

Informations sur votre séjour ou déplacement (covoiturage, train), joindre :

Christine CORNILLIAT : 04 78 01 67 20 ou 06 20 12 01 74

christine.cornilliat@laposte.net

Encadrement : Stéphane BRANGOLEAU (06 09 40 88 43) à joindre en cas d'extrême nécessité :

- Séjour et adhésion doivent être réglés par **chèques distincts**.
- Tous les règlements doivent être envoyés **au siège de l'association**.
- Le solde du séjour doit être réglé **15 jours avant le départ**.

Matériel à emporter (10 kg maximum)

Couchage : duvet, matelas de camping, couverture de survie, lampe de poche.

Bagages et matériel de randonnée :

- ✓ Pour tous : grand sac (type sac de sport mais pas de valise) gourde, grand sac plastique.
- ✓ Pour les passagers en joëlette, pas besoin de petit sac à dos (affaires de la journée), des sacoches sont à disposition sur la joëlette.
- ✓ Pour les accompagnateurs : chaussures de randonnée indispensables (à ne pas confondre avec des « baskets »), petite tente de randonnée (individuelle déconseillée), sac à dos 40 à 50 l (pour porter les affaires du bivouac), gants type cycliste facultatifs.

Protection contre * le froid : ensemble chaud (haut et bas), vêtements polaires si possible, gants, bonnet, chaussettes chaudes.

* **la pluie et le vent :** cape de pluie, coupe-vent...

* **le soleil :** lunettes, chapeau, crème solaire, stick pour lèvres...

Et puis : médicaments personnels, instruments de musique, carnets de chants, jeux de société, tout ce qui peut servir à l'animation des soirées...

Pour les passagers en joëlette : prenez un fauteuil manuel (non électrique). Vous pouvez, si vous le souhaitez, emporter un casque type cycliste. Ne pas oublier **bassin ou urinal** si vous en avez besoin (surtout pour la nuit).

Matériel collectif fourni

Joëlettes, 2 grandes tentes, 1 bache bivouac, matériel de cuisine et couverts complets, pharmacie de premiers secours, tente et chaise WC, 2 véhicules pour le transport des bagages d'une étape à l'autre.

Handi Cap Evasion

32 chemin de la Creuzette 69270 Fontaines sur Saône

<http://www.hce.asso.fr>

✉ hce@free.fr



Corse

Les richesses touristiques de ce continent miniature qu'est la Corse, reposent incontestablement sur son patrimoine naturel, remarquable par sa beauté et sa diversité. Printemps fleuris chargés des parfums du maquis, automnes délicieux où l'on fête la châtaigne dans les villages hauts perchés, il fait bon découvrir la nature corse en toutes saisons.

Cette randonnée pédestre nous fera découvrir les diverses facettes de l'île de Beauté. Notre itinérance nous mènera, de la traversée du maquis corse aux sentiers de bord de mer, milieu nord de la partie ouest de l'île.

Nous nous initierons à l'ambiance corse par des parcours plutôt montagneux sur des sentiers caillouteux, approcherons la réserve de Scandola, pour finir dans le désert des Agriates sur les plages sauvages. Les randonnées à caractère plutôt sportif, nous laisseront le temps de goûter au plaisir de la baignade.

Nous relierons ces sites pittoresques en véhicule ou en bateau côtier (si la météo le permet). Nous pourrions aussi goûter à quelques délicieuses spécialités corses tels que la coppa, le lonzu, le brocciu ou la bière à la châtaigne...

Du 05 au 16 septembre 2010

Corse

➤ **Dates** : du 05 au 16 septembre 2010. Ces dates incluent la traversée en bateau, aller et retour, du continent à la Corse. L'embarquement est fixé (en principe) à Marseille, de même que le retour.

➤ Traversée

→ Handi Cap Evasion organise des traversées en bateau groupées et s'occupe des réservations.

- Dès que possible, nous vous informerons des :
- heures de traversée.
 - lieux définitifs d'embarquement et de débarquement
 - prix du bateau.

Ramassage collectif en gare de Marseille St Charles le jour du départ à 16h. Rendez-vous à l'accueil voyageurs de la gare. **Tous les participants doivent se rendre à ce rendez-vous.**

➤ Descriptif du séjour

- Séjour itinérant : transferts en véhicules entre les étapes de randonnées.
- Hébergement en camping, gîte et bivouac.
- Difficulté : Personnes handicapées : caractère itinérant.

Accompagnateurs : randonnée très sportive. Une bonne condition physique et une connaissance de la conduite des joëlettes sont nécessaires.

➤ Tarifs :

Attention ! Le prix du bateau n'est pas compris dans les tarifs ci-dessous (de l'ordre de 80€ à régler lorsque les places sont réservées).

Participants	Tarifs	Arrhes
Personne handicapée en Joëlette (PJ)	500 €	200 €
Accompagnateur Actif (AA)	80 €	

Tarifs tout compris, hormis le voyage jusqu'au port de départ et la traversée. Pour les accompagnateurs, la totalité de la participation doit être réglée lors de l'inscription.

L'adhésion est obligatoire pour participer à nos activités.

Le montant de la cotisation est à rajouter aux tarifs ci-dessus.

➤ Programme :

1^{er} jour : Embarquement pour l'aventure corsée. Apéro et pique-nique sur le bateau.

2^{ème} jour : Le matin, débarquement à Ajaccio. Transfert véhicule jusqu'au camping d'Evisa, un petit village de montagne typique corse. Première journée d'initiation sur le site ...attention la marche...

3^{ème} jour : Descente des gorges de Spelunca pour mettre en pratique la conduite de la joelette avec, à la clef, une baignade en rivière bien méritée. Sans oublier les petites montées de fin journée... Nuitée au camping de Porto.

4^{ème} jour : Petit transfert véhicule pour une rando sur les magnifiques calanches de Piana, granit rose à profusion, retour sur Porto pour la nuit.

5^{ème} jour : Le matin, déplacement en véhicule jusqu'au col de Palmarela. L'après-midi, descente aventureuse (montée aussi) à travers le maquis, vers le port de Girolata, petit paradis terrestre. Repas et nuit sur place en camping.

6^{ème} jour : Matin, farniente à Girolata. L'après-midi, embarquement pour une croisière amusante en bateau jusqu'à Calvi, visite, puis transfert en véhicule jusqu'au seuil du désert des Agriates. Bivouac au dessus de l'île Rousse.

7^{ème} jour : Belle rando sur parcours varié autour de l'Ostriconi avec, au programme, visites de vieilles bergeries, flore méditerranéenne, belles plages, baignades et cocotiers. Bivouac sur place.

8^{ème} jour : Le matin, après transfert, traversée en joëlette du Désert des Agriates vers le sable fin de Saleccia. Repas-dodo-café sur la plage.

9^{ème} jour : Réveil matinal puis direction St Florent en longeant le bord de mer par le fameux sentier des douaniers... dur, dur ! Nuit au camping de la Pinède.

10^{ème} jour : Le matin, longue randonnée dans les terres agricoles pour rejoindre avec un transfert véhicule au camping du domaine de Catarelli avec plage privée et sable fin.

11^{ème} jour : Visite d'une exploitation viticole avec dégustation de Pratrimonio, mais pas trop, puis transfert véhicule pour Bastia pour l'embarquement.

12^{ème} jour : Retour sur le continent pour la fin de l'aventure corsée