





Dénivelé V2

Auteur: Bernard Giraudeau

Découvrez ce parcours de VTT de 34,4 km à proximité de Appietto. Ce parcours emprunte 12,2 km de routes et 4,8 km de pistes forestières. Il présente une ascension cumulée de plus de 1180m.

Départ: Aire de stationnement à Bocca di Listinconi (232 m) à droite du Rond-point, à proximité du bar.

Distance Marina Viva/départ: 19 km. 30 minutes.

Prendre la direction de Bastia (T20) puis celle de Cargèse et "Calvi par la côte" par la D72 à gauche, puis par la T22 à gauche et D81 à droite.

Descriptif touristique: La vue depuis la première moitié du parcours est orientée vers la vallée de la Gravona à l'est et vers le fond du golfe d'Ajaccio au sud. Puis au retour, la crête offre une vue aérienne sur le petit Golfe de la Liscia au nord-ouest et sur celui de de Sagone. Au premier plan, au nord, c'est la "Pieve de la Cinarca" et ses nombreux villages qui s'offrent à notre regard. Le parcours traverse 3 villages pittoresques.

Descriptif technique: C' est un parcours difficile dans sa partie située entre Bocca di Sarzoggiu et le village d'Appietto. C'est la crête de San Sisto à proprement dit. Il y a un peu de sentier S1, beaucoup de S2, un peu de S3 et 2 ou 3 portions courtes en S4, sur une distance de 7 km. Le reste, c'est du gâteau (méli-mélo de R1/R2, S1/2 et de route) sur 25 km.

L'accès à la D1 depuis le col de Piano d'Arbori est fermé par un cadenas. Nous avons l'autorisation de franchir la barrière (de la part de Michel, habitant la petite maison au PK 19.7) mais en veillant à ne pas la dégrader.

Il existe une variante qui permet de shunter la partie la plus difficile. Prendre alors un sentier à gauche descendant au PK 26.3 (point côté 776) pour retrouver le tracé de l'aller et rejoindre Appietto et le point de départ.

[Gain de 1.5 km et 80 m en D+ .mais au détriment de 2 cols.](#)



Photo © B. Giraudeau