

GR 20 NORD (MOITIE NORD)

DU 26 JUIN AU 04 JUILLET
2025

Séjour de 09 Jours / 8 Nuits



DESCRIPTIF DU SÉJOUR

Je suis Anthony, accompagnateur en montagne.

Je vous propose de vous accompagner sur le fabuleux et mythique GR 20 ! ...
Nous effectuerons le parcours dans le sens nord / sud de Calenzana à Vizzavona en 9 jours, avec
des étapes variant de 800 à 1200 m de dénivelé !

Le groupe sera composé de 8 personnes maxi pour un meilleur confort sur les sentiers !

Le parcours est très technique et s'adresse à des randonneurs ayant déjà effectués de la randonnée sur plusieurs jours avec un sac à dos !
Les nuits seront en toile de tente autour des refuges du GR 20.

Il reste encore quelques places !

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/>

Le prix est de 1250 euros par personne et comprends :
L'accompagnement et mes conseils sur le GR 20, l'hébergement en toile de tente et les repas du
1er jour du trek au dernier jour !

Si vous êtes intéressés, contactez-moi par téléphone ou mail :

06 31 84 64 34

empreintesetsentiers@gmail.com

Anthony

POINTS FORTS

- ❖ EXCEPTIONNEL
- ❖ MYTHIQUE
- ❖ INOUBLIABLE
- ❖ PARTAGE

PROGRAMME DU SÉJOUR

JOUR 1 : CALENZANA - OTRU DI PIOBU

Rendez-vous à CALENZANA à 7H

Le matin, départ de la randonnée sur un ancien chemin de muletier.
Vue sur la baie de Calvi, ensuite le chemin deviendra un peu plus technique et nous
commencerons à rentrer dans le vif du sujet!
Pause de midi avec pique-nique fourni par vos soins.
Arrivée au refuge d'Ortu di Piobu vers 15 heures. Installation dans les tentes.

1360 m de dénivelée positive - 60 m de dénivelée négative - 12 km - 6H30 de marche effective

Repas compris : Dîner à ORTU DI PIOBU

Nuit à ORTU DI PIOBU

JOUR 2 : ORTU - CARROZU

Le matin, montée au-dessus du refuge pour atteindre Bocca di Piscighja par un pierrier
A midi, pique-nique tiré du sac
L'après-midi, longue descente jusqu'au refuge

800m de dénivelée positive - 920 m de dénivelée négative - 08 km - 7 heures de marche effective

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/>

Repas compris : Petit-déjeuner à Ortu - Pique-nique de midi préparé par Ortu - Dîner au refuge de Carrozu

JOUR 3 : CARROZU - ASCO

Le matin, traversée de la fameuse passerelle de Spasimata (rendue célèbre dans un film!) et longue montée jusqu'à Bocca Di Stagnu

A midi, pique-nique tiré du sac

L'après-midi grosse descente technique jusqu'à la station d'Asco!!

650m de dénivelée positive - 800 m de dénivelée négative - 9 km - 6 heures de marche effective

Repas compris

JOUR 4 : ASCO -BERGERIE DE BALLONE

Le matin, montée très technique et longue par la pointe des éboulis pour atteindre Bocca Crucetta à quelques encablures du sommet de la Corse : Monte Cinto

A midi, pique-nique tiré du sac

L'après-midi grosse descente technique jusqu'à la bergerie de Ballone où nous pourrons profiter d'un instant de baignade pour la récupération!!

1220 m de dénivelée positive - 1220 m de dénivelée négative - 12 km - 9 heures de marche effective

Repas compris

JOUR 5 : BERGERIE DE BALLONE - CASTEL DI VERGIO

Le matin, nous quittons la bergerie pour l'ascension technique et rocailleuse !!! jusqu'à Bocca di Foggiale avant le refuge de Ciotulu di Mori sous les fameux Paglia Orba et Capu Tafunatu

A midi, pique-nique tiré du sac

L'après-midi baignade dans le Golo et ses vasques rafraichissantes et les cascades de Radule et sa bergerie où nous pourrons faire une halte rafraichissante avant l'arrivée à Vergio.

1100 m de dénivelée positive - 1050 m de dénivelée négative - 15 km - 8 heures de marche effective

Repas compris

JOUR 6 : VERGIO - BERGERIE DE VACCAHJIA

Cette étape plus reposante nous fera passer par le lac De Nino et ses Pozzines
A midi, pique-nique tiré du sac
Nous suivrons une légère descente sur 6 kms environ avec une éventuelle pause baignade avant
d'atteindre la bergerie pour y passer la nuit!

700 m de dénivelée positive - 1000 m de dénivelée négative - 19 km - 7 heures de marche effective

Repas compris

JOUR 7 : VACCAHJIA - PETRA PIANA

Le matin, traverser du plateau jusqu'à Manganu (refuge) avant une montée technique pour
atteindre la fameuse brèche de Capitellu qui domine les lacs de Melo et Capitellu .
A midi, pique-nique tiré du sac
L'après-midi nous traversons par les crêtes et quelques passages avec des chaines avant une
belle descente où nous apercevrons en contre-bas le refuge de Petra Piana

900 m de dénivelée positive - 600 m de dénivelée négative - 9 km - 6 heures 30 de marche effective

Repas compris

JOUR 8 : PETRA PIANA - ONDA

Nous aurons deux options pour rejoindre le refuge d'Onda : une variante par les crêtes ou une
descente le long du ruisseau de Manganelu propice à la baignade!!

500m de dénivelée positive - 900 m de dénivelée négative - 10 km - 6 heures de marche effective

Repas compris

JOUR 9 : ONDA - VIZZAVONA

Dernière étape de cette moitié nord!!
Après Onda démarre une montée de 600 m positif pour atteindre Bocca Muratella avec sa
magnifique vue sur le Monte d'Oro (variante possible!)
Après ce passage nous descendons sur 8 kms et 1200 m de dénivelé pour arriver à la cascade des
Anglais et Vizzavona notre terminus de ce beau périple

700m de dénivelée positive - 1220 m de dénivelée négative - 11 km - 7 heures de marche effective

Repas compris

Fin du séjour à Vizzavona

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 à Calenzana à 7 h.

DISPERSION

Le Jour 9, fin du séjour à Vizavonna à 14h00.

ENCADREMENT DU SÉJOUR

ANTHONY FRAISSE

N° de téléphone : 06 31 84 64 34

Adresse e-mail : empreintesetsentiers@gmail.com

NOMBRE DE PARTICIPANTS

Nombre de participants minimum : 4 personnes

Nombre de participants maximum : 8 personnes

NIVEAU DE DIFFICULTÉ

Très difficile

Indiquer le niveau de difficulté physique, de 1 à 4 : 4

Données générales du parcours :

Total D+ 7300 m, Total D- 7770m, 105 Kms

Très bonnes aptitudes physiques des participants requises pour ce séjour

Avoir déjà marché plusieurs jours avec du dénivelé et un sac à dos

HÉBERGEMENT / RESTAURATION

Type d'hébergement et catégorie : 8 nuits en tente double et dortoir

Repas : pension complète du jour 1 au jour 8

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/>

TRANSFERTS INTERNES

Transport public environ 10 euros par personne

PORTAGE DES BAGAGES

Non inclus dans le séjour

DATES DU SÉJOUR
26 JUIN AU 4
JUILLET 2025

PRIX DU SÉJOUR
1250 € / personne

LE PRIX COMPREND

- L'encadrement par un Accompagnateur en Montagne diplômé d'état,
- L'hébergement en TENTE DOUBLE ET DORTOIR,
- La pension complète du dîner du Jour 1 au pique-nique de midi du Jour 9,

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Le déplacement aller / retour de votre domicile au point d'accueil/dispersion du séjour,
- Les repas non compris (pique-nique du jour 1, repas diner soir 9)
- 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 € / bulletin d'inscription
- Et tout ce qui n'est pas mentionné dans la rubrique « le prix comprend ».

ÉQUIPEMENT ET MATÉRIEL INDIVIDUEL A PRÉVOIR

Liste de l'équipement et du matériel indispensables à chaque participant :

- Ordonnance obligatoire si traitement médical en cours
- Sac à dos 40 litres
- lampe frontale
- Duvet léger 0°C et sac à viande ou drap de soie
- 2 gourdes d'eau ou Kamel back 2 litres

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/>

- Gourde filtrante
- Housse de pluie sac à dos (généralement intégrée !)
- Bâtons de marche obligatoire
- Chaussure de type trail ou de randonnée (en bon état et testée plusieurs fois avant le GR 20!)
- Serviette légère type microfibre
- Sandales pour le refuge et le soir
- 2 tee shirt respirant
- Un tee shirt manches longues
- Une doudoune pour le soir
- Un short et un pantalon short
- 2 paires de chaussettes
- Une veste gore tex
- Un pantalon de pluie (facultatif)
- Bonnet et sous gants légers
- Couverture de survie
- Trousse de toilette minimaliste (un savon qui fait aussi shampoing, une brosse à dents et petit tube de dentifrice, boule Quies)
- Petite pharmacie (crème solaire, sparadrap, compeed, efferalgan, elasto (3 ou 6 cm,...))
- Casquette ou chapeau, lunette de soleil
- Batterie nomade.
- Une petite boîte pour les pique-nique du midi ainsi que les couverts.

Cette liste n'est pas à dépasser ! ...

N'oubliez pas plus vous serez chargé d'affaires inutiles plus le séjour sera dur! ... Nous serons en autonomie !

FORMALITÉS ET ASSURANCES

- Carte d'identité en cours de validité
- Carte vitale ou carte européenne d'assurance maladie pour un séjour dans l'UE / EEE ou en Suisse
- 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.

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/>

POUR EN SAVOIR PLUS

Dans cette rubrique, vous pouvez ajouter toutes les autres informations que vous jugez utiles à communiquer aux participants de votre séjour.

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/>