

## Le Tour de Haute-Corse à vélo de route

En hôtel, chambre double  
8 jours - 7 nuits dont 6 jours de vélo

Formule : Vélo en liberté avec véhicule d'assistance

Niveau physique : 3/3



Le Tour de Haute Corse à vélo de route : en boucle depuis et vers la plage de Bastia, vous traversez le Nord de l'île de Beauté en vélo de route. Vous empruntez les plus belles routes et passez des cols d'anthologie.

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 calanques de Piana, puis parcourez les forêts du col de Vergio, pour revenir en beauté à Bastia.

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

### POINTS FORTS :

- Véhicule d'assistance pour plus de confort,
- Boucle de Bastia à Bastia,
- Circuit entre mer et montagne

# PROGRAMME

## **Jour 1 : Bastia**

Préparation des vélos et installation en hôtel à Bastia en B&B (nuit et petit déjeuner inclus).

## **Jour 2 : De Bastia à Saint Florent**

**85 km Dev + 1290m – 1287m**

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 Calvi**

**105 km +1500m -1500m**

Traversez le célèbre désert des Agriates pour rejoindre la charmante ville d'Ile Rousse, en passant par le col de Vezzu.

Puis par les petites routes de Balagne, traversez les villages typiques de montagne pour atterrir à Calvi où sa fameuse citadelle vous attend.

Nuit en demi-pension à Calvi.

## **Jour 4 : De Calvi à Porto**

**80 km +1140m -1090m**

Vous roulez sur une superbe route côtière, propice aux arrêts photo et à la baignade. Vous gravissez le col de Palmarella et profitez de la superbe vue sur le Golfe de Girolata et la réserve naturelle de Scandola.

Nuit en demi-pension à Porto.

## **Jour 5 : Boucle autour de Porto**

**93 km +1900m -1900m**

Partez à la découverte des superbes Calanques de Piana (classées au patrimoine mondial de l'UNESCO). Rejoignez le village de Cargèse, situé sur la Punta di Cargese, perché sur un promontoire à l'extrémité nord du golfe de Sagone. Repartez ensuite dans les terres pour gravir le col de Col de Sévi et rejoindre Porto où vous séjournerez au même hôtel que la veille.

## **Jour 6 : De Porto à Corte**

**90 km +1900m -1600m**

Partez explorer le centre montagneux de la Corse en passant par les splendides Gorges de la Spelunca, par le col de Vergio (1477m) et la forêt d'Aitone pour atteindre Corte.

Possibilité de rallonger l'étape pour aller voir les gorges de la Restonica (30 km A/R).

Nuit en demi-pension à Corte, capitale historique de l'île.

## **Jour 7 : De Corte à Bastia**

**115 km +2550m -2950m**

Vous quittez Corte, en direction de la Castagniccia, région réputée pour ses châtaigneraies. Cette étape à l'ambiance montagnaise vous ramène sur la Côte Nord Est de la Corse.

Nuit à Bastia en B&B (nuit et petit déjeuner inclus).

## **Jour 8 : Bastia**

Fin du séjour après le petit déjeuner.

# PENDANT VOTRE SÉJOUR

## **ENCADREMENT :**

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

Le véhicule d'assistance 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.

**Pour plus de confort, nous proposons uniquement la formule avec véhicule d'assistance pour nos séjours vélo en Corse.**

## **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. **1 bagage/personne et limité à 15kg/bagage.**

## **VOTRE HÉBERGEMENT : 5 nuits en demi-pension, 2 nuits en B&B à Bastia.**

**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 individuelle - Voir tarifs sur notre site).

## **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 :**

Départ à partir de 8 personnes pour la formule liberté avec véhicule d'assistance. Départ libre pour les groupes constitués à partir de 8 personnes.

# 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. Etapes de 85 à 120km par jour.

## **PÉRIODE :**

D'avril à octobre.

## **DÉPART ET RENDEZ-VOUS :**

Départ de Bastia

## **Comment y aller :**

En bateau (voiture) : Par le port de Marseille, Nice, Toulon ou Gênes. Avec les compagnies Corsica Linea ou Corsica Ferries.

En avion : Aéroport de Bastia

## **AVION**

- 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.

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

### **LE PRIX COMPREND :**

- Les hébergements et leurs réservations,
- 5 nuits en demi-pension à partir du dîner du jour 2 et jusqu'au petit déjeuner du jour 7,
- 2 nuits à Bastia en formule B&B (nuit et petit déjeuner inclus),
- les cartes avec itinéraire surligné,
- les traces GPS électroniques ,
- le transport de bagages,
- 1 véhicule 6 ou 9 places + chauffeur pendant tout le séjour.

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

- Les boissons,
- Les diners à Bastia,
- Les dépenses personnelles,
- Les pique-niques
- Le matériel personnel de vélo (casques, gants),
- Les vélos,
- Le transport pour se rendre au point de rendez-vous,
- Le transfert retour,
- Les assurances,
- Le stockage et le transport des caisses et sacs à dos rigides

### **OPTIONS :**

- +1 jour ou -1 jour,
- Les pique-niques (option : +60€ / personne pour le séjour),
- Le stockage et le transport des caisses et sacs à dos rigides (option uniquement pour la formule avec véhicule d'assistance : +40€ / caisse)
- Programme sur mesure à partir des étapes que vous choisissez vous-même pour les groupes,
- Nuit d'hébergement supplémentaire avant ou après le séjour,
- Supplément chambre individuelle,
- Location de vélo haut de gamme sur mesure.

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

### **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 mettrez :

> 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 gérée et nettoyée par vous-même.
- >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 micropore (désinfectant pour l'eau)
- >Une couverture de survie

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

## **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
- Portable 06.81.53.77.75
- Mail : [contact@larebenne.com](mailto:contact@larebenne.com)
- Courrier : 1 place du 8 mai 1945 - 09000 FOIX