

Carnet de Camp
Poste Pionnier 22TE de Rêves.



Corse 2023



1. Matériel

pour le jour du départ :

- Ta chemise et ton foulard scout**
- Une tenue confort pour l'avion
- L'autorisation parentale (à faire valider par la Commune) et la fiche médicale**
- Ta carte d'identité**
- Ton petit sac à dos



Dans ton sac à dos pour le vol :

- Ta gourde vide (voire 2 pour un max d'hydratation)
- Des sous vêtements de rechange pour la 1ère journée
- vêtements confortables pour le vol et la 1ère nuit à l'aéroport
- des vêtements pour la 1ere journée (t-shirt-short)
- Un pull
- Ton Kway**
- Avoir tes chaussures de rando à tes pieds et des chaussettes**
- Brosse à dent / dentifrice (1 pour 3)
- De quoi grignoter
- ton sac de couchage
- ton matelas...

Attention que tu n'auras accès pendant le 1er jour qu'à ce sac, fais attention à avoir tout le nécessaire pour le début du voyage jusqu'au moment où tu retrouveras ta valise (c'est-à-dire le 21 juillet:))

Pour t'habiller : (privilège des vêtements légers, faciles à laver et qui sèchent vite.)

- T-shirts
- 1 Pull (+ ton pull pio)
- Shorts
- Tenue chaude pour le soir
- des sous-vêtements
- Chaussettes de marche**
- Foulard / chemise**



- Casquette/Bob/chapeau
- K-way/veste
- Chaussures de marche**
- Tong
- Chaussures confort
- Maillot
- thermiques

Les indispensables du voyage :

- Carte d'identité**
- Gourde (2)**
- Gamelle et couverts**
- Gobelet**
- Lampe de poche
- Canif
- Bâtons de marche**
- médicaments de base (compeed, dafalgan,..)
- (Lunettes de soleil)
- Gsm + chargeur
- Crème solaire
- de l'argent liquide pour d'éventuels achats.
- de quoi filtrer ton eau**
- mouchoirs

Pour un max de confort : (et être en forme pour la marche du matin :))

- un matelas
- une tente (privilégier 2 ou 3 personnes par tente)
- un sac de couchage
- Pijama
- couverture



Pour sentir bon malgré les nombreux kilomètres de marche :

- Savon (solide)
- Shampoing (solide?)
- Dentifrice
- Brosse à dents
- Essuies / gant de toilette

Pour maximiser la place dans ta valise et avoir un sac le plus léger possible, on te conseille de t'organiser avec les autres pionniers pour prendre du matériel style savon, dentifrice, shampoing, crème,... en 1 pour plusieurs personnes.

Les infos en gras sont considérées comme **importantes** à prendre!!



Et pour ta grande valise?

Pour être plus serein sur le poids du bagage porté lors de notre balade, une camionnette nous accompagnera tout au long du camp. On te demande d'apporter ton sac à dos avec toutes tes affaires (sauf celles qui te serviront pour le jour du vol et le 1^{er} jour de marche **dans ton petit sac** → jusqu'au 21 juillet) **le 19 juillet à l'ISM rêves à 18h00**

Tu auras l'occasion pendant la 1^{ere} semaine de croiser régulièrement la camionnette pour changer tes affaires, prendre du propre ...

Pour le retour du camp, même principe! Ta valise rentrera en Ferry avec Indri et Caribou, tu pourras la retrouver à partir du 4 Août à **l'ISM rêves**.

2. Trajets et logements









20 juillet 2023

Le camp débute à **16h45**, heure à laquelle nous t'attendrons à **l'aéroport de Charleroi** afin d'être dans l'avion de **19h15** direction Ajaccio et un camp de folie. On compte sur toi pour respecter l'horaire pour être dans l'avion au moment où il s'envole. (Aéroport signifie enregistrement, embarquement, ... tout ça prend du temps ;))

Arrivé à **21h à Ajaccio**, nous y passerons notre première nuit.

21 juillet 2023

Dès le lendemain matin, nous prendrons un bus direction Vizzanova. Nous entamerons alors directement la première journée de marche en direction du refuge de **Capannelle**.

 Kilomètres : 15,820 km	 Altitude maximale : 1640 m
 Durée : 5 heures 30 min	 Altitude minimale : 920 m
 Dénivelé + : 890 m	DIFFICULTÉ 
 Dénivelé - : 218 m	PAYSAGE 

- ❖ Pour ne pas te perdre durant le GR20, suit toujours les marques rouges et blanches.
- ❖ Tu peux aussi installer les applications komoot ou maps.me



22 juillet 2023

refuge de Capanelle → Refuge de **Prati**

 Kilomètres : 19,940 km	 Altitude maximale : 1840 m
 Durée : 5 heures 50 min	 Altitude minimale : 1289 m
 Dénivelé + : 911 m	DIFFICULTÉ 
 Dénivelé - : 620 m	PAYSAGE 

23 juillet 2023

Refuge de Prati → Refuge **D'Usciolu**

 Kilomètres : 10,840 km	 Altitude maximale : 2041 m
 Durée : 6 heures	 Altitude minimale : 1525 m
 Dénivelé + : 698 m	DIFFICULTÉ 
 Dénivelé - : 770 m	PAYSAGE 

❖ Cette étape du GR20 ne dispose pas de point d'eau, il est conseillé de se munir de 2,5L d'eau par personne pour faire le trajet sans se déshydrater.

24 juillet 2023




Refuge d'Usciou → Refuge **D'asinou**

 Kilomètres : 9,730 km	 Altitude maximale : 2025 m
 Durée : 4 heures 30 min	 Altitude minimale : 1416 m
 Dénivelé + : 625 m	DIFFICULTÉ 
 Dénivelé - : 520 m	PAYSAGE 



25 juillet 2023

Refuge d'Asinau → Refuge de **Pâliri**

 Kilomètres : 14,210 km	 Altitude maximale : 1536 m
 Durée : 6 heures 30 min	 Altitude minimale : 1000 m
 Dénivelé + : 415 m	DIFFICULTÉ 
 Dénivelé - : 890 m	PAYSAGE 

- ❖ Cette étape est la plus fournie en eau, il sera facile de se réapprovisionner
- ❖ Pour la variante des aiguilles de bavella, il est conseillé de laisser ses bâtons de marche de côté et de monter à la main.

26 juillet 2023

Refuge de Pâliri → **Bavella**

 Kilomètres : 12,980 km	 Altitude maximale : 1055 m
 Durée : 5 heures	 Altitude minimale : 252 m
 Dénivelé + : 180 m	DIFFICULTÉ 
 Dénivelé - : 1035 m	PAYSAGE 

Cette dernière étape du GR20 offre des petits endroits de baignade, avoir son maillot à porter de main est vivement recommandé !

3. Camping de Bavella

Pour la deuxième partie du camp, tu pourras enfin déposer tes bagages jusqu'au **2 août** !

Les activités pour cette semaine te seront données à notre arrivée ;)

Départ du camping le 2 août pour un dernier dodo dans l'aéroport d'Ajaccio. L'avion décolle à 10h55 pour **un retour à Charleroi à 12h45**.



4. Recommandations pour le GR20.

- a. Sac de couchage → Style sarcophage confort 5° (ou thermique supplémentaire)
- b. Bâtons de marche télescopiques pour protéger les articulations et économiser la fatigue musculaire.
- c. Avoir 2l d'eau (gourde filtrante)
- d. Se procurer des repas lyophilisés et barres énergisantes (le staff s'occupe des repas mais tu peux prendre des snacks en plus !)
- e. Utiliser une lampe frontale
- f. Emporter un coupe vent
- g. fil à linge pour sécher les vêtements
- h. Embarquer son baume du tigre.
- i. Toujours avoir un repas d'avance dans son sac (possibilité de se procurer un pain, saucisson et fromage dans les refuges)
- j. Prévois des vêtements de pluie (pantalon, K-Way, sur-sac et imperméabilises tes chaussures de marche) pour rester le plus au sec possible !
- k. Pour ta tente, on te conseille de prendre une tente légère pour minimum 2 personnes. (par exemple : <https://www.decathlon.be/fr/p/tente-de-camping-mh100-2-places-fresh-black/> /R-p-313100?mc=8576112&c=MARRON BEIGE **ou** <https://www.decathlon.be/fr/p/tente-de-camping-mh100-2-places/ /R-p-303295?mc=8513471&c=GRIS>) + possibilité de louer des tente trekking chez décathlon.

pour plus d'info et préparation :

<https://objectif-gr20.fr/equipement-gr20/que-faut-il-mettre-dans-son-sac-a-dos-pour-le-gr20-liste-du-materiel/>

5. Une journée type sur le GR20

- ❖ 06h30 réveil - petit déjeuner et rangement des affaires
- ❖ 07h00 départ pour le prochain refuge
- ❖ 12h00 : pause midi
- ❖ arrivé au refuge : temps libre
- ❖ souper
- ❖ dodo



6. Carte IGN des étapes:

Vizzanovna - capannelle



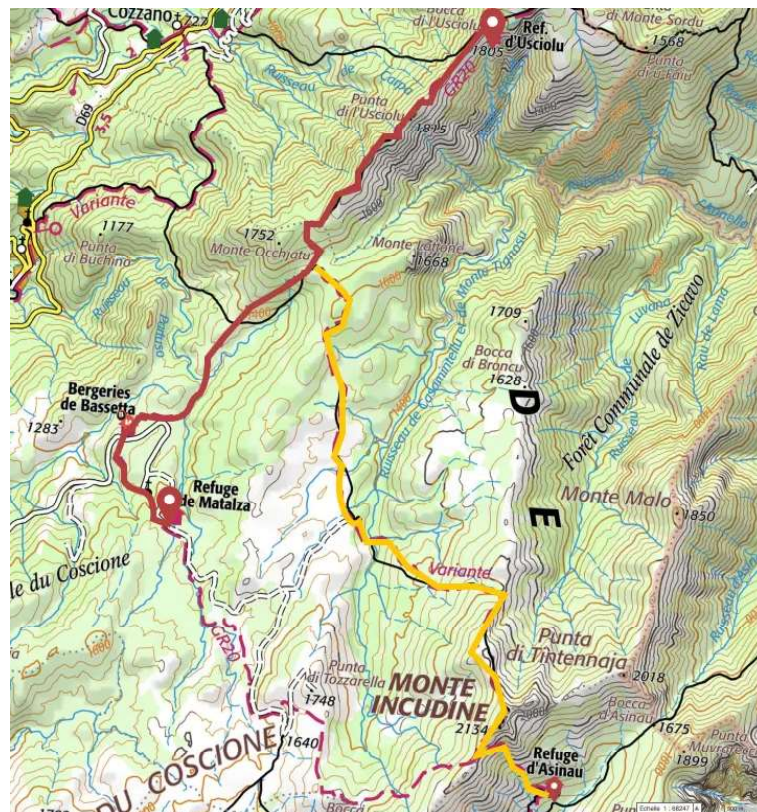
Capannelle - Prati



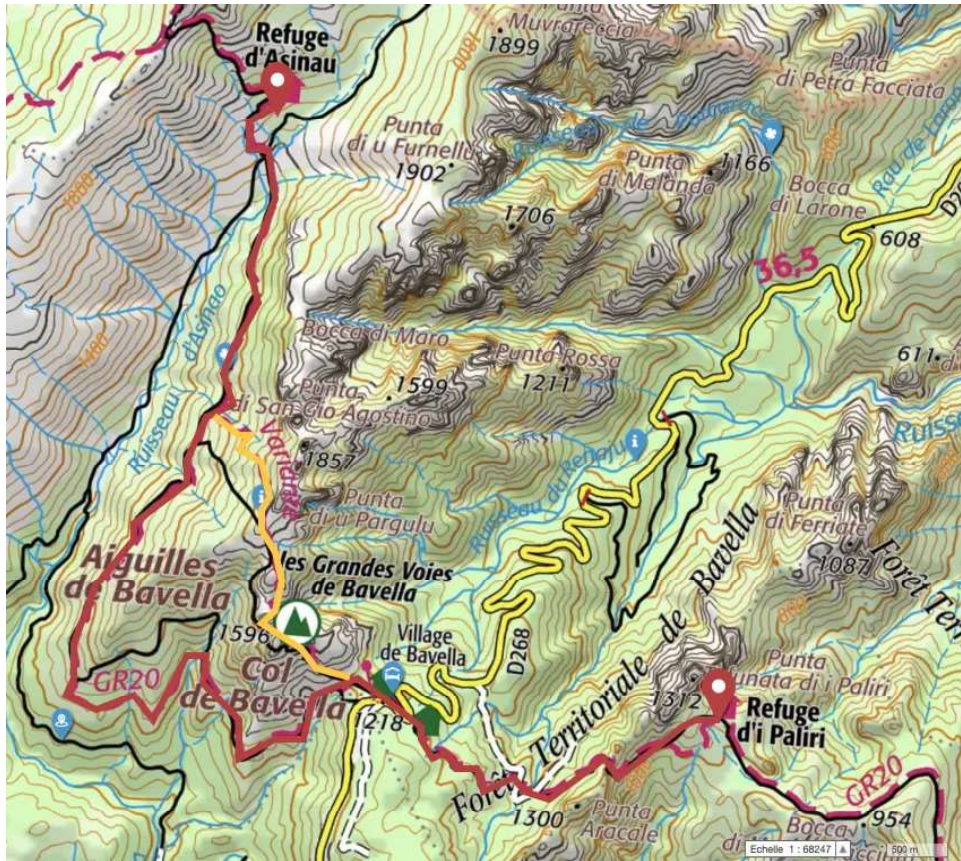
Prati - Usciolu



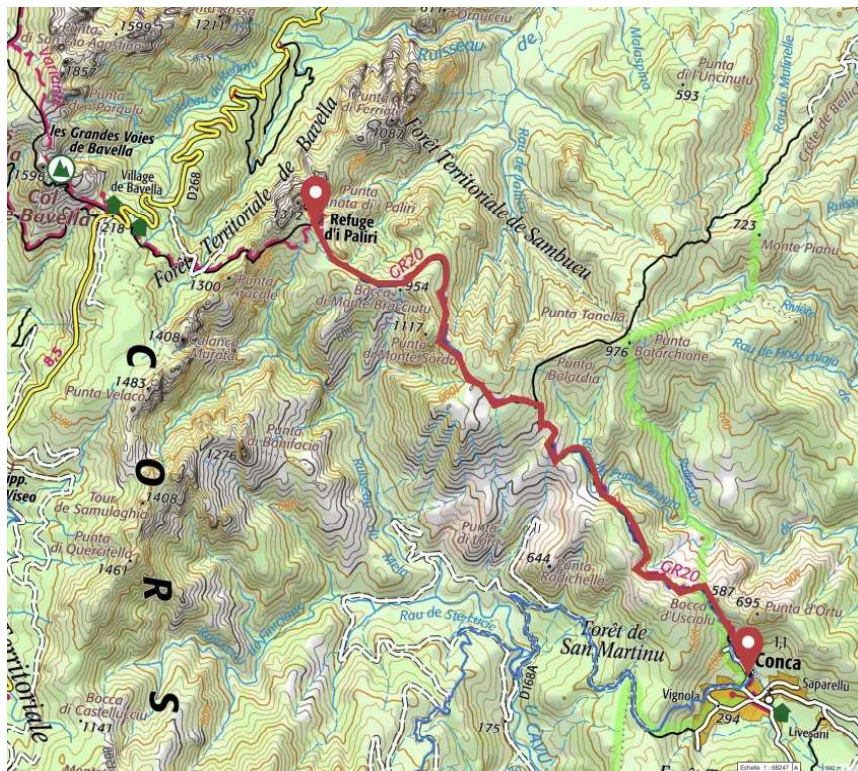
Usciolu - Asinau



Asinau - paliri



Paliri - Bavella



A très vite au camp !
Bise, le staff pio



Comment nous contacter?

- ❖ Numéro d'urgence : 0478/038.347 (Orignal)
- ❖ Pour nous suivre lors de ce voyage : nous vous ajouterons à une discussion Whatsapp ou vous pourrez recevoir des infos, photos et quelques nouvelles :)
- ❖ Et les pios ? : ils auront bien évidemment accès à leur téléphone, cependant nous comptons sur eux pour profiter de ce moment pour se déconnecter un maximum !

Nous tenterons de vous faire parvenir des nouvelles le plus régulièrement possible, tenez cependant compte que nous n'aurons pas toujours un réseau de qualité, et qu'une batterie de téléphone se décharge et à besoin d'électricité:) nous ferons donc notre maximum!



