

Escapade GR 20 Nord sur 3 jours

Le cirque de Bonifatu

Randonnée accompagnée

3 jours, 2 nuits

Venez découvrir 2 étapes du mythique GR 20. Suivez les pas d'un Accompagnateur en montagne pour une aventure à vous couper le souffle.

Cet itinéraire vous offre 2 étapes d'une beauté sauvage, une belle diversité de paysage, et une ambiance de hautes montagnes.

Une terre de randonnée et de partage qui attire chaque année de nombreux randonneurs. Soyez le prochain.



Niveau : difficile, niveau 4/5

Minimum : 2 personnes et **Maximum :** 12 personnes. Vous pouvez venir seul ou en groupe déjà formé

Prix :

- Pour 4 personnes ou plus : 340€/personne
- Pour 3 personnes : 415€/personne
- Pour 2 personnes : 665€/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 Tourisme et Voyage : MTV Médiation Tourisme Voyage – BP 80303 – 75823 Paris Cedex 17 – www.mtv.travel

Date du séjour :

1- Du dimanche 29 au mardi 31 mai 2022

2- Du dimanche 5 au mardi 7 juin 2022

3- Du dimanche 12 au mardi 14 juin 2022

4- Du dimanche 19 au mardi 21 juin 2022

5- Du dimanche 26 au mardi 28 juin 2022

Le prix comprend :

- La pension complète du piquenique du midi J1 ,jusqu'au piquenique du midi J3 : panier pique-nique le midi, petit déjeuner à l'hébergement, diner au refuge.
- L'hébergement en refuge, chambres collectives ou en tente Quechua (tentes igloo avec matelas) simple ou double permettant plus d'intimité (draps et linge de toilette non fournis).
- L'encadrement par un Accompagnateur en Montagne diplômé d'état.

Le prix ne comprend pas :

- Le déplacement aller / retour de votre domicile au point d'accueil / dispersion du séjour,
- Les assurances,
- Les boissons et les achats personnels,
- Les frais de dossier d'AEMV de 15€ / dossier d'inscription,
- Et tout ce qui n'est pas mentionné dans la rubrique « le prix comprend ».

I. Descriptif

JOUR 1 : Montée au refuge de Caruzzu depuis la maison forestière de Bonifatu.

12 km 700m de dénivelé positif 4h de marche

Montée au cœur de la forêt de Bonifatu d'abord méditerranéenne puis dans la forêt de pins laricio caractéristique de la montagne corse. Arrivée au refuge avec vue sur la mer.

Première étape de mise en jambe. Temps libre à la passerelle de Spasimata.

Repas compris : Piquenique et diner

Nuit au refuge de Caruzzu

JOUR 2 : Grande étape entre le refuge de Caruzzu et le refuge de l'Ortu di U Piabbu

12 km 1000 m dénivelé positif 7h de marche

Très belle étape de haute montagne entre les refuges par le trajet classique du GR, puis variante sauvage par les crêtes et le beau sommet du Corona surplombant la mer entourée des colosses du massif Corse.

Repas compris : Petit déjeuner, piquenique et diner

Nuit au refuge de l'Ortu di U Piabbu

JOUR 3 : Descente du refuge de l'Ortu di U Piabbu, retour par l'ancien GR20 historique

12 km 400 m dénivelé positif 5h de marche

Le retour par le Capu Ghjuvu offre un panorama grandiose. La suite se déroulera sur l'originel tracé du GR à travers la forêt en passant par les bergeries sauvages.

Repas compris : Petit déjeuner et piquenique

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.

II. Informations pratiques

Accueil : Accueil par votre encadrant, le jour 1 à l'auberge de la forêt de Bonifatu à 9h

Encadrement : Encadrement par un accompagnateur en montagne local diplômé d'état.

- **Accompagnateur** : Fabien Benoit
- **E-mail** : fabien-benoit@hotmail.com,
- **Numéro de téléphone**: 06.70.93.00.65

Niveau : *Sportif* : Bonne condition physique nécessaire. Pratique régulière de la randonnée ou d'un sport d'endurance. Habitude des terrains rocaillieux.

6h de marche et 800 m de dénivelé positif en moyenne par jour et quelques passages techniques (dalles, chaines, petit pas d'escalade).

Les temps de marche et dénivelés 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.

Nature du terrain : Sentiers de randonnée, hors sentier, toujours caillouteux mais sans difficultés techniques particulières.

Dispersion: le J3 en fin de journée à l'auberge de Bonifatu.

III . Repas et hébergement :

Déjeuners : Nos pique-niques sont copieux et élaborés à base de produits locaux. L'assistance nous fournira les packs à transporter par chacun.

Vivres de courses au cours de la randonnée (gâteaux et fruits secs).

Le dîner : Il sera pris en commun au refuge. Le caractère local sera de mise.

Le petit déjeuner : Il sera pris en commun au refuge.

Eau : On trouve de l'eau potable aux fontaines ou aux sources le long du parcours. Toutefois une gourde d'un litre et demi au moins est indispensable.

Hébergement :

- **En refuge**

Les hébergements de montagne sont de confort sommaire.

- Chambres collectives ou en tente Quechua (tentes igloo avec matelas) simple ou double permettant plus d'intimité.

Les refuges sont des hébergements gérés par le Parc Naturel Régional Corse dans lesquels la réservation est aléatoire. Ils sont, en général, assez fréquentés mais il y a une bonne

ambiance. Le couchage est organisé sur place et géré par le gardien qui fera de son mieux selon la fréquentation du site et les conditions météo.

- **Prévoir un duvet pour la nuit en refuge**
- **Les draps et le linge de toilette ne sont pas inclus.**

IV. Equipement :

Le sac à dos :

Vous devez toujours emporter dans votre sac à dos :

- Un sac à dos de capacité 40L
- Un vêtement chaud,
- Un vêtement de pluie,
- Une gourde,
- Une trousse de secours et vos objets personnels
- Un sac poubelle de 70 litres et deux sacs congélation sont indispensables pour protéger vos affaires de la pluie.

Les chaussures :

- Chaussures de randonnée avec bonne tenue de cheville et semelles crantées, mais souples.

Les chaussures sont l'un des éléments les plus importants de votre randonnée. Elles doivent être avant tout confortables, imperméables et respirantes. Un bon maintien de la cheville est indispensable.

Les vêtements

- Une veste et un pantalon coupe-vent imperméable de type GORE TEX
- Une veste polaire
- Un pantalon, un short, des tee-shirts...
- Vêtements de rechange et linge personnel pour 3 jours dont 2 nuits

Le couchage

Un sac de couchage de bonne qualité (température de confort : + 5°) est essentiel pour tous les séjours impliquant des nuits en refuge.

Petit matériel

- Gourde (un litre et demi minimum) et un tupperware pour le pique-nique
- Une paire de bâtons télescopiques (si vous avez l'habitude)
- Lunettes et crème solaire
- Casquette
- Appareil photo...
- Une petite trousse de toilette, avec serviette
- Une lampe de poche ou frontale pour la nuit
- Une paire de tennis, ou de sandalettes pour le soir

- Papier hygiénique et un petit sac papier ou plastique pour transporter le papier usager jusqu'à la prochaine poubelle.
- Boules Quiès
- Pour améliorer votre confort, nous vous conseillons d'amener un drap housse 1 place.

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, pansements et compresses stériles. **Ordonnance obligatoire si traitement médical en cours.**

V. Climat

La Corse a un climat de type méditerranéen, chaud et sec en été, plus humide en hiver. Cependant, en montagne, le temps peut être bien différent avec des orages, du vent fort, des températures qui chutent violemment et pour les départs avant fin juin, de la neige ou des névés encore bien présents. Selon les conditions, l'accompagnateur pourra modifier le parcours ou annuler le départ.

VI. Informations diverses :

Pour mieux suivre votre itinéraire : Carte IGN

Top 25: 41490T Calvi

Top 25: 42500T Corte

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.

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.

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

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