

Respirez un grand bol d'air ! Ouvrez grand vos yeux et vos oreilles !

Plusieurs itinéraires vous emmènent au cœur de nos plus beaux sites naturels. À pied, à vélo ou à cheval, découvrez les étangs palavasiens, aussi beaux que fragiles.

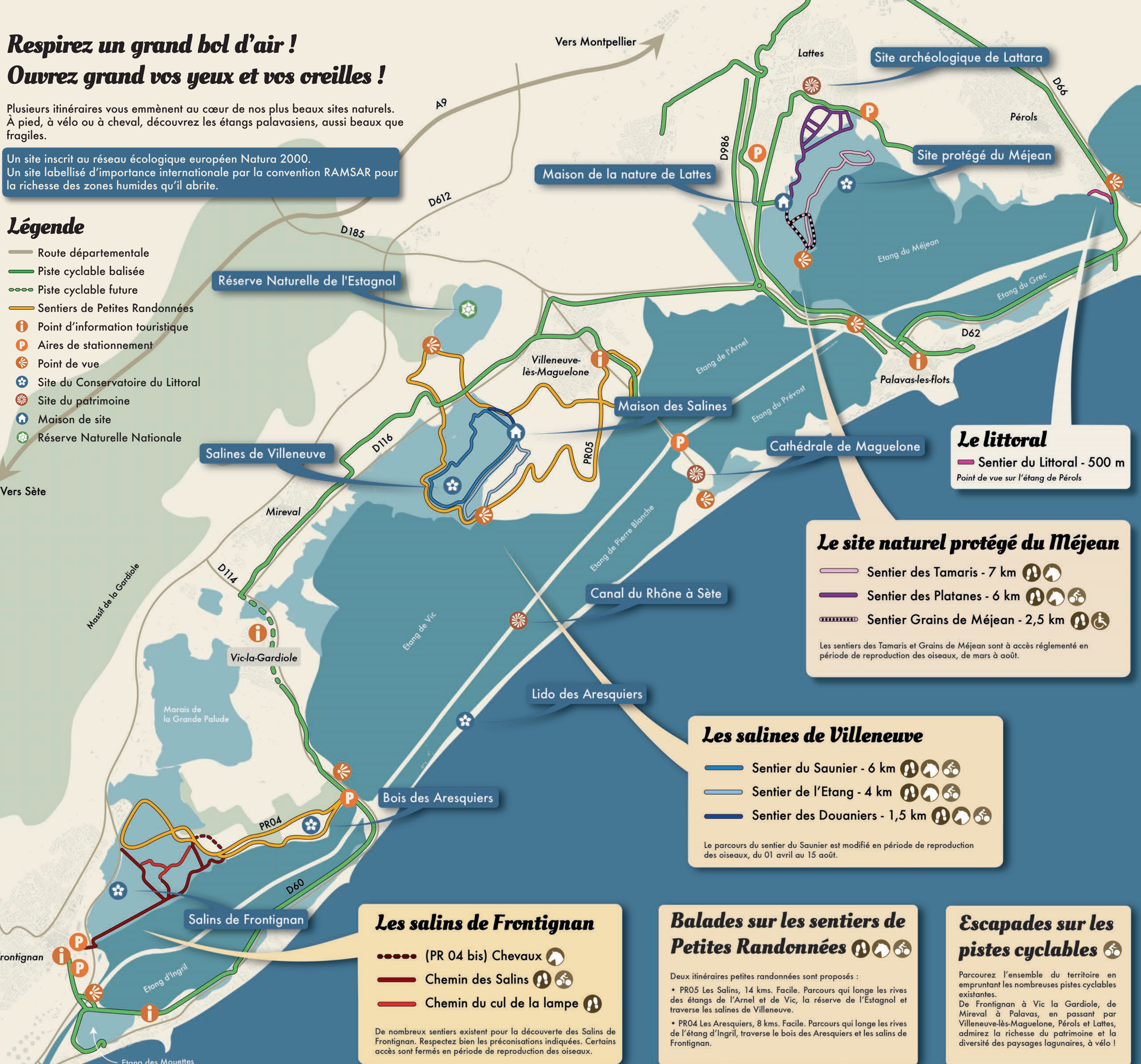
Un site inscrit au réseau écologique européen Natura 2000.
Un site labellisé d'importance internationale par la convention RAMSAR pour la richesse des zones humides qu'il abrite.

Légende

- Route départementale
- Piste cyclable balisée
- Piste cyclable future
- Sentiers de Petites Randonnées
- Point d'information touristique
- Aires de stationnement
- Point de vue
- Site du Conservatoire du Littoral
- Site du patrimoine
- Maison de site
- Réserve Naturelle Nationale

Vers Sète

Vers Montpellier



Réserve Naturelle de l'Estagnol

Salines de Villeneuve

Vic-la-Gardiolo

Salins de Frontignan

Maison de la nature de Lattes

Villeneuve-lès-Maguelone

Maison des Salines

Canal du Rhône à Sète

Lido des Aresquiers

Bois des Aresquiers

Site archéologique de Lattara

Site protégé du Méjean

Cathédrale de Maguelone

Le littoral
— Sentier du Littoral - 500 m
Point de vue sur l'étang de Pérois

Le site naturel protégé du Méjean

- Sentier des Tamaris - 7 km
- Sentier des Platanes - 6 km
- Sentier Grains de Méjean - 2,5 km

Les sentiers des Tamaris et Grains de Méjean sont à accès réglementé en période de reproduction des oiseaux, de mars à août.

Les salines de Villeneuve

- Sentier du Saunier - 6 km
- Sentier de l'Etang - 4 km
- Sentier des Douaniers - 1,5 km

Le parcours du sentier du Saunier est modifié en période de reproduction des oiseaux, du 01 avril au 15 août.

Les salins de Frontignan

- (PR 04 bis) Chevaux
- Chemin des Salins
- Chemin du cul de la lampe

De nombreux sentiers existent pour la découverte des Salins de Frontignan. Respectez bien les préconisations indiquées. Certains accès sont fermés en période de reproduction des oiseaux.

Balades sur les sentiers de Petites Randonnées

Deux itinéraires petites randonnées sont proposés :

- PRO5 Les Salins, 14 kms. Facile. Parcours qui longe les rives des étangs de l'Arnel et de Vic, la réserve de l'Estagnol et traverse les salines de Villeneuve.
- PRO4 Les Aresquiers, 8 kms. Facile. Parcours qui longe les rives de l'étang d'Ingril, traverse le bois des Aresquiers et les salins de Frontignan.

Escapades sur les pistes cyclables

Parcourez l'ensemble du territoire en empruntant les nombreuses pistes cyclables existantes. De Frontignan à Vic la Gardiolo, de Mireval à Palavas, en passant par Villeneuve-lès-Maguelone, Pérois et Lattes, admirez la richesse du patrimoine et la diversité des paysages lagunaires, à vélo !



Siel Le Siel, syndicat mixte des étangs littoraux, est né de la volonté des collectivités locales de s'impliquer dans la préservation des espaces naturels. Il a pour vocation la gestion durable des lagunes, site Natura 2000, situé entre Sète et Montpellier. Ces lagunes ont été désignées zones humides d'importance internationale au titre de la convention RAMSAR, en 2008. Découvrez le site du Siel : www.siel-lagune.org.

CPIE Le Centre Permanent d'Initiative pour l'Environnement (CPIE) du Bassin de Thau est un réseau associatif dont la richesse provient de ses 15 structures membres aux compétences variées qui œuvrent dans le domaine de l'environnement et du développement durable. Découvrez le site du CPIE : www.cpiebassinde-thau.fr

Continuez la découverte et retrouvez les balades proposées par les points d'information touristique et les maisons de site

Maison des Salines
Chemin des Salins
34750 VILLENEUVE-LES-MAGUELONE
04 67 13 88 57
www.cenr.org/gerer/sites/salines

Frontignan
www.frontignan-tourisme.com
04 67 18 31 60

Palavas-les-flots
www.ot-palavaslesflots.com
04 67 07 73 34

Maison de la Nature de Lattes
Chemin des étangs,
34970 Lattes
04 67 22 12 44
www.ville-lattes.fr

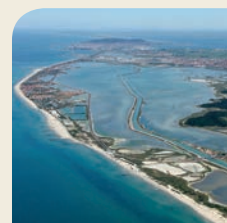
Vic La Gardiolo
www.tourisme-viclagardiolo.fr
04 67 78 94 43

Villeneuve-lès-Maguelone
www.villeneuvelesmaguelone.fr
04 67 99 88 78



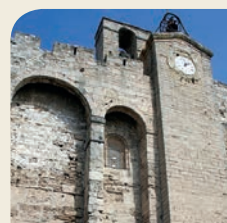
Les communes

Frontignan



Frontignan, capitale du muscat, étonne par sa diversité de paysages et la richesse de son patrimoine. On y apprécie la beauté des étangs, des anciens marais salants et des plages. En cœur de ville, vous découvrirez l'église Saint Paul érigée entre le XII^{ème} et XIV^{ème} siècle et classée monument historique. Le musée situé dans l'ancienne chapelle des Pénitents Blancs retrace toute l'histoire de la cité.

Vic la Gardiole



Le massif de la Gardiole domine ce petit bourg languedocien, et lui donne son atmosphère si particulière. Au détour d'une rue étroite, admirez l'église fortifiée du XII^{ème}, Sainte Léocadie, véritable vaisseau de pierre du moyen-âge.

Appréciez le charme et la quiétude des rives de l'étang de Vic, lieu de vie pour de nombreuses espèces...

Mireval



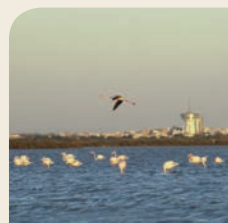
Située au pied du massif de la Gardiole, entre la mer Méditerranée et les lagunes, la ville de Mireval est une cité fortifiée par les Guilhem au XII^{ème} siècle. Rabelais venait, en son temps, y déguster son célèbre muscat !

Lattes



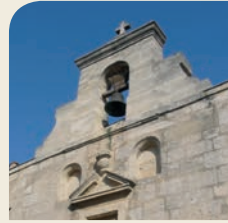
Lattes - anciennement nommée Lattara - était un port de commerce influent de la Méditerranée. Aujourd'hui, cette ville préserve l'histoire avec son musée archéologique Henri Prades, enrichit la culture avec son théâtre Jacques Cœur et protège l'environnement avec son site naturel protégé du Méjean.

Palavas-les-Flots



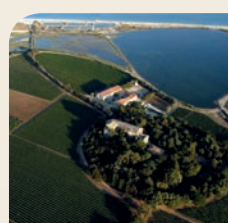
Cerné par la mer, les lagunes et les canaux, Palavas-les-Flots se veut à la fois village de pêcheurs et station balnéaire. De l'eau, la ville a tiré une multitude de traditions dont les joutes nautiques sont les plus célèbres et les plus représentatives.

Pérols



La ville de Pérols a pour particularité son cadre de vie d'exception, entre l'étang de l'Or d'un côté et celui du Méjean de l'autre. Les Péroliens ont développé une relation passionnée avec le patrimoine naturel de leur commune. Si un élément devait être associé à la ville, ce serait sans conteste l'eau.

Villeneuve-lès-Maguelone



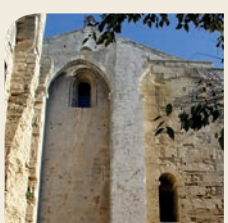
Avec neuf kilomètres de plage et des zones humides qui abritent une faune et une flore d'exception, Villeneuve-lès-Maguelone témoigne de la diversité de paysages préservés et valorisés. Au détour d'un chemin, apparaissent des joyaux historiques, tels la cathédrale de Maguelone ou les anciens salins...

Les sites du patrimoine

Le site archéologique de Lattara

Le port antique de Lattara fut un lieu d'échanges économiques et culturels pour tous les peuples de la Méditerranée occidentale : étrusques, grecs, ibères, romains y ont côtoyé les populations gauloises locales. Le musée Henri Prades expose les vestiges de l'ancienne cité, découverts sur le site : céramiques, vaisselles, bijoux, monnaies, sculptures antiques...

La Cathédrale de Maguelone



Site aussi incontournable qu'insolite, les premières traces du domaine de Maguelone remontent à l'époque gallo-romaine. Une succession d'événements sont associés à son histoire, en témoignent l'architecture de la Cathédrale de Maguelone, et les vignobles qui l'entourent.

Le canal du Rhône à Sète



Le canal du Rhône à Sète traverse les étangs palavasiens sur près de 25 kms. Nommé à l'origine « canal des étangs », il est construit au XVIII^{ème} siècle pour relier le canal du midi au Rhône. Sa vocation première est le transport de marchandises, même si on l'apprécie de plus en plus lors de balades fluviales !

Propriété : VNF
Deux haltes fluviales (Palavas, Frontignan) sont équipées pour accueillir les pénichettes.

Les paysages

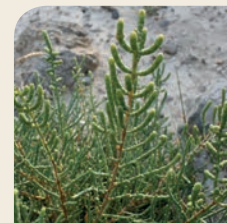
Les lagunes



Communément appelées « étangs littoraux », les lagunes sont de vastes étendues d'eau saumâtre peu profondes, où se mêlent eaux douces et eaux salées. Ce milieu à l'équilibre unique, est source de vie pour une

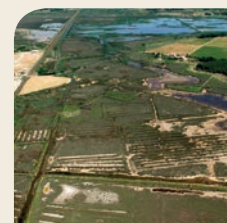
faune et une flore bien spécifiques, et support pour nombres d'activités humaines.

La sansouïre



En bordure de lagune, se développe un couvert végétal bas et clairsemé, appelé « sansouïre ». Les sols gorgés de sel abritent une végétation adaptée, telle que la salicorne, la soude ou l'obione.

Les prés salés et marais



Constitués d'une végétation rase, ces grands espaces font le prolongement avec les zones de sansouïre. Ces terrains faiblement salés sont un lieu privilégié pour le pâturage des chevaux et des taureaux.

Les roselières



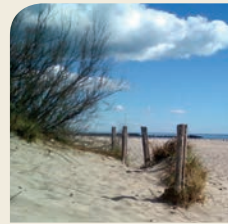
Caractérisées par une végétation semi-aquatique, haute et dense aux reflets dorés, les roselières se développent dans les zones d'eau plus douce. C'est un lieu de nidification et de refuge pour de nombreuses espèces : busard de roseaux, butor étoilé, grèbe huppé...

Les salins



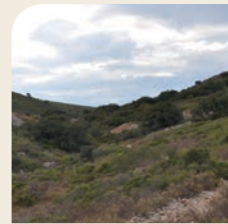
Vestige d'une activité ancienne, les salins dessinent formes géométriques et quadrilages dans le paysage lagunaire. Aujourd'hui, ces milieux naturels salés accueillent une avifaune riche et variée.

Le cordon dunaire



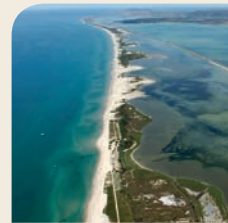
Les lagunes sont séparées de la mer par un cordon dunaire, nommé lido. Arrière dune, dunes et plages composent ce milieu sableux. Fragile, il est exposé en permanence à la force du vent, des vagues et au piétinement. Sa préservation est un enjeu essentiel du territoire.

La garrigue



En arrière-plan des étangs littoraux, la silhouette du massif de la Gardiole nous rappelle la présence d'un milieu sec et calcaire, aux plantes aromatiques : la garrigue.

La mer



...et sans oublier la mer, en toile de fond, qui alimente en permanence l'eau des lagunes et modèle le trait de côte de notre littoral.

La faune

Le flamant rose

Silhouette familière, cet échassier aux longues pattes et au plumage rosé affectionne les étendues d'eaux saumâtres et peu profondes. Nichant en Camargue, il vit en colonie et s'observe sur nos lagunes, notamment en période hivernale. Son large bec lui permet de filtrer de minuscules crustacés et insectes aquatiques.



L'anguille

Aspect serpentiniforme, reflets argentés... ce poisson migrateur au cycle de vie si particulier, est une espèce emblématique de nos lagunes. L'anguille se nourrit de petits crustacés, de mollusques et autres poissons. En raison de la surpêche et de la dégradation des habitats, elle est en danger critique d'extinction.



L'échasse blanche

Élegante et discrète, l'échasse blanche s'avolera en poussant des petits cris grincants si vous la dérangez. Elle est présente entre avril et août, et niche principalement dans les zones de sansouïre. On la reconnaît facilement à ses fines pattes rouges, et à son bec noir et étroit. Elle se nourrit de petits insectes et d'animaux aquatiques.



La cistude d'Europe

Si vous êtes attentif, vous observerez cette petite tortue dans les marais et les cours d'eau douce. De couleur sombre, on la reconnaît aux tâches jaunes qui ponctuent sa tête, son cou, ses pattes et sa queue. En déclin, la cistude d'Europe bénéficie d'un statut de protection particulier.



La sterne naine

Surnommé l'hirondelle de mer, cet oiseau au plumage blanc et à la calotte noire, est la plus petite des sternes européennes. Elle niche sur les zones péri-lagunaires dès le mois d'avril, et pond ses œufs dans des petits creux du sol. Les colonies sont très fragiles et font l'objet d'un suivi et d'une protection particulière.



La flore

La saladelle

La saladelle est cette plante délicate dont les petites fleurs violettes fleurissent dès l'automne. Appréciant les sols peu salés, on l'observe dans les zones de transition entre sansouïre et prés salés. Elle évacue l'excès de sel sur la face interne de ses feuilles, qui se recouvrent alors de cristaux blancs. Protégée, appréciez-la dans la nature plutôt qu'en bouquet.



Le roseau commun

Il constitue l'essentiel de la végétation des roselières qui bordent les marais du littoral. Le roseau commun peut mesurer jusqu'à 3 mètres, ses tiges sont hautes et fines, à la couleur dorée.

Le panicaut maritime

On l'observe de manière éparse sur les zones dunaires et de galets. Le panicaut maritime est une plante épineuse aux épaisses feuilles bleuâtres et ondulées, dont les fleurs bleues fleurissent entre juin et septembre. Il ressemble à s'y méprendre au chardon, attention à la confusion !

Le tamaris

Cet arbrisseau à l'écorce pourprée, se développe aux abords des étangs littoraux, sous l'influence de la nappe d'eau salée. Entre mai et septembre, de jolies fleurs en épis, blanches ou roses pâles, fleurissent.

Les sites naturels protégés, propriétés du Conservatoire du Littoral

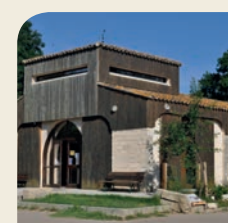
Les Salins de Frontignan



• Superficie : 225 ha
• Gestionnaires : Thau Agglomération et EID Méditerranée

L'activité salinière sur Frontignan remonte au XIV^{ème} siècle. Elle a perdu ensuite jusqu'en 1968, date à laquelle la Compagnie des Salins du Midi a fermé l'exploitation pour raisons économiques. Aujourd'hui, ce site est un espace naturel protégé qui accueille de nombreuses espèces animales et végétales, découvrez-le !

Le site naturel protégé du Méjean



• Superficie : 225 ha
• Gestionnaire : Maison de la Nature de Lattes

Autrefois menacé par l'urbanisation, ce site naturel est aujourd'hui protégé. Il offre une véritable diversité de milieux naturels : roselières, marais, sansouïre et étangs... Pour découvrir cet espace, trois sentiers sillonnent le site, dont un sentier d'interprétation aménagé. Vous y croirez peut-être l'une des curiosités : les cigognes blanches !

Les Salines de Villeneuve



• Superficie : 300 ha
• Gestionnaires : Conservatoire d'espaces naturels LR, Syndicat Mixte des Etangs Littoraux la commune de Villeneuve-lès-Maguelone et Thau Agglomération

En bordure de l'étang de Vic, le site des salines de Villeneuve offre un paysage façonné par l'activité salinière qui perdura du XII^{ème} siècle jusqu'en 1969. Aujourd'hui, c'est un site naturel protégé qui est géré avec la volonté de conserver ce patrimoine naturel et historique remarquable. Plusieurs sentiers vous permettront d'apprécier la diversité des milieux naturels et les nombreux oiseaux qui y nichent !

Le Bois des Aresquiers



• Superficie : 96 ha
• Gestionnaire : Thau Agglomération et ONF

Entre l'étang de Vic et l'étang d'Ingril, le bois des Aresquiers se détache dans cet univers d'eau. Ce site présente la particularité d'être l'une des seules zones boisées si proche de la mer : végétations et habitats sont donc directement influencés par cette proximité. Aujourd'hui site protégé, plusieurs sentiers vous mèneront de clairières en clairières...

La réserve naturelle nationale de l'Estagnol



• Superficie : 78 ha
• Propriété et gestionnaire : Office National de la Chasse et de la Faune Sauvage

Petit écrin de nature autour d'un étang à prédominance d'eau douce, ce site est ceinturé et quadrillé par des digues et des canaux. Il comporte une mosaïque de milieux naturels et présente un intérêt tout particulier pour la conservation des oiseaux et la cistude d'Europe. Pour assurer la tranquillité de la faune sauvage, le site n'est pas accessible au public. Le point de vue en face du mas d'Exindre vous permettra d'observer la roselière.

Les pratiques à adopter en milieu naturel

Respectons les espaces naturels

- Je me renseigne sur la réglementation en vigueur et sur les restrictions locales et saisonnières,
- Je reste sur les itinéraires existants et je ne franchis pas les clôtures,
- Je ne laisse aucun déchet, même ceux considérés comme biodégradables.

Respectons la faune et la flore et restons discrets

- Je ne cueille pas les fleurs, je peux les prendre en photo !
- Je privilégie l'observation à distance et préserve ainsi la quiétude des animaux,
- Je ne recueille pas les animaux sauvages.

- La présence des chiens sur les espaces naturels est réglementée, afin d'éviter les impacts sur la faune et la flore.
- La loi n° 91-2 du 3 janvier 1991 (Cf. art. L.362-1 du Code de l'environnement) interdit la pratique des sports et loisirs motorisés en milieu naturel.
- Lorsque je pars en balade, je m'équipe : des chaussures et vêtements adaptés, de l'eau, une protection contre le soleil, une carte ou un topoguide et... une paire de jumelle pour observer les animaux sans les déranger !

A vélo et à cheval

- Je me renseigne sur les réglementations liées à mon activité et reste sur les sentiers autorisés à ma pratique,
- Je ne vais pas sur les chemins détremés pour ne pas contribuer à leur dégradation,
- J'adapte ma vitesse au passage des autres usagers.

