Le mythique GR20 Sud en liberté

Au cœur des majestueuses montagnes corses, le GR20 Sud, avec ses paysages époustouflants et sa nature sauvage, offre une expérience de randonnée inoubliable. Débutant à Bavella, ce sentier mythique traverse des panoramas à couper le souffle. Les randonneurs courageux peuvent s'attendre à des passages rocheux et escarpés mais sont récompensé par des vues spectaculaires sur la Méditerranée. Les refuges de montagne disséminés le long du chemin offrent un abri chaleureux et des rencontres conviviales. Chaque étape sur le GR20 Sud révèle la beauté brute de la Corse, faisant de cette aventure une immersion inoubliable au cœur d'une nature sauvage préservée.

PROGRAMME

Jour 1 : Bavella - Asinao
Accueil en début de matinée à la gare d'Ajaccio, puis transfert à Bavella. L'itinéraire commence en empruntant la variante alpine pour franchir les célèbres Aiguilles de Bavella. Nuit au refuge ou aux bergeries d'Asinao.

HEURES DE MARCHE : 5h
DÉNIVELÉ + : 800 m
DÉNIVELÉ - : 410 m
TYPE D'HÉBERGEMENT : en refuge ou en bergerie
ASSISTANCE BAGAGES : sans transport de bagages

Jour 2 : Asinao - Bassetta
La journée débute par l'ascension de l'Alcudina (2134 m), puis vous traversez les pelouses d'altitude du plateau du Cuscionu. Le relief devient plus doux. Nuit aux bergeries de Bassetta.

HEURES DE MARCHE : 5h30
DÉNIVELÉ + : 710 m
DÉNIVELÉ - : 900 m
TYPE D'HÉBERGEMENT : en bergerie
ASSISTANCE BAGAGES : avec transport de bagages

Jour 3 : Bassetta - Usciolu / Cozzano
Vous rejoignez l'arête des statues, puis vous cheminez sur le fil de l'arête, entre les blocs de granit torturés par le vent, avec pour toile de fond la mer Tyrrhénienne.
Nuit sous tente au refuge d'Usciolu ou au gite de Cozzano.

HEURES DE MARCHE : 4h30
DÉNIVELÉ + : 630 m
DÉNIVELÉ - : 210 m
TYPE D'HÉBERGEMENT : en tente ou en gîte
ASSISTANCE BAGAGES : sans transport de bagages

Jour 4 : Usciolu / Cozzano - Verde
Vous continuez votre progression vers le nord par un parcours aérien en crêtes, sur la ligne de partage des eaux entre la vallée du Taravu et la plaine orientale. Sur l'itinéraire, vous gravissez la Punta Cappella (2041 m).
Nuit au Refuge de Verde.

HEURES DE MARCHE : 7h
DÉNIVELÉ + : 790 m
DÉNIVELÉ - : 1240 m
TYPE D'HÉBERGEMENT : en refuge
ASSISTANCE BAGAGES : avec transport de bagages

Jour 5 : Verde - Capanelle

Après les crêtes escarpées de la veille, le chemin en sous-bois contraste agréablement. Possibilité, par une variante balisée de faire en aller-retour la randonnée aux curieux "Pozzi" du Renosu, vaste plateau d'altitude, un incontournable.
Nuit au gîte de Capanelle.

HEURES DE MARCHE : 6h
DÉNIVELÉ + : 1000 m
DÉNIVELÉ - : 700 m
TYPE D'HÉBERGEMENT : en gîte
ASSISTANCE BAGAGES : avec transport de bagages

Jour 6 : Capanelle - Col de Vizzavona
Par un ancien chemin muletier vous atteignez le col de Palmente (1640 m). La côte orientale se dessine à vos pieds offrant un vaste panorama sur les étangs de Diana et d'Urbinu. Descente dans la hêtraie de Vizzavona et retour vers Ajaccio. Fin du séjour après le transfert.

HEURES DE MARCHE : 5h
DÉNIVELÉ + : 220 m
DÉNIVELÉ - : 890 m
TYPE D'HÉBERGEMENT : en gîte
ASSISTANCE BAGAGES : sans transport de bagages

Nous avons choisi de parcourir le GR 20 du sud vers le nord, à l'inverse du sens conventionnel. En commençant par la partie la plus facile (le sud), l'effort est progressif. Vous augmentez ainsi vos chances d'arriver au bout.
Les temps de marche 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.

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Rendez-vous le dimanche à 7h devant la gare SNCF à Ajaccio. Puis transfert J1 entre Ajaccio et Bavella (env. 2h30).

Accès :
En bateau :
Depuis Nice, Marseille, Toulon et l'Italie.
En avion :
Liaisons aériennes depuis les principales villes françaises vers Ajaccio, Bastia, Calvi et Figari.

DISPERSION

Le J6 après votre randonnée transfert entre Vizzavona et Ajaccio dans l'après-midi (env.1h).

NIVEAU

Niveau : difficile.
Durée moyenne des étapes : de 5h à 6h par jour,
Dénivelé positif moyen : de 600m à 800 m par jour,
Altitude maximum de passage : 2134 m,
Altitude maximum des hébergements : 1750 m.
Terrain : mauvais sur de grandes portions, terrain rocheux et très raviné. Certaines portions d'étape en altitude, les sentiers y sont très escarpés et caillouteux. Quelques passages exposés techniques : passages de chaînes, petits pas d'escalade facile...
En début de saison (de juin à mi-juillet) des névés quelques fois importants peuvent être présents sur l'itinéraire. Ces névés par endroit assez raides et exposés demandent de savoir progresser et s'assurer sur ce type de terrain : l'usage de cordes, de piolets et crampons sont parfois nécessaires.
Ce séjour est destiné à des personnes très expérimenté et sportif, en très bonne condition physique et ayant une expérience de la montagne. Il est nécessaire de savoir lire une carte de randonnée et d'être habitués aux randonnées de plusieurs jours consécutifs incluant le portage du sac pendant 3 à 4 jours d'autonomie. Dénivelés parfois très élevés et durées de marche allant de 4h à 8h par jour.

HEBERGEMENT
Hébergement en refuges, en bergeries (sous tente) 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.
Les bergeries sont des exploitations privées. Nuit sous tente igloo 2 places aux abords, ou en dortoir.
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.
Ces hébergements ne fournissent ni draps, ni couvertures. Un sac de couchage est nécessaire.
Douches : chaudes ou froides selon la fréquentation et le système de chauffage de l'hébergement. Attention : parfois une seule douche pour l'ensemble des randonneurs.
Possibilité de disposer de prises de courant à Bassetta*, à Verde* et Capanelle* ; nous vous recommandons de prévoir une batterie externe chargée.
*Ces hébergements produisent leur propre électricité à l'aide d'un groupe électrogène, les prises de courant sont peu nombreuses et très convoitées, elles peuvent être payantes.

Repas :
Déjeuners : Le pique-nique du premier jour vous sera remis le matin du départ, il est copieux et à base de produits corses. Au départ des refuges ou bergeries, les pique-niques sont fournis par les gardiens.
Des vivres de course sont prévus au cours de la randonnée (gâteaux corses et fruits secs).
Les dîners et les petits déjeuners sont pris en commun aux hébergements.

Régime alimentaire particulier (allergie, intolérance...) : veillez à prendre avec vous les plats ou aliments adaptés car les hébergements n'ont pas toujours la possibilité de proposer une cuisine spécifique.

TRANSFERTS INTERNES
Transferts le J1 et le J6 assurés en voiture, en minibus ou en bus.

PORTAGE DES BAGAGES
Avec transport des bagages : vous portez seulement vos affaires pour la journée. Le reste de vos bagages est transporté entre les hébergements. Dans le cas où le transport des bagages n'est pas possible dans un hébergement du séjour, vous porterez vos affaires personnelles.
Votre sac à dos devra donc contenir un sac de couchage et vos affaires personnelles nécessaires aux nuits en refuge ou bergerie. Pour plus de sécurité, nous vous conseillons de mettre un cadenas sur votre sac d'assistance.
Nous récupérons votre sac d'assistance le premier jour.
Vous partez pour 2 jours en autonomie.
Vous retrouvez votre sac d'assistance à Basseta (J2).
Vous partez ensuite pour 2 jours d'autonomie.
Vous retrouvez votre sac d'assistance à Verde (J4).
Vous partez ensuite avec vos affaires pour la journée.
Vous retrouvez votre sac d'assistance à Capanelle (J5).
Vous retrouvez votre sac d'assistance le lendemain à Vizzavona et terminez votre séjour.

GROUPE
A partir de 2 personnes.

ENCADREMENT
Pas de guide sur ce voyage.

Avant votre départ nous vous remettons un road book spécialement conçu pour ce circuit, composé d'indications précises qui vous permettront d'effectuer vos journées de découverte et de randonnée en toute liberté.
Pour profiter et apprécier pleinement votre voyage de randonnée, vous devez être en mesure d'assurer votre autonomie sur le terrain avec les documents fournis.

MATERIEL FOURNI

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

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
- 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.

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

Petit matériel
- Gourde ou poche à eau (deux litres environ) : nous vous conseillons vivement de prévoir une gourde filtrante, une paille filtrante ou un adaptateur filtrant pour votre poche à eau (type LifeStraw ou Camelbak)
- Une paire de bâtons télescopiques (conseillée)
- Lunettes de soleil, crème solaire et casquette
- Papier WC
- Boules Quies
- Une petite trousse de toilette, avec serviette (en microfibre plus légère)
- Une lampe frontale avec des piles neuves
- Une paire de tennis ou de sandalettes pour le soir

Pharmacie : vous devez vous munir de vos prescriptions médicales ainsi qu'une pharmacie d'appoint contenant : elastoplast large, double peau en prévention des ampoules, désinfectant, aspirine/paracétamol, pansements et compresses stériles.

LE PRIX COMPREND

- Les documents de voyage,
- Les nuits en gîtes, bergeries et sous tentes,
- La pension complète du J1 pour le déjeuner au J6 après le déjeuner,
- Les transferts Ajaccio - Bavella et Vizzavona - Ajaccio en ligne régulière,
- Le transport des bagages pour les J2, 4 et 5,
- Les frais d'organisation et d'inscription.

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les assurances,
- Le transport aller-retour jusqu'au point de rendez-vous,
- Les transferts non prévus au programme (abandon, blessure, fatigue...),
- Les boissons et dépenses personnelles.