INTÉGRALE CORSICA

11 au 25 septembre 2027

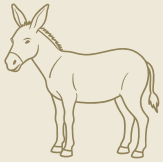


La Corse est une île aux légendes.
Pas étonnant que les esprits s'éveillent.
Les formes fantastiques des rochers, les décors mythiques des montagnes ainsi que les côtes rocheuses de cette île invitent les esprits à voyager.

Ainsi avec nos joëlettes, cette aventure nous mènera dans une nature très féerique. Que ce soit dans les montagnes pelées du plateau du Coscione, en forêt dense de Quenza ou en bord de mer au milieu des roches sculptées de Campomoro et Tizzano, il se dégage de ces endroits curieux des énergies tout à fait étonnantes qui nous amènent à développer une forte imagination

Début du séjour : le 11 septembre à 16h à la gare SNCF de Marseille St-Charles (13000), à l'espace accueil voyageurs PMR

Fin du séjour : 25 septembre à 9h, gare Marseille



Coordination covoiturage

Dominique Quetier : 06 32 83 79 48
domquet@orange.fr
http://hce.asso.fr/covoiturage

Encadrants du séjour

Stéphane Brangoleau : 06 09 40 88 43
à joindre en cas d'extrême nécessité.
Co AEM : Didier Sauvestre

Descriptif du séjour

Séjour itinérant
2 nuits en bateau
6 nuits en camping
3 nuits en campement
2 nuits en gite
Portage du sac sans les affaires de nuit.

TARIF B: se référer au site rubrique "Les séjours"

Niveau de difficulté

Séjour à caractère montagne
Dénivelé positif total 1500 m
Dénivelé négatif total 1500 m
Altitude max 1450 m

PROGRAMME INDICATIF

- **Jour 1 : arrivée à 16 h**
  Embarquement à Marseille et nuit sur le bateau.
- **Jour 2 : D+ 250m / D- 100m**
  Débarquement à Bastia. Transfert en véhicules jusqu'à la chapelle San Petru (1350m). Première journée d'initiation dans un environnement montagneux aux roches sculptées et arbres tortueux. Baignade et campement à la chapelle San Petru.
- **Jour 3 et 4: D+ 500m / D- 500m**
  Randonnée en étoile pour découvrir les environs. Le lendemain, traversée de l'étonnant plateau du Coscione et de ses cochons, chèvres, brebis, et chevaux en liberté. Campement à la Bucchinera.
- **Jour 5 : D+ 150m / D- 900m**
  Profil descendant à travers la forêt dense, vers le village de Quenza pour rejoindre le camping la rivière.
- **Jour 6 : D+ 300m / D- 300m**
  Journée sportive « rando mar a mar », de Quenza à Levie, du maquis au chemin raviné. Transfert en véhicules au camping de Camporomo.
- **Jour 7**
  Tantôt rochers, tantôt sable, une jolie boucle de bord de mer avec ses surprises acrobatiques pour rejoindre notre camping de Camporomo.
- **Jour 8 et 9**
  Grosse traversée assez chaotique pour rejoindre le Phare de Senesota avec quelques arrêts baignade évidemment.Le lendemain boucle autour du site pour profiter de ces formes délirantes et de sa tour génoises 2 nuits en Gite
- **Jour 10**
  Retour à nos véhicules pour rejoindre notre camping à la ferme pour une dégustation de Pero Longo
- **Jour 11**
  Le matin, un petit transfert pour rejoindre les calanques de Bonifacio nuit au camping avec la visite du port en nocturne.
- **Jour 12**
  Visite matinale de la vieille ville et ses falaises, pour rejoindre notre campement chez l'habitant
- **Jour 13**
  Rando autour de la baie de Porto Polo suivie d'une nuit dans son camping
- **Jour 14**
  Rando observation d'oiseaux dans un espace protégé puis retour au port d'Ajaccio
- **Jour 15**
  Nuit dans le bateau et retour en gare de Marseille

Le séjour est à **caractère montagne** avec usage de sentiers et pistes non carrossables.

Une **excellente condition physique** est indispensable, une expérience de la montagne est souhaitée.

Toute **annulation** tardive pénalise l'entièreté du groupe et vient mettre en péril le bon déroulement du séjour.

Traversée

Handi Cap Évasion organise les traversées en bateau groupées et s'occupe des réservations.

Aller : Marseille - Ajaccio
Retour : Ajaccio - Marseille

Handi Cap Évasion
32 chemin de la Creuzette
69270 Fontaines sur Saône
http://www.hce.asso.fr - hce@free.fr
Agrément tourisme IM069240002



Contenu du sac de voyage

Maxi 10 kg impératif
Sac de sport ou sac à dos

- **Couchage** : drap-sac (sac à viande, si possible en soie), duvet de montagne confort jusqu'à -5° (environ 1.5 Kg), tapis de sol, couverture de survie épaisse pour être réutilisable, lampe frontale.
- **Vêtements** : se référer à la rubrique «séjours » du site HCE.
- **Pharmacie** : médicaments personnels, pansements, protections ampoules...
- **Divers** : petits jeux, carnet de chants, instruments de musique...
- Tente 2/3 places (facultatif).
- **Chaussures** de rando indispensables.



Contenu du sac de randonnée

- **Pour les marcheurs :** sac à dos 40 à 50 l pour transporter vos affaires de bivouac (duvet, tapis de sol...). Gants de cycliste conseillés
- **Pour les Passagers Joëlette** deux sacoches latérales sont mises à disposition sur la joëlette.

Équipement adapté : casque type cycliste (facultatif), bassin ou urinal (en cas de besoin la nuit), matériel de maintien sur la joëlette (coque, sangles spécifiques), fauteuil manuel si nécessaire.

- **Pour tous** : gants et bonnet, cape de pluie, coupe-vent, lunettes, chapeau, crème solaire, stick pour lèvres. Gourde ou poche à eau 2 l.

Matériel collectif fourni

- 1 grande tente Marabout (repas à l'abri)
- 1 tipi
- 5 tarps et bâches de sol
- matériel de cuisine et couverts complets
- tables et bancs
- pharmacie de premiers secours
- Tente et chaise WC adaptée
- Véhicules pour le transport des bagages (d'une étape à l'autre)
- 4 joëlettes



Les couchages peuvent être assurés pour tous en cas de mauvais temps