

## Le Tour de Corse à Vélo de route

En hôtel chambre double ou en gîte d'étape  
8 jours 7 nuits dont 6 jours de vélo

Formule : Vélo en liberté avec véhicule d'assistance

Niveau physique : 3/3



Le Tour de Corse à vélo : de la plage de **Bastia** à celle **d'Ajaccio**, vous traversez intégralement l'île de Beauté, d'Ouest en Est et du Nord au Sud à vélo de route. Vous empruntez les plus belles routes et passez les cols d'anthologie aux travers des 2 départements Corses.

Entre mer et montagne, chaque tour de roue vous invite à découvrir un peu plus la Corse à travers une extraordinaire variété de paysages. Vous quittez le désert des Agriates pour gagner les forêts du col de Vergio, puis, après les Aiguilles de Bavella, vous apercevez les rivages de Porto Vecchio et finalement la citadelle d'Ajaccio.

**8 jours inoubliables pour une traversée mythique à vélo.**

**POINTS FORTS :**

- Les plus beaux cols de Corse,
- Véhicule d'assistance,
- De Bastia à Ajaccio,
- Hébergement en demi-pension.

## PROGRAMME

### **Jour 1 : Arrivée à Bastia.**

Préparation des vélos et nuit en hôtel à Bastia en demi-pension.

### **Jour 2 : De Bastia à Saint Florent : 85km - dénivelé positif : 1800m**

Départ de l'aventure en remontant le long des côtes du Cap Corse et en profitant de la vue sur la mer. Puis redescendez par les routes sinueuses qui mènent à la belle cité de Saint Florent.

Nuit en demi-pension à St Florent.

### **Jour 3 : De Saint Florent à Porto : 146 km - dénivelé positif : 2800m**

Traversez le célèbre désert des Agriates pour rejoindre la charmante ville d'Ile Rousse.

Puis par les petites routes, longez les côtes découpées pour atterrir à Porto et son célèbre golfe.

Un détour est possible pour aller voir les Calanques de Piana (20km A-R).

Nuit en demi-pension à Porto.

### **Jour 4 : De Porto à Corte : 85km - dénivelé positif : 2100m**

Partez explorer le centre montagneux de la Corse en passant par les splendides Gorges de Spelunca, par le col de Vergio et la forêt d'Aitone pour atteindre Corte.

Nuit en demi-pension à Corte.

### **Jour 5 : De Corte à Zonza : 120km - dénivelé positif : 3400m**

Aujourd'hui encore une route magnifique, celle du parc régional de Corse en passant par les cols exceptionnels : col de Sorba, de Verde et le col de la Vaccia pour arriver au village de Zonza non loin des Aiguilles de Bavella (9km)

Nuit en demi-pension à Zonza.

### **Jour 6 : De Zonza à Propriano Via Porto-Vecchio: 110km - dénivelé positif : 2260m**

Avant d'atteindre les plages reposantes de Porticcio, cette étape vous conduit à travers les routes montagneuses et entourées de forêts de la Corse du Sud. Passez à côté des fameuses cascades de Piscia di Gallu et redescendez vers le golfe reposant de Porto Vecchio. Puis après le col de Bacinu et le beau village de St Lucie de Tallano, c'est l'arrivée à la plage.

Nuit en demi-pension à Propriano.

### **Jour 7 : De Propriano à Ajaccio**

Après une nuit de repos, partez pour la dernière étape avec 2 possibilités :

#### **1 : 95km - dénivelé positif : 1800m**

Par la côte, arrivée au village d'Aqua Doria pour remonter la belle vallée de Chiavari vers les cols de Cortone, Gradello et Chenova. Arrivée à Ajaccio par le col de Bellevalle le bien nommé.

**2 : 130km - dénivelé positif : 2800m** Après un peu de route côtière pour s'échauffer, nous arrivons au col de St Georges en passant par le col de Luminataja. Ensuite, ce sont les magnifiques cols de Cricheto et Scalella avant de descendre sur Ajaccio.

Nuit à Ajaccio en demi-pension.

### **Jour 8 : Ajaccio.**

Fin du séjour après le petit déjeuner.

Pour les groupes constitués, nous adaptons le niveau, la durée, le prix et le programme à la demande. Contactez-nous !

# PENDANT VOTRE SÉJOUR

## **ENCADREMENT :**

**Vélo en liberté avec véhicule d'assistance** (pour les groupes constitués à partir de 8 personnes) :

Le véhicule d'assistance + remorque vélo ou galerie de toit vous rejoint à différentes reprises au cours de l'étape du jour, souvent au sommet des cols et transporte votre pique-nique, de l'eau, vos vêtements supplémentaires ainsi qu'une caisse à outils complète en cas de problème mécanique. Vous profitez ainsi de votre journée avec un sac léger ou pas de sac. Le conducteur du véhicule vous apporte également des conseils pour chaque étape, vous aide à gérer votre effort, et peut la plupart du temps répondre à vos questions concernant la région visitée.

## **PORTAGE DES BAGAGES :**

Vous ne portez que les affaires de la journée et le pique-nique. Les bagages sont transportés par le véhicule d'assistance

## **VOTRE HÉBERGEMENT : 7 nuits en demi-pension**

### **2 formules au choix :**

**Formule chambre double** : vous dormez dans des chambres confortables de 2 personnes en hôtels, chambres d'hôtes et parfois en gîtes. Les draps et serviettes sont fournis. Une salle de bain vous est réservée. (Option chambre simple - Voir tarifs sur notre site).

**Formule gîte d'étape**: sélectionnés notamment pour la qualité de leur accueil, vous retrouvez dans les gîtes une ambiance conviviale. Le plus souvent, vous partagez des dortoirs de 4/6 places avec d'autres personnes.

## **LA NOURRITURE :**

Pas question de faire un régime pendant votre séjour mais c'est plutôt l'occasion de goûter à la cuisine locale. Nous attachons une grande importance à la qualité de la nourriture : équilibre diététique, apport énergétique et spécialité du pays sont les ingrédients de chaque repas.

Les pique-niques ne sont pas compris dans le tarif. Chaque jour, vous avez la possibilité de préparer vos pique-niques. Soit vous achetez vous-mêmes ou le logisticien (formule avec assistance) achète tout le nécessaire à chaque étape, soit vous commandez votre pique-nique la veille à l'hébergeur.

## **NOMBRE DE PARTICIPANTS :**

Le Tour de Corse en vélo est accessible aux **groupes constitués d'au moins 8 personnes** : le départ est libre (nous consulter).

# AVANT VOTRE DÉPART

## **TARIFS :**

**Voir les tarifs sur notre site internet.**

## **S'INSCRIRE :**

La Rébenne privilégie le contact avec ses voyageurs. Nous aimons vous parler de nos voyages et souhaitons garder cette relation avec vous. Echange, partage et plaisir restent notre ambition pour les voyages La Rébenne.

Pour nous contacter et vous inscrire, c'est simple ! Appelez-nous ou envoyez-nous un mail rapide :

contact@larebenne.com Tél +33(0)5 61 65 20 93 ou +33(0)6 81 53 77 75
--

## **Contrat de vente et acompte**

Nous vous envoyons le contrat de vente, le formulaire d'assurances ainsi que les conditions particulières et générales de vente. L'inscription est effective lorsque nous recevons le contrat signé accompagné d'un acompte de 40 % du montant du séjour. Un accusé de réception vous est ensuite envoyé.

## **Païement du solde :**

Le solde doit être versé un mois avant la date de départ. Si vous vous inscrivez moins d'un mois avant le départ, vous payez l'intégralité du prix du voyage lors de l'inscription.

## **Validation et convocation :**

A réception du règlement du solde, vous recevez votre dossier séjour (le lieu de rendez-vous, la liste de matériel à emporter ainsi que les contacts nécessaires...).

## **FORMALITÉS :**

- Carte d'identité en cours de validité
- Carte européenne d'assurance maladie conseillée : c'est une carte attestant de vos droits à l'assurance maladie (les soins en cas de nécessité sont pris en charge) partout en Europe. Individuelle et nominative, elle est gratuite et valable un an. Vous pouvez l'obtenir sur simple demande à votre Caisse d'assurance maladie (par téléphone ou au guichet) ; vous n'avez pas de documents à fournir. Vous recevrez votre carte sous 15 jours. Si le délai est court, vous pouvez obtenir une attestation.
- Assurance rapatriement conseillée

## **NIVEAU :**

### **Niveau physique : 3/3**

Vous avez une bonne condition physique, pratiquez au moins 1 fois par semaine le vélo de route sur de longues distances.

Etape de 85 à 146km par jour avec des dénivelés positifs de 1800 à 3400m par jour.

## **PÉRIODE :**

D'avril à octobre.

SAS LaRébenne au capital de 5000€ RCS de Foix  
1 place du 8 Mai 1945.09000 Foix

Tel : 05.61.65.20.93 / 06.81.53.77.75 / 09.77.89.93.37

contact@larebenne.com www.larebenne.com www.gr10-pyrenees.com

RCP : 115 769 365 MMA IM009100007 N° de TVA FR 3350215707600014 Garant : Groupama N° 4000714358/0 N° SIRET : 502 157 076 00014

## **DÉPART ET RENDEZ-VOUS :**

RDV à Bastia, RDV libre pour les groupes constitués.

Pour les arrivées en avion : RDV directement à Bastia ou à l'aéroport de Bastia. Retour par le port ou l'aéroport d'Ajaccio.

### ⇒ **Comment y aller :**

En voiture : Par le port de Marseille, Nice, Toulon ou Gênes.

Avec les compagnies SNCM ou Corsica Ferries.

En avion : Aéroport de Bastia. Retour par l'aéroport d'Ajaccio.

## **AVION ou BATEAU :**

- Soit vous achetez vos billets d'avion vous-même auprès de votre agence de voyage préférée ou par Internet, seulement lorsque nous aurons confirmé par écrit le départ de votre voyage.
- Soit nous réservons pour vous vos billets d'avion.

## **LE PRIX COMPREND :**

- Les hébergements,
- Les cartes, le topo-guide et les traces GPS,
- La demi-pension à partir du dîner du jour 1 au soir et jusqu'au petit déjeuner du jour 8,
- Le transport de 1 bagage par personne
- Pour la formule avec véhicule d'assistance : 1 véhicule 9 places + chauffeur pendant tout le séjour.

## **LE PRIX NE COMPREND PAS:**

- L'hébergement la veille du départ et à la fin du séjour,
- Les boissons,
- Les dépenses personnelles,
- Les pique-niques (option : +60€ / personne pour le séjour),
- Le matériel personnel de vélo (casques, gants),
- Les vélos,
- Le transport des caisses vélo et des sacoches à fond rigide (option uniquement pour la formule avec véhicule d'assistance : +40€ / caisse),
- Le transport pour se rendre au point de rendez-vous,
- Le transfert retour,
- Les assurances.

## **OPTIONS :**

- 6 pique-niques (60€ / personne pour le séjour),
- Programme sur mesure à partir des étapes que vous choisissez vous-même à partir de 8 personnes,
- Nuit d'hébergement supplémentaire avant ou après le séjour,
- Supplément chambre individuelle,
- Location de vélo haut de gamme sur mesure,
- Transport des caisses vélo et sacoches à fond rigide, uniquement pour la formule avec véhicule d'assistance dans la limite des places disponibles (+40€ / caisse).

**Voir tarifs sur le site Internet ou nous consulter.**

SAS LaRébenne au capital de 5000€ RCS de Foix  
1 place du 8 Mai 1945.09000 Foix

Tel : 05.61.65.20.93 / 06.81.53.77.75 / 09.77.89.93.37

contact@larebenne.com www.larebenne.com www.gr10-pyrenees.com

RCP : 115 769 365 MMA IM009100007 N° de TVA FR 3350215707600014 Garant : Groupama N° 4000714358/0 N° SIRET : 502 157 076 00014

## **ASSURANCES :**

Conformément à la réglementation de notre profession, LAREBENNE est assurée en Responsabilité Civile Professionnelle. Cependant, chaque participant doit être titulaire d'une responsabilité civile individuelle ainsi que d'une garantie individuelle multirisque dans le but de se protéger des incidents ou accidents pouvant survenir avant ou pendant la randonnée ou le voyage.

Toute assurance complémentaire est facturée par personne et doit être obligatoirement souscrite le jour de l'inscription au voyage.

**Nous vous proposons 2 formules au choix : Multirisques, Annulation.**

### **Forfait n° 1 : La Multirisques**

Elle offre un combiné de garanties complètes en annulation, perte de bagages, assistance rapatriement, frais médicaux, interruption de séjour.

Cette assurance est souscrite auprès de la compagnie APRIL Voyages.

### **Forfait n° 2 : Annulation**

Elle vous garantit exclusivement en cas d'empêchement avant le départ.

Cette assurance est souscrite auprès de la compagnie APRIL Voyages

Reportez-vous à la grille des tarifs sur le site Internet, rubrique infos pratique - assurances :

**<http://www.larebenne.com/infos-pratiques/assurances.html>**

## **MATÉRIEL CONSEILLÉ À 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.

2 sacs : 1 petit sac à dos (de selle ou de guidon) environ 10L pour mettre les affaires de la demi-journée, téléphone, appareil photo et vêtement de pluie, etc.

1 un sac de voyage transporté par le véhicule d'assistance.

### **VELO**

Afin que votre séjour ne se transforme pas en stage de mécanique, il convient d'effectuer une révision minutieuse de votre vélo avant dans l'emmener sur ce parcours :

> Bien vérifier que le groupe en mouvement plateaux et nombre de dents est bien adapté au circuit et à vous.

> Un compteur vélo bien réglé

> 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

> Les roues sont bien serrées

> Les freins sont en bon état (usure)

> Le jeu de direction a été vérifié

Et n'oubliez pas qu'on repère plus facilement les anomalies sur un vélo nettoyé...

### **MATERIEL REPARATION**

Pour se mettre à l'abri des soucis mécaniques, mieux vaut être prévoyant et avoir toujours avec soi le matériel de base du vététiste :

> 1 pneu + 1 chambres

> Une pompe

> Des démonte-pneus

> Un outil multiple

> Une petite pince

> Un dérive chaîne

En plus de ça, vous pouvez vous constituer votre propre caisse à outils que nous transférons en même temps que vos bagages. Dans celle-ci vous mettez :

- >Un câble de frein (AV et AR)
- >Gaines de câble
- >Rayons de rechange
- >Un câble de dérailleur
- >De l'huile pour la chaîne
- >Un chiffon
- >Un anti-vol

#### **EQUIPEMENT**

- >Un casque de vélo (obligatoire !) + bonnet et bandeau
- >Des gants de vélo + gants chauds
- >Des lunettes
- >Des chaussures avec cales
- >Un cuissard long et court
- >T-shirt respirant (éviter le coton)
- >Maillot

#### **SAC A DOS JOURNEE**

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 (3L/jour/personne minimum)
- >Des vivres de course (barres énergétiques, fruits secs, etc.)
- >Le matériel de réparation de base pour votre vélo (voir ci-dessus)
- >Un coupe-vent (imperméable)
- >De la crème solaire (+ protection pour les lèvres)
- >Du papier toilette et un briquet
- >Une pharmacie (voir ci-dessous)
- >2 piles neuves (ou rechargeables) LR6 pour chaque jour (pour le GPS)
- >Votre téléphone portable

#### **PIQUE-NIQUE (NON INCLUS)**

Afin d'éviter la production de déchets inutiles à l'heure du pique-nique, pensez à prendre avec vous :

- >Une boîte en plastique hermétique 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. A condition bien sûr de ne pas avoir oublié l'indispensable :

- >Un sac à viande (pour les séjours en gîte)
- >Des vêtements de rechange
- >Une paire de chaussures légères pour le soir
- >Un gros pull ou une veste polaire
- >Une trousse de toilette avec une serviette

#### **PHARMACIE**

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

- >Répulsif contre les insectes
- >Du désinfectant et des bandes de gaze
- >Du sparadrap
- >De la crème de protection pour les fesses
- >Vos médicaments personnels
- >Des pastilles micropur (désinfectant pour l'eau)
- >Une couverture de survie

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

## **BIBLIOGRAPHIE :**

- ✓ Les Pyrénées, collection la bibliothèque du naturaliste, Claude Dendaletche, éditions Delachaux et Nestlé, 1997
- ✓ Les Nouvelles Pyrénées, Jean-Claude Flamand, collection verre et assiette, éditions Glénat, 2003

## **APRÈS VOTRE RETOUR**

Faites-nous part de vos impressions ! Et pour que ces bons souvenirs de voyage perdurent, nous serions très heureux de recevoir vos photos, vidéos, montages, commentaires... que vous avez effectués lors de votre circuit.

## **A VOTRE SERVICE**

Toute l'équipe de La Rébenne est à votre disposition pour la bonne réalisation de votre voyage, alors n'hésitez pas à nous contacter : nous ferons tout pour que votre séjour soit une réussite.

### **Vous pouvez nous contacter par :**

- Téléphone: 05.61.65.20.93 ou portable 06.81.53.77.75
- Mail : [contact@larebenne.com](mailto:contact@larebenne.com)
- Courrier : 1 place du 8 mai 1945 09 000 FOIX