



# Entre terre et mer

3h  
10 kms  
aller/retour

## Circuit rouge sur le plan - aller et retour par le même sentier



**Information :** pour réaliser cette balade, contrôler les heures et coefficients de marées  
=> coefficient supérieur à 75, balade uniquement à marée basse  
=> coefficient inférieur à 75, balade à marée basse et marée haute.

### Accès au départ

Parking de la Réserve Naturelle des Prés Salés (port ostréicole).

Cette balade vous permet de découvrir un des sites incontournables d'Arès. A travers cette promenade d'environ 3h, vous déambulez sur les différentes zones du site : réservoirs à poissons, prés salés, dunes...



Depuis le point de départ, empruntez le sentier qui longe le bassin à gauche et les réservoirs à poissons à droite.



Arrivé à la première écluse, vous observez les anciens réservoirs à poissons. Les aigrettes garzettes s'y nourrissent et les cistudes d'Europe s'exposent au soleil. La table d'interprétation, installée près de la seconde écluse, explique la fonction des réservoirs.



La passerelle, édifice en bois et acier, permet de traverser le canal des étangs. Depuis son sommet, vous apercevez le sommet de la Dune du Pilat. Continuez votre chemin. Caractéristique du haut du prés salé, jonc maritime, jonc de Gérard et spartine bigarée jalonnent le sentier.



Le chemin serpente dans le pré salé, longe les vestiges de l'ancien ball trap et la roselière, avant de s'aventurer dans la dune boisée, jusqu'à la table d'interprétation. Depuis le sommet de la dune, vous bénéficiez d'un beau panorama sur les prés salés et la vasière. La diversité et l'étagement de la végétation en fonction des besoins en eau prend alors tout son sens.



Le sentier mène jusqu'à Jane de Boy (sur la commune de Lège-Cap Ferret). Vous pouvez faire demi-tour pour revenir jusqu'au Port Ostréicole.



Variante pour le retour : depuis Jane de Boy, repartez jusqu'au niveau de l'ancien ball trap et empruntez le sentier sur votre gauche. Arrivé à la route, longez la piste cyclable jusqu'à la Cabane du Résinier. Si elle est ouverte, arrêtez-vous un instant pour découvrir le petit écomusée. Puis continuez le long de la piste cyclable jusqu'au rond-point et suivez le chemin d'accès à la réserve qui vous ramène aux pelouses pionnières.



Les vélos et les animaux domestiques sont strictement interdits sur le site.

### Un milieu unique

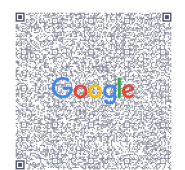
Plus grande zone d'aquitaine, les prés salés d'Arès-Lège recèlent d'une importante diversité animales et végétales, malgré les conditions de vie extrêmes. Mosaïque de micro-habitats naturels diversifiés, la Réserve Naturelle des Prés Salés est un havre de paix pour une multitude d'espèces animales.

Entre terre et mer, ce lieu est rythmé par les marées.

Pour d'autres idées balades, flashez-moi !



Laissez-nous votre avis sur Tripadvisor ou Google.



OFFICE DE TOURISME D'ARÈS  
05 56 60 18 07