

TRAVERSÉE DU CAP CORSE PAR LES CRÊTES

De la pointe du Cap Corse à Bastia – Ascension des plus hauts sommets du Cap Corse

5 jours / 4 nuits / 5 jours de marche

Prix : à partir de 520€ / personne (Code CAP5)

Départs à la demande. Groupe jusqu'à 12 participants

Saison 2019

Une exclusivité Altre Cime

Un itinéraire exclusif Altre Cime dans une région peu visitée de Corse. Les crêtes du Cap Corse recèlent une grande variété de fleurs et plantes endémiques et offrent de superbes vues sur l'archipel toscan et les montagnes de l'intérieur de l'île. Par beau temps, la vue s'étend jusqu'à l'Italie et aux Alpes. Partez à la découverte des paysages sauvages du Cap et des coutumes d'autrefois. Véritablement trek itinérant, nous cheminons le long de la crête de partage des eaux du Cap Corse. Une randonnée vivante, dans la lignée des treks lointains.

Grâce à notre logistique sur place partez sacs légers les 2 premiers jours, vos affaires suivent les J1 et J2. Pour les jours 3 à 5, vous emmenez vos affaires nécessaires à la randonnée + le matériel de bivouac, la nourriture et le nécessaire de cuisine à répartir entre les participants. Vous retrouvez vos affaires complètes à l'arrivée à Bastia le dernier jour.

Déroulement de votre séjour

J1 : Rendez-vous à 8h00 devant l'Office de Tourisme de Bastia. Transfert en minibus à la pointe du cap Corse (1h30)

Le sentier des douaniers de la pointe du Cap Corse à Centuri. Transfert en minibus (45mn) et randonnée sur le sentier des douaniers de Barcaghju à Centuri. Baignades possible. Nuit sous tente au camping de Centuri où vous retrouvez vos affaires.

Temps de marche : 5h. Dénivelés positifs et négatifs : 450m

J2 : Centuri – Luri. Par d'anciens chemins muletiers, nous rejoindrons le village de Mursiglia et le col de Mezzu Caminu. Nous surplomberons le golfe d'Alisgiu, un petit coin de paradis. L'après-midi, nous nous élèverons progressivement sur la crête de partage des eaux du Cap Corse.

Nuit sous tente en bivouac aménagé près du village où vous retrouvez vos affaires.

Temps de marche : 5h30. Dénivelés positif : 580m, négatifs : 300m.

J3 : Liccetu (325m) – Funtana di a Badaghja (990m). Nous serons en autonomie pour le reste du séjour et nous devons porter nos affaires nécessaires à la randonnée, soit un poids de sac d'environ 8kg. Nous rejoindrons l'arrête de partage des eaux au niveau de la Torra Seneca, tour d'origine génoise (XVIème siècle) construite sur un piton rocheux occupé depuis l'époque romaine. Notre chemin nous fera emprunter un col où nous découvrirons des traces d'occupation humaine qui remontent au néolithique (-4500 ans). Après avoir atteint une belle source, nous poursuivrons jusqu'au lieu de campement au pied du plus haut sommet du Cap.

Bivouac sous tente près de la source.

Temps de marche : 6h30. Dénivelés positif : 1000m, négatif : 450m.



J4 : Funtana di a Badaghja – Cima di e Follicie (1322m) plus haut sommet du Cap Corse – Monte Stellu (1307m) – Bocca d'Antigliu (879m). Cette belle journée nous fera fouler les 2 plus hauts sommets du Cap. La vue s'étire sur les hautes montagnes de l'île, le golfe de St Florent, l'Agriate, l'Italie et, par beau temps, les Alpes. Le chemin continue le long de la dorsale du Cap et débouche à la Bocca d'Antigliu. Nuit en bivouac près du col.

Temps de marche : 6h00. Dénivelés positif : 650m, négatif : 720m.

J5 : Bocca d'Antigliu – Bastia. Après avoir franchi la Serra di Guadalone (1073m), derniers regard vers les montagnes de l'île et nous entamerons notre descente sur Bastia où vous retrouvez vos affaires. Dispersion en milieu d'après-midi.

Temps de marche : 5h30. Dénivelés positif : 200m, négatif : 1100m.

Informations générales

Niveau : Modéré



Ces randonnées se déroulent en moyenne montagne et ne présentent aucune difficulté de terrain. Il est cependant nécessaire d'avoir un bon entraînement à la marche en moyenne montagne.

Dates 2019

Départ sur mesure aux dates de votre choix en avril et mai.

Tarifs

Pour un groupe de 12 participants : 520€/ personne
Pour un groupe de 10 à 11 participants : 570€/personne
Pour un groupe de 8 ou 9 participants: 630€/personne
Pour un groupe de 6 ou 7 participants: 720€/personne
Pour un groupe de moins de 6 participants, nous consulter.

Prestations comprises dans le prix

L'accompagnement par un accompagnateur en montagne local diplômé d'Etat, les frais d'hébergement en pension complète : petit-déjeuner, pique-nique du midi, repas chaud du soir, *canistrelli* (biscuits secs traditionnels) pour la journée, la fourniture du matériel collectif (tentes, tente mess, matelas de sol, popotes, réchauds, assiettes, bols, tasses, Tupperwares), les transferts en minibus tels que décrits, les transferts de vos affaires complètes les J1, J2 et J5,

Le prix ne comprend pas

Les boissons, le vin aux repas, les dépenses personnelles, les trajets Continent/Corse, l'assurance annulation rapatriement, toute prestation non décrite dans le présent programme.

Nombre de participants

Jusqu'à 12 participants.



Lieux de rendez-vous

Le lieu de rendez-vous est l'Office de tourisme de Bastia le J1 à 8h00.

Le lieu de dispersion est Bastia le J5 dans l'après-midi.

Pour les groupes constitués, possibilité de prise en charge depuis l'aéroport ou le port de Bastia.

Hébergements

1 nuit en camping, 1 nuit en bivouac aménagé près d'un village avec douche froide, 2 nuits en bivouac sur les crêtes. Vous bénéficierez de tentes pour 2 personnes avec matelas auto-gonflables. Notez que le confort est réduit à sa plus simple expression, nous nous laverons près des points d'eau pendant les 2 soirs de bivouac sur les crêtes.

Portage et composition du sac à dos

Les 2 premiers jours, vous portez uniquement vos affaires de la journée soit un poids de sac de 4 kg environ : vêtement chaud et vêtements de pluie, maillot de bain et serviette, crème solaire, petite pharmacie, gourde et pique-nique de la journée.

Notre logistique achemine les 2 premiers jours vos affaires aux étapes par véhicule. Pour les jours 3 à 5, vous emmenez toutes les affaires nécessaires à la randonnée : recharge, vêtements chauds et imperméables, tente pour 2 et matelas, nourriture pour 2 jours et nécessaire de cuisine à répartir entre les participants. Nous conservons le reste de vos affaires, conditionnées dans votre sac de voyage, que vous retrouverez à l'arrivée.

Equipement à emporter

- 1 Sac de voyage souple pour les affaires que vous n'emportez pas sur le circuit (sac suiveur)
- 1 Sac à dos 60 litres
- 1 Drap de soie ou « Sac à viande »
- 1 sac de couchage montagne mi-saison t° de confort 0°
- 2 gourdes d'1 litre ou Camelbak 2l
- Fourchette et couteau à lame pliante
- Lampe frontale avec piles neuves
- Trousse de toilette minimaliste
- Papier hygiénique
- Crème solaire
- Petite pharmacie comprenant vos médicaments éventuels, sparadraps, pansements seconde peau contre les ampoules, bande d'élastoplaste de 4 cm de largeur, antalgiques
- Couverture de survie
- Chaussures de randonnée montagne en bon état avec maintien de la cheville et bonne accroche de la semelle
- 3 Paires de chaussettes de randonnée
- 1 Paire de sandales pour le soir
- 3 T-shirts
- 2 Shorts
- 1 Pantalon ou collant
- 1 pull technique manche longue
- Vêtement chaud de type polaire
- Veste et pantalon de pluie de type Goretex (les ponchos sont déconseillés)
- Gants et bonnet mi-saison
- Lunettes de soleil et casquette
- Maillot de bain
- Housse de pluie pour le sac à dos
- 2 sacs en plastique pour garder vos affaires au sec dans le sac à dos

Nota : L'accompagnateur se réserve le droit de modifier tout ou partie des itinéraires et hébergements pour des raisons de sécurité ou cas de force majeure indépendant de sa responsabilité. Il se réserve également le droit de refuser le départ à tout participant dont l'équipement ne serait pas conforme à la liste décrite et d'arrêter tout participant dont le niveau, l'aptitude physique ou le comportement serait incompatible avec le bon déroulement de la randonnée sans que cela ne donne droit à un quelconque dédommagement de la part d'Altre Cime ou de l'accompagnateur.