



Edition 16 mars 2005

## 1 – PRESENTATION GENERALE

Cette année, nous restons encore dans le sud, pour une traversée qui nous mènera de Vizzavona, petite gare perdue de la ligne Ajaccio – Corte – Bastia, à Propriano, port animé du sud-ouest au fond du golfe de Valinco.

Nous emprunterons les célèbres GR 20, Mare a Mare centre et Mare e Monti sud, mais aussi des sentiers moins connus. Nous commencerons par découvrir l'imposant massif du Renoso avec ses forêts, ses lacs et ses sommets d'où la vue porte jusqu'à la mer. Nous descendrons ensuite la vallée du Taravo avec ses villages authentiques nichés dans une nature insolite et contrastée. Enfin, nous cheminerons sur les balcons et rivages du golfe de Valinco où le maquis mêle ses subtiles effluves aux embruns de la mer.

**Niveau physique M** : randonnée exigeant une bonne condition physique, accessible à des personnes pratiquant régulièrement, familières de terrains accidentés et supportant la chaleur ; de plus, s'agissant d'une randonnée itinérante, il faut être habitué au portage d'un sac un peu volumineux, alourdi par le matériel de bivouac (v. § 4).

**Niveau technique ▲▲** : les itinéraires emprunteront des passages parfois délicats, obligeant à mettre les mains, mais accessibles aux randonneurs ayant le niveau physique requis, à l'aise dans les pentes raides et les chaos rocheux, non sujets au vertige.

**Esprit de la randonnée** : si vous savez donner libre cours à votre curiosité et à votre imagination au moins autant qu'à vos talents de marcheur, si convivialité, partage, échange vous animent au moins autant que vos mollets, alors nous pouvons nous entendre.

## 2 – PROGRAMME

Pour une vue d'ensemble de l'itinéraire : carte IGN Top 100 n° 74. Pour le détail : cartes IGN Top 25 n° 4252 OT, 4253 ET, 4253 OT, 4154 OT, 4254 OT. Topos de la FFRP, du PNRC (Parc Naturel Régional de Corse), Didier Richard (notamment pour les hors GR), etc. Pour de belles photos accompagnées d'un beau texte, je vous invite à feuilleter les livres des éditions Glénat : *La traversée de la Corse*, *Les plus belles randonnées de Corse*, *Lacs de la montagne corse*. Egalement *La Corse par chemins et sentiers* aux éditions Ouest-France. Enfin, les guides du Routard, Lonely Planet, Gallimard, etc. complètent utilement la documentation.

*ATTENTION* : si les GR sont bien entretenus et balisés, il n'en est pas toujours de même pour les autres sentiers que nous emprunterons, plus ou moins fréquentés dans une région où le maquis reprend rapidement ses droits, où il faut chercher son chemin. Les temps de marche annoncés ci-après tiennent compte approximativement de ces difficultés éventuelles. Des raccourcis restent toujours possibles.

### **Jour 1 – jeudi 18 août : la forêt de Vizzavona et les cascades des Anglais**

4,5 km, + 290 m, - 50 m, 1 h ½ de marche, hôtel-gîte

En début d'après-midi, rendez-vous (v. § 3) et train, très pittoresque (le TGV corse, Train à Grandes Vibrations !), pour un joli parcours jusqu'à Vizzavona. Nous rejoignons notre hôtel au col en empruntant le GR 20 *Nord* pour une magnifique promenade longeant les cascades des Anglais à travers la sombre et légendaire forêt de Vizzavona. On raconte qu'autrefois, il était conseillé de faire son testament avant de s'engager dans cette forêt...

### **Jour 2 – vendredi 19 août : le monte Renoso par les Pinzi Corbini**

8 km, + 1270 m, - 100 m, 6 h ½ de marche, bivouac

Du col de Vizzavona, une longue crête s'échappe lentement vers le sud. Au bout de son ascension, la punta dell'Oriente pointe ses deux escarpements sommitaux, annonciateurs de reliefs qui prennent un peu plus loin des formes fantasmagoriques : les Pinzi Corbini. Nous louvoyons entre buissons d'aulnes et barres rocheuses, et après un dernier ressaut, le relief s'adoucit et permet de progresser facilement jusqu'au monte Renoso (2352 m). Bivouac sur ce belvédère ou en contrebas, près du lac de Bastani.

### **Jour 3 – samedi 20 août : les lacs et pozzines du Renoso**

12 km, + 560 m, - 1060 m, 5 h ½ de marche, bivouac

Le massif du Renoso abrite les lacs les plus méridionaux et quelques unes des pozzines les plus remarquables de l'île. "Dédiés aux intimistes errants, plus avides de dépouillement que de grandeur prétentieuse, aux rêveurs d'horizons et de royaumes de nature médités, ces larmes du ciel ou "miroirs des aigles" (chers au poète provençal René Char) sont autant de lieux de séduction" (Charles Pujos in *Les plus belles randonnées de Corse*). Bivouac selon l'inspiration, entre les rives herbeuses des lacs de Rina et la clairière de Gialgone aux hêtres tordus par le vent.

### **Jour 4 – dimanche 21 août : la forêt de Marmano et les arêtes des Statues**

14 km, + 760 m, - 750 m, 6 h de marche, refuge-bivouac (ni réservation, ni restauration)

Nous retrouvons le GR 20 *Sud*. Le col de Verde relie la vallée du Fiumorbo à celle du Taravo. On y rencontre de part et d'autre une formidable forêt aux arbres séculaires, parmi lesquels le plus haut sapin d'Europe (56 m de haut, 7 m de circonférence, nous le verrons). Du col, nous rejoignons (hors GR) la longue crête qui ferme la rive gauche du Taravo, pour un insolite jeu de pistes à travers des chaos de rochers aux formes bizarres. Nuit au refuge de Prati, célèbre pour son lever de soleil sur la côte orientale et la mer Tyrrhénienne.

### **Jour 5 – lundi 22 août : entre Taravo et Fiumorbo**

15 km, + 650 m, - 1740 m, 6 h ½ de marche, gîte d'étape

L'essentiel de la journée consiste en un parcours de crêtes entre les vallées du Taravo à l'ouest et du Fiumorbo à l'est (GR 20). En dépit d'un terrain plutôt accidenté, aux petits dénivelés cassants, la progression reste assez aisée (sauf par grand vent). La vue panoramique sur les villages côté montagne et sur la plaine côtière, la beauté tourmentée de la végétation, le vol du gypaète, agrémentent le parcours de moments forts. Mais le temps est venu de quitter ces lieux pour retrouver une civilisation que l'on devine plus proche que les autres jours. Nous rejoignons le Mare a Mare centre qui nous amène à Cozzano, au cœur de la superbe vallée sauvage du haut Taravo.

### **Jour 6 – mardi 23 août : au cœur du haut Taravo**

19 km, + 990 m, - 1100 m, 7 h de marche, gîte d'étape

Dans le haut Taravo, la rivière est encadrée par une série de sommets, pâturages et châtaigniers constituent les principales ressources, le granite est le matériau de prédilection des maisons accrochées à la montagne. Notre étape, très ombragée, entrecoupée par la traversée de plusieurs villages (Zicavo, Giovicacce, Tasso), nous donne l'occasion de pénétrer l'univers intime de la Corse rurale. Elle s'achève par une longue descente sur Guitera-les-Bains, qui dévoile de superbes points de vue sur le versant opposé, notamment sur Zicavo dominé par les crêtes parcourues la veille. Guitera était au XIX<sup>e</sup> siècle une station thermale très fréquentée. L'établissement est aujourd'hui fermé, mais il en reste une petite piscine naturelle d'eau chaude.

### **Jour 7 – mercredi 24 août : dans l'ancien fief des Bozzi**

12 km, + 750 m, - 650 m, 5 h de marche, gîte d'étape

Cette agréable promenade, le plus souvent à l'ombre, offre un petit détour vers la punta di Bozzi d'où le panorama sur la région est magnifique. Elle tient son nom de la puissante famille qui régna longtemps en ces lieux. L'itinéraire passe ensuite par les villages de Zevaco et de Frasseto et termine par la remontée abrupte sur Quasquara où nous passons la nuit. Un peu d'histoire : Zevaco aurait été fondé au XIV<sup>e</sup> siècle par la secte des Giovannali, originaire de Carbini, ce petit village de l'Alta Rocca (avec son église et son campanile) où nous sommes passés l'année dernière.

### **Jour 8 – jeudi 25 août : entre Taravo et pays d'Ajaccio**

11 km, + 790 m, - 750 m, 6 h de marche, gîte d'étape

Notre itinéraire rejoint rapidement les hauteurs de la crête issue de la punta d'Urghivari, pour ne plus vraiment la quitter, donnant à cette belle étape un caractère montagne prononcé. Des vues splendides s'offrent au randonneur sur les deux versants, et bientôt on distingue nettement la mer. Après la punta Maggiola, l'itinéraire entame une grande descente au milieu des cistes et des chênes jusqu'au col Saint-Georges, où la route nationale qui relie Ajaccio à Propriano nous ramène brutalement, mais provisoirement, à la civilisation. C'est près de ce col que se trouve la source Saint-Georges qui produit 15 millions de bouteilles chaque année.

### **Jour 9 – vendredi 26 août : Monti a Mare**

26 km, + 560 m, - 840 m, 7 h de marche et un transfert de 9 km, **bivouac**

Cette étape nous emmène des hauteurs du col Saint-Georges à la mer, en une longue descente de crête douce (entrecoupée de quelques petites remontées tout de même). Par temps clair, de très belles vues s'offrent au regard sur les golfes d'Ajaccio et de Valinco, ainsi que sur les montagnes que nous venons de quitter. Laissant le Mare a Mare centre continuer jusqu'à Porticcio (où on ne pense qu'à bronzer sur la plage), nous empruntons le Mare e Monti sud pour d'autres rivages plus sauvages, pour "une mer que l'on finit par voir de tous côtés lorsque l'on s'est enfin avancé aux confins de cette proue terrestre du Capu di Muru, larguée vers le large..." (id).

### **Jour 10 – samedi 27 août : les sentinelles de la côte**

18 km, + 390 m, - 390 m, 6 h de marche, **bivouac**

Journée un peu "à la carte", car à l'exception de quelques sentiers couramment pratiqués, il est fort possible que d'autres nous contraignent à quelque détour faute d'entretien. Ah, le maquis ! Mais c'est avant tout le plaisir de marcher au sein d'une nature sauvage et authentique qui nous amène à emprunter ces sentiers du littoral, au détour desquels, postées là en sentinelles, de fières tours génoises s'élèvent comme une invite à leur découverte. Randonnée romantique de côtes et de baignades, qui nous fait même passer "Chez Francis" (souvenez-vous, l'affaire des paillotes !). Bivouac en un lieu qui nous inspirera.

### **Jour 11 – dimanche 28 août : Filitosa, 8000 ans d'histoire et de mystère**

17 km, + 530 m, - 340 m, 6 h de marche + 1 h ½ de visite et un transfert de 9 km, hôtel

Classé au patrimoine mondial, le site préhistorique de Filitosa est l'un des plus importants de Corse. La proximité de la plaine fertile du Taravo, la présence d'une butte facilement aménageable et de nombreux abris sous roche ont prédisposé le site à une très longue occupation, du VI<sup>e</sup> millénaire avant notre ère à l'occupation romaine. Il est célèbre surtout pour ses impressionnantes statues-menhirs et ses édifices circulaires, les "torre", qui n'ont toujours pas livré leurs secrets. Après la visite, nous rejoignons le Mare e Monti qui chemine en balcon sur le golfe de Valinco et nous amène à Olmeto, village typique accroché à flanc de montagne. Colomba, la vraie, mourut ici...

### **Jour 12 – lundi 29 août : à la rencontre de Colomba**

14 km, + 910 m, - 880 m, 6 h de marche et un transfert de 12 km, hôtel

Forêts de chênes et zones de maquis, rivières, punta et bocca, points de vue sur le golfe et la montagne, ponctuent notre dernière étape. Celle-ci nous fait même emprunter un petit bout de Mare a Mare sud pour nous amener à Fozzano. C'est dans ce village plein de charme et de caractère, perché sur son éperon rocheux, protégé par ses deux grosses tours, que naquit et fut enterrée Colomba, l'héroïne corse qui inspira à Mérimée son roman. Nuit à Propriano, escale agréable dans un petit port très animé.

### **Jour 13 – mardi 30 : Ajaccio**

*Hors programme, hors budget*

La fin de la randonnée est à Propriano, après le petit-déjeuner. Je propose à ceux qui le souhaitent d'aller passer la journée à Ajaccio en attendant l'avion ou le bateau du soir. Le trajet dure 1 h 40, on peut y être vers 11 h. C'est une ville agréable, où l'on a vite fait de se perdre dans ses vieilles rues aux maisons colorées, parsemées évidemment de lieux de culte à la mémoire de Napoléon Bonaparte, l'enfant du pays. Les amateurs de peinture se régaleront au musée Fesch. L'aéroport est à 8 km, et est bien desservi (bus n° 8, compter 20 mn).

## **3 – TRANSPORTS, RENDEZ-VOUS, SEPARATION**

Les transports aller jusqu'au lieu de rendez-vous et retour depuis le lieu de séparation sont à la discrétion de chacun.

On peut se rendre en Corse du Sud par avion ou bateau. A titre indicatif :

Avion : plusieurs vols Air France quotidiens Paris – Ajaccio, directs ou avec escale à Marseille ou Nice ou Lyon, à partir de 208 € A/R. Voir [www.airfrance.fr](http://www.airfrance.fr) ou [www.voyages.sncf.com](http://www.voyages.sncf.com) .

Bateau : traversées SNCM ou Corsica Ferries, de nuit ou de jour, Marseille ou Toulon ou Nice – Ajaccio à partir de 97 € A/R. Voir [www.sncm.fr](http://www.sncm.fr) ou [www.corsicaferries.com](http://www.corsicaferries.com) . Consultez aussi votre agence de voyage préférée.

**Rendez-vous** : jeudi 18 août à 13h40, à la gare ferroviaire d'Ajaccio.

Le train (destination Vizzavona) part à 14h10. En cas d'empêchement (retard de l'avion...), rendez-vous à l'arrêt Campo-dell'Oro (à 3 km de l'aéroport) où le train passe à 14h15, ou à l'hôtel-gîte du col de Vizzavona où nous passerons la première nuit (il y a un autre train à 16h20, arrivée à Vizzavona-gare à 17h32, l'hôtel se trouve au col à 3 km).

**Séparation** : mardi 30 août à Propriano, après le petit-déjeuner.

## **4 – EQUIPEMENT**

Equipement habituel (voir aide-mémoire in fine), en particulier :

- bonnes chaussures de marche en montagne ;
- protections contre le soleil surtout, mais aussi la pluie et la fraîcheur (bivouacs) ;
- gourde d'une bonne contenance (1,5 l) ;
- pour la baignade, maillot de bain, main éponge (pratique pour se rincer avec quelques gouttes d'eau) ;
- pour le soir, rechanges, chaussures légères, nécessaire de toilette.

Equipement spécifique pour les bivouacs :

- sac de couchage, matelas, couverture de survie comme tapis de sol ;
- réchaud et popote (un pour deux, coordination par l'organisateur) ;
- poche à eau d'au moins 2 l (en plus de la gourde habituelle);
- bol et cuillère ;
- lampe frontale.

*NOTA : les cartouches de gaz, interdites à bord des avions, seront achetées à Ajaccio ou à Vizzavona.*

N'emportez rien de superflu, vous devrez porter votre sac pendant 12 jours. Celui-ci (sans l'eau, mais avec les vivres) ne devrait pas peser plus de 10 kg pour une fille, 13 kg pour un garçon.

## **5 – HEBERGEMENT, RESTAURATION**

Hormis cinq bivouacs, nous serons hébergés en demi-pension dans des gîtes d'étape ou hôtels. Le budget comprend les boissons aux repas.

Les vivres pour les bivouacs, les pique-niques et les en-cas sont à la discrétion de chacun. A partir du jour 4, nous pourrons ravitailler tous les jours.

Arrivez au rendez-vous avec votre autonomie pour trois jours dont deux bivouacs (voir liste indicative in fine).

## **6 – INSCRIPTION, NOMBRE DE PARTICIPANTS, REUNION PREPARATOIRE**

Appelez- moi obligatoirement pour avoir des précisions, me faire part de vos intentions ou de vos hésitations. Je ne prévois pas de réunion préparatoire sauf si elle s'avère souhaitée.

Inscription au CAF Ile-de-France, **après** accord de l'organisateur, à partir du 19 avril (*absent jusqu'à cette date*).

Date limite des inscriptions : 25 juin.

Nombre de participants (organisateur compris) : 8.

Remplissez le bulletin d'inscription joint, et joignez-y votre participation aux frais.

## **7 – PARTICIPATION AUX FRAIS, ASSURANCE**

Le budget est de 420 € par personne, comprenant les hébergements en demi-pension (boissons comprises), les transferts prévus au programme, la visite du site de Filitosa, les frais administratifs et d'organisation, et une marge d'imprévus. Il est compté plutôt large, et comme d'habitude, je solderai à la fin le compte de chacun en fonction des dépenses qui lui seront effectivement imputées.

A payer à l'inscription : acompte d'au moins 30% (arrondi à 130 €). Merci de régler le solde au plus tard un mois avant le départ (18 juillet) sans relance.

**Assurance** : le CAF propose pour toute sortie de plusieurs jours l'assurance annulation. Celle-ci est facultative et est à régler en sus (voir avec le secrétariat).

---

## EQUIPEMENT INDIVIDUEL

(aide-mémoire indicatif)

### MATERIEL

Sac à dos (40 à 50 l)  
Couvre-sac  
Bâtons de marche  
Gourde 1,5 l  
Canif  
Gobelet  
Lampe frontale (piles neuves)  
Lunettes de soleil

### BIVOUAC

Sac de couchage  
Matelas  
Couverture de survie (sert de tapis de sol)  
Réchaud, popote, briquet ou allumettes (1 pour 2)  
Poche à eau 2 l  
Bol et cuillère

### VÊTEMENTS ET CHAUSSURES

Sous-vêtements haut et bas  
T-shirts  
Pantalon  
Short  
Ceinture  
Chaussettes  
Chaussures de montagne  
Stop-tout  
Maillot de bain  
Rechanges pour le soir  
Chaussures légères

### pour se protéger des intempéries, du froid ou du soleil

Veste imperméable  
Polaire  
Bonnet  
Gants  
Casquette  
Foulard

### VIVRES

Vivres pour 3 jours (voir ci-après)

Gâteries personnelles

### DIVERS

Crème solaire  
Pharmacie personnelle  
Serviette, gant de toilette  
Trousse de toilette, lingettes  
Papier hygiénique  
Mouchoirs  
Boules Quiès

### PAPIERS

Carte nationale d'identité  
Carte CAF  
Quelques espèces (dépenses personnelles)  
Quelques chèques  
Carte Bleue  
Billets de transport

### ET ...

Lunettes de vue  
Appareil photo, pellicules

## EQUIPEMENT COLLECTIF

(fourni par l'organisateur)

### ORIENTATION, CARTOGRAPHIE

Cartes \*  
Topo-guides \*  
Boussole  
Altimètre

\* répartis entre les participants

## VIVRES POUR TROIS JOURS

(liste indicative)

Pour 1800 kcal par jour, compter environ 600 g de vivres.

Soit pour 3 pique-niques, 3 jours d'en-cas et 2 bivouac (dîner, petit-déjeuner) : 1,4 kg.

Conseil : rechercher le moins encombrant et le plus calorique, équilibrer les repas et manger chaud le soir.

La liste proposée évite les lyophilisés qui sont chers et qu'on ne trouve pas partout.

### PIQUE-NIQUE (400 kcal, 120 g)

1 dizaine d'olives  
4 ou 5 tranches viande des Grisons  
1 fromage portion (Babybel)  
2 tranches de pain Wasa  
1 carré de chocolat  
1 café

### EN-CAS (300 kcal, 65 g)

Constitué par ex. avec le reste des conditionnements  
2 goûters aux raisins Gerblé  
2 carrés de chocolat

### DÎNER (700 kcal, 300 g)

4 ou 5 tranches de saucisson  
2 sachets Royco Minute Soup (aux légumes) \*  
1 paquet de nouilles chinoises \*  
1 fromage portion (Babybel)  
1 compote PomPotes en gourde 90 g  
1 goûter aux raisins Gerblé  
1 tisane

### PETIT-DEJEUNER (400 kcal, 115 g)

2 sachets Cappuccino  
4 goûters aux raisins Gerblé

\* Ne prendre que des produits où il suffit de verser l'eau bouillante dessus.