

## A la découverte de la Corse du 25 septembre au 4 octobre 2009 (10 jours et 9 nuits)

**L'île de Beauté** n'usurpe pas son nom. Cette « montagne dans la mer », qui représente à peine 28% de la région Provence-Alpes-Côte-d'Azur par sa superficie (8720 km<sup>2</sup>, soit 183km de long sur 83 de large), recèle un concentré des plus beaux paysages de Méditerranée... et d'ailleurs. Des plages de sable fin quasi polynésiennes du sud aux pics abrupts du centre en passant par les golfes azurés tapissés de maquis de l'ouest et les forêts de châtaigniers du nord-est, la liste des bijoux naturels de l'île est longue. Commençons par un chiffre parfait : 1 000. **Mille kilomètres de côtes.**

Le littoral n'est pas identique des deux côtés de l'île : à l'est, les plages de sable doré se succèdent, souvent avec monotonie. A l'ouest, la côte est plus tourmentée, creusée de failles profondes, dominée par de hauts promontoires rocaillieux. **Les golfes de Porto**, de Sagone, d'Ajaccio et de Valinco rythment cette côte occidentale, offrant, avec le **cap Corse**, les plus beaux panoramas marins de l'île. A l'extrême sud, les **falaises de Bonifacio** se dressent comme pour faire front à la Sardaigne. Au nord, le cap Corse, au relief tourmenté, semble percer la mer de son doigt. L'impénétrable maquis, sec et odorant, recouvre la totalité de la côte et près de 40% de l'île, partageant parfois son territoire avec l'olivier ou le chêne.

Une montagne cernée par la mer. Un sillon central d'une centaine de kilomètres de long, entre les rivières Ostriconi au nord-ouest et Solenzara au sud-est, sépare les deux grands blocs montagneux de l'île. On distingue la Corse schisteuse, au relief peu élevé (nord-est), de la Corse cristalline, plus abrupte. Cette dernière, qui couvre presque toute l'île, présente un relief aux arêtes vives et englobe les sommets les plus élevés, du Monte Cinto (point culminant de la Corse à 2 710m) aux spectaculaires **aguilles de Bavella** en passant par la Paglia Orba (2 525m), le Monte Rotondo (2 622m), le Monte d'Oro (2 389m), le Monte Renoso (2 354m) et le Monte Incudine (2 136m). De cette grande arête centrale partent des chaînons obliques, morcelant l'île en une vingtaine de micro-régions.

Malgré son apparente homogénéité, le centre corse reste très disparate, tantôt minéral et désertique, tantôt recouvert de forêts verdoyantes. De magnifiques lacs de haute montagne y côtoient de profondes gorges et des sommets enneigés. Quatrième île de la Méditerranée par sa superficie après la Sicile, la Sardaigne et Chypre, la Corse a le statut de région (capitale : Ajaccio), divisée en deux départements : la Corse-du-Sud (préfecture : Ajaccio) et la Haute-Corse (préfecture : Bastia).



**La commission séjours et voyages du Codep du Lot** vous invite à la découvrir du **vendredi 25 septembre au dimanche 4 octobre** lors d'un séjour itinérant, en demi-pension. Vous serez hébergés la plupart du temps dans des hôtels\*\*\* mais aussi deux nuits en mer à bord du bateau (en cabine de 4). Les trajets Cahors - Toulon (ou Marseille) et retour seront effectués, de jour, en car grand tourisme.

**8 étapes vélos** vous seront proposées (avec des variantes pour allonger ou raccourcir suivant l'humeur ou les capacités) pour réaliser le tour complet de la Corse et vous permettre de la découvrir et de l'aimer. Dans ce séjour touristique, vous vous arrêterez pour admirer, prendre des photos, profiter des magnifiques paysages qui se présenteront à vous : des montagnes de porphyre rouge, des pinèdes, des châtaigneraies, des calanches dégringolant dans la mer violette. Un itinéraire tortueux à souhait vous sera proposé pour ne rien perdre des charmes cyclotouristiques de cette île : Ajaccio, Propriano, Bonifacio, Porto-Vecchio, les aiguilles de Bavella sans oublier l'île Rousse, St Florent et le golfe de Porto. Vous pourrez également vous baigner car la mer est encore chaude en ce début d'automne.

Pour les non pédalants, des randonnées pédestres et des visites seront prévues pour que chacun puisse profiter à sa guise de la beauté des paysages, de la richesse de la flore, ou découvrir des cités, des ports dominés par des tours génoises ou des villages pittoresques blottis ça et là dans le maquis.



## Programme Vélo

<b><u>Vendredi 25 septembre :</u></b>	Trajet Cahors – Marseille ou Toulon en bus (départ en fin de matinée) Embarquement pour Ajaccio (avec le bus) et <b>nuit à bord</b>
<b><u>Samedi 26 septembre :</u></b>	Débarquement à Ajaccio, première étape vélo Ajaccio - Propriano Nuit à <b>Propriano</b>
<b><u>Dimanche 27 septembre :</u></b>	Deuxième étape vélo Propriano - Bonifacio Nuit à <b>Bonifacio</b>
<b><u>Lundi 28 septembre :</u></b>	Troisième étape vélo Bonifacio - Ghisonaccia Nuit à <b>Ghisonaccia</b>
<b><u>Mardi 29 septembre :</u></b>	Quatrième étape vélo Ghisonaccia - Corte Nuit à <b>Corte</b>
<b><u>Mercredi 30 septembre :</u></b>	Cinquième étape vélo Corte - Saint Florent Nuit à <b>Saint Florent</b>
<b><u>Jeudi 1<sup>er</sup> octobre :</u></b>	Sixième étape vélo Saint Florent - Saint Florent <i>Jour de repos du chauffeur (obligatoire)</i> Deuxième nuit à <b>Saint Florent</b>
<b><u>Vendredi 2 octobre :</u></b>	Septième étape vélo Saint Florent - Porto Nuit à <b>Porto</b>
<b><u>Samedi 3 octobre :</u></b>	Huitième étape vélo Porto - Ajaccio Embarquement pour Marseille ou Toulon et <b>nuit à bord</b>
<b><u>Dimanche 4 octobre :</u></b>	Retour en bus jusqu'à Cahors (dans l'après-midi)

Le bus suivra en Corse mais par contre il ne pourra pas emprunter toutes les petites routes prévues pour les cyclos. Des points de rencontre seront organisés. Pour certaines étapes, des approches en bus seront possibles en particulier pour la plus longue (Saint Florent - Porto qui avoisine les 150 km). Les autres étapes feront entre 80 et 110 km avec possibilité d'adapter (en plus ou en moins) pour beaucoup d'entre elles, la dénivelée se situe entre 1000 et 2000 m par jour. Pour les non pédalants, des randonnées et visites seront organisées en fonction des étapes vélos.

Le prix de ce séjour est de **850 €**.

### **Ce prix comprend :**

- Le transport en autocar Grand Tourisme
- La remorque à vélos
- L'hébergement 7 nuits en demi pension boissons incluses (1/4 de vin)
- Les traversées maritimes Marseille ou Toulon / Ajaccio et retour
- L'hébergement en cabine intérieure (type quadruple)
- Les 2 petits déjeuners à bord du bateau

### **Ce prix ne comprend pas :**

- Le supplément cabine et chambre individuelle : **250 €** par personne
- Les dîners à bord du bateau
- Les déjeuners

**Réservation :** bulletin d'inscription et chèque d'acompte de **200 €** à l'ordre de « ARTABAL »

Ce voyage est réservé **en priorité aux licenciés du LOT**, Il sera ouvert aux autres licenciés de notre fédération (après le **20 février**). Si vous êtes intéressés, je vous demande donc de vous inscrire rapidement à l'aide du bulletin joint (le chèque d'acompte ne sera encaissé qu'au mois de mars).

Si vous désirez d'autres renseignements, vous pouvez nous contacter au **09 50 40 77 80** ou au **06 10 49 16 73**  
ou par mail : [jacques.fau@free.fr](mailto:jacques.fau@free.fr)

En ce début d'année, nous vous souhaitons à tous une très bonne et heureuse année 2009 pleine de projets.

Françoise et Jacques Fau  
pour la commission séjours et voyages du Lot



## Bulletin d'inscription séjour Corse 2009

Nom : Prénom : Sexe : F  M

Adresse :

Code postal : Ville :

Tél. fixe : Tél. portable :

Courriel :

Date de naissance :

N° de licence : N° de club : Club :

Pédalant :  Non pédalant :

**Demande son inscription au séjour intitulé : A la découverte de la Corse**

Se déroulant : en Corse du : 25 septembre 2009 au : 4 octobre 2009

Je souhaite une chambre : individuelle  double  (à partager avec :  
)

Je donne mon accord pour que mes coordonnées figurent sur la liste des participants : oui   
non

Je donne mon accord pour que les organisateurs diffusent mes coordonnées aux participants un mois avant  
le séjour : oui  non

Fait à : le : signature :

Je règle, par chèque (à libeller à l'ordre de : « ARTABAL », à titre d'acompte, la somme de deux cents euros.

*N.B. : Les inscriptions ne sont effectives qu'à réception du bulletin d'inscription complété de l'acompte*

Bulletin à retourner à :  
Françoise ou Jacques FAU  
7 bis côte de Landillon  
31800 Landorthe