Atalante
L'ESPRIT TREK

CORSE

Trek itinérant : Mare a Mare Sud

- Un traversée itinérante en liberté de la côte Est à la côte Ouest : de Porto Vecchio à Propriano.
- Des belles journées de marche entre villages, maquis et plages !
- Dortoir ou chambre? Avec ou sans transport des bagages? A vous de choisir !

À PARTIR DE	**750 €**
DURÉE	7 jours
TYPE	Voyage en liberté
NIVEAU	
THÉMATIQUE	Trek

Nous vous proposons à travers cette randonnée de moyenne montagne accessible à tous, un itinéraire classique et cependant incontournable, sillonnant la partie la plus méridionale de la montagne corse.
De Porto-Vecchio à Propriano, d'Est en Ouest, de la mer Tyrrhénienne à la Méditerranée occidentale, d'un golfe à l'autre, découvrez l'Alta Rocca, le témoignage du passé, la terre des seigneurs, adossée à l'Alcudina le plus haut massif du sud, où les villages perchés regardent la mer.
Sur des sentiers encore utilisés seulement par quelques bergers, le gris-vert du maquis, les chênes verts et l'émeraude des pins Lariccio, vous imprègneront jour après jour des parfums et des couleurs de ce que l'on appelle communément l'âme corse.

Itinéraire

JOUR 1

Porto-Vecchio

HÉBERGEMENT : HÔTEL | DÉJEUNER : LIBRE | DÎNER : LIBRE

Installation à votre hôtel à Porto-Vecchio, troisième commune de Corse. Découverte de la cité du sel, surnommée ainsi pour l'exploitation des marais salants avec ses maisons en pierre, ses ruelles, et ses fortifications génoises... Nuit à Porto-Vecchio.

JOUR 2

Porto-Vecchio - Forêt de l'Ospédale - Cartalavonu

MARCHE : 5H | DÉNIVELÉ POSITIF : 1130 M | HÉBERGEMENT : GÎTE D'ÉTAPE OU CHAMBRE D'HÔTES | DÉJEUNER : LIBRE

De Porto-Vecchio à Cartalavonu, en quittant les eaux bleues du grand sud, vous découvrez la Corse de l'intérieur et ses nombreux villages. Traversée de la forêt de l'Ospédale, peuplée de pins maritimes.Nuit à Cartalavonu.

JOUR 3

Cartalavonu - Alta Rocca - Carbini - Levie

MARCHE : 5H | DÉNIVELÉ POSITIF : 670 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 1120 M | HÉBERGEMENT : GÎTE D'ÉTAPE OU CHAMBRE D'HÔTES | DÉJEUNER : LIBRE

Départ vers l'Alta Rocca et ses hautes terres, où les points de vue sur l'Ospédale, le golfe du Valincu, et les aiguilles de Bavella sont superbes. Le village de Carbini et son église pisane vous enchanteront. Nuit à Levie.

JOUR 4

Levie - Cucuruzzu - Ghjalicu - Aullène ou Serra di Scopamena

MARCHE : 6H-7H | DÉNIVELÉ POSITIF : 900 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 630 M | HÉBERGEMENT : GÎTE D'ÉTAPE OU CHAMBRE D'HÔTES | DÉJEUNER : LIBRE

Au départ de Levie, l'itinéraire passe au pied du site archéologique de Cucuruzzu, puis monte au village de Quenza. Découverte du hameau de Ghjalicu, ancien lieu de transhumance, avant de rejoindre Aullène ou Serra di Scopamena. Nuit à Serra di Scopamena ou Aullène.

JOUR 5

Serra di Scopamena - Col de Tighjarellu - Altagène - Ste Lucie de Tallano

MARCHE : 4H-5H | DÉNIVELÉ POSITIF : 570 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 800 M | HÉBERGEMENT : GÎTE D'ÉTAPE OU CHAMBRE D'HÔTES | DÉJEUNER : LIBRE

Longue descente, entre châtaigniers et chênes, jusqu'à la rivière du Rizzanese et ses vasques. Après le col de Tighjarellu, passage par le village d'Altagène puis Sainte Lucie de Tallano. Région réputée pour son huile d'olive et ses moulins. Nuit à Sainte Lucie de Tallano.

JOUR 6

Ste Lucie de Tallano - Altanaria - Fozzano - Propriano

MARCHE : 4H-5H | DÉNIVELÉ POSITIF : 710 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 720 M | HÉBERGEMENT : HÔTEL | DÉJEUNER : LIBRE | DÎNER : LIBRE

Après la traversée de Loreto di Tallano et des ruines d'Altanaria, arrivée sur Fozzano. Vous pouvez y contempler sa célèbre tour du XVème siècle puis visiter la maison de Colomba, héroïne de Mérimée. A 15h, transfert en taxi jusqu'à Propriano afin d'éviter de la marche sur route. Nuit à Propriano

JOUR 7

Propriano

DÉJEUNER : LIBRE | DÎNER : LIBRE

Fin de nos services après votre petit-déjeuner

Budget

(informations au 20/05/2024)

PÉRIODE RÉALISABLE : AVRIL À OCTOBRE

PRIX 2024 A PARTIR DE

Du 01 AVRIL au 30 JUIN
et
Du 01 SEPTEMBRE au 15 OCTOBRE
FORMULE DORTOIR

- Sans assistance bagages -
Prix base 2 personnes: 720 € par personne
Prix base 3 personnes: 675 € par personne
Prix base 4 personnes: 655 € par personne

- Avec assistance bagages -
Prix base 2 à 3 personnes: 840 € par personne
Prix base 4 à 5 personnes: 720 € par personne

FORMULE CHAMBRE (DOUBLE OU TRIPLE)

- Sans assistance bagages -
Prix base 2 personnes: 840 € par personne
Prix base 3 personnes: 795 € par personne
Prix base 4 personnes: 775 € par personne

- Avec assistance bagages -
Prix base 2 à 3 personnes: 960 € par personne
Prix base 4 à 5 personnes: 835 € par personne

Du 01 JUILLET au 31 AOUT

FORMULE DORTOIR

- Sans assistance bagages -

Prix base 2 personnes: 800 € par personne

Prix base 3 personnes: 760 € par personne

Prix base 4 personnes: 740 € par personne

- Avec assistance bagages -

Prix base 2 à 3 personnes: 920 € par personne

Prix base 4 à 5 personnes: 795 € par personne

FORMULE CHAMBRE (DOUBLE OU TRIPLE)

- Sans assistance bagages -

Prix base 2 personnes: 920 € par personne

Prix base 3 personnes: 875 € par personne

Prix base 4 personnes: 855 € par personne

- Avec assistance bagages -

Prix base 2 à 3 personnes: 1035 € par personne

Prix base 4 à 5 personnes: 915 € par personne

LE PRIX COMPREND

- L'hébergement selon la formule choisie
- Les petits-déjeuners du jour 02 au jour 07
- Les dîners du jour 02 au jour 05
- Les transferts locaux nécessaires au bon déroulement du programme
- Le transport des bagages selon la formule choisie
- Le carnet de route numérique

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les frais d'inscription (à partir de 12 ans) : 18 € par personne
- L'acheminement jusqu'au lieu de départ du voyage.
- Eco participation à la contribution carbone volontaire de votre voyage 5 euros par personne si vous réservez les vols par le biais de Huwans

À payer sur place :

- Les piques-niques
- Les boissons
- Les dîners des jours 01 et 06
- Les visites de sites
- Fin de séjour à Propriano, bus pour Ajaccio, Porto Vecchio et/ou Bonifacio (entre 12 et 20 euros selon le trajet)

ASSURANCES AU CHOIX

- **Assurance multirisque :** 4,1 % du voyage par personne
- **Assurance multirisque avec extension épidémie :** 5,1 % du voyage par personne
- **Assurance premium (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.) :** 5 % du voyage par personne
- **Assurance multirisque premium avec extension épidémie (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.) :** 6,1 % du voyage par personne

Pour ce voyage, nous vous recommandons notre assurance multirisque, spécialement étudiée pour le voyage d'aventure.

AÉRIEN

Nos prix sont calculés sans acheminement à destination. Les points de rendez-vous et de départ de chaque voyage sont indiqués sur votre itinéraire.

Mais rassurez-vous, nous pouvons réserver votre acheminement pour vous simplifier la vie :

- Une proposition à la carte (choix de la compagnie, aéroport de départ).
- La transparence sur le prix du billet.
- Les frais de gestion et de modification de vol inclus en cas d'incident.
- Les transferts aéroport / hôtel inclus à votre arrivée et départ (quand applicable).
- Le tout pour un forfait fixe de 80 € / personne.

+ OPTIONS

- Le supplément chambre individuelle: 485 euros (avril, mai, juin, septembre et octobre), 530 euros (juillet, août)

Détail du voyage

NIVEAU

Prévoir des journées de 4 h à 5 h de marche par jour sur des sentiers présentant peu de difficultés techniques. En moyenne de 500m à 700m de dénivelés positives par jour. S'adresse aux personnes qui marchent régulièrement.
Attention cependant, le jour 2 prévoir plus de 1000m de dénivelé positive et le jour 04 est une journée longue de plus de 6h de marche.

ENCADREMENT

Séjour sans accompagnateur avec **carnet de route numérique** (remis avant votre départ).

Nous vous fournissons un dossier complet avec cartes et topos détaillés:

- d'un descriptif jour / jour,
- des copies de cartes IGN top 25
- de la liste des hébergements
- l'application numérique Altai : pour charger votre carnet de route numerique (mise à disposition environ 1 mois avant votre départ)

Sur place, vous devrez récupérer une enveloppe à vos noms et prénoms au 1er hébergement.
cette enveloppe contient :

- la feuille de route bagage,
- les étiquettes bagages,
- une carte papier de la région traversée
- jour par jour avec les transferts

ALIMENTATION

- Petit déjeuner continental : thé, café, lait, pain, beurre, confiture
- Pique-niques non inclus (achat sur place possible)
- Repas du soir à base très souvent de spécialités locales, incluant une entrée, un plat et un dessert.

Dîners des J1 et J06 à Porto Vecchio et Propriano, non inclus.
Les boissons restent à votre charge.

HÉBERGEMENT

Le séjour se fait en gîte d'étape (dortoir de 4 à 8 personnes, sanitaires à partagés).

Mais vous pouvez choisir l'option confort et ainsi dormir en hôtel et chambre d'hôtes (chambre double, triple ou individuelle (sur demande) avec sanitaires privés) :

* Jour 1 - 2 - 4 - 6 : hôtel
* Jour 3 - 5 : chambre d'hôtes

HEURE ET LIEU DE RENDEZ-VOUS

A votre hébergement à Porto Vecchio le jour 01

ACCÈS AU LIEU DE RENDEZ-VOUS

Voici les différentes compagnies aériennes et maritimes desservant la Corse :

CCM Air Lines depuis les principales villes françaises et la Suisse www.aircorsica.com
AIR FRANCE depuis les principales villes du continent www.airfrance.fr
EASYJET depuis Lyon, Londres, Paris, Genève, Bristol, Manchester...
www.easyjet.com
BRITISH AIRWAYS depuis l'Angleterre compagnies saisonnières www.britishairways.com
LUXAIR depuis le Luxembourg compagnies saisonnières www.luxair.lu
Volotea depuis les principales villes françaises www.voloeta.com

Corsica Linea depuis Marseille, Toulon et Nice www.corsicalinea.com
La Méridionale depuis Marseille, Toulon et Nice www.cmn.fr
Corsica Ferries depuis l'Italie, Nice et Toulon www.corsicaferries.com
Moby Lines depuis l'Italie www.mobylines.com

DISPERSION

Après le petit-déjeuner à Propriano le jour 07

SE LOGER AVANT OU APRÈS LE CIRCUIT

- Nuits supplémentaires : nous consulter

DÉPLACEMENT

Transferts à votre charge :

Le transfert en bus Propriano / Ajaccio, J07 (consulter l'onglet prix - à payer sur place)

cf. rubrique rendez-vous.

BUDGET & CHANGE

Euro

POURBOIRES

Le pourboire n'est en rien une obligation et doit être laissé à l'appréciation de chacun. Bien que très peu répandue en France, sa pratique l'est dans le monde entier.

Equipement

VÊTEMENTS À PRÉVOIR

Les vêtements, des pieds à la tête :

- Chaussures de randonnée. Ce sont les meilleures amies du randonneur. Elles doivent réunir trois qualités : solidité, bonne tenue du pied et de la cheville (tiges hautes) et imperméabilité. Choisissez des chaussures à semelles antidérapantes et relativement rigides type "Vibram" ,
- Chaussures légères (tennis ou sandales) pour enfiler le soir dans les villes et villages.
- Chaussures de baignade,
- Sous vêtements. C'est la première isolation que vous aurez, soignez la ! Des fibres techniques fines, comme la Carline ou la Polartec, sont très efficaces, chaudes, souples, confortables et légères. Elles sèchent très rapidement,
- Pantalons de randonnée,
- Shorts,
- Vestes polaires. Ces dernières sont résistantes, chaudes, légères et sèchent rapidement. Les plus adaptées, bien connues des montagnards, sont les fibres Polartec, Carline et Ulfrotté.
- Tee-shirts (techniques de préférence),
- Cape de pluie ou veste imperméable type Gore-tex,
- Chapeau,
- Paire de gants et bonnet (selon la saison),
- Maillot de bain et serviette de bain,

EQUIPEMENT À PRÉVOIR

- Pochette à mettre autour du cou ou en ceinture pour votre passeport et/ou votre carte d'identité, votre permis de conduire, votre carnet de vaccination, votre carte européenne d'assurance maladie, votre dépliant assurance voyage, vos devises, votre carte de crédit et vos papiers personnels.
- Boite en plastique de taille moyenne avec couverts en plastique pour transporter les salades.
- Sacs plastiques pour garantir l'étanchéité de vos affaires, appareils photos et vêtements.
- Sac à linge sale,
- Boules Quiés, toujours utiles!
- Bloc notes et stylo, livre, jeu de cartes,
- Bâtons de marche.
- Paire de jumelles,
- Appareil photos,
- Palmes, masque et tuba,
- Téléphone portable,
- Trousse de toilette,
- Serviette de toilette,
- Paire de lunettes de soleil,
- Crème de protection solaire (visage et lèvre),
- Lampe de poche ou frontale avec piles de rechange,
- Gourde de 1.5 litres minimum, légère et isotherme. Vous pouvez prévoir également une poche à eau de 2 litres. Cette dernière a l'avantage de permettre une consommation directe grâce à sa pipette. Vous n'êtes donc pas obligé de tomber le sac à dos pour saisir la gourde. Ainsi vous buvez plus régulièrement et en petite quantité ce qui est conseillé pour une bonne hydratation,

Astuce : avoir deux récipients permet de consommer l'un pendant que l'autre est en cours de traitement,

- Couteau de poche, multi-usages de préférence (à mettre en soute si vous prenez l'avion),
- Papier hygiénique et briquet,
- Gel hygiénique,
- pour le couchage en gite : sac à viande (drap de sac)

BAGAGES

L'ensemble de vos bagages doit être réparti dans deux sacs :

- Un sac de voyage souple avec fermeture éclair latérale donnant plus facilement accès à son contenu type sac marin 80 litres environ et de 15 Kg maximum.
- Un petit sac à dos d'une contenance d'environ 30 litres pour vos affaires de la journée : polaire, tee-shirt de rechange, gourde, lunettes, appareil photo, jumelles, petit matériel…

Attention, certains pays interdisent l'importation et l'utilisation des cigarettes électroniques, nous vous recommandons donc vivement de vous renseigner auprès des autorités compétentes (MAE, ambassade, consulat) avant votre départ.

PHARMACIE

Il est recommandé de constituer votre propre trousse à pharmacie : crème solaire hydratante corps et lèvres, élastoplast et ciseaux, vitamines C, collyre, doliprane et/ou aspirine, antidiarrhéique et antiseptique intestinal (immodium, intetrix), pommade cicatrisante et antiseptique local, antibiotique courant (facultatif).

Pensez également à votre traitement en cours.

Carte européenne d'assurance maladie (remplace le formulaire E111). Disponible sur demande auprès de votre bureau CPAM.

Formalités & santé

PASSEPORT

Non

VISA

Non

CARTE D'IDENTITÉ

Oui

VACCINS

Non

RECOMMANDATIONS SANITAIRES

.