Tour de Corse Audax-Club-Parisien

8 jours / 7 nuits

Ce circuit très sportif, réalisé par l'Audax-Club-Parisien vous permettra d'obtenir la médaille si vous le réalisez en entier. La Corse est une destination de rêve pour les cyclistes. L'île, une véritable montagne dans la mer, offre un terrain idéal pour la pratique de notre sport favori. Sans compter des paysages fantastiques au détour de chaque virage...

Bien préparer votre séjour

VOTRE PROGRAMME

Jour 1 - Le Cap Corse

Depuis Bastia, vous partez vers le nord pour faire le tour du Cap Corse. Une superbe route côtière avec de splendides vues sur la Méditerranée. La plus grosse difficulté du jour est le Col de la Serra.
Nuit à Saint-Florent

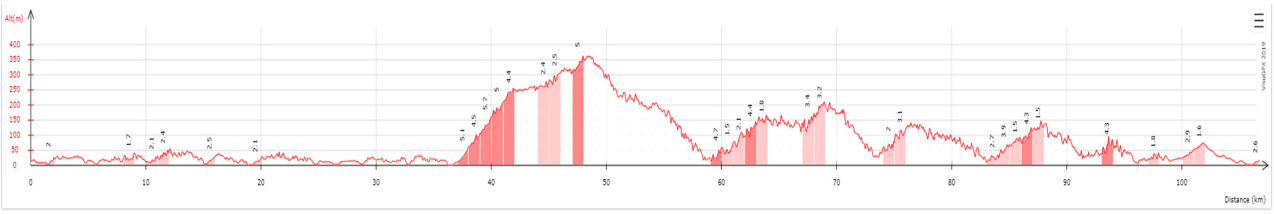
Distance : 109 km (D+ : 1917m ; D- : 1909m ; Min. : 1m ; Max. : 365m)





corse-active.com
673 avenue de Borgo
20290 Borgo - France

Téléphone: 04 95 44 49 67
Email: info@corse-active.com
Siren : 801723065 Licence : IM02B140003



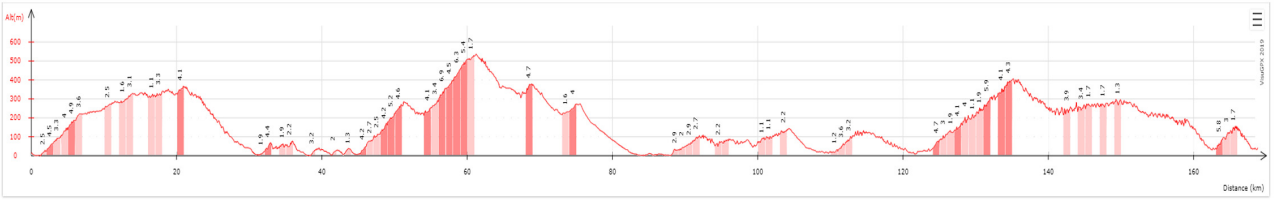
Bastia - Saint-Florent 107 km

Jour 2 - A travers le Désert des Agriates jusqu'à Porto

Vous quittez la baie de Saint-Florent et traverserez le Désert des Agriates où une montée facile vous mettra en jambe pour la journée (Col de Vezzu 311m). Vous poursuivrez sur la côte et au coeur de la Balagne et de ses villages typiques. Après Calvi et sa superbe citadelle, une superbe route surplombant la mer vous conduira au Col de Palmarella.
Nuit à Porto

Distance : 172 km (D+: 4049m ; D-: 4034m ; Min.: 1m ; Max.: 536m)





Saint-Florent - Porto 169 km

corse-active.com
673 avenue de Borgo
20290 Borgo - France

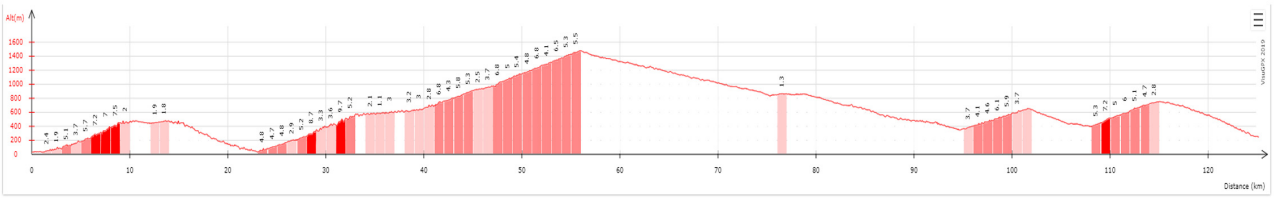
Téléphone: 04 95 44 49 67
Email: info@corse-active.com
Siren : 801723065 Licence : IM02B140003

Jour 3 - Piana, par le Col de Vergio au coeur de la montagne Corse

L'étape commence par une montée dans les célèbres Calanche de Piana (inscrites à l'UNESCO). Ensuite, après une splendide descente, vous découvrirez les Gorges de la Spelunca, la forêt d'Aïtone jusqu'au plus haut col de Corse, le Col de Vergio. S'ensuivra une étonnante descente de près de 39kms. La Scala Santa Regina vous laissera d'excellents souvenirs. Une montée vers le Col d'Ominanda (654m) avant la traversée de Corte (396m) vous rapprochera de votre étape du soir à Venaco.
Nuit à Venaco

Distance : 129 km (D+: 4358m ; D-: 4143m ; Min.: 30m ; Max.: 1479m)





Porto - Venaco 117 km

Jour 4 - Du centre de l'île vers Ajaccio

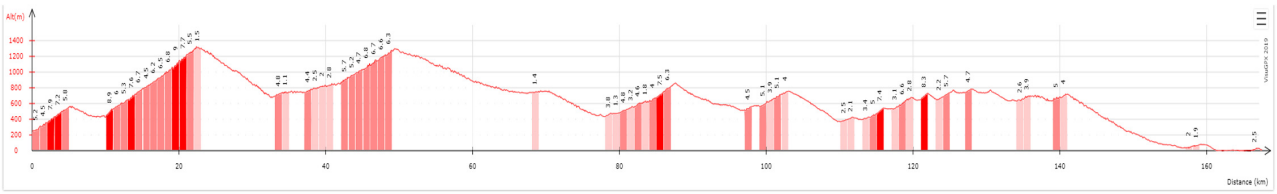
Aujourd'hui, nous rejoindrons le sud avec au programme deux belles montées, le Col de Sorbaet le Col de Verde Ensuite vous descendrez vers la Vallée du Taravo avant de passer le Col St Georges (757 m) et de remonter vers Bastelica (770 m).
Nuit à Ajaccio

Distance : 171 km (D+: 5065m ; D-: 5295m ; Min.: 1m ; Max.: 1323m)

corse-active.com
673 avenue de Borgo
20290 Borgo - France

Téléphone: 04 95 44 49 67
Email: info@corse-active.com
Siren : 801723065 Licence : IM02B140003





Venaco - Ajaccio 170 km

Jour 5 - D'Ajaccio à Bonifacio

Depuis la ville natale de Napoleon, la route longe le bord de mer (via Coti-Chiavari, 486 m) jusqu'à Propriano. Après un petit crochet vers le village de Sartene (305 m), vous continuerez vers Bonifacio (connue pour ses falaises blanches).
Nuit à Bonifacio

Distance : 141 km (D+: 2378m ; D-: 2364m ; Min.: 1m ; Max.: 512m)



corse-active.com
673 avenue de Borgo
20290 Borgo - France

Téléphone: 04 95 44 49 67
Email: info@corse-active.com
Siren : 801723065 Licence : IM02B140003



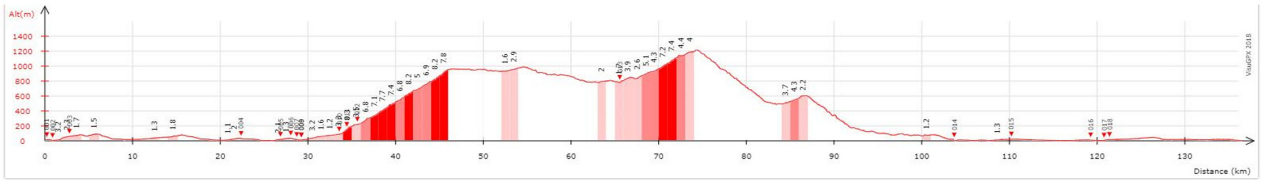
Ajaccio - Bonifacio 145 km

Jour 6 - Par le Col de Bavella vers Aleria

Aujourd'hui, l'étape est une grande classique. Après une montée vers l'Ospédale, un passage près du lac, puis la montée du Col d'Illarata jusqu'au village de Zonza, vous monterez à nouveau vers le Col de Bavella. Après avoir profité de la vue sur les Aiguilles, vous rejoindrez la côte vers Solenzara. Vous poursuivrez vers l'ancienne ville romaine d'Aleria.
Nuit à Aleria

Distance : environ 140 km (D+: 2527m ; D-: 2561m ; Min.: 1m ; Max.: 1219m)





Bonifacio - Aléria 140 km

corse-active.com
673 avenue de Borgo
20290 Borgo - France

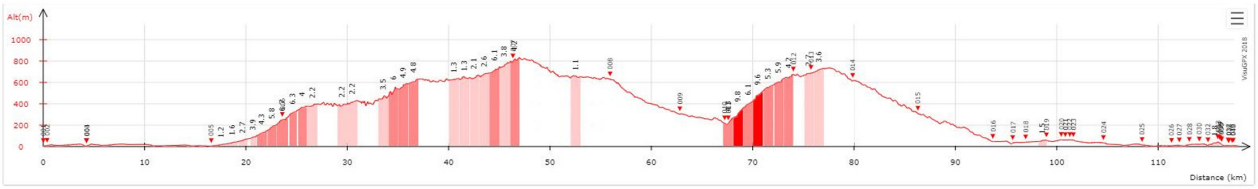
Téléphone: 04 95 44 49 67
Email: info@corse-active.com
Siren : 801723065 Licence : IM02B140003

Jour 7 - La Castagniccia

Depuis la plus grande plaine de Corse, vous rejoindrez à nouveau les montagnes. Cette zone préservée fut très peuplée et utilisée pour l'exploitation de la châtaigne. Les plus grosses montées sont le Col San Gavino (697m), le Col d'Arcarotta (819m) et le Col Sant'Agostino. Ensuite, vous traverserez des villages typiques avant d'atteindre à nouveau la côte Est.
Nuit à Bastia.

Distance : 136 km (D+: 3845m ; D-: 3842m ; Min.: 1m ; Max.: 834m)





Aléria - Bastia 120 km

Jour 8 - Fin de séjour

Le séjour se termine après le petit déjeuner. Le port des ferries se trouve à 500 m. Nous pouvons si besoin vous organiser un transfert jusqu'à l'aéroport (en option).

Nous vous rappelons qu'à tout moment nous pouvons être amenés à modifier des étapes de votre séjour en raisons d'événements indépendants de notre volonté. Nous dépendons notamment des événements climatiques et naturels.

Informations contractuelles

corse-active.com
673 avenue de Borgo
20290 Borgo - France

Téléphone: 04 95 44 49 67
Email: info@corse-active.com
Siren : 801723065 Licence : IM02B140003

TARIFS
À partir de 1899 euros par personne.

OPTIONS
Chambre individuelle : 350 euros par personne.
Location vélo de route alu : 350 euros par personne.
Location Vélo de route carbone : 410 euros par personne.
Transfert aller depuis l'aéroport jusqu'à Bastia, ou transfert retour de Bastia à l'aéroport. : 60 euros par personne.

LE PRIX COMPREND
Pension complète du pique-nique du jour 1 au dîner du jour 7 inclus (piques-niques le midi) sauf les dîners à Ajaccio et à Bastia
Le transfert des bagages
L'assistance (véhicule + conducteur) pendant tout le séjour
7 nuits en hôtels** et hôtels*** en chambre double

LE PRIX NE COMPREND PAS
Le transport jusqu'au point de rendez-vous et depuis le point de dispersion
Les boissons
Les dîners à Ajaccio et à Bastia
Les transferts non inclus au programme
Les activités optionnelles
Le vélo
Les réparations éventuelles
Les dépenses personnelles

NIVEAU DE DIFFICULTÉ
Pour cyclistes entraînés uniquement. Étapes quotidiennes de 100 à 160kms avec de forts dénivelés.

PORTAGE DE VOS AFFAIRES
Vos sacs sont transportés d'hôtel en hôtel par véhicule.

HÉBERGEMENT
Nuits en hôtels deux et trois étoiles en chambres doubles ou à deux lits.

TAILLE DU GROUPE
A partir de 6 personnes.

DÉPART
Bastia, à l'Office du Tourisme, le dimanche à 09h00.

DISPERSION
Bastia, après le petit déjeuner.

ACCÈS

corse-active.com
673 avenue de Borgo
20290 Borgo - France
Téléphone: 04 95 44 49 67
Email: info@corse-active.com
Siren : 801723065 Licence : IM02B140003

Bastia est accessible par avion au départ de plusieurs villes françaises et européennes selon la période de l'année avec Air France, Air Corsica mais également Easyjet, Volotea ou Ryanair.

Par voie maritime, Bastia est accessible au départ de Marseille, Toulon et Nice avec les compagnies Corsica Ferries, Corsica Linea ou la Méridionale.
Corsica ferries : http://www.corsica-ferries.fr/?gclid=CLyF3O_TvroCFa-WtAodlScA5A
Corsica Linea : https://www.corsicalinea.com/
La Méridionale : http://www.lameridionale.fr

À partir de cette ville tous les accès sont possible en bus et train.

ÉQUIPEMENT À EMPORTER
MATÉRIEL CONSEILLÉ A EMPORTER (liste non-exhaustive) :

Car une bonne préparation est souvent synonyme de séjour réussi, voici quelques conseils pour que votre voyage se passe dans les meilleures conditions.

VÉLO
Afin que votre séjour ne se transforme pas en stage de mécanique, il convient d'effectuer une révision minutieuse de votre vélo avant de parcourir nos sentiers :
- les pneus sont bien gonflés et en bon état
- les câbles et la chaîne sont en bon état
- les éléments de transmission sont propres et huilés
- il n'y a pas de fuite au niveau des suspensions
- les roues sont bien serrées
- les freins sont en bon état (usure + fuites éventuelles)
- le jeu de direction a été vérifié
Et n'oubliez pas qu'on repère plus facilement les anomalies sur un vélo nettoyé…

MATÉRIEL RÉPARATION
Pour se mettre à l'abri des soucis mécaniques, mieux vaut être prévoyant et avoir toujours sur soi le matériel de base du vététiste :
- 2 chambres à air (anti-crevaisons fortement conseillées, ou bandes anti-crevaison)
- une pompe
- des démonte-pneus
- un kit de réparation de chambre à air constitué de rustines et de colle
- un outil multiple
- une petite pince
- un morceau de pneu

Aussi, vous pouvez vous constituer votre propre caisse à outils que nous transférons en même temps que vos bagages. Dans

corse-active.com
673 avenue de Borgo
20290 Borgo - France
Téléphone: 04 95 44 49 67
Email: info@corse-active.com
Siren : 801723065 Licence : IM02B140003

celle-ci vous mettrez :
- un câble de frein (AV et AR)
- un câble de dérailleur
- un pneu
- une patte de dérailleur
- de l'huile pour la chaîne
- un chiffon

ÉQUIPEMENT
L'habit ne fait pas le moine, et le cuissard moulant ne vous transformera pas en champion du vélo. Toutefois, un minimum d'équipement spécifique au vélo sera nécessaire pour être à l'aise sur ses pédales :
- un casque
- des lunettes
- des chaussures adaptées (pas de semelles lisses)
- un cuissard ou un short
- T-shirt respirant (éviter le coton)

SAC A DOS JOURNÉE
Parce qu'il est désagréable de rouler avec un sac à dos trop chargé, il sera préférable de bien réfléchir à la composition du sac pour la journée :
- une poche à eau et/ou une gourde et/ou des bidons sur le vélo (2L/jour/personne minimum)
- des vivres (barres énergétiques, fruits secs…)
- le matériel de réparation de base pour votre vélo (voir ci-dessus)
- un coupe-vent (imperméable)
- le pique-nique
- une lampe frontale
- un couteau
- de la crème solaire (+ protection pour les lèvres)
- du papier toilette
- une pharmacie (voir ci-dessous)
- votre téléphone portable + une batterie externe
- un sac poubelle

PIQUE-NIQUE
Afin d'éviter la production de déchets inutiles à l'heure du pique-nique, pensez à prendre avec vous :
- une boite en plastique hermétique (0.5L) avec initiales marqués sur couvercle et boîte + élastiques larges.
- des couverts réutilisables (fourchette et couteau de poche)

SAC DE VOYAGE
Vos bagages sont transférés durant la journée et vous les retrouvez avec plaisir chaque soir chez l'hébergeur. À condition bien sûr de ne pas avoir oublié l'indispensable :
- un sac à viande (pour les séjours en gîte)

corse-active.com
673 avenue de Borgo
20290 Borgo - France
Téléphone: 04 95 44 49 67
Email: info@corse-active.com
Siren : 801723065 Licence : IM02B140003

- des vêtements de rechange
- une paire de chaussures légères pour le soir
- un gros pull ou une veste polaire
- une petite trousse de toilette avec une serviette

PHARMACIE

Sur tous les séjours accompagnés, le moniteur dispose d'une trousse de premier secours.
Cependant, il est indispensable d'emporter une pharmacie personnelle.
Voilà une liste du minimum à emporter sur soi :

- du désinfectant
- des bandes de gaze
- du sparadrap
- de la crème de protection pour les fesses
- vos médicaments personnels
- une couverture de survie

Une trousse à pharmacie plus complète devra être constituée avec votre médecin.

corse-active.com
673 avenue de Borgo
20290 Borgo - France

Téléphone: 04 95 44 49 67
Email: info@corse-active.com
Siren : 801723065 Licence : IM02B140003