

DATES DU SÉJOUR

Du 5 au 10 octobre

GR20 SUD

De Vizzavona à Conca

Séjour de 6 Jours / 5 Nuits



DESCRIPTIF DU SÉJOUR

Le GR20 est le mythique sentier de randonnée qui traverse la Corse, de Calenzana (au Nord) à Conca (au Sud). 180 km à travers les montagnes ! Un sentier magnifique aux paysages variés. Sa longueur et l'enchaînement des étapes en font l'un des treks les plus difficiles d'Europe. La partie Sud est plus accessible : les sentiers sont moins escarpés et moins accidentés, mais possède tout de même des paysages aux ambiances très alpines comme les Aiguilles de Bavella.

POINTS FORTS

- ❖ Les Aiguilles de Bavella et ses panoramas,
- ❖ Le plateau du Cuscione et ses pozzines,
- ❖ Sommets à plus de 2000m (en option pour les plus sportifs d'entre vous).

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

La Société Médiation Professionnelle-Smp Alteritae 5 rue Salvaing 12 000 Rodez

<https://www.mediateur-consommation-smp.fr>

PROGRAMME DU SÉJOUR



2 MOIS AVANT LE SÉJOUR : 1 visioconférence

Optimiser votre préparation physique et choisir l'équipement essentiel : conseils pratiques sur les chaussures, le sac à dos et autres indispensables.

JOUR 1 : Vizzavona - Gîte de Capanelle

Rendez-vous à la gare de Vizzavona à 10h30.

Nous traverserons une très belle forêt de hêtres puis nous franchirons le col Bocca Palmente en direction des bergeries d'Alzeta jusqu'au gîte de Capanelle (1586m). Vue magnifique sur le Monte d'Oro et le Monte Renoso. Nuit sous tente ou en gîte.

890m de dénivelé positif - 240m de dénivelé négatif - 14,5km - 5h15 de marche effective

Repas compris : Pique-nique de midi non fourni. Dîner à « gîte de Capanelle »

Nuit au « gîte de Capanelle ».

JOUR 2 : Gîte de Capanelle - Refuge de Prati

Nous emprunterons un sentier forestier (pins endémiques) cheminant essentiellement en courbe de niveau pour rejoindre le col d'Oru. Variante possible si la météo est belle du plus haut sommet de Corse du Sud (Monte Renoso) et les magnifiques pozzines. Nuit sous tente.

890m de dénivelé positif - 590m de dénivelé négatif - 16,6km - 6h30 de marche effective

(Variante : 1410 de dénivelé positif - 1210m de dénivelé négatif - 16,3km - 7h30 de marche...)

Repas compris : Petit-déjeuner à « Gîte de Capanelle » - Pique-nique de midi préparé par « Gîte de Capanelle » - Dîner à « Refuge de Prati »

Nuit au « Refuge de Prati ».

JOUR 3 : Refuge de Prati - Refuge d'Usciolu

Très belle randonnée aérienne sur les crêtes entre la vallée du Taravu et la plaine orientale. L'itinéraire serpente entre sommets et laisse le regard s'évader sur les horizons de part et d'autre du sentier. Nous alternerons entre sections roulantes et passages escarpés. Parfois nous serons au-dessus des nuages. Nuit en refuge (refuge non gardé).

+700m de dénivelé positif - 750m de dénivelé négatif - 10km - 5h45 de marche effective

Repas compris : Petit-déjeuner à « Refuge de Prati » - Pique-nique de midi préparé par « Refuge de Prati » - Dîner préparé par « Simi Jean-Baptiste ».

Nuit au « Refuge d'Usciolu ».

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

La Société Médiation Professionnelle-Smp Alteritae 5 rue Salvaing 12 000 Rodez

<https://www.mediateur-consommation-smp.fr>

JOUR 4 : Refuge d'Usciolu - Refuge d'Asinao

Nous évoluerons sur l'arête, entre les blocs de granite façonnés par les éléments. Cette portion offre des points de vue à 360 degrés, on aperçoit la mer qui s'étend jusqu'aux côtes italiennes. Ensuite nous emprunterons la variante et atteindrons le Monte Alcludina (2134m). Nuit en refuge (refuge non gardé).

1060m de dénivelé positif - 1250m de dénivelé négatif - 15,5km - 7h30 de marche effective
Repas compris : Petit-déjeuner préparé par « Simi Jean-Baptiste » - Pique-nique de midi préparé par « Simi Jean-Baptiste » - Dîner préparé par « Simi Jean-Baptiste ». **Nuit à « Refuge d'Asinao ».**

JOUR 5 : Refuge d'Asinao - Col de Bavella

Avant dernière étape mais dernière barrière à franchir. Nous emprunterons la variante alpine des Aiguilles de Bavella offrant des paysages uniques en Corse. Il faudra s'aider des chaînes pour progresser sur les dalles rocheuses. Une approche plus technique et sportive que l'itinéraire classique. Nuit en gîte.

570m de dénivelé positif - 890m de dénivelé négatif - 7km - 5h de marche effective
Repas compris : Petit-déjeuner préparé par « Simi Jean-Baptiste » - Pique-nique de midi préparé par « Simi Jean-Baptiste » - Dîner à « Auberge de Bavella ».
Nuit à « Auberge de Bavella ».

JOUR 6 : Col de Bavella - Conca

Dernière étape de notre aventure ! Nous traverserons une splendide forêt de pins où quelques mouflons se laissent parfois surprendre. Nous rejoindrons Foce Finosa avec un très beau point de vue : ici le sud de l'île s'étend à perte de vue jusqu'aux îles Lavezzi et les côtes sardes. Enfin la dernière descente jusqu'au village de Conca. Baignade dans une jolie vasque.

640m de dénivelé positif - 1620m de dénivelé négatif - 16,5km - 7h30 de marche effective
Repas compris : Petit-déjeuner à « Auberge de Bavella » - Pique-nique de midi préparé par « Auberge de Bavella ».

Fin du séjour à Conca vers 14h.

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 la gare de Vizzavona à 10h30
(Horaire du train : Bastia - Vizzavona (10h32) / Ajaccio - Vizzavona (10h31)).

DISPERSION

Le Jour 6, fin du séjour à Conca à 14h00.

ENCADREMENT DU SÉJOUR

Jean-Baptiste Simi Accompagnateur en montagne.

N° de téléphone : 0652223142

Adresse e-mail : contact@guiderando.com

NOMBRE DE PARTICIPANTS

Nombre de participants minimum : 1 personnes

Nombre de participants maximum : 1 personnes

NIVEAU DE DIFFICULTÉ

Facile / Moyen / Difficile / Très difficile

Niveau de difficulté physique : 3

Le Gr20 est un parcours superbe mais exigeant, qui nécessite une bonne condition physique et une capacité d'abnégation. Il doit sa réputation à la beauté des paysages mais également à sa difficulté. Il est indispensable de s'y préparer : pratiquer une activité sportive d'endurance régulière 2 à 3 mois avant le départ. L'équipement est également très important (voir fiche technique). L'accompagnateur est équipé d'une pharmacie de premiers secours mais qui n'est pas destinée à subvenir à vos besoins pour de petits aléas. Munissez-vous d'une petite trousse personnelle contenant vos prescriptions médicales, elastoplast large, pansements pour ampoules (compeed), désinfectant, pansements et compresses stériles, et tout ce que vous jugerez nécessaire. L'accompagnateur a la légitimité pour juger le niveau des membres du groupe. Il peut donc éventuellement faire arrêter définitivement la randonnée à un participant* ou lui demander de ne pas réaliser une étape.

**Abandon/Exclusion : Toute interruption volontaire de votre part n'ouvre droit à aucun remboursement, de même qu'une exclusion décidée par votre accompagnateur, pour niveau insuffisant, non-respect des consignes de sécurité ou nuisance au bon déroulement du séjour. Les frais supplémentaires occasionnés (taxi, hébergements, ...) seront à régler sur place par le client. »*

HÉBERGEMENT / RESTAURATION

Type d'hébergement et catégorie : 3 nuits en refuge, 2 nuits en gîte.

Type de chambre pour le séjour : *Refuge tente (2-3 places) pour 2 personnes ou dortoirs. Gîte : en dortoirs 6 à 10 personnes.*

Services inclus ou non : *les draps, le linge de toilette et le duvet sont non inclus.*

Repas : Pension complète du dîner du Jour 1 au pique-nique de midi du Jour 6.

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

La Société Médiation Professionnelle-Smp Alteritae 5 rue Salvaing 12 000 Rodez

<https://www.mediateur-consommation-smp.fr>

TRANSFERTS (non compris) :

Jour 1 - Ajaccio à Vizzavona : Train à partir de 3,50€

**Jour 6 - Conca à Porto Vecchio : Navette à partir de 8€ / personnes (45min)
Porto Vecchio - Figari : 8 bus par jour (25min) 4 euros (Transport Rossi).
Porto Vecchio - Ajaccio : environ 20 euros (bus)
Porto Vecchio - Bastia : environ 25 euros (bus)**

(Ces tarifs sont donnés à titre indicatif car ils peuvent évoluer)

DATES DU SÉJOUR

du 4 au 9 octobre 2025

PRIX DU SÉJOUR

2800€ / personne

LE PRIX COMPREND

- L'encadrement par un Accompagnateur en Montagne diplômé d'état,
- L'hébergement en « refuge » ou « gîte ». En tente ou en dortoirs pour 6 à 10 personnes (draps, duvet et linge de toilette non fournis),
- La pension complète du dîner du Jour 1 au pique-nique de midi du Jour 6,

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Le déplacement aller / retour de votre domicile au point d'accueil/dispersion du séjour,
- Les repas non compris : petit-déjeuner et pique-nique du jour 1, dîner du jour 6
- 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 € / dossier
- Et tout ce qui n'est pas mentionné dans la rubrique « le prix comprend ».

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

La Société Médiation Professionnelle-Smp Alteritae 5 rue Salvaing 12 000 Rodez

<https://www.mediateur-consommation-smp.fr>

ÉQUIPEMENT ET MATÉRIEL INDIVIDUEL A PRÉVOIR

- **Veste imperméable type « gore tex » ***
- **Veste type polaire ***
- Doudoune légère (recommandée)
- 1 pantalon léger
- 2 shorts
- 3 tee-shirts techniques
- **Gants (léger et chaud), bonnet ***
- **Casquette ***
- 3 paires de chaussettes de trek
- Maillot de bain
- Un sac à dos 45-50 l (avec housse de pluie)
- **Chaussures de randonnée (Tige haute)**
- Bâtons de marche (recommandés)
- Lunettes de soleil
- **Un sac de couchage 0 à 5° confort**
- Sacs plastiques pour garder les affaires au sec
- Gourde ou poche à eau 2,5 l mini (permet de boire en marchant)
- Pastilles purifiantes (tel que « Micropur »)
- Un couteau, fourchette, cuillère, gobelet, tupperware (0,5-0,8l)
- **Lampe frontale**
- Petite trousse de toilette, serviette microfibre (légère)
- **Trousse de secours (Ordonnance obligatoire si traitement médical en cours)**
- **Couverture de survie ***
- Sandales légères pour le soir
- Savon de Marseille
- **Téléphone ***
- Crème solaire, stick lèvres
- Mouchoirs, papier toilette
- Gel hydroalcoolique (75cl maxi)
- Sifflet
- Boules Quies
- Argent pour vos dépenses personnelles



* Équipement obligatoire

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.

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 et sur le lieu du séjour.

Le covid n'étant plus considéré comme une situation exceptionnelle, en cas d'annulation de votre part pour cause de covid, les frais d'annulation prévus dans les Conditions Générales et Particulières de vente s'appliqueront. Une assurance annulation est donc fortement recommandée.

Pour plus d'information sur les formalités sanitaires en France, consulter le site suivant :

<https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus>

Pour un séjour hors France, consulter le site suivant en sélectionnant le nom du pays concerné :

<https://www.diplomatie.gouv.fr/fr/conseils-aux-voyageurs/conseils-par-pays-destination>

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

La Société Médiation Professionnelle-Smp Alteritae 5 rue Salvaing 12 000 Rodez

<https://www.mediateur-consommation-smp.fr>

Jour	1	2	3	4	5	6	Totaux
Dénivelé +	890	890	700	1060	570	640	4750
Dénivelé -	240	590	750	1250	890	1620	5340
Distance	14,5km	16,5km	10km	15,5km	7km	16,5km	80km
Temps	5h15	6h30	5h45	7h30	5h	7h30	37h30



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

La Société Médiation Professionnelle-Smp Alteritae 5 rue Salvaing 12 000 Rodez
<https://www.mediateur-consommation-smp.fr>