



GR-20 Córcega

Resumen del Trekk

Lugar	Etapas	Km.	Des. ↑	Des. ↓	Nivel	
Francia	15	175	11.320	11.377	Alta	→

El **GR 20**, ubicado en la isla francesa de **Córcega**, es un sendero de gran recorrido que cruza la isla de noroeste a sureste en un durísimo GR de montaña con una longitud de unos 180 kilómetros y más de 22.000 metros de desnivel acumulado.

Une los pueblos de **Calenzana**, al Noroeste, con el pueblo de **Conca**, al sureste, y transcurre en su totalidad dentro del Parque Natural Regional de Córcega.

El **GR-20** se creó en la década de los 70, con la idea de crear un camino que avanzara por la línea divisoria de las cuencas hidrográficas oriental y occidental de la isla. Pero hasta la creación del **Parque Natural de Córcega** el año 1972 no se le dio el impulso definitivo con la señalización y acondicionamiento de los refugios.

Está considerado uno de los GR más bonitos de Europa y también uno de los más duros de todo el continente. Buena parte de los senderistas abandonan en las primeras etapas lo que pone en evidencia la gran exigencia física y mental de este recorrido. Tener en cuenta que tiene unos 180 Km. de longitud, con un desnivel acumulado de 22.000 metros, a esto añadirle algunos pasos y etapas aéreas con bastante dificultad y aderezarlo con un calor sofocante si lo hacéis durante los meses de verano.

Esta ruta se puede realizar en aproximadamente entre 10 y 15 etapas y en cualquiera de los dos sentidos de la marcha, pero hay que tener en cuenta que los tramos más duros de montaña los encontramos en la mitad norte.

Las guías francesas proponen la ruta en sentido de norte a sur en 15 días. La única guía escrita en español, la realiza en sentido inverso y en tan solo 10 etapas.

Nosotros decidimos hacerlo a "la francesa", es decir de Norte a Sur y en 15 etapas. Creemos que fue un gran acierto puesto que de otra manera estamos convencidos de que no hubieras podido acabarlo entero y en algún momento hubiéramos "muerto" en el intento.

Mención aparte merecen los refugios corsos: mal equipado, bastante sucios, sin mantas, y en general muy descuidados. La comida dentro de la media del resto de servicios, mala y escasa.

Podéis encontrar más información sobre los refugios **del GR-20** en la página web de Parque Natural: <http://www.parc-corse.org/> (Podéis realizar las reservas en esta misma web).



1. Calenzana - Refugio de Ortu di u Piobbu

Distancia: 12 Km. | Desnivel: \uparrow 1360 m. - \downarrow 60 m. | Tiempo: 05:00



Salimos de Calenzana desde la Fuente de Sant'Antone situada en la parte alta de la población a 275 metros de altitud. Desde aquí ya vemos las marcas rojas y blancas que marcan el GR-20.

Empezamos a subir por un sendero que va ganando altura y desde donde empezamos a tener unas espléndidas vistas sobre el valle de Calenzana.

A los 45 minutos llegamos a la Fuente d'Ortiventí situada a 550 metros de altura y tras 1,50 kilómetros de caminata. Esta fuente es el único punto de la etapa de hoy donde vamos a encontrar agua, así que es el momento de avituallarse. Pocos metros más adelante llegamos a un desvío: el desvío de la derecha nos conduce a Bonifatu en unas 4 horas, nosotros tomaremos el sendero de la izquierda.

Tras ascender unos pocos metros más el sendero comienza a planear en la Loma de la montaña. Llegamos al Promontoire d'Arghjova (5 km, 2 h, 875 m) con maravillosas vistas sobre la bahía de Calvi.

Tras una ascensión en dirección Norte llegamos al primero de los dos collados: Bocca à u Saltu (7,10 km, 3 h, 1250 m). A partir de aquí el camino se complica en gran medida, ya que lo que tenemos por delante hasta el segundo collado es una grimpada a través de unas paredes de piedra. No tiene peligro alguno pero el desnivel es considerable y en algunos pasos deberemos ayudarnos con las manos.

Llegamos a este segundo collado: Bocca à u Bazzichellu (9,50 km, 4:15 h, 1475 m). El esfuerzo a merecido la pena ya que las vistas son espléndidas sobre toda la costa norte de Córcega desde Calvi hasta el Monte Stello. A partir de aquí un sube-baja en dirección Este nos llevará al refugio d'Orto di u Piobbu (12 km, 5 h, 1520 m).

En general la etapa no presenta ninguna dificultad y se puede realizar tranquilamente entre 5 y 6 horas sin contar los descansos pero hay que tener en cuenta el fuerte desnivel de más de 1300 metros.

Si no habéis tenido suficiente con la caminata de hoy desde el refugio de Orto di u Piobbu podéis acceder al Monte Corona. Hay que tomar dirección Nord-Este hasta Bocca di Tratagine (1852 m). Desde aquí se remonta hacia la derecha por la cresta hasta el Monte Corona (2144 m).

A lo largo de todo el GR-20 encontraréis "salidas" del recorrido que os permitirán acceder a poblaciones cercanas con todo tipo de servicios. Desde refugio d'Orto di u Piobbu podemos descender hasta Bonifatu situado a 540 metros de altitud y tras 2 horas de caminata. Una posibilidad que nos ofrece esa variante es desde Bonifatu acceder al Refugio de Carrazzu con lo que podremos saltarnos la siguiente etapa del GR-20 que es una de las más duras de todo el recorrido.

Perfil de la etapa: Calenzana (230 m) - Fuente d'Ortiventí (1,50 km, 45 min, 550 m) - Promontoire d'Arghjova (5 km, 2 h, 875 m) - Bocca à u Saltu (7,10 km, 3 h, 1250 m) - Bocca à u Bazzichellu (9,50 km, 4:15 h, 1475 m) - Refuge d'Orto di u Piobbu (12 km, 5 h, 1520 m).

Perfil Etapa: Calenzana - Refugio de Ortu di u Piobbu**2. Refugio de Orto di u Piobbu - Refugio de Carrozzu**

Distancia: 9 Km. | Desnivel: 780 m. - 917 m. | Tiempo: 05:30



Salimos del Refugio Ortu di u Piobbu situado a 1520 metros de altitud en dirección Sud-Oeste. El camino asciende rápidamente hasta los 1627 metros de altitud punto a partir del cual comenzamos a descender hacia la Bergerie de Mandriaccia situada a 1460 metros de altitud y a la cual llegaremos tras 1 hora de caminata y 1,30 kilómetros. Este es el único punto de agua en toda la jornada.

A partir de este punto comenzamos un duro ascenso hacia Bocca di Pisciaghja por un sendero repleto de inmensas rocas que deberemos ir sorteando. Llegamos a Bocca di Pisciaghja tras 2:15h de caminata y 2,80 kilómetros. Estamos situados a 1950 metros de altitud. El camino sigue ascendiendo para situarnos en 15 minutos en la cota máxima de la etapa (2020 m).

A partir de este punto la dureza del camino se incrementa, a pesar de estar en la cota máxima de la etapa. Por delante nos quedan tres collados en un continuo sube-baja que acabaran con nuestras piernas y nuestra paciencia.



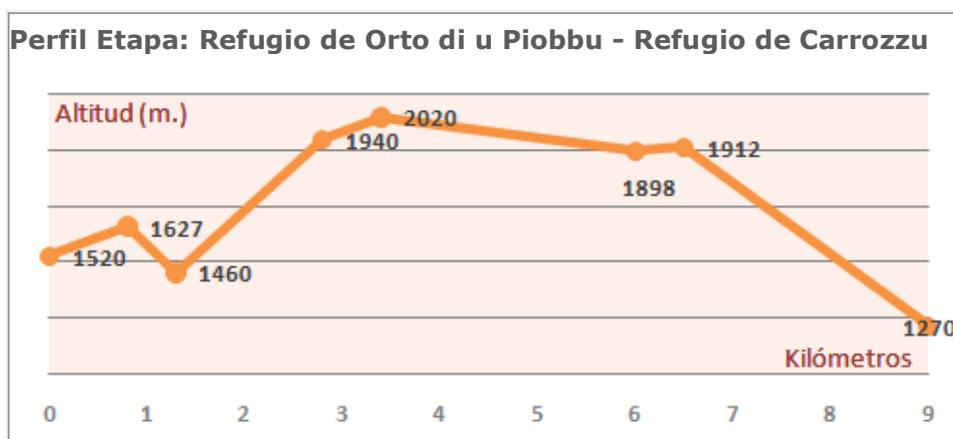
En primer lugar pasamos a la vertiente Sur del Capu Ladruncellu por una inmensa pedrera. A continuación una sucesión de pequeños collados al final de los cuales llegaremos a Bocca D'Avartoli, situado a 1898 metros de altitud, tras 6 kilómetros y unas 3:45 horas de caminata. Ahora el sendero nos cruza a la vertiente Este y entra en el Circo de Landruncellu para finalmente situarnos en Bocca di l'Innominata a 1912 metros de altitud, 6,50 kilómetros y 4:15 horas de caminata.

Ahora nos queda una fuerte bajada hacia el Refugio de Carozzu por un camino nada fácil de transitar: grandes bloques de piedra junto con tierra y piedras sueltas. En resumen, una de esas bajadas que parecen no acabar nunca. Llegaremos al Refugio de Carozzu, situado a 1270 m, tras 9 kilómetros y 5:30 horas de caminata.

Creemos que esta etapa es una de las más duras de todo el recorrido. Aunque tanto la distancia total como los desniveles acumulados no son muy grandes, el continuo sube-baja junto con la difícil y larga bajada al Refugio de Carozzu la convierten en una dura jornada de trek.

Desde el Refugio de Carozzu tenemos una de las salidas que nos permiten abandonar el GR-20. Se trata de un sendero que nos llevará a Bonifatu (540 m) tras 2 horas de caminata.

Perfil de la etapa: Ortu di u Piobbu (1520 m) - Cota 1627 (0,80 km, 30 min, 1627 m) - Bergerie de Mandriaccia (1,30 km, 1 h, 1460 m) - Bocca di Piscighja (2,80 km, 2:15 h, 1940 m) - Cota máxima (3,40 km, 2:30 h, 2020 m) - Bocca D'Avartoli (6 km, 3:45 h, 1898 m) - Bocca di l'Innominata (6,50 km, 4:20 h, 1912 m) - Refugio de Carozzu (9 km, 5:30 h, 1270 m).





3. Refugio de Carrozzu - Ascu Stagnu

Distancia: 10 Km. | Desnivel: ↑800 m. - ↓650 m. | Tiempo: 04:30



Desde el Refugio de Carrozzu (1270 m) tomamos el sendero en dirección Sud-Oeste que desciende ligeramente hasta la pasarela suspendida de Spasimata situada a 1220 metros de altitud y tras 15 minutos y 0,56 kilómetros de caminata. Tras pasar este puente colgante, empezamos a ascender por un sendero que por el margen derecho del río empieza a ganar altura a gran velocidad.

El sendero poco a poco se va complicando y en algunos pasos nos encontramos cadenas para facilitarnos el avance. La pendiente es muy pronunciada y la ascensión se va haciendo cada vez más dura. A los 1464 metros de altitud el sendero gira dirección Sud-Este hacia un circo de origen glaciar. El sendero sigue zigzagueando con fuerte pendiente y difícil avance hasta que llegamos al Lago de la Muvrella. Un pequeño estanque de agua no apta para el consumo situado a 1885 metros de altitud, 5,50 kilómetros y 2:15 horas de caminata. Desde este punto vale la pena admirar el paisaje a nuestra espalda con estupendas vistas sobre la costa norte de Córcega y sobre la Bahía de Calvi.

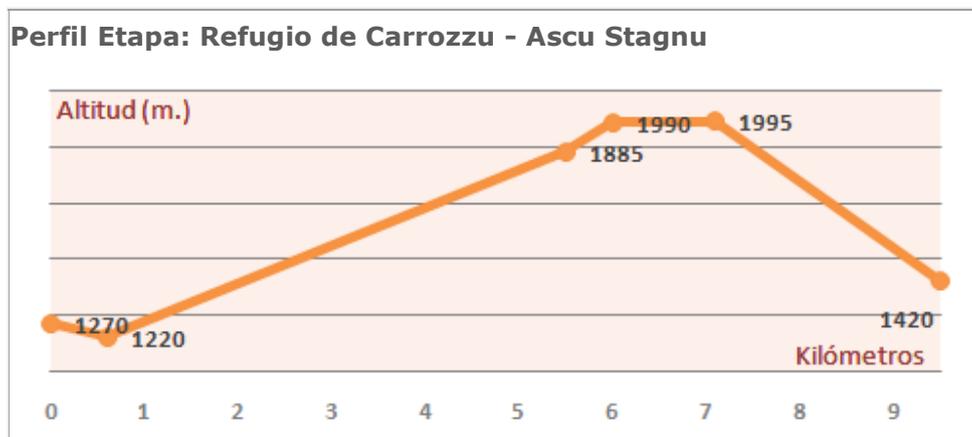
Desde el Lago de la Muvrella nos queda un corto pero duro ascenso hasta Bocca di Muvrella. Tras esta breve pero dura grimpada llegamos Bocca di Muvrella situada a 1990 metros de altitud, 6 kilómetros y 2:30 horas de caminata. Estamos situados sobre la arista Oeste del Macizo de La Muvrella.

El camino vira a nuestra derecha para comenzar a descender ligeramente unos 50 metros. A partir de aquí vuelve a ascender hasta Bocca di Stagnu a 1995m (3 h y 7,10 km). Desde este punto ya podemos divisar nuestro destino de la etapa de hoy en el fondo del valle. La bajada es dura con una fuerte pendiente y nos llevará hasta la Estación de Esquí de Haut-Asco tras 575 metros de desnivel. La estación está situada a 1420 metros de altitud (4:30 horas y 9,50 kilómetros de caminata).

Si aún tenéis ganas de más podéis ascender hasta el Monte Cintu de 2706 metros de altitud, el punto más alto de toda la isla de Córcega. El sendero comienza justo en el parking situado frente al Hotel Le Chalet. Para esta ascensión contar unas 8 horas entre la ida y la vuelta.

En la etapa de hoy, si queréis descansar de los fabulosos refugios corsos y de su exquisita comida podéis alojaros en el Hotel Le Chalet. Las habitaciones no son ninguna maravilla pero la comida no está nada mal y nos permitirán descansar por una noche de la incomodidad de los refugios.

Perfil de la etapa: Refugio de Carozzu (1270 m) - Pasarela suspendida de Spasimata (0.56 km, 15 min, 1220 m) - Lago de la Muvrella (5,50 km, 2:15 h, 1885 m) - Bocca di Muvrella (6 km, 2:30 h, 1990 m) - Bocca di Stagnu (7,10 km, 3 h, 1995 m) - Estación de Esquí de Haut-Asco (9,50 km, 4:30 h, 1420 m).



4. Ascu Stagnu - Refugio de Tighjetu

Distancia: 7 Km. | Desnivel: ↑1050 m. - ↓800 m. | Tiempo: 05:00





Salimos de la estación de esquí Ascu Stagnu en dirección Sud-Oeste siguiendo el riachuelo de Stranciacone por su margen izquierdo. A la hora de caminata llegamos al Collado de Stranciacone situado a 1700 metros de altitud y tras 2,30 kilómetros. Seguimos ascendiendo hasta la base del circo de Lavu d'Altore (1930 m, 3,70 km, 1:30 h). Nos queda una última subida de poco más de 250 metros antes de alcanzar Bocca Tumasginesca, situada a 2183 metros de altitud y tras 4,50 kilómetros y 2 horas de caminata.

Las vistas desde este collado son simplemente impresionantes. A nuestros pies el Circo de la Solitude o E Cascettoni uno de los lugares míticos del GR-20 de Córcega. Lo que queda por delante puede impresionar incluso a los montañeros más expertos aunque no presenta ninguna dificultad técnica, solamente fuertes grimpadas y pequeñas escaladas y algunos pasos más dificultosos donde se han instalado cadenas y alguna escalera que nos ayudarán a pasar estos tramos.

Cuando llegamos a la Bocca Tumasginesca el primer pensamiento que nos viene a la cabeza es por dónde saldremos del Circo de la Solitude. No miréis hacia abajo, la salida está en frente de nosotros en el collado vecino de Bocca Minuta, en línea recta a poco más de 600 metros, pero para alcanzarlo antes deberemos bajar al fondo del circo para después volver a ascender, tarea que nos llevará casi dos horas más.

Así que después de contemplar el maravilloso espectáculo nos decidimos a afrontar, sin duda alguna el tramo más complicado de todo el GR-20. Bajaremos hasta el fondo del circo situado a 1980 metros, tras 2:45 horas y 5 kilómetros de caminata.

Desde este punto empezamos a remontar dirección Sud-Oeste hasta la Bocca Minuta (3:45 h, 2218 m, 5,45 km).

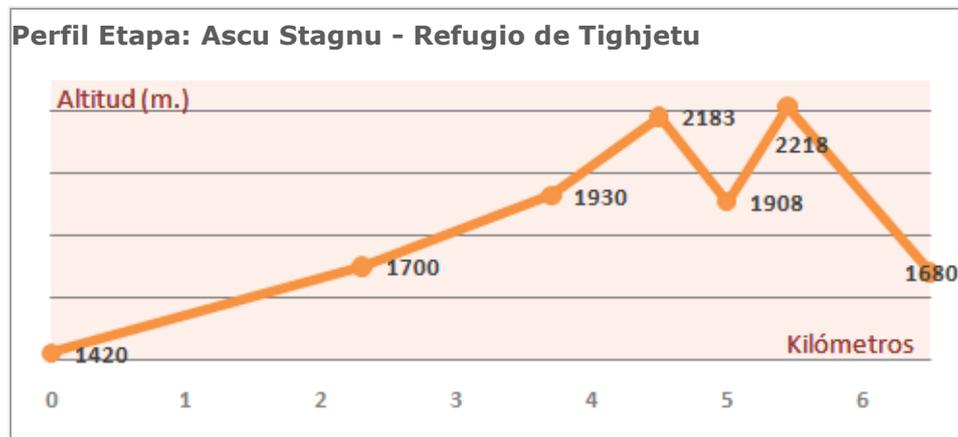
Lo peor ya ha pasado y ahora solo resta un descenso por un sendero mucha más cómodo y agradable hasta el Refugio de Tighjettu a 1680 metros de altitud y tras 5 horas y 6,50 kilómetros de caminata.

A poco más de un kilómetro se encuentra la Bergeries d'u Vallone (1440 metros de altitud) donde también ofrecen alojamiento en tiendas de campaña y cenas. Una opción a tener en cuenta si deseamos huir del bullicio de los refugios.

Al igual que en la etapa anterior, desde Refugio de Tighjettu se puede ascender al Monte Cintu en unas 7 horas (ida y vuelta).

También encontramos una salida al pueblo de Calasima desde Refugio de Tighjettu se ha de seguir el GR-20 hasta la Bergeries d'u Vallone a 1440 metros de altitud. En este punto dejamos el GR por la derecha para tomar una pista que nos llevará hasta Calasima. Este pequeño pueblo situado a 1100 metros de altitud es el más alto de todo Córcega.

Perfil de la etapa: Estación de esquí Ascu Stagnu (1420 m) - Bocca de Stranciacone (2,30 km, 1 h, 1700 m) - Lago d'Altore (3,70 km, 1:30 h, 1930 m) - Bocca Tumasginesca (4,50 km, 2 h, 2183 m) - Circ de la solitude (5 km, 2:45 h, 1980 m) - Bocca Minuta (5,45 km, 3:45 h, 2218 m) - Refugio de Tighjettu (6,50 km, 5 h, 1680 m).



5. Refugio de Tighjetu - Castel de Vergio

Distancia: 13 Km. | Desnivel: \uparrow 650 m. - \downarrow 750 m. | Tiempo: 06:00



Después de la dura y abrupta etapa de ayer, hoy el sendero se suaviza y las montañas muestran una cara más amable. La etapa de hoy transcurre por senderos entre bosques, cerca de ríos y sin grandes desniveles a cubrir.

Desde el Refugio de Tighjettu se ha de seguir el GR-20 en sentido Sur hasta la Bergeries d'u Vallone a 1440 metros de altitud (1,10 km y 35 minutos de caminata). Desde aquí parte una pista que se dirige al pueblo de Calasima. Nosotros dejamos la Bergerie a nuestra izquierda y seguimos por el margen derecho del río Viru descendiendo muy ligeramente por un bosque

Tras 1:45 h y 3,30 km de caminata y a 1400 metros de altitud llegamos a la base de un riachuelo. En este punto empezaremos nuestra ascensión hasta Bocca di Fuciale.

Tras 3 horas desde nuestro punto de partida y 4,75 kilómetros llegamos a Bocca di Fuciale situado a 1960 metros de altitud. El Refugio Ciottulu à i Mori se encuentra a tan sólo 30 minutos más en sentido Nord-Oeste (3:30 h, 1990 m, 5,60 km). Desde el refugio tenemos unas gratas vistas sobre todo el valle del Río Golu que nace un poco más abajo del refugio y que recorre 75 kilómetros antes de llegar al mar en la costa Este de la isla de Córcega. El Río Golu es el más largo de toda la isla.

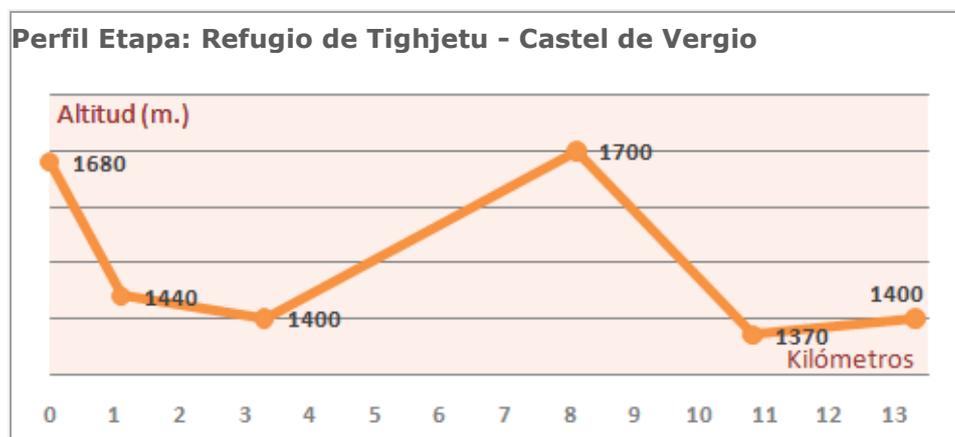
Detrás del refugio tenemos los picos de Paglia Orba y Tafunata a los cuales se puede ascender en 4 y 3 horas respectivamente.

Después de contemplar las vistas tomamos dirección Sud-Oeste por un sendero que empieza a descender hacia el fondo del valle. Tras 8,10 km y 4:15 h llegamos al Río Golu a 1700 metros de altitud muy cerca de las ruinas de la Bergerie de Tula. Desde aquí descenderemos por el margen derecho del río hasta incorporáramos a un viejo sendero de trashumancia.

En el Plano de la Cruz pasamos al margen izquierdo del río Golu y llegados a una bifurcación con el sendero Mare a Mare Nord. Giramos sobre nuestra derecha para volver a cruzar el río ya para dirigirnos, tras un pequeño ascenso, a Les Bergeries D'E Radule (1370 m, 10,80 km, 5 h).

A partir de este punto el sendero penetra en el bosque y en cota desemboca en la Estación de Esquí de Castel de Vergio tras 6 horas y 13,30 kilómetros de caminata a 1400 metros de altitud.

Perfil de la etapa: Refugio de Tighjettu (1680 m) - Bergeries d'u Vallone (1,10 km, 35 min, 1440 m) - Riachuelo (3,30 km, 1:45 h, 1400 m) - Río Golu (8,10 km, 4:15 h, 1700 m) - Les Bergeries d'E Radule (10,80 km, 5 h, 1370 m) - Castel de Vergio (13,30 km, 6 h, 1400 m).





6. Castel de Vergio - Refugio de Manganu

Distancia: 17 Km. | Desnivel: 530 m. - 350 m. | Tiempo: 04:30



Desde Castel de Vergio seguimos la carretera unos 50 metros hasta un cartel indicador donde debemos girar a nuestra derecha para adentrándonos en el bosque por un sendero que planea hasta un desvío situado a 1370 metros de altitud y tras 1 hora y 3,90 kilómetros de caminata.

Desde este punto comenzamos a ascender hacia Bocca San Petru situado a 1450 metros de altitud, al que llegaremos tras 1:10 h y 4,50 km.

Desde Bocca San Petru tomamos dirección Sud-Oeste siguiendo un antiguo camino de trashumancia que sobre la cresta de la Serra San Tumasgiu se dirige a Bocca a Reta. Llegaremos a este collado situado a 1883 metros de altitud y tras 2:30 h y 8,90 km.

Desde aquí comenzamos a descender suavemente. A los pocos minutos ya comenzamos a ver la impresionante vista sobre el Lago de Nino (lago de origen glaciar con una profundidad máxima de 11 metros y que permanece helado entre 5 y 6 meses al año). Descendemos hasta la orilla del Lavu di Ninu o Lac de Nino situado a 1760 metros (3 h y 10,50 km).

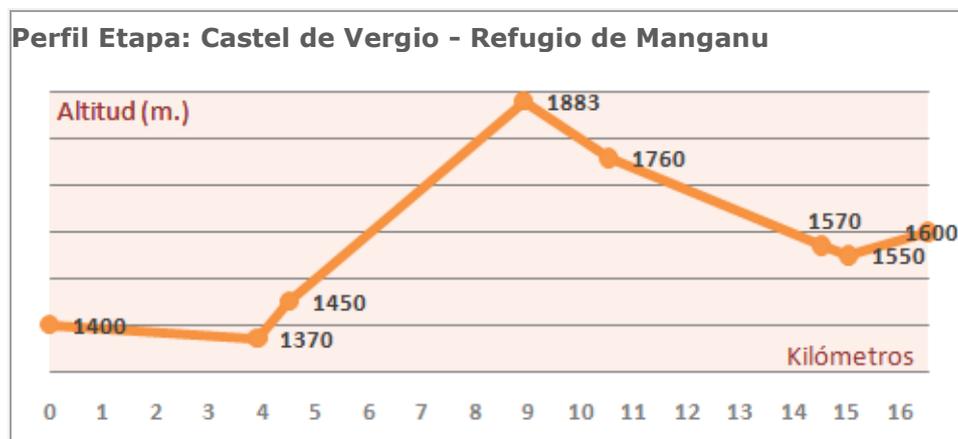
Comenzamos a descender por el margen derecho del Río Tavignanu hasta llegar a Les Bergeries de Vaccaghja a 1570 m tras 4 h y 14,50 km. Desde este punto ya podemos divisar nuestro destino. Justo después de la explanada que se abre frente a nosotros y tras un pequeño montículo podemos ver el Refugio de Manganu.

Descendemos hasta el Plano de Camputile (15 km, 4:15 h, 1550 m) y después de una pequeña remontada llegamos al Refugio de Manganu (16,50 km, 4:30 h, 1600 m).

Dos excursiones interesantes tienen como punto de partida el Refugio de Manganu. La primera La Ruta de los Lagos (5 h) y el Lago Crenu (4 h).

Desde el Refugio Manganu tenemos dos salidas del GR-20. La primera desde Bergeries de Vaccaghja a Corte pasando por la Bergeries de Tramizzole (1427 m) y el Refugio de Sega (1166 m) llegaremos a Corte situado a 400 metros de altitud tras unas 6 horas de caminata. La segunda salida desde el mismo refugio hasta Soccia situado a 750 metros de altitud y tras 2 horas de caminata.

Perfil de la etapa: Castel de Vergio (1400 m) - Desvío (3,90 km, 1 h, 1370 m) - Bocca San Petru (4,50 km, 1:10 h, 1450 m) - Bocca a Reta (8,90 km, 2:30 h, 1883 m) - Lago de Nino (10,50 km, 3 h, 1760 m) - Bergeries de Vaccaghja (14,50 km, 4 h, 1570 m) - Plano de Camputile (15 km, 4:15 h, 1550 m) - Refugio de Manganu (16,50 km, 4:30 h, 1600 m).



7. Refugio de Manganu - Refugio de Pietra Piana

Distancia: 8 Km. | Desnivel: ↑800 m. - ↓600 m. | Tiempo: 04:30



Desde el Refugio de Manganu cruzamos el riachuelo y comenzamos a ascender dirección Sud-Este. Nos dirigimos a Bocca à e Porte (o brecha de Capitellu) a una altitud de 2250 metros y a la que llegaremos tras 3 kilómetros y 1:45 horas de dura ascensión.

Desde Bocca à e Porte el terreno se transforma. El sendero mucho más escarpado entra en una zona mucho más rocosa. Por la línea de la cresta nos dirigimos hacia una brecha situada al sur del Lago de Capitellu. 15 minutos de fuerte descenso y llegaremos a este pequeño colado (3,50 km, 2 h, 2000 m). Desde aquí sale un sendero que en fuerte descenso hacia el Norte y en poco menos de 30 minutos nos llevará al Lago de Capitellu.

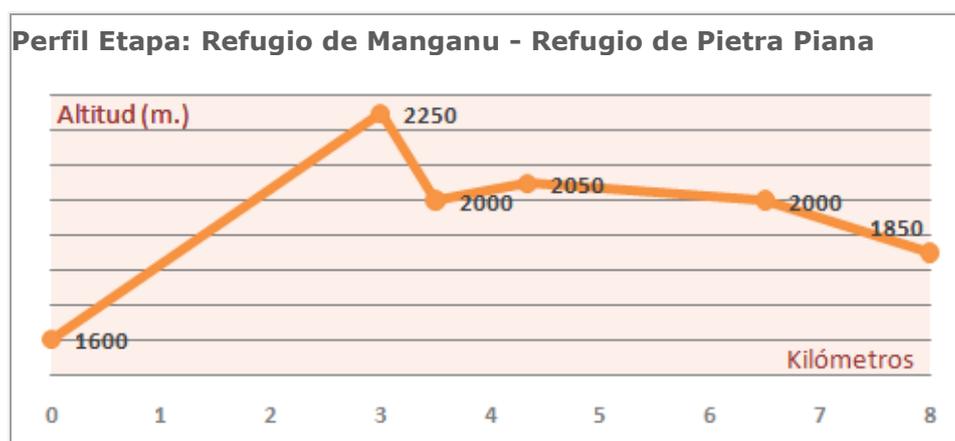
Seguimos por la cresta sobre la vertiente Sur hasta Bocca à a Soglia (4,34 km, 2:45 h, 2050 m). Desde aquí nos dirigimos hacia Bocca Muzzella, primero en cota sobre la vertiente Norte de la cresta y con vistas sobre el Lago de Melu y después ya en fuerte ascenso, pasando por Bocca Rinsa (2150m), hacia Bocca Muzzella (6,50 km, 3:30 h, 2000 m).

Sobre la vertiente Sur de Bocca Muzzella el sendero desciende hacia el Sud-Este. A los 2050 metros de altitud volvemos a cruzar una vez más la cresta y ya en la vertiente Este descendemos rápidamente hacia el Refugio de Petra Piana (8 km, 1850 m, 4:30 h).

Desde el Refugio de Petra Piana podemos ascender al Monte Ritondu situado a 2625 metros de altitud en unas 4 horas (ida y vuelta).

También encontramos una salida desde este refugio que nos permitirá abandonar el GR-20. Dirección Sud-Oeste y tras pasar por Bocca di Manganellu (1800 m) podemos llegar al pueblo de Guagnu situado a 700 metros de altitud tras unas 3 horas de caminata.

Perfil de la etapa: Refugio de Manganu (1600 m) - Bocca à e Porte (3 km, 1:45 h, 2250 m) - Brecha (3,50 km, 2 h, 2000 m) - Bocca à a Soglia (4,34 km, 2:45 h, 2050 m) - Bocca Muzzella (6,50 km, 3:30 h, 2000 m) - Petra Piana (8 km, 4:30 h, 1850 m).





8. Refugio Pietra Piana - Refugio de L´Onda

Distancia: 9 Km. | Desnivel: 500 m. - 900 m. | Tiempo: 03:45



Esta etapa se puede tomar como un pequeño descanso justo a la mitad de este duro trek. Aunque tenemos por delante 900 metros de bajada, se realizan por un agradable sendero sin fuerte pendiente y por un bosque de pinos sobre el margen derecho del río Manganelu con bellos rincones aptos para el baño.

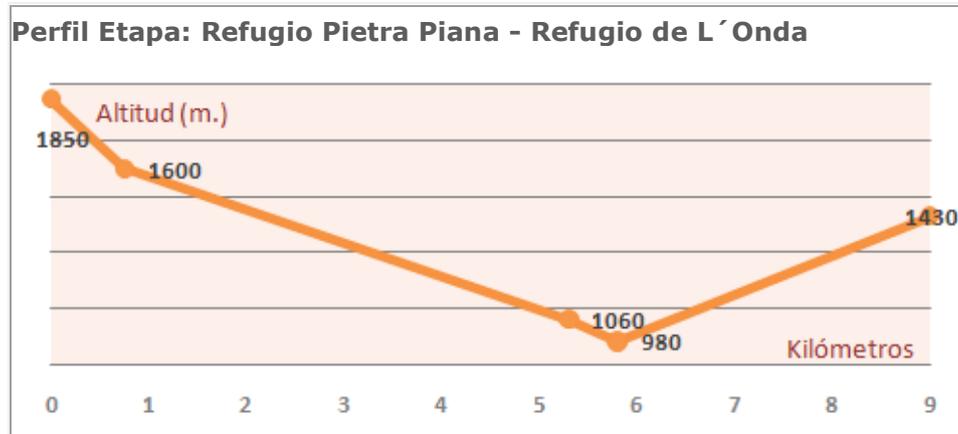
Desde el Refugio Pietra Piana comenzamos a descender hasta Les Bergerie de Ghjalgu (0,75 km, 30 min, 1600 m). Después de esta Bergerie el camino sigue descendiendo paralelo al río Manganelu por su margen derecho.

Seguimos descendiendo sin perder de vista el río a través de un bosque de pinos hasta Les Bergeries Tolla (5,30 km, 2:15 h, 1060 m). Continuamos hasta la Pasarella de Tolla a la que llegaremos tras 15 minutos más (5,80 km, 2:30 h, 980 m).

A partir de este punto comenzamos a ascender hacia el Oeste siguiendo el margen del río Gruttaccia. Llegaremos al Refugio de L'Onda situado a 1430 metros de altitud tras 9 kilómetros y 3;45 horas de caminata.

Existe una variante por las crestas más corta que la descrita anteriormente. Esta variante nos llevará en unas tres horas hasta Refugio de L'Onda a través de Bocca di Mangnellu (1800 m), Punta Murace (1921 m), Punta di i Pinzi Curbini (2021 m), Bocca a Meta (1890 m), Serra di Tenda (1957 m), Bocca d'Oreccia (1427 m) y finalmente al Refugio de L'Onda (1430 m).

Perfil de la etapa: Refugio Pietra Piana (1850 m) - Bergerie de Ghjalgu (0,75 km, 30 min, 1600 m) - Les Bergeries Tolla (5,30 km, 2:15 h, 1060 m) - Pasarella de Tolla (5,80 km, 2:30 h, 980 m) - Refugio de L'Onda (9 km, 3;45 h, 1430 m).



9. Refugio de L´Onda - Vizzavona

Distancia: 10 Km. | Desnivel: ↑750 m. - ↓1300 m. | Tiempo: 04:30



El GR-20 deja el refugio de L'Onda ascendiendo hacia el Oeste dirigiéndose por una dura subida hasta Punta Muratellu (2,10 km, 1:30 h, 2140 m).

Desde Punta Muratellu pasamos a la vertiente Sur y comenzamos a descender. A los 2020 metros de altitud nos encontramos con el cruce que nos permitirá ascender al Monte d'Oru (2389 m) y acabar en Vizzavona en aproximadamente unas 4 horas de marcha. Si no realizamos esta alternativa seguiremos descendiendo por el GR-20 a través del Valle de L'Agnone dirigiendonos a la Pasarela de Turtettu (4,50 km, 3 h, 1410 m) donde nos espera una pequeña cascada y una zona apta para el baño para los más atrevidos.

Desde Pasarela de Turtettu una sucesión de cascada y pozas, denominadas cascadas des Anglais (1150 m), salpican nuestro camino antes de adentramos en el bosque tras cruzar una última pasarela donde encontramos un pequeño restaurante (6,20 km, 3:45 h 1150 m).

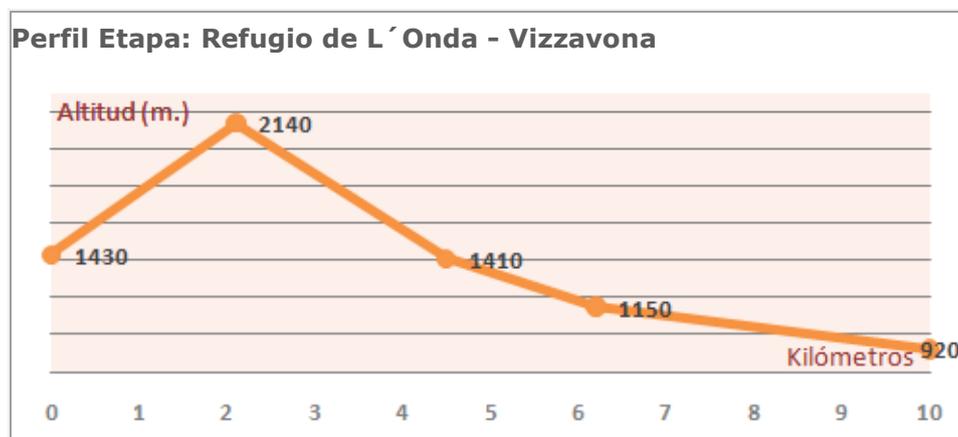


Desde este restaurante sale a mano derecha la variante Foce di Vizzavona que nos llevará hasta Bocca Palmente en menos de 30 minutos y que nos permitirá saltarnos el pequeño pueblo de vizzavona.

Nosotros seguimos descendiendo por el margen izquierdo del río en dirección Nord-Este hasta una pista forestal que nos llevará hasta el pueblo de Le Gare de Vizzavona (10 km, 4:30 h, 920 m).

En este pueblecito encontramos una pequeña tienda (en el restaurante de La Gare), algunos bares, varios refugios y algún hotel. Si queréis descansar por un día de los refugios corsos y tomar fuerzas después de la "inolvidable" experiencia del Refugio de L'Onda nosotros os recomendamos un hotelito llamado **Casa Alta** (<http://www.casa-alta.fr> - Teléfono: 0495472109) situado a las afueras del pueblo (apenas 500 metros de la estación) pero donde la tranquilidad y el trato son excelentes en contraposición al trato recibido por el guardián de último refugio.

Perfil de la etapa: Refugio de L'Onda (1430 m) - Punta Muratellu (2,10 km, 1:30 h, 2140 m) - Pasarela de Turtettu (4,50 km, 3 h, 1410 m) - Padarela y restaurante (6,20 km, 3:45 h 1150 m) - Gare de Vizzavona (10 km, 4:30 h, 920 m).





10. Vizzavona - Refugio de Campanelle

Distancia: 13 Km. | Desnivel: \uparrow 900 m. - \downarrow 600 m. | Tiempo: 04:15



Desde la estación de Vizzavona tomamos la carretera hacia la derecha en dirección Sur hasta volver a ver las marcas rojas y blancas. Sobre Le Maison Forestière, y después de cruzar la carretera N-193, tomamos una pista forestal que se adentra en el bosque.

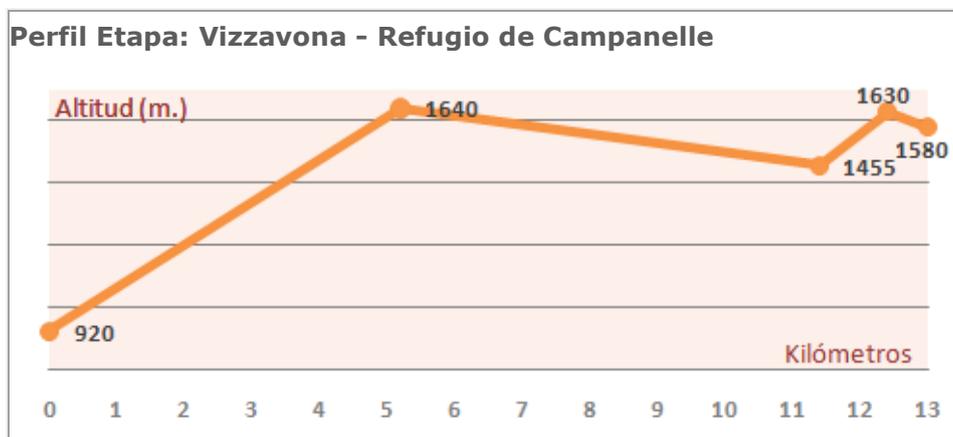
Nos dirigimos a Bocca Palmente situada a 1640 metros de altitud. El sendero cruza varias pistas forestales y la variante de Foce di Vizzavona para alcanzar el collado de Palmente tras 5,20 kilómetros y 2 horas de caminata. Antes de llegar al collado, a mano izquierda del sendero y un poco escondido encontramos la Fuente di Palmente.

Tras cruzar Bocca Palmente el sendero planea sobre la vertiente Este descendiendo suavemente y dirigiéndose a la bucólica Bergeries d'Alzeta (1550 m).

El sendero continua planeando en cota hacia la cresta d'U Cardu (1515 m). Desde este punto parte un sendero que nos permitirá abandonar el GR-20 dirigiéndonos, en 1:30 h, a la población de Ghisoni (650 m). Nosotros, a partir de la cresta d'U Cardu, nos dirigimos en dirección Oeste y en cota a los contrafuertes de la Punta à i Sarpi para llegar a Les Bergeries Scarpaceghje tras 11,40 kilómetros y 3:30 horas de caminata. Nos encontramos a 1455 metros de altitud.

A los pocos metros el camino comienza a ascender por nuestra derecha atravesando el bosque de Sambuccu hasta llegar a la Cresta de Ciufidu (12,40 km, 4 h, 1630 m). Desde este punto seguimos la carretera unos 100 metros en sentido ascendente dirección Sur-Oeste hasta retomar el sendero a nuestra izquierda que se dirige hasta el Refugio Capanelle (13 km, 4:15 h, 1580 m). En Capanelle sólo podemos optar por la Guite d'Etape de U Fugone que dispone de "dortoire" (habitaciones compartidas) y preparan buena comida ya que el refugio está cerrado.

Perfil de la etapa: Vizzavona (920 m) - Bocca Palmente (5,20 km, 2 h, 1640 m) - Bergeries Scarpaceghje (11,40 km, 3:30 h, 1455 m) - Cresta de Ciufidu (12,40 km, 4 h, 1630 m) - Refugio Capanelle (13 km, 4:15 h, 1580 m).



11. Refugio de Capannelle - Refugio de Prati

Distancia: 17 Km. | Desnivel: ↑900 m. - ↓600 m. | Tiempo: 05:30



Salimos de la Guite d'Etape de U Fugone en dirección Sur por el sendero que sale justo a la izquierda del remontador. El camino planea por un bosque hasta Les Bergeries d'E Traghjetta (0,80 km, 20 min, 1520 m). El sendero sigue descendiendo hasta la carretera D 169 (1,60 km, 40 min, 1350 m). Seguimos la carretera durante unos 100 metros y tomamos el sendero que sale a nuestra derecha y que se dirige, planeando a través de un frondoso bosque, a la explanada de Ghjalgone (7,40 km, 2:15 h, 1590 m) tras pasar los riachuelos de Cannareccia y de Lischettu, y la cresta de Petra Scupina.

Desde la explanada de Ghjalgone el sendero desciende hacia el Sur, pasando por la Pasarela de Marmanu (9,20 km, 3 h, 1425 m) para pasar el torrente del mismo nombre.



El sendero sigue descendiendo por el margen derecho del río, pasando por Bocca Flasca (1430 m), hasta desembocar en una pista forestal que en pocos minutos nos llevará hasta Bocca di Verdi (12 km, 3:40 h, 1290 m) donde encontramos un pequeño bar y refugio.

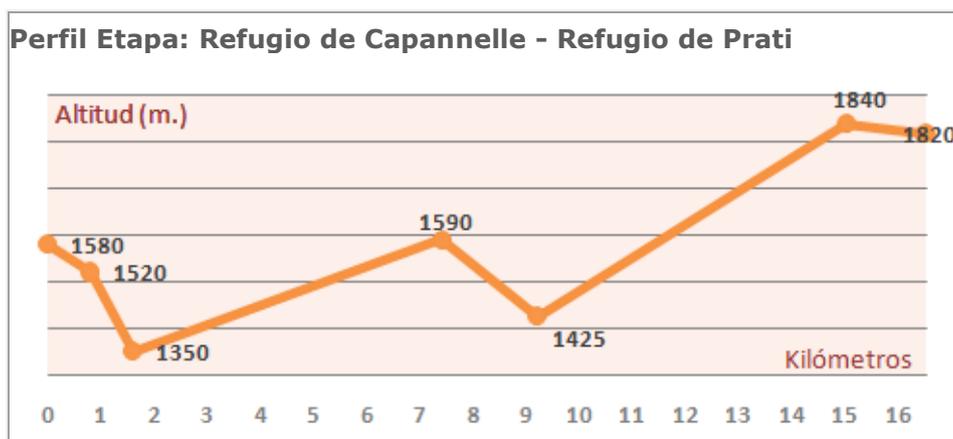
A partir de este punto comienza la ascensión del día de hoy. Tenemos por delante unos 500 metros de desnivel antes de llegar al refugio de Prati. Cruzamos la carretera D 60 y empezamos a ascender por una pista forestal dirección Sur-Este. A los pocos metros dejamos la pista para tomar un sendero que después de planear durante unos kilómetros comienza la dura ascensión en terreno descubierto hasta Bocca d'Oru (15 km, 5 h, 1840 m).

Desde Bocca d'Oru giramos a la derecha para atravesar la Esplanada de Foci y después de un ligero descenso llegar al Refugio de Prati (16,50 km, 5:30 h, 1820 m).

Desde Guite d'Etape de U Fugone existe una variante que nos llevará a la explanada de Ghjalgone pasando por el Monte Rinosu en unas 6 horas de caminata y pasando por el Lago de Bastani (2092 m), Arista de Faïtière (2200 m), y finalmente Monte Rinosu (2352 m).

Del Refugio de Prati existe un sendero que en unas dos horas nos sitúa en el pueblo de Isulacciu di Fiumotbu situado a 800 metros de altitud. El desnivel negativo de este sendero es de más de 1000 metros.

Perfil de la etapa: Guite d'Etape de U Fugone (1580 m) - Les Bergeries d'E Traghjette (0,80 km, 20 min, 1520 m) - Carretera D 169 (1,60 km, 40 min, 1350 m) - Esplanada de Ghjalgone (7,40 km, 2:15 h, 1590 m) - Pasarela de Marmanu (9,20 km, 3 h, 1425 m) - Bocca d'Oru (15 km, 5 h, 1840 m) - Refugio de Prati (16,50 km, 5:30 h, 1820 m).





12. Refugio de Prati - Refugio de d'Usciolu

Distancia: 10 Km. | Desnivel: ↑700 m. - ↓750 m. | Tiempo: 04:00



Etapa corta pero muy aérea que recorre las crestas entre estos dos refugios con magníficas vistas sobre la costa Este de la isla. Esta etapa se puede tomar como un pequeño descanso antes de la dura etapa del día siguiente. No hay ningún punto de agua entre los dos refugios.

Tomamos el sendero que en dirección Sur-Oeste asciende hasta Punta Cappella o Costa Larga. Pasamos a la vertiente Este donde el camino planea en un pequeño circo antes de alcanzar Punta di a Cappella (1,60 km, 45 min, 2041 m). A continuación el sendero desciende hacia el Sur pasando cerca de Punta di Campitellu (1937 m).

A partir de este punto el camino comienza a descender siguiendo la cresta en dirección a Bocca di Laporò pasando por Punta di Latuncellu (1720 m) y Bocca di Rapari (1615 m). Llegamos a Bocca di Laporò tras 5,50 kilómetros y dos horas de marcha, estamos situados a 1525 metros de altitud.

En Bocca di Laporò encontramos el cruce con el sendero Mare a Mare Centre. También tenemos hacia el Este el sendero que desciende hasta el pueblo de Catastaghju (523 m) en unas tres horas y hacia el Sur-Oeste el sendero que desciende hasta el pueblo de Cozzano (727 m) en unas dos horas.

Ahora comienza un continuo sube-baja que a través de un bosque nos llevará hasta Monte di a Furmicola (8,50 km, 3:30 h, 1980 m) pasando por Bocca di Punta Mozza (1800 m), Punta Bianca (1955 m) y Bocca de Furmicola.

Sólo resta un pequeño descenso de poco más de 200 metros y media hora de caminata antes de llegar al Refugio d'Usciolu (10 km, 4 h, 1750 m).

Perfil de la etapa: Refugio de Prati (1820 m) - Punta di a Cappella (1,60 km, 45 min, 2010 m) - Bocca di Lparò (5,50 km, 2h, 1525 m) - Monte di a Furmicola (8,50 km, 3:30 h, 1980 m) - Refugio d'Usciolu (10 km, 4 h, 1750 m).

13. Refugio de d'Usciolu - Refugio de d'Asinau

Distancia: 16 Km. | Desnivel: \uparrow 900 m. - \downarrow 1100 m. | Tiempo: 06:15



Volvemos a tener una etapa larga y dura ya en el final del GR que volverá a ponernos a prueba. Son 16 Km. lo que tenemos por delante, pero la dificultad se concentra en el último tramo, ya que tenemos una ascensión de más de 700 metros y después una dura bajada de unos 600 metros.

A partir del Refugio d'Usciolu se realiza una corta ascensión hasta Bocca di Suragheddu (250 m, 10 min, 1805 m). Desde aquí seguimos la arista hacia el Sur por un entretenido sendero que separa el Valle Haut-Taravu y el Altiplano Oriental hasta Bocca d'Usciolu (750 m, 30 min, 1780 m). Esta arista es llamada La Arista de las Estatuas debido a las extrañas formas que toman las rocas.

Desde este punto comienza un continuo sube-baja hasta Punta di a Scadatta (2,50 km, 1:20 h, 1836 m). Después el sendero continúa por algunos puntos rocosos hasta una pequeña brecha entre rocas denominada Bocca Petra di Leva (3 km, 1:30 h, 1790 m).

Comenzamos ya a descender por un bosque, pasando por una fuente (4 km, 2 h, 1640 m), hasta Bocca di l'Agnone (4,50 km, 2:10 h, 1570 m). Desde Bocca di l'Agnone tenemos un camino que nos conduce en unas dos horas y tras un descenso de 850 metros al pueblo de Zicavu.

Nosotros seguimos las marcas del GR que desciende hasta una gran depresión con el nombre de Cuscionu que es una de las más grandes de Córcega. En esta depresión encontramos un cruce de caminos (6,70 km, 2:40 h, 1460 m). Este camino conduce en unas dos horas y tras

un descenso de 750 metros a la Capilla San Petru; desde esta capilla también podemos descender hasta Zicavu.

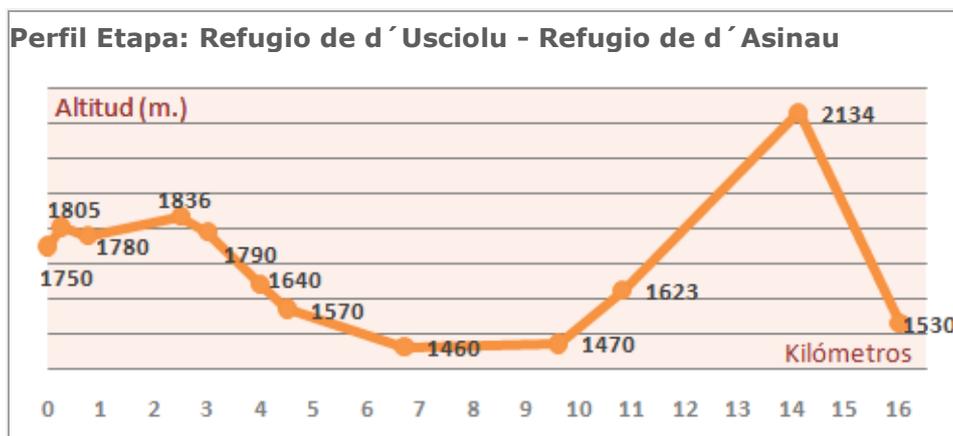
Nosotros seguimos las marcas del GR en dirección Sur-Este hasta descender al río de Furcinesu que cruzaremos por una pasarela colgante denominada Pasarela Furcinesu (9,60 km, 3:30 h, 1470 m).

A partir de este punto comienza la parte más dura de esta etapa ya que tenemos una ascensión de más de 700 metros y después una dura bajada de unos 600 metros.

Ascendemos por el sendero a través de un bosque que nos llevará en 15 minutos a las ruinas del antiguo refugio de I Pedinieddi (10,80 km, 3:45 h, 1623 m). Desde aquí el sendero toma dirección Este, dejando ya el bosque y avanzando por terreno descubierto, hasta Bocca Foci Aparta (1805 m) a partir de donde seguiremos la arista hasta el monte de L'Alcudina (14,10 km, 5 h, 2134 m) el más alto del Sur de Córcega.

Comenzamos a descender siguiendo la arista en dirección Sur-Oeste hasta Bocca Stazzunara (14,80 km, 5:15 h, 2025 m). Aquí es donde comienza el largo y duro descenso hasta el refugio que ya se puede divisar en el fondo del valle. El sendero toma dirección Nord-Este y desciende bruscamente en aproximadamente 1:15 h. hasta el Refugio de Asinau (16 km, 6:15 h, 1530 m).

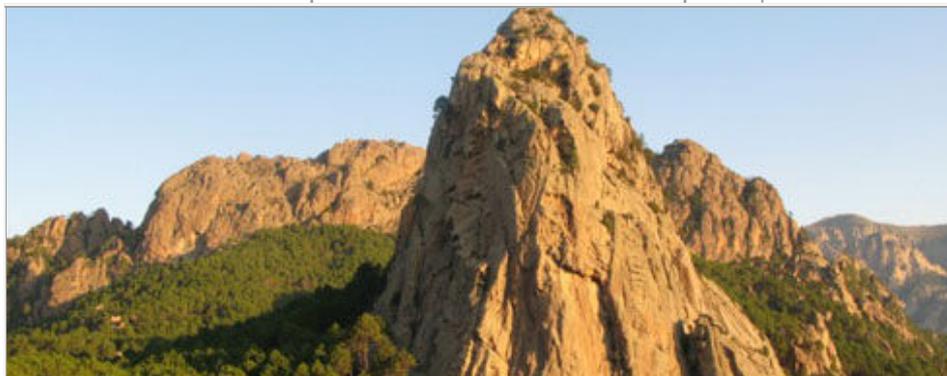
Perfil de la etapa: Refugio d'Usciolu (1750 m) - Bocca di Suragheddu (250 m, 10 m, 1805 m) - Bocca d'Usciolu (750 m, 30 min, 1780 m) - Punta di a Scadatta (2,50 km, 1:20 h, 1836 m) - Bocca Petra di Leva (3 km, 1:30 h, 1790 m) - Fuente (4 km, 2 h, 1640 m) - Bocca di l'Agnone (4,50 km, 2:10 h, 1570 m) - Cruce de caminos (6,70 km, 2:40 h, 1460 m) - Pasarela Furcinesu (9,60 km, 3:30 h, 1470 m) - I Pedinieddi (10,80 km, 3:45 h, 1623 m) - L'Alcudina (14,10 km, 5 h, 2134 m) - Refugio de Asinau (16 km, 6:15 h, 1530 m).





14. Refugio d'Asinau - Refugio d'I Paliri

Distancia: 12 Km. | Desnivel: 500 m. - 1000 m. | Tiempo: 05:15



Desde el Refugio d'Asinau seguir el sendero que desciende al fondo del valle en dirección Sur-Oeste hasta llegar a la intersección con el camino de Quenza (1350 m). Este sendero desciende en unas tres horas y 700 metros de desnivel negativo a la población de Quenza situada a 813 metros de altitud.

Siguiendo el GR en breve cruzaremos el riachuelo de Asinau. El sendero continua descendiendo por el margen izquierdo del río en curvas de nivel por un bosque de pinos hasta alcanzar la intersección con la variante alpina (2,50 km, 1:15 h, 1320 m).

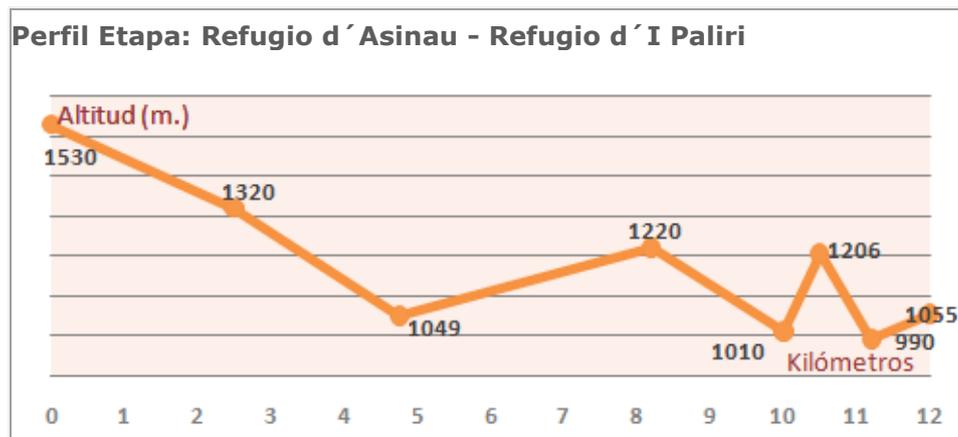
Esta variante alpina, mucho más corta pero también mucho más exigente que el sendero del GR, nos llevará hasta Foce di Bavedda en aproximadamente unas tres horas.

El sendero continúa descendiendo suavemente por el margen izquierdo del río hasta la explanada de Pian di a Pulvara (4,75 km, 2:15 h, 1049 m). A partir de aquí comienza una lenta y larga ascensión hasta el collado de Foce di Bavedda (8,20 Km, 3:40 h, 1220 m) donde encontraremos varios restaurantes, albergues, tiendas y una especie de altar a la Virgen de Notre Dame des Nieges. Magnificas vistas de Les Aiguilles de Bavella.

Seguiremos la carretera hasta la Fuente di u Cannone desde donde sale a mano derecha una pista que comienza a descender hasta el fondo del valle. A los pocos metros dejamos la pista forestal para tomar el sendero que descenderá unos 200 metros hasta cruzar un pequeño riachuelo llamado Vulpajola (10 km, 4 h, 1010 m). Continuamos por la pista unos cuantos metros antes de tomar un sendero que a mano derecha comienza a ascender hasta Foce Finosa (10,50 km, 4:30 h, 1206 m) desde donde tenemos un estupendo mirador sobre Les Aiguilles de Bavella, el golfo de Porto-Vecchio y Cerdeña.

Desde este punto comenzamos un nuevo descenso por la vertiente Sur-Este hasta llegar a la cota 990 tras 11,20 km y 5 h de caminata. Seguiremos el sendero que comienza un leve ascenso de 50 metros para llegar al Refugio de Paliri (12 km, 5:15 h, 1055 m).

Perfil de la Etapa: Refugio d'Asinau (1530 m) - Variante alpina (2,50 km, 1:15 h, 1320 m) - Esplanada de Pian di a Pulvara (4,75 km, 2:15 h, 1049 m) - Focce di Bavedda (8,20 Km, 3:40 h, 1220 m) - Riachelo Vulpajola (10 km, 4 h, 1010 m) - Focce Finosa (10,50 km, 4:30 h, 1206 m) - Cota 990 (11,20 km, 5 h, 990 m) - Refugio de Paliri (12 km, 5:15 h, 1055 m).



15. Refugio d'I Paliri - Conca

Distancia: 12 Km. | Desnivel: ↑200 m. - ↓1000 m. | Tiempo: 03:45



La última etapa de este largo y duro trek no presenta dificultad alguna, sólo con varios cientos de metros de ascenso y casi 1000 metros de desnivel negativo por cómodos senderos la mayoría de las veces. Os aconsejamos empezar esta ruta muy temprano ya que el calor es sofocante en los meses de verano debido a la baja altitud por la que discurre la etapa.

Desde el refugio de Paliri descendemos hacia el Sur hasta pasar por la derecha de la Punta di l'Anima Damnata para alcanzar poco después la Bocca di Monte Bracciutu (970 m). El camino continua descendiendo hasta la pequeña explanada de Massa d'u Granu (2,5 km, 1 h, 920 m). A partir de aquí comenzamos la primera pequeña ascensión del día de poco más de 100 metros para llegar a Bocca di u Sordu (3 km, 1:15 h, 1040 m).

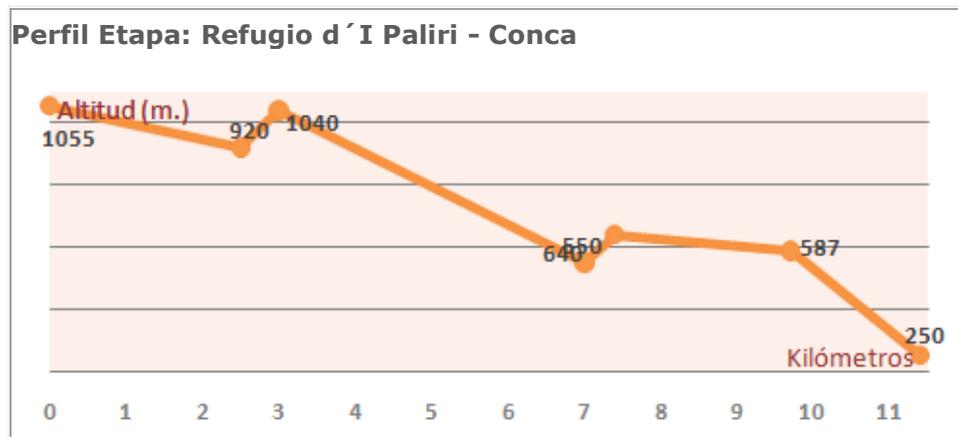
Pasamos a la vertiente Sur y comenzamos a descender, pasando por las ruinas de Cappedu (850 m) y cruzando el río de Punta Pinzuta un par de veces (7 km, 2:15, 550 m). Aquí comienza la segunda ascensión del día y la última de este largo trek hasta alcanzar la cota 640 (7:40 km, 2:30 h, 640 m).

A partir de este punto ya sólo nos queda un largo descenso hasta Conca. Primero muy suavemente en cota hasta Bocca d'Usciolu, un característico paso abierto en una pared de granito (9,70 km, 3:15 h, 587 m), y después decididamente hasta Conca (11,40 km, 3;45, h 250 m). El último 1,5 km se realiza por asfalto hasta el centro de la población después de pasar la Fuente de Radicale.

Conca es un pequeño pueblo con algún servicio: albergues, restaurantes, tienda, correos, etc. Si queréis descansar de las habitaciones compartidas os recomendamos el Hotel San Pasquale (<http://www.hotelsanpasquale.com> - Teléfono: 0495104730) con un precio mas elevado que la Guite d'Etape pero mucho más cómodo y con un servicio más amable y atento. La Guite d'Etape de La Tonelle tiene unos precios muy elevados para los servicios que ofrecen, las habitaciones son pequeñas y sucias y los lavabos impropios de establecimiento de esta categoría. Si vais a pasar la noche en La Tonelle no os olvidéis un repelente para mosquitos y otros habitantes de los sucios colchones. La Tonelle ofrece un servicio de transporte a las personas que pernoctan en la Guite pero a un precio abusivo (entre 8 y 30 euros dependiendo del número de pasajeros por un trayecto muy corto) y con el riesgo de que el último momento te anulen la reserva de la plaza.

Una buena opción es no pasar la noche en Conca y al llegar coger directamente un autobús. Desde Conca existe un servicio de Autobús público hacia Santa Lucie y Porto Vecchio que sale justo en frente de la iglesia, aunque hay que asegurarse de los horarios con anterioridad. Desde Santa Lucie también existe transporte público hasta Porto Vecchio a las 11 h. y 18:20 h (los horarios y precios corresponden al 2009). Aunque la opción más rápida y barata es el autostop: colgaros la mochila a la espalda, poner el dedo y en menos de 30 segundos tendréis un coche dispuesto a llevaros.

Perfil de la etapa: Refugio de Paliri (1055 m) - Massa d'u Granu (2,5 km, 1 h, 920 m) - Bocca di u Sordu (3 km, 1:15 h, 1040 m) - Río de Punta Pinzuta (7 km, 2:15, 550 m) - Cota 640 (7,40 km, 2:30 h, 640 m) - Bocca d'Usciolu (9,70 km, 3:15 h, 587 m) - Conca (11,40 km, 3;45, h 250 m).



Ubicar en el mapa

Listado de Etapas	Distancia	Desnivel	Tiempo	
1. Calenzana - Refugio de Ortu di u Piobbu	12 Km.	↑1.360 - ↓60	05:00	
2. Refugio de Orto di u Piobbu - Refugio de Carrozzu	9 Km.	↑780 - ↓917	05:30	
3. Refugio de Carrozzu - Ascu Stagnu	10 Km.	↑800 - ↓650	04:30	
4. Ascu Stagnu - Refugio de Tighjetu	7 Km.	↑1.050 - ↓800	05:00	
5. Refugio de Tighjetu - Castel de Vergio	13 Km.	↑650 - ↓750	06:00	
6. Castel de Vergio - Refugio de Manganu	17 Km.	↑530 - ↓350	04:30	
7. Refugio de Manganu - Refugio de Pietra Piana	8 Km.	↑800 - ↓600	04:30	
8. Refugio Pietra Piana - Refugio de L' Onda	9 Km.	↑500 - ↓900	03:45	
9. Refugio de L' Onda - Vizzavona	10 Km.	↑750 - ↓1.300	04:30	
10. Vizzavona - Refugio de Campanelle	13 Km.	↑900 - ↓600	04:15	
11. Refugio de Capannelle - Refugio de Prati	17 Km.	↑900 - ↓600	05:30	
12. Refugio de Prati - Refugio de d' Usciolu	10 Km.	↑700 - ↓750	04:00	
13. Refugio de d' Usciolu - Refugio de d' Asinau	16 Km.	↑900 - ↓1.100	06:15	
14. Refugio d' Asinau - Refugio d' I	12 Km.	↑500 - ↓1.000	05:15	

Paliri

15. Refugio d'I Paliri - Conca

12 Km.

↑200 - ↓1.000

03:45

**Otros puntos de interés (Waypoints):**

Calenzana [Inicio del GR-20] 📍- Promontoire d'Arghjova [Etapa 1: 5 km, 2 h, 875 m.] 📍- Bocca à u Saltu [Etapa 1: 7,11 km, 3 h, 1250 m.] 📍- Bocca à u Bazzichellu [Etapa 1: 9,50 km, 4:15 h, 1475 m.] 📍- Bergerie de Mandriaccia [Etapa 2: 1,30 km, 1 h, 1600 m.] 📍- Bocca di Piscighja [Etapa 2: 2,80 km, 2:15 h, 1920 m.] 📍- Bocca d'Avartoli [Etapa 2: 6 km, 3:45 h, 1898 m.] 📍- Bocca di l'Innominata [Etapa 2: 6,50 km, 4:15 h, 1920 m.] 📍- Pasarella Spasimata [Etapa 3: 0,56 km, 15 min, 1230 m.] 📍- Bocca di Muvrella [Etapa 3: 6 km, 2:30 h, 1990 m.] 📍- Bocca di Stagnu [Etapa 3: 7,10 km, 3 h, 1995 m.] 📍- Bocca de Stranciacone [Etapa 4: 2,30 km, 1 h, 1700 m.] 📍- Lavu d'Altore [Etapa 4: 3,70 km, 1:30 h, 1930 m.] 📍- Bocca Tumasginesca [Etapa 4: 4,50 km, 2 h, 2183 m.] 📍- Circ de la Solitude [Etapa 4: 5 km, 2:45 h, 1980 m.] 📍- Bocca Minuta [Etapa 4: 5,45 km, 3:45 h, 2218 m.] 📍- Bergerie de Vallone [Etapa 5: 1,10 km, 35 min, 1440 m.] 📍- Bocca de Fuciale [Etapa 5: 4,75 km, 3 h, 1960 m.] 📍- Rio Golu [Etapa 5: 8,10 km, 4:15 h, 1700 m.] 📍- Bergerie d'E Radule [Etapa 5: 10,80 km, 5 h, 1370 m.] 📍- Bocca di Petru [Etapa 6: 4,50 km, 1:10 h, 1452 m.] 📍- Bocca a Reta [Etapa 6: 8,90 km, 2:30 h, 1883 m.] 📍- Lac de Nino [Etapa 6: 10,50 km, 3 h, 1760 m.] 📍- Bergeries de Vaccaghja [Etapa 6: 14,50 km, 4 h, 1570 m.] 📍- Bocca à e Porte [Etapa 7: 3 km, 1:45 h, 2250 m.] 📍- Bocca à a Soglia [Etapa 7: 4,34 km, 2:45 h, 2050 m.] 📍- Bocca Muzzella [Etapa 7: 6,50 km, 4 h, 2210 m.] 📍- Pasarella de Tolla [Etapa 8: 5,77 km, 2:30 h, 980 m.] 📍- Punta Muratellu [Etapa 9: 2,10 km, 1:30 h, 2140 m.] 📍- Pasarella de Turtettu [Etapa 9: 4,50 km, 3 h, 1410 m.] 📍- Bocca Palmente [Etapa 10: 5,20 km, 2 h, 1640 m.] 📍- Bergeries Scarpacchje [Etapa 10: 11,40 km, 3:30 h, 1455 m.] 📍- Cresta de Ciufidu [Etapa 10: 12,40 km, 4 h, 1630 m.] 📍- Llanura de Ghjalgone [Etapa 11: 7,40 km, 2:15 h, 1590 m.] 📍- Pasarella de Marmanu [Etapa 11: 9,20 km, 3 h, 1425 m.] 📍- Bocca di Verdi [Etapa 11: 12 km, 3:40 h, 1290 m.] 📍- Bocca d'Oru [Etapa 11: 15 km, 5 h, 1840 m.] 📍- Bocca Punta di a Capella [Etapa 12: 1,60 km, 45 min, 2010 m.] 📍- Bocca di Laparò [Etapa 12: 5,50 km, 2 h, 1525 m.] 📍- Monte di a Furmicola [Etapa 12: 8,50 km, 3:30 h, 1980 m.] 📍- Bocca d'Usciolu [Etapa 13: 750 m, 30 min, 1780 m.] 📍- Punta di a Scadatta [Etapa 13: 2,50 km, 1:20 h, 1836 m.] 📍- Bocca di l'Agnone [Etapa 13: 4,50 km, 2:10 h, 1570 m.] 📍- Pasarella Furcinesu [Etapa 13: 9,60 km, 3:30 h, 1470 m.] 📍- I Pedinieddi [Etapa 13: 10,80 km, 3:45 h, 1623 m.] 📍- L'Alcudina [Etapa 13: 14,10 km, 5 h, 2134 m.] 📍- Bocca Stazzunara [Etapa 13: 14,80 km, 5:15 h, 2025 m.] 📍- Cruce variante alpina [Etapa 14: 2,50 km, 1:15 h, 1320 m.] 📍- Esplanada de Pian di a Pulvara [Etapa 14: 4,75 km, 2:15 h, 1049 m.] 📍- Foce di Bavedda [Etapa 14: 8,20 Km, 3:40 h, 1220 m.] 📍- Riachuelo Vulpajola [Etapa 14: 10 km, 4 h, 1010 m.] 📍- Foce Finosa [Etapa 14: 10,50 km, 4:30 h, 2206 m.] 📍- Bocca di u Sordu [Etapa 15: 3 km, 1:15 h, 1040 m.] 📍- Bocca d'Usciolu [Etapa 15: 9,70 km, 3:15 h, 587 m.] 📍-

