personnels sans oublier une partie du pique-nique.
En plus du couvre-sac (parfois intégré au sac à dos), un sac poubelle de 70 litres et deux sacs congélation sont indispensables pour protéger efficacement vos affaires de la pluie.

Le sac d'assistance :
C'est votre bagage "suiveur". Vous le retrouvez le soir, aux hébergements, lorsqu'ily a un accès routier. Il est de type sac "marin" ou sac de sport. Outre le change additionnel, il contient le superflu que vous êtes heureux de retrouver certains soirs (il ne doit pas dépasser 10 kg). Aucune affaire ne doit être attachée à l'extérieur du sac. Il est transporté par notre assistance aux hébergements accessibles par route (voir § « Informations pratiques »). Veillez à limiter votre équipement et à ne prévoir que le nécessaire.
Pour plus de sécurité, nous vous conseillons de mettre un cadenas sur votre sac d'assistance.

Les chaussures :
Choisir des chaussures de randonnée avec une bonne tenue de cheville et des semelles crantées, mais souples. Les chaussures sont l'un des éléments les plus importants de votre

randonnée. Elles doivent être avant tout confortables, légères, imperméables et respirantes. Un bon maintien de la cheville est indispensable.
Ne partez pas avec des chaussures neuves. Utilisez-les au moins deux ou trois fois avant lors de randonnées. De même, assurez-vous que vos "vieilles chaussures" ne vont pas céder dès la première montée.

Les vêtements :
- Une veste coupe-vent imperméable et respirante de type GORE TEX
- Une protection contre la pluie (Cape de pluie ou veste imperméable et respirante)
- Une veste polaire ou doudoune légère
- Pantalon(s), short(s), tee-shirt(s) (éviter le coton et privilégier les matières respirantes).
- Vêtements de rechange et linge personnel
- Un maillot de bain et une serviette en microfibre (plus légère)
- Gants fins et bonnet léger.

Le couchage :
Un sac de couchage de bonne qualité (température de confort: + 5°) compact et léger est essentiel pour ce séjour impliquant des nuits en gîte, en refuge ou sous tente.
Pour les nuits en bivouac nous acheminons le matériel nécessaire.

Le pique-nique :
- 1 boite hermétique individuelle (type « Tupperware ») de 0,5 litres environ pour contenir une portion de salade composée, des couverts (couteau, fourchette) et un gobelet.

Petit matériel :
- Gourde (deux litres environ). Poche à eau type "Camelback" très conseillée
- Une paire de bâtons télescopiques (conseillée)
- Lunettes de soleil et crème solaire
- Casquette
- Une petite trousse de toilette, avec serviette (en microfibre plus légère)
- Une lampe de poche ou frontale (pour la nuit)
- Une paire de tennis ou de sandalettes pour (le soir)
- Papier hygiénique
- Boules Quiès

Pharmacie :
L'accompagnateur possède une pharmacie d'urgence. 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, aspirine/paracétamol, pansements et compresses stériles.

Des "punaises de lit" peuvent être signalées dans certains refuges. Les hébergements traitent régulièrement leurs matelas, mais les randonneurs restent un vecteur de transmission d'étape en étape. Une personne n'est pas forcément sensible aux piqures. Munissez-vous toutefois d'un produit préventif pour désinfecter les vêtements (ex : "Biokill" ou "A-PAR"), et d'une pommade à base de cortisone en cas de piqûre.

LE PRIX COMPREND
- La prise en charge au lieu de rendez-vous
- Les transferts

- La pension complète, y compris les vivres de course
- L'encadrement par un accompagnateur en montagne
- L'assistance bagages

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les dépenses personnelles, les boissons
- Les assurances annulation et assistance-rapatriement
- De manière générale tout ce qui n'est pas cité dans « Nos prix comprennent ».