

DATES DU SÉJOUR
08 au 13 Mai 2025

MARE A MARE SUD

De Propriano à Porto Vecchio

Séjour de 6 Jours / 5 Nuits



DESCRIPTIF DU SÉJOUR

Traversée la plus méridionale de la Corse, de Propriano, sur la côte ouest, à Porto-Vecchio, sur la côte orientale, à travers les montagnes de l'Alta Rocca.

Sur les antiques sentiers de transhumance qui relient la côte à la montagne, traversée de Fozzano, le village de Colomba et Sainte Lucie de Tallano, avec ses oliveraies et anciens moulins à huile. Ambiance plus montagnarde dans les villages de l'Alta Rocca, surplombés par les Aiguilles de Bavella et le Mont Incudine. En chemin, découverte du Casteddu de Cucuruzzu, datant de l'âge du Bronze.

Randonnée itinérante de niveau moyen (entre 500 et 1100m de dénivelée positive/jour).

POINTS FORTS

- ❖ Panoramas mer et montagne,
- ❖ Visite du site préhistorique de Cucuruzzu - Capula,
- ❖ Sur les sentiers reliant villages, oliveraies, châtaigneraies et moulins multi-centenaires

AEM VOYAGES

Maison des Parcs et de la Montagne - 256, rue de la République - 73000 CHAMBERY

04.79.70.41.59 - aemvoyages@lesaem.fr

RC pro MMA Oullins 69921 police 120169230 - Garantie financière Groupama contrat 4000716094/1

IM073180011 - SIRET 837 504 711 000 16

Médiateur de la Consommation & Patrimoine - 12 Square Desnouettes - 75015 Paris - <https://mcpmediation.org/>



PROGRAMME DU SÉJOUR

JOUR 1 : Fozzano (400 m) - Santa Lucia di Tallano (450 m)

Rendez-vous au Port de Propriano à l'arrivée du ferry en provenance de Marseille (vers 07:30). Nous partons en taxi vers le départ de la randonnée : le village de Fozzano (25 mn de transfert). Après une brève découverte du village de Colomba, rendu célèbre par le roman de Prosper Mérimée, nous gravissons le relief qui nous sépare de la vallée du Rizzanese, avant de descendre au bord du fleuve (130m). Après le pique-nique, cheminement en sous-bois, qui, au fil de notre ascension, cédera la place à des oliveraies multi-centenaires.

Arrivée au gîte communal de Santa Lucia di Tallano vers 16:00 heures. Installation dans les chambres. Repas au gîte.

+680 m de dénivellée positive -630 m de dénivellée négative - 13 km - 5h00 de marche effective.

Repas compris : Pique-nique de midi, dîner au gîte communal de Sainte Lucie de Tallano.

Nuit au gîte communal de Sainte Lucie de Tallano.

Nuit et repas en chambre d'hôtes à Sainte Lucie de Tallano pour les personnes qui ont choisi l'option.

JOUR 2 : Santa Lucia di Tallano - Serra di Scopamena (850 m)

Le matin, nous traversons les villages de Santa Lucia et Sant Andrea di Tallano. Puis nous pénétrons une forêt bordée de châtaigniers pour rejoindre le village d'Altagene. Après avoir franchi un col, nous rejoignons la rive ombragée du fleuve Rizzanese, propice au pique-nique.

L'après-midi, montée vers Serra di Scopamena à travers la châtaigneraie. Arrivée au village par le moulin et le séchoir à châtaignes.

+870 m de dénivellée positive -500 m de dénivellée négative - 13 km - 5h30 de marche effective

Repas compris : Petit-déjeuner au gîte communal de Sainte Lucie de Tallano - Pique-nique de midi préparé par gîte communal de Sainte Lucie de Tallano - Dîner au Gîte d'étape Le Scopos.

Nuit au Gîte d'étape Le Scopos.

JOUR 3 : Serra di Scopamena - Ghjiallicu (820 m)

Le matin, montée au-dessus du village de Serra di Scopamena pour admirer un point de vue à 360° sur les sommets alentours, la mer et la Sardaigne. Après le pique-nique, nous nous dirigeons à travers landes et sous-bois vers le hameau de Ghjiallicu où se trouve la chambre d'Hôtes Chez Pierrot.

+500 m de dénivellée positive -250 m de dénivellée négative - 8 km - 4h00 de marche effective

Repas compris : Petit-déjeuner au Gîte d'étape Le Scopos - Pique-nique de midi préparé par le Gîte d'étape Le Scopos. Dîner à la chambre d'hôtes Chez Pierrot.

Nuit à la chambre d'hôtes Chez Pierrot.

JOUR 4 : Ghjiallicu - Levie (610 m)

Descente par la forêt de pins et de chênes verts pour arriver à Quenza. Nous continuons vers le plateau, le Piana de Levie, où se trouvent les sites de Cucuruzzu et Capula datant respectivement de l'âge du Bronze et du Moyen Age. Visite incluse fortement recommandée !! (Boucle de 1h au départ du sentier Mare a Mare).

A midi, pique-nique sur le site. L'après-midi, descente par le sentier muletier reliant le Piana au village de Levie, plus gros village de l'Alta Rocca.

+400 m de dénivelée positive -880 m de dénivelée négative - 17 km - 6h00 de marche effective

Repas compris : Petit-déjeuner au Gîte d'étape Chez Pierrot - Pique-nique de midi préparé par la chambre d'hôte Chez Pierrot. Dîner au Gîte d'étape de Levie.

Nuit au Gîte d'étape de Levie.

Nuit en chambre d'hôtes à Levie pour les personnes qui ont choisi l'option.

JOUR 5 : Levie - Cartalavonu (1020 m)

Le matin, descente le long d'un vallon dans un ambiance de jungle vers le fleuve Fiumicicoli que nous traversons par une passerelle. Puis remontée vers Carbini, dont l'église romane et son campanile rappellent l'époque de la confrérie des Giovannali, persécutés car taxés d'hérétiques. A midi, pique-nique au Col de Mela. Puis montée vers le Col Foce Alta (1171m), en chemin, magnifiques vues sur la Baie de Porto Vecchio.

Du col, 30mn de descente pour rejoindre le hameau de Cartalavonu.

+1035 m de dénivelée positive - 660 m de dénivelée négative - 16 km - 6h00 de marche effective

Repas compris : Petit-déjeuner au Gîte d'étape de Levie - Pique-nique de midi préparé par l'accompagnatrice. Dîner au Refuge de Cartalavonu.

Nuit au Refuge de Cartalavonu.

- ***En option : transfert en taxi de Carbini à Cartalavonu pour raccourcir l'étape.***
- ***Nuit en chambre double au Refuge de Cartalavonu pour les personnes qui ont choisi l'option.***

JOUR 6 : Cartalavonu - Porto Vecchio (lieu-dit Alzu di Gallina : 140 m)

Le matin, montée au-dessus du Refuge sans les sacs pour approcher la Punta di A Vaca Morta (1316m), avec une vue à 360° sur la pointe sud de la Corse et sur l'itinéraire parcouru les jours précédents. Puis, descente par le village de l'Ospedale vers Porto Vecchio. Pique-nique tiré du sac en chemin. Arrivée à Alzu di Gallina, 140m au-dessus de la ville, où un taxi nous attend pour nous amener au port de Porto-Vecchio.

+280 m de dénivelée positive -1000 m de dénivelée négative - 10km - 4h00 de marche effective

Repas compris : Petit-déjeuner au Refuge de Cartalavonu - Pique-nique de midi préparé par le Refuge de Cartalavonu.

Fin du séjour au port de Porto-Vecchio vers 15h00.

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

ACCUEIL

Le Jour 1, rendez-vous sur le port de Propriano à l'arrivée du bateau en provenance de Marseille (environ 07h00).

DISPERSION

Le Jour 6, fin du séjour au port de Porto Vecchio vers 15h00.

ENCADREMENT DU SÉJOUR

Ariane Cruells
N° de téléphone :0663745547
Adresse e-mail : arianecruells@gmail.com

NOMBRE DE PARTICIPANTS

Nombre de participants minimum : 7 personnes
Nombre de participants maximum : 12 personnes

NIVEAU DE DIFFICULTÉ

Moyen+

Niveau de difficulté physique : 3/4

Données générales du parcours, 400 à 1035 m de dénivelés + et -, 4 à 6h de marche et 8 à 16 km / jour.

73 km, 27h de marche, +4288 m / -4097 m

Pour bons randonneurs. Pas de difficulté physique mais il y a des dénivelés importants certains jours.

HÉBERGEMENT / RESTAURATION

Type d'hébergement et catégorie : 3 nuits en gîte d'étape ou communal, 1 nuit en refuge, 1 nuit en chambre d'hôte.

Type de chambre pour le séjour : dortoir (chambre double pour la nuit en chambre d'hôte)

Services inclus ou non : draps et linge non inclus. Prévoir sac à viande et serviette de toilette.

Repas : pension complète : petit-déjeuner et dîner pris au gîte. Pique-niques préparés par les gîtes ou l'accompagnatrice.

TRANSFERTS INTERNES

Les transferts au début (Port de Propriano - Fozzano) et à la fin de la randonnée (Alzu di Gallina - Porto-Vecchio) sont réalisés en taxi ou VTC.

PORTAGE DES BAGAGES

Les bagages sont acheminés par taxi ou véhicule privé tous les jours d'étape en étape.

DATES DU SÉJOUR

08 au 13 Mai 2025

PRIX DU SÉJOUR*

780 € / personne

* Sans les options

LE PRIX COMPREND

- L'encadrement par une Accompagnatrice en Montagne diplômée d'état,
- L'hébergement en gîte d'étape, refuge ou chambre d'hôte, en chambre de 2 à 6 personnes (draps et linge de toilette non fournis, sauf en chambre d'hôte),
- La pension complète du pique-nique de midi du Jour 1 au pique-nique de midi du Jour 6,
- Les transferts pour rejoindre le point de départ de la randonnée le Jour 1 et aller au port de Porto-Vecchio à la fin de la rando le Jour 6,
- Les vivres de courses pendant la randonnée (fruits secs, biscuits).

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Le déplacement aller / retour de votre domicile au point d'accueil/dispersion du séjour,
- Les repas non compris
- Les boissons et les achats personnels,
- Les assurances (assistance rapatriement obligatoire, assurance annulation fortement conseillée, assurance bagages...),
- Les frais de dossier d'AEMV de 20 € / personne
- Et tout ce qui n'est pas mentionné dans la rubrique « le prix comprend ».

OPTION HEBERGEMENT :

Logement en chambre double à partager en J1, J4, J5 : supplément de 68€ par personne pour les 3 nuits (valable uniquement si un nombre pair de personnes choisit l'option).

OPTIONS TRANSFERTS :

NB : le tarif indiqué correspond au nombre minimum de personnes, il est dégressif en fonction du nombre d'inscrits. L'ajustement sera fait sur le paiement du solde du voyage.

- De l'aéroport d'Ajaccio à Propriano le 06 Mai 2025 (à partir de 3 personnes) : 56€ par personne
- De Carbini à Cartalavonu pour raccourcir l'étape J5 (à partir de 2 personnes) : 38€ par personne

AEM VOYAGES

Maison des Parcs et de la Montagne - 256, rue de la République - 73000 CHAMBERY

04.79.70.41.59 - aemvoyages@lesaem.fr

RC pro MMA Oullins 69921 police 120169230 - Garantie financière Groupama contrat 4000716094/1

IM073180011 - SIRET 837 504 711 000 16

Médiateur de la Consommation & Patrimoine - 12 Square Desnouettes - 75015 Paris - <https://mcpmediation.org/>

ÉQUIPEMENT ET MATÉRIEL INDIVIDUEL A PRÉVOIR

Ordonnance obligatoire si traitement médical en cours

VÊTEMENTS

- Pantalon léger, Shorts, Pantalon imperméable et respirant
- Chaussettes de trek, Sous-vêtements, T-Shirts techniques
- Veste polaire, Veste imperméable et respirante
- Maillot de bain + Serviette microfibres
- Gants, bonnets (conseillé)

CHAUSSURES

- Chaussures de randonnée (imperméables et respirantes) - tige haute conseillée
- Tongs (ou sandales), chaussures légères pour le soir

ÉQUIPEMENTS

- Bâtons de randonnée (vivement conseillé)
- Housse de pluie pour le sac à dos, Sacs poubelle (pour protéger vos affaires),
- Crème solaire, stick à lèvres, lunettes de soleil
- Chapeau / casquette pour protection soleil
- Poche à eau type camelback, ou gourde (min. 1,5 litres)
- Nécessaire pour le déjeuner (boîte hermétique 0,5 - 0,8 l, gobelet, fourchette, cuillère) +couteau
- Trousse de toilette, serviette de toilette, sac à viande ou duvet léger
- Trousse de secours (sparadrap, bandage, pansements pour les ampoules, pastilles de Micropur, vos médicaments personnels...)

FORMALITÉS ET ASSURANCES

- Carte d'identité en cours de validité
- Carte vitale
- Assurance Responsabilité civile : chaque participant doit être couvert en RC dans le cadre d'une activité randonnée à titre de loisirs
- **L'assurance assistance / rapatriement est obligatoire.** Une assurance annulation est fortement conseillée. Si vous n'en possédez pas, AEM VOYAGES vous propose un contrat Europ Assistance comprenant l'assistance / rapatriement, l'assurance annulation et interruption du séjour et bagages et effets personnels.

POUR EN SAVOIR PLUS, CONTACTEZ ARIANE :066374547 arianecruells@gmail.com