

du **jeudi 18** au
dimanche 28 octobre 2018

Organisateur : Alain Zürcher

Contact : [Kifaiko](mailto:kifaiko@caf-idf.com)



Île de Corfou

19-RW03

version 2 du 08/09/2018

Niveau **Soutenu** ▲

Itinérant avec portage

Hôtels & Appartements

8 personnes, avec accord

Description et organisation

Entre Grèce et Italie, découvrez Corfou, île grecque **verdoyante** et montagneuse !

Entre **bord de mer**, collines et hameaux, nous la traversons intégralement du sud au nord par un sentier balisé sans difficulté, le **Corfu Trail**, agrémenté de quelques crochets vers points de vue, sites pittoresques, monastères, falaises et plages. De nombreuses **baignades** rythmeront nos journées ou nous délasseront à l'arrivée.

Niveau et esprit

Soutenu mais **contemplatif**, avec pauses **photos** et **baignades**, sans aucune prétention sportive !

Une bonne endurance est nécessaire en raison de la longueur des étapes : la moitié des étapes dépasse les **7 h** de marche effective par jour, ce qui est supérieur à la moyenne des sorties du CAF et environ 1,5 fois plus long qu'un programme d'agence ou que le **Corfu Trail** seul effectué en 10 étapes. Nous marchons **23 à 32 km** par jour, à une allure de **4,5 à 5 km/h** sur le plat, avec jusqu'à **1200 m** de dénivelé positif monté à **400 m/h**, et autant de dénivelé négatif.

Comme nous sommes itinérants, la seule possibilité pour un participant fatigué est de faire une étape en **taxi**. De rares **options en AR** sont évitables par ceux qui le souhaitent, ou par tous en cas de mauvais temps, mais la journée la plus longue n'est pas raccourcissable.

Participation aux frais

390 €	<i>incluant :</i>	<i>n'incluant pas :</i>
	<ul style="list-style-type: none"> les taxis locaux ; les nuitées et 3 petits déjeuners ; 1 dîner ; la contribution aux frais de fonctionnement du CAF et aux frais de l'organisateur. 	<ul style="list-style-type: none"> l'aller-retour en avion ; les pique-niques ; les autres dîners.

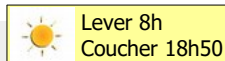
Cette somme sera recalculée à l'issue de la randonnée. La différence éventuelle vous sera demandée ou remboursée.

Transport

<p>Vol recommandé aller : Transavia TO3548, à partir de 75 €</p> <ul style="list-style-type: none"> de Paris Orly Sud jeudi 18 octobre 15:30 à Corfou 19:20 <p><i>Si vous arrivez plus tôt ou plus tard jeudi, rendez-vous à l'hôtel.</i></p>	<p>Vol recommandé retour : Transavia TO3541, à partir de 122 €</p> <ul style="list-style-type: none"> de Corfou dimanche 28 octobre 11:55 à Paris Orly Sud 13:50 <p><i>Tout vol partant dimanche plus tôt ou plus tard est possible, puisque nous dormons à Corfou samedi soir.</i></p>
--	--

Bagage en soute : l'organisateur a réservé un bagage en soute pour transporter les bâtons et les couteaux de tous ceux qui le souhaitent. **RV à 14:00** devant le comptoir d'enregistrement Transavia pour la mise en commun.

Climat



Le climat est méditerranéen. Température de 14 à **23°C** au niveau de la mer, qui est à 22°C, avec 2 jours sur 3 sans pluie et 6h de soleil par jour. **Décalage horaire** : heure française +1h.

Hébergement, repas et achats alimentaires

Nous dormons parfois à l'**hôtel**, où un **petit déjeuner** nous sera servi. Plus souvent, nous dormons dans plusieurs **appartements**, où **chacun prépare son petit déjeuner** avec les provisions qu'il a apportées ou achetées.

Chacun dispose toujours d'un **lit simple** non superposé. **Draps** et **serviettes** sont toujours fournis. Nous avons souvent une vue sur la mer, des balcons...

Nous dînons toujours au **restaurant**. Le coût d'un dîner est de 15 à 20 €, donc moins cher qu'en France. Prévoyez des **espèces** !

Nous traversons de nombreux villages dotés de petits **commerces**, comme les villages ou stations balnéaires où nous dormons.

Des **points d'eau** jalonnent une bonne partie de notre parcours.

Par prudence, apportez de quoi pique-niquer vendredi et petit-déjeuner samedi.



Parcours

	→ km	↑ m	↓ m	🕒 h:mn	(Les altitudes ont été extraites de SRTM1 par GPSVisualizer et les dénivelés lissés sur 5 points avec seuil de 5 mètres par VisuGPX)	🏠	lits simples ou doubles
J0	3,5	90	90	00:50	Taxi pour l'hôtel. Dîner en ville. Promenade digestive dans le centre ancien.	Corfou	2 ch x 4 s, petit déj.
J1	26,8	515	515	06:00	Taxi pour Kavos (1h). Collines boisées vers l'extrémité sud de l'île : le cap Asprokavos et ses falaises. Ruines du monastère Panagias, plage Arkoudilas, collines boisées vers le nord jusqu'à Lefkimmi (eau, distributeur, supermarché). Une nouvelle traversée en campagne nous ramène sur la côte sud, que nous longeons jusqu'à la plage de Santa Barbara , notre gîte et une taverne.	Santa Barbara	4 studios x 2 s
J2	20	165	110	05:00	Journée de balade côtière . Nous passons la station balnéaire d'Agios Georgios (ne pas confondre avec Agios Georgios Pagon au nord ; toilettes, DAB, supermarché). Nous suivons ensuite une langue de terre boisée puis sablonneuse (plage de Chalikounas), qui sépare la mer et le lac Korrision . Notre hébergement domine la plage de Paramonas , où une taverne accueillera notre dîner.	Paramonas	2 appts x 2 ch x 2 s
J3	31,7	1225	1080	08:30	Nous retraversons l'île jusqu'à la crête qui domine la côte est. Au passage, eau et supermarché à Vouniatades et Stroggili. Après avoir goûté les vues vers l'est, nous traversons à nouveau l'île au pied de la colline qui accueille le radar de Corfou. Hameaux et points d'eau jalonnent notre retour au-dessus de la côte ouest, que nous dominons jusqu'au village typique de Pelekas (supermarché, boulangerie), où une auberge familiale avec vue sur mer nous accueille en demi-pension. Nous pourrions descendre à la plage à 1 km en contrebas ou escalader le Kaiserthron (et oui, c'était Guillaume II !), mais il fera sans doute nuit après ce long parcours !	Pelekas	4 ch x 2 s dîner, petit déj.
J4	27,3	965	1110	07:30	Nous descendons vers la charmante plage naturiste de Mirtiotissa , remontons vers un point de vue puis descendons au village typique de Vatos . Nous dominons la côte ouest sauvage en évitant la plage bétonnée d'Ermones et en traversant le village de Giannades. Un AR de 4,7 km et +270 m (évitable en cas de fatigue ou de mauvais temps) nous fait découvrir la crique sauvage de Liniodoros et sa plage. Si le cœur nous en dit, nous pouvons enchaîner sur la plage sauvage de Limni. Le village de Liapades accueille notre dîner et notre nuit.	Liapades	3 studios x (2s+1d)
J5	23,7	955	1010	06:45	Sauf si nous l'avons déjà vue la veille, nous allons en AR de 3,3 km et +140 m (évitable en cas de fatigue ou de mauvais temps) à la pittoresque plage de Limni . Nous passons la plage plus bétonnée de Liapades (supermarché, DAB) et gagnons les hauteurs qui offrent des vues de carte postale sur le site fameux de Paleokrastitsa . Si la météo ne nous décourage pas, une boucle nous permet d'y descendre, d'y visiter un monastère sur sa presqu'île et d'en remonter. (Toilettes, DAB, épicerie et cars de touristes garantis.) Un parcours toujours panoramique nous mène au château d' Angelokastro qui domine la mer (droit d'entrée modique). Un superbe balcon boisé nous mène à Agios Georgios Pagon , sa plage , ses tavernes et notre hébergement. <i>Tous commerces.</i>	Agios Georgios Pagon	4 studios x 2 s
J6	24,6	760	765	06:30	Nous ajoutons cette journée au Corfu Trail afin de découvrir la côte nord-ouest et ses falaises. Longeant d'abord la longue plage d'Agios Georgios Pagon, nous montons en boucle découvrir la pittoresque presqu'île dominée par l'église Agios Stylianos , passons le village d' Afionas sur sa crête puis longeons la plage d' Arilas (toilettes, distributeur). Nous montons dominer les falaises et leurs points de vue, frôlons la plage peu pittoresque d' Agios Stefanos et remontons vite, avec des portions sur route, vers Avliotes puis Peroulades . Notre parcours redevient intéressant en nous menant au site fameux du cap Drastis . Falaises et bois nous conduisent au beau site de Sidari . <i>Supermarché, DAB et tavernes.</i>	Sidari	4 studios x 2 s
J6b	3,2	10	10	00:45	Une fois allégés, nous pouvons découvrir les criques et plages pittoresques de Sidari, dont le site de carte postale du Canal d'Amour .		
J7	28	1065	1040	07:30	Un taxi nous ramène en 15' à Agios Georgios Pagon, où nous reprenons le Corfu Trail . À travers collines et hameaux, notre journée est une rude traversée ouest-est de l'île. Après Agios Athanasios, plus de point d'eau (mais des bars). À Spartilas, nous amorçons notre descente boisée vers la plage de Barbati , ses tavernes et ses commerces.	Barbati	2 ch x (1d+2s+1ca- napé-lit)
J8	26	1155	1160	07:30	Nous remontons à Spartilas rejoindre le Corfu Trail et escalader le Pantokrator , point culminant de l'île à 917 mètres . Une belle et tortueuse descente nous ramène en bord de mer. Notre hébergement domine la plage de Krouzeri , mais nous irons peut-être dîner à 500 mètres, à la plage de Kaminaki . <i>Pas ou peu de commerces.</i>	Nissaki	2 appts x 2 ch x 2 s, petit déj. possible en sus

J9	26,2	815	845	07:00	Nous longeons la côte vers le nord-est jusqu'à Kalami (supermarché) . Une succession de criques abrite des villas huppées. Nous revenons un peu en arrière pour monter, via Porta, retrouver le Corfu Trail à 600 mètres d'altitude. Nous arpentons le pittoresque village de Old Perithia puis descendons vers la côte nord en passant par Krinias et Portes. Pas de point d'eau en chemin. La plage d'Acharavi nous mène au monastère ruiné d'Agia Aikaterini sur son île sauvage. Agios Spiridon (plage, bars, supermarché) est le terme de notre périple. Un taxi nous conduit en 1h à Corfou ville , où nous retrouvons notre hôtel ***, les ruelles du vieux centre et une dernière taverne.	Corfou	2 ch x 4 s, petit déj.
J10	7	70	75	01:45	Une promenade matinale nous mène à l' aéroport à travers le vieux centre et ses églises, l'ancienne citadelle vénitienne , les jardins du front de mer et le site archéologique de Paleopolis .		
total	248	7790	7810	65:35		vitesse moyenne de marche effective en km/h :	3,78

À ne pas oublier

- **Carte CAF, carte d'identité ou passeport valide.**
- Carte européenne d'assurance-maladie.
- **Alimentation** comme précisé plus haut.
- **Bâtons** recommandés.
- Chaussures de moyenne montagne ou *mid* avec une bonne accroche.
- Sandales pour les soirées et peut-être pour rentrer dans l'eau sur les plages de galets.
- Chapeau, crème et lunettes de soleil, maillot de bain, serviette.

Prérequis

Rappel des principes d'une sortie collective du club :

- *L'organisateur n'est responsable que des participants qui marchent avec lui et sous son autorité.*
- *L'organisateur choisit les horaires de départ, le rythme de marche et les pauses adaptés à la réalisation du programme.*
- *Ce programme indicatif n'est pas contractuel : les temps de marche sont estimés ; le parcours peut être modifié à tout moment par l'organisateur en fonction des aléas des transports, du terrain, de la météo, du groupe, de l'intérêt des paysages et pour toute raison de sécurité.*

Pour vous inscrire, vous devez :

- ✓ être intéressé par le programme proposé et non pas seulement par la destination ou les dates,
- ✓ avoir le **niveau** demandé et être bien entraîné : avoir randonnée à ce niveau (au moins à la journée, mais avec du dénivelé) au cours des mois précédents,
- ✓ accepter l'**autorité** de l'organisateur sur ses participants dans le cadre de l'organisation de sa sortie,
- ✓ avoir une **tolérance thermique** minimum : pouvoir marcher au soleil à 25° à l'ombre ou dans la brume à 10°, supporter le vent et la pluie, pouvoir manger en terrasse à 17° après le coucher du soleil...

Vous vous engagez, pendant la sortie :

- ✓ si vous marchez derrière, à ne pas vous arrêter sans avoir demandé et obtenu l'autorisation de l'organisateur,
- ✓ si vous marchez devant, à rester à portée de vue et de voix de l'organisateur, à vous retourner fréquemment et à attendre à chaque col et bifurcation possible,
- ✓ si vous avez une proposition à faire, à la faire à l'organisateur et non directement au groupe.

Inscription

L'inscription est possible **dès maintenant** en ligne ou auprès du secrétariat. Elle sera prise en compte après réception de votre règlement. Les places seront attribuées **à partir du 24 mai 2018**, selon l'ordre de priorité officiel du club. Attention, vous devrez être adhérent 2018/2019 pour y participer ! Sur les questions d'assurance et d'annulation, voir les [conditions d'inscription](#).

Exemple d'équipement complet pesant moins de 7 kg avec alimentation et eau :			
MARCHER ET PORTER	1250	HYGIENE	155
sac à dos 35 litres	1250	mouchoir	5
bâtons (475g) non inclus dans le poids porté		savon	50
		serviette pour les bains de mer (fournies sinon)	60
		brosse à dents	10
		papier toilette	30
DIVERS	380	SE NOURRIR	195
papiers, carte CAF, CB, chèques, espèces	50	poche à eau à tuyau 2L	150
appareil photo et étui et batterie	200	couteau suisse	35
téléphone mobile (dont livres numériques)	80	cuillère	10
chargeur de téléphone	40		
stylo	10		
VETEMENTS	1290	POIDS TOTAL SANS ALIM	3855
chapeau ou casquette	100	eau	1500
polaire	250	nourriture (pique-nique et petit déj.)	600
coupe-vent imperméable et respirant	300	POIDS TOTAL AVEC ALIM	5955
chaussettes (1 paire de rechange)	70		
slip (1 rechange)	30	SUPPLEMENT PLUIE ET/OU FROID	600
maillot de bain	50	housses de pluie sac à dos	120
chemisette ou tee-shirt (1 rechange)	130	guêtres « stop-tout »	85
pantalon ou short (1 rechange)	360	surpantalon de pluie	215
		bonnet	60
SECURITE ET CONFORT	390	gants	60
frontale (pour les retours de nuit des restos !)	45	tour du cou ou écharpe	60
sifflet	10	POIDS TOTAL SI PLUIE ET FROID	6755
couverture de survie et étui	65		
pharmacie et pastilles pour l'eau	150	ORGANISATEUR	355
crème solaire	50	GPS et piles lithium de rechange	190
lunettes soleil et étui	70	carte	95
		boussole	20
DORMIR	195	liste des participants, réservations, FT...	50
bouchons d'oreille	5	POIDS TOTAL ORG. SI PLUIE ET FROID	7110
sandales (aussi pour plages de galets)	190		



Pour en savoir +

