

# Mare e Monti Sud en étoile

France

Code voyage : FRAGP0031

Randonnée guidée

• Randonnée • 6 jours



Une randonnée accompagnée pour une découverte des merveilles du sud de la Corse : Mare e Monti Sud en étoile ! En petit groupe avec minibus à disposition, nous vous proposons une alternance de marches en montagne et sur le littoral, ponctuées de visites culturelles. Le long du golfe du Valinco vous partirez vers le sud de l'île pour remonter jusqu'au superbe village de Zonza au pied des Aiguilles de Bavella. Au programme de votre séjour : les Aiguilles de Bavella, Campomoro, Bonifacio en b...

## Points forts

- Bavella, le Cuscionu, Bonifacio
- Séjour entre la montagne et la mer
- Deux accompagnateurs pour les groupes de plus de 9 participants

• Le Village 38112 Autrans-Méaudre en Vercors, France • Tél +33 4 76 95 23 00 • Fax +33 4 76 95 24 78  
• Site internet : [www.grandangle.fr](http://www.grandangle.fr) • Blog : [blog.grandangle.fr](http://blog.grandangle.fr) • E-mail : [info@grandangle.fr](mailto:info@grandangle.fr)

**Grand Angle**FRAGP0031 - Mis à jour le  
30/09/2023

# LE PROGRAMME

## J1 Ajaccio

Accueil à Ajaccio, puis transfert jusqu'à votre hébergement au cœur de l'Alta Rocca, où vous vous installez pour la durée du séjour du Mare e Monti Sud en étoile.

*Etape : Alta Rocca*

*Hébergement : hôtel 2\* ou chambres d'hôtes*

## J2 Les villages de l'Alta Rocca

Une belle journée à partir de Levie, principal village de l'Alta Rocca, cette micro région à l'architecture caractéristique de constructions granitique aux allures massives. Ce circuit du Mare e Monti Sud nous emmène sur les traces d'un riche passé historique, et nous offre un fabuleux voyage dans le temps, sur les traces de la préhistoire insulaire avec la visite du site de Cucuruzzu, village forteresse datant de l'âge de bronze.

*Etape : Levie, Cucuruzzu*

*Hébergement : hôtel 2\* ou chambres d'hôtes*

*Itinéraire principal : 15 km , 4 h, +580 m, -580 m*

## J3 Sur les traces du pastoralisme

Au nord du village de Quenza, un vaste plateau glaciaire, recouvert d'impressionnantes pelouses verdoyantes, nous plonge dans le monde du pastoralisme insulaire. Boucle autour du « Castellu d'Ornucciu » traversant les pozzines, où serpentent d'innombrables ruisseaux

*Etape : Castellu d'Ornucciu*

*Hébergement : hôtel 2\* ou chambres d'hôtes*

*Itinéraire principal : 14 km, 5 h, +600 m, -600 m*

## J4 Excursion en bateau "Les grottes et falaises de Bonifacio"

Direction l'extrême sud, pour une agréable journée totalement touristique. Après une visite de la célèbre cité de Bonifacio et ses remparts protecteurs, une sortie en bateau nous permettra d'apprécier de près les sculptures naturelles de la mer sur les falaises et les grottes calcaires, où est construite l'ancienne forteresse génoise.

*Etape : Bonifacio*

*Hébergement : hôtel 2\* ou chambres d'hôtes*

*Itinéraire principal : 6 km, 2 h, +150 m, -150 m*

## J5 Bavella et le Trou de la Bombe

Randonnée du Mare e Monti Sud en plein cœur de la forêt du célèbre massif de Bavella, jusqu'au « trou de la bombe » ou « tafonu di cumpuleddu », phénomène géologique impressionnant qui consiste en un spectaculaire trou dans la roche. Nous gravirons les quelques mètres qui nous séparent du promontoire, pour jouir d'une vue incomparable sur les aiguilles de Bavella et sur la mer toute proche.

*Etape : Aiguilles de Bavella*

*Hébergement : hôtel 2\* ou chambres d'hôtes*

*Itinéraire principal : 8 km, 4 h, +340 m, -340 m*

## J6 La sentinelle du littoral

Dernière journée du Mare e Monti Sud avec une balade axée sur les sentiers du littoral, et de magnifiques plages

de sable fin. Le sentier nous offre de superbes paysages côtiers qui nous mènent jusqu'à la célèbre tour génoise de Campomoro, la plus massive entre toutes celles qui ceinturent l'île, mais aussi la seule à disposer d'importantes fortifications. Retour en bus dans l'après-midi à Ajaccio.

*Etape : Tour Génoise de Campomoro*

*Itinéraire principal : 14 km, 4 h, +330 m, -330 m*

## Itinéraire

Nous pouvons être amenés à modifier l'itinéraire indiqué : soit au niveau de l'organisation (problème de surcharge des hébergements, dédoublement des groupes, modification de l'état du terrain, éboulements, sentiers dégradés, etc.), soit directement du fait du guide (météo, niveau du groupe, etc.). Ces modifications sont toujours faites dans votre intérêt, pour votre sécurité et pour un meilleur confort !

# QUELQUES PRÉCISIONS

## Niveau

Modéré, sentier sans difficulté technique. Les randonnées sont de 4h à 6h de marche par jour sur des sentiers présentant peu de difficulté technique. Dénivelés positifs de 150 à 600 m par jour.

## Transports des bagages

Séjour en étoile : durant la randonnée portage juste de vos affaires personnelles pour la journée de marche (pique-nique, eau ...).

## Transferts

Séjour avec un hébergement fixe toute la semaine. Chaque jour, un minibus vous permet de rejoindre le début de votre randonnée et de revenir le soir à votre hébergement.

## Groupe

Groupe de 8 à 16 personnes.

## Durée

6 jours, 5 nuits, 5 jours de marche, 1 sortie en bateau.

## Période de départ

Séjour du dimanche au vendredi. Départ de fin mars à octobre.

## Encadrement

Accompagnateur en montagne diplômé d'État. 2 accompagnateurs à partir de 9 participants.

## Confort

### ? Hébergement

Selon les disponibilités en hôtel\*\* ou chambre d'hôtes, chambre à deux lits.

Pour les couples possibilité de chambre avec un grand lit sur demande. Chambre seule avec supplément.

### ? Punaises de lits

Les punaises de lits ont fait leur apparition partout dans le monde, et malheureusement l'île n'est pas épargnée. Elles peuvent être présentes dans les habitations, immeubles, hôpitaux, trains, avions, les hôtels... Malgré notre vigilance dans le choix des hébergements avec lesquels nous travaillons, leur prise en compte du problème (surveillance, changement de literie, etc), nous ne pouvons pas vous garantir un séjour sans. Vous devez être attentifs en inspectant votre literie et en évitant de poser votre sac sur le lit et vos affaires dans les placards. Nous vous conseillons de vous procurer un insecticide adapté (ex: Clako punaises). Si vous rencontrez des problèmes avec l'insecte, informer l'hébergeur. Nous vous conseillons de mettre l'ensemble de vos vêtements dans des sacs avant de les passer en machine. Ce type de précaution évite et diminue le risque de contamination à d'autres établissements et à votre habitation.

### ? Restauration

Petit déjeuner continental (thé, café, lait, pain, beurre, confiture). Repas du soir à base très souvent de spécialités locales, incluant une entrée, un plat et un dessert. Repas du midi pris sous forme de pique-nique sur le terrain. Vivres de course prévus (barres céréales, fruits secs, canistrelli...) durant la randonnée.

Merci de nous préciser à l'inscription toute allergie alimentaire ou régime spécial ; nous ferons au mieux pour adapter vos repas.

### ? Traitement des eaux

Traitement des eaux L'île recèle de nombreuses sources le long des sentiers et des fontaines dans les villages. Ne pouvant pas garantir que ces eaux sont potables, nous vous invitons à procéder à une désinfection chimique avec l'utilisation de pastilles désinfectantes.

## Rendez-vous / Dispersion

### ? Rendez-vous

Le J1 Le dimanche à 15h devant la gare maritime d'Ajaccio en face de la CCI.

### ? Dispersion

Le vendredi vers 18h à la gare maritime d'Ajaccio.

## Convocation

Vous recevrez environ deux semaines avant votre départ, une convocation précisant l'heure et le lieu du rendez-vous, le nom et les coordonnées du guide ainsi que l'adresse du premier hébergement.

## Prolongez votre séjour

Si vous désirez prolonger votre séjour à Ajaccio, nous vous conseillons les hôtels suivants :

### Hôtel Le Dauphin

Tél. : +33 (0)4 95 21 12 94

Site internet : [www.ledauphinhotel.com](http://www.ledauphinhotel.com)

### Hôtel Kalliste

Tél. : +33 (0)4 95 51 34 45

Site internet : [www.hotel-kalliste-ajaccio.com](http://www.hotel-kalliste-ajaccio.com)

### Hôtel Fesch \*\*\*

Tél. : +33 (0)4 95 51 62 62

Site internet : [www.hotel-fesch.com](http://www.hotel-fesch.com)

### Hôtel Les Mouettes \*\*\*\*

Tél. : +33 (0)4 95 50 40 40

Site internet : [www.hotellesmouettes.fr](http://www.hotellesmouettes.fr)

## Accès

### ? En avion

Aéroports d'Ajaccio, si vous arrivez par Bastia ou Calvi, prévoir une arrivée matinale afin de pouvoir prendre un bus ou un train pour Ajaccio.

Air Corsica depuis les principales villes françaises et la Suisse

Air France depuis les principales villes du continent

easyJet depuis Lyon, Londres, Paris, Genève, Bristol, Manchester...

British Airways depuis l'Angleterre compagnies saisonnières

Luxair depuis le Luxembourg compagnies saisonnières

Volotea depuis les principales villes françaises

### ? En bateau

Corsica Linea depuis Marseille

La Méridionale depuis Marseille

Corsica Ferries depuis Toulon, Nice, Savone et Livourne

Moby depuis Nice, Livourne et Gênes vers Bastia

**Sailcoop** : Une solution de traversée proche du 0 carbone, grâce à notre nouveau partenaire Sailcoop qui propose des traversées Toulon – Calvi ou Calvi – Toulon (240 € / la traversée par personne : incluant une place en cabine et les repas durant la traversée). Départ tous les jours du 15/06 au 15/09 et tous les 2 jours sur le reste de la période. La traversée dure entre 20 et 24h. Si cette solution vous intéresse n'hésitez pas à nous contacter pour plus de renseignements. (<https://sailcoop.fr/>).

### ? Garer sa voiture

Parc de stationnement du Diamant 120 € pour la semaine

Avenue Eugène Macchini

Tél. : 04.95.51.00.85

<https://www.parkme.com/fr/lot/135840/diamant-ajaccio-france>

### Covoiturage

Vous pouvez mutualiser les moyens de déplacement en faisant du covoiturage. En plus d'être plus économique et écologique, ce moyen de transport vous permet de faire connaissance avec les autres participants. Avant le départ et sur demande, nous pouvons vous mettre en relation avec les autres membres du groupe qui le souhaitent. Sinon, rendez-vous sur [BlaBlaCar](#).

### Baignade

Un certain nombre de nos voyages se prêtent à la baignade, en cours d'étape ou en fin de journée. Ce serait dommage de ne pas en profiter. Nous soulignons cependant que vous êtes seuls juges de l'opportunité d'une baignade ; ces baignades se font donc sous votre responsabilité et à vos risques et périls.

### Photos

Vous faites de belles photos ! N'hésitez pas à nous envoyer un CD, une clé USB, un lien [Dropbox](#) ou [WeTransfer](#) de vos plus belles photos réalisées lors de votre voyage. Le fait pour vous de nous communiquer des photos implique que vous acceptez que vos photos soient utilisées à titre gracieux sur nos différents supports (catalogue, site internet, fiche technique, etc...).

### Récit de voyage

Vous souhaitez partager vos meilleurs moments du voyage et faire profiter de votre expérience la communauté de randonneurs ? Transmettez-nous votre récit et quelques photos illustrant vos propos que nous publierons pour vous sur notre blog.

## Tourisme responsable

### ? Agir pour un Tourisme Responsable - label ATR

Grand Angle est un membre actif de l'association ATR « Agir pour un Tourisme Responsable », dont la conformité avec le label a été vérifiée par Ecocert Environnement.

Les valeurs communes du label, partagées par tous ses membres, sont représentées par : la transparence (entre le client et l'agence de voyage), le partenariat (entre les prestataires locaux et l'agence de voyage) et la cohérence (synonyme de bonne communication au sein de l'équipe de l'agence de voyage).

Être membre d'ATR nous engage à :

- Promouvoir un tourisme de qualité
- Respecter l'environnement, le patrimoine et les populations locales
- Sensibiliser les voyageurs aux coutumes locales
- Informer les voyageurs en toute transparence sur leurs conditions de voyage

Pour plus d'information sur [l'association ATR](#).

Pour préparer au mieux votre voyage, nous vous invitons à prendre connaissance de la [charte éthique du voyageur](#).

### ? La Charte Européenne du Tourisme Durable dans les Espaces Protégés

En 2014, Grand Angle a été l'un des premiers tours opérateurs à être certifié au titre de la Charte Européenne du Tourisme Durable, créée et développée par Europarc, la Fédération des espaces protégés européens, regroupant Parcs Naturels Régionaux, Parcs Nationaux et réserves naturelles.

La Charte Européenne a pour vocation de développer sur des espaces protégés un tourisme de qualité, durable et responsable, dans le respect de l'homme et de son environnement. Être certifié au titre de la CETD est une reconnaissance de notre engagement dans le tourisme et le développement durables ancrés sur les territoires, sur les plans économique, social et environnemental.

La certification est une attestation de la confiance que portent les Parcs à notre entreprise et à sa démarche.

Le partenaire de Grand Angle dans cette certification est le [Parc Naturel Régional du Vercors](#).

En savoir plus sur la [Charte Européenne de Tourisme Durable](#).

# DATES ET PRIX

## Les prix comprennent

- L'hébergement en chambre de deux en demi-pension
- Les pique-niques et vivres de courses
- Les transferts locaux
- L'encadrement
- La sortie en bateau
- L'entrée au site archéologique de Cucuruzzu

## Les prix ne comprennent pas

- L'acheminement
- Les boissons
- Les visites non prévues au programme
- Les transferts non prévus
- Les dépenses personnelles
- Les assurances
- Les frais d'inscription
- Tout ce qui n'est pas indiqué dans " Les prix comprennent "

## Options, suppléments et réductions

- Supplément chambre seule basse et moyenne saison : + 190 €
- Supplément chambre seule haute saison (départ du 25 juin au 20 août) : + 215 €
- Supplément chambre seule de répartition : +60 €

# DANS VOS BAGAGES

## Équipement

### Pour randonner

- Des chaussures de montagne tenant la cheville avec une bonne semelle crantée, présentant un contrefort et une bonne imperméabilité
- Des chaussettes confortables « spécial randonnée » (3 paires minimum)
- Une fourrure polaire
- Un pantalon confortable pour la marche (matière technique séchant rapidement)
- Shorts, tee-shirts et sous-vêtements techniques (matière séchant rapidement)
- Une chemise à manches longues (matière technique séchant rapidement)
- Bâtons de marche (télescopiques), très importants pour faciliter la marche

Nota : les vêtements techniques synthétiques sont très performants. De nouveaux vêtements en laine de mérinos sont aussi apparus ; ils sont très performants et agréables à porter, et présentent l'avantage de ne pas développer les odeurs de transpiration ! (marque Icebreaker, Ruka, etc...).

D'une manière générale, proscrire le coton, qui refroidit lorsqu'il est mouillé.

### Pour le pique-nique du midi

- Bol, boîte ou assiette en plastique
- Couverts (cuillère, fourchette, couteau)
- Gourde d'1.5 Litre minimum (obligatoire) ; une gourde thermos pour l'hiver

### Contre le soleil et la pluie

- Crème solaire (haute protection) et lunettes de soleil
- Chapeau, casquette ou bob
- Une cape de pluie ou un « Goretex » et éventuellement un pantalon Goretex

### Après l'effort

- Une paire de tennis style jogging pour le soir
- Vêtements de rechange et linge personnel
- Trousse et serviette de toilette (mini)
- Une mini-pharmacie : médicaments personnels, élastoplaste, biogaze ou « 2ème peau », gaze, désinfectant, arnica en granules et aspirine en cas de petits bobos ... (tout un programme ! mais rassurez-vous, la pharmacie revient souvent intacte de votre semaine de randonnée)

## Bagages

Sac à dos : prévoir un sac à dos confortable de 30 à 40 litres pour vos effets de la journée (un vêtement chaud, une cape de pluie, une gourde, boîte et couverts pour le pique-nique, protection solaire et papiers d'identité) et un peu de place pour transporter votre pique-nique et quelques encas.

# INFORMATIONS PRATIQUES

## Le pays

Pays : France

## Formalités

### ? Papiers

Les voyageurs, mineurs inclus, doivent être en possession d'une carte nationale d'identité ou d'un passeport (ressortissants de l'UE).

### ? Santé

Se munir de la carte vitale et des médicaments usuels.

## Adresses utiles

### Agence du Tourisme de la Corse

17 boulevard du Roi Jérôme

20181 Ajaccio

E-mail : [contact@ctc-atc.com](mailto:contact@ctc-atc.com)

Site internet : [www.visit-corsica.com](http://www.visit-corsica.com)

### Office de Tourisme d'Ajaccio

3 boulevard du Roi Jérôme

BP 21 - 20181 Ajaccio Cedex 01

Tél. : +33 (0)4 95 51 53 03

Site internet : [www.ajaccio-tourisme.com](http://www.ajaccio-tourisme.com)

## Téléphone

France +33

## Climat

De par la situation géographique au cœur du golfe de Gênes et l'importance du relief, le climat jouit d'une influence marine et montagnarde. Les variations très rapides de dénivelés entre le littoral et les sommets induisent des contrastes marqués, qui se traduisent tant au niveau des températures que des précipitations. En montagne, le temps change vite. Au cours d'une même journée, et selon l'altitude, nous pouvons bénéficier d'un splendide soleil et d'une température estivale, mais aussi subir une tempête de neige et des températures glaciales. Soyez prévoyant, vous devez impérativement emporter dans votre sac à dos un minimum d'affaires pour vous protéger du froid ou du soleil ! La présence tardive de neige sur les massifs ne permet pas de randonner au-dessus de 2000 mètres avant la mi-juin.

## Bibliographie

Ouvrages généraux - Tourisme - Gastronomie

- Le grand chemin, toutes les étapes du GR20 par le PNRC (Albiana)

- Corse, par A et F Rother (Arthaud)

- Guide Bleu de la Corse (Hachette)

- Guide pratique de la Corse par Olivier Jehasse (éditions de la Marge, Ajaccio)
- La bonne cuisine corse, par Christine Schapira (éditions Solar)
Géographie - Nature
- Parc naturel régional de la Corse, plantes et fleurs rencontrées, par Marcelle Conrad
- Roches et paysages de la Corse, par A. Gauthier (parc naturel régional et BRGM)
Histoire - Archéologie - Art
- Histoire de la Corse, par Michel Vergé Franceschi (éditions du Félin)
- Arts traditionnels de la Corse, par Loviconi (Edisud)

<b>Grand Angle</b>	 <b>EUROPARC</b> Tourisme Durable dans les Espaces Protégés	 <b>AGIR POUR UN TOURISME RESPONSABLE</b> <small>LABEL CONTRÔLE PAR ECOCERT ENVIRONNEMENT</small>	FRAGP0031 - Mis à jour le 30/09/2023
<b>Grand Angle</b>	 <b>EUROPARC</b> Tourisme Durable dans les Espaces Protégés	 <b>AGIR POUR UN TOURISME RESPONSABLE</b> <small>LABEL CONTRÔLE PAR ECOCERT ENVIRONNEMENT</small>	FRAGP0031 - Mis à jour le 30/09/2023