

15/11/2024

## LE-GRAU-DU-ROI

Entre mer et étangs

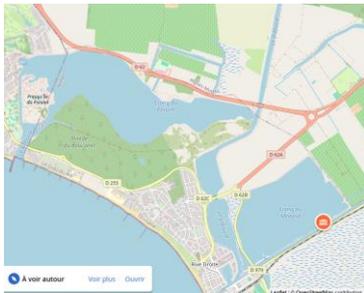


C'est à 32 randonneurs que nous nous retrouvons au Pont des Abîmes au Grau du Roi.

Cette belle balade traverse le Bois du Boucanet en longeant l'étang du Ponant.

« Cet espace naturel fait partie du réseau de sites protégés européens Natura 2000 - site « Petite Camargue Gardoise » n°FR9101406, représente un enjeu écologique majeur pour la préservation de nombreux habitats naturels des complexes dunaires – notamment ses dunes boisées à pins pignons - et la conservation des espèces floristiques et faunistiques associées. »

Nous rencontrons les chevaux et les oiseaux (Cormorans, Signes, Flamants...) et marchant entre les tamaris au plus près de l'eau, nous atteignons l'embouchure du Vidourle qui se jette à la fois dans l'étang du Ponant et dans l'étang du Médard.



Nous nous dirigeons vers le château d'eau du Grau du Roi à travers la Pinède en essayant de pratiquer la respiration Afghane mais il faut éviter quelques flaques (bain de pieds pour certains...). Le pique-nique s'organise sur la plage, les rochers des digues constituent des sièges confortables avec vue sur mer calme.

Les  $\frac{3}{4}$  du parcours sont déjà effectués il ne reste plus qu'à longer la plage pour atteindre notre parking.

Un arrêt sur la plage en fin de parcours et nous effectuons quelques étirements avant de regagner nos voitures. Très belle journée

Domi