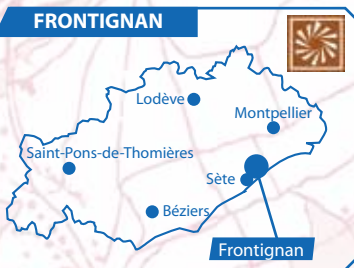




- 1 Se diriger vers le fond du vaste parking (P). À la fourche, partir à gauche. Monter à gauche une piste caillouteuse.
- 2 S'engager à droite sur le sentier, en lisière de la plantation de pins (🌲) vue sur le vignoble de Frontignan, l'avant-port de Sète et la mer). Le sentier grimpe dans les pins et atteint un chemin. Aller à droite et à nouveau à droite, à la piste.
- 3 Sous le Pioch de la Barre, prendre la piste qui monte et contourner cette colline. Parvenir à un carrefour de pistes au niveau d'un col. Poursuivre en face, atteindre une large piste. Se diriger à gauche.
- 4 Prendre la piste à droite qui descend progressivement. Passer sous la ligne à haute tension et rejoindre une autre piste au niveau d'une citerne. Aller à gauche jusqu'à une fourche au niveau d'un reboisement de pins.
- 5 Se diriger à gauche (🌲) vue sur l'Étang de Thau, Balaruc-les-Bains, les tables d'ostréiculture de Bouzigues, Sète et le mont Saint-Clair, le lido et le mont Saint-Loup). La piste monte progressivement, passe sous deux lignes à haute tension et parvient à un carrefour. S'engager en face au milieu des pins. 50 m plus loin, tourner à droite et parvenir à la plateforme du Montjas (🌲) vue sur l'étang de Thau).
- 6 Descendre à gauche. Au chemin, aller à droite jusqu'à la piste caillouteuse. Descendre dans la plantation de pins en bordure du pare-feu, traverser un chemin. Retrouver le pare-feu.
- 2 Descendre et aller deux fois à droite, pour rejoindre le parking.

Le circuit se situe sur le massif de la Gardiole, marqueur fort et symbolique du paysage littoral. De ses sommets, vous découvrirez des points de vue exceptionnels sur les vignobles de Muscat, la Méditerranée et l'étang de Thau.



- ◆ La Cible (commune de Frontignan), à 30 km au sud-ouest de Montpellier par les D 612 et D 129
- ◆ P (GPS : N 43°26'51.3" – E 3°42'44.6") Parking de la Cible
- ◆ Sur le territoire des communes de : Frontignan, Balaruc-le-Vieux, Balaruc-les-Bains

## RECOMMANDATIONS



- > Rester sur les chemins balisés. Bien suivre le balisage.
- > Prévoir une réserve d'eau suffisante et se protéger du soleil.
- > Prévoir des chaussures de marche adaptées à la randonnée.
- > Respecter le milieu naturel, les propriétés privées.
- > En période de chasse, rester vigilant et respecter les panneaux indiquant les chasses en cours : pour tous renseignements, contacter la FDC34 : 04 67 42 41 55, contact@fdc34.com, fdc34.com.

## CONTACTS

- ◆ Office de Tourisme Archipel de Thau, 04 67 43 93 08, [www.thau-mediterranee.com](http://www.thau-mediterranee.com)
- ◆ Comité Départemental de la Randonnée Pédestre de l'Hérault 04 67 67 41 15, [www.ffrandonnee34.fr](http://www.ffrandonnee34.fr)



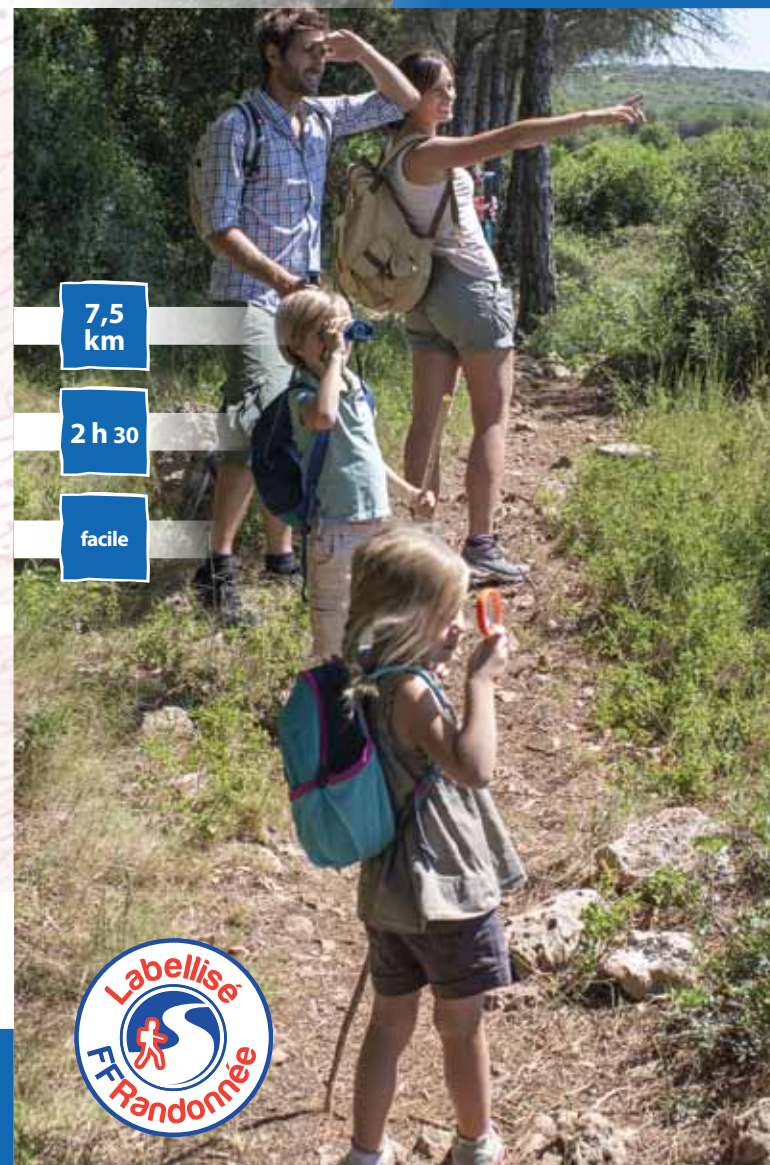
Itinéraire aménagé, entretenu et balisé par la Communauté d'agglomération Sète agglomération Méditerranéenne, avec l'appui technique du Comité Départemental de la Randonnée pédestre de l'Hérault, d'Hérault Sport et le soutien du Conseil Départemental de l'Hérault.

Les balcons  
de Thau  
Frontignan

Fiche

RANDOLLITORAL

L'ÉNOTOUR  
Hérault



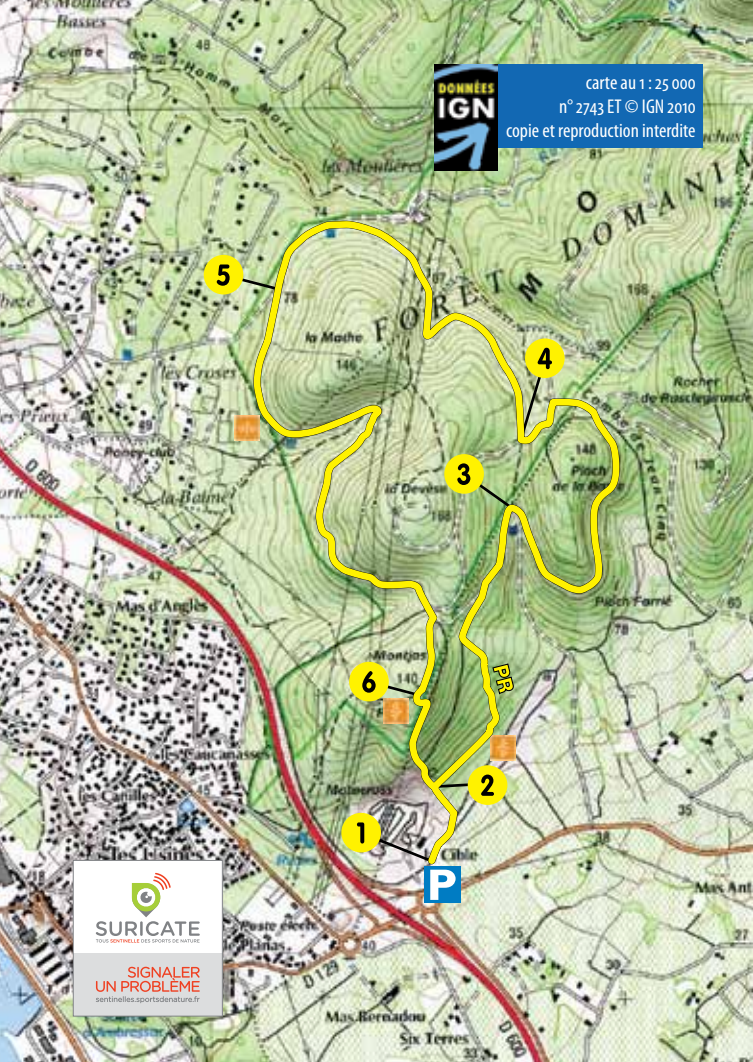
7,5  
km

2 h 30

facile



Papier issu de forêts gérées durablement. Ne pas jeter sur la voie publique. Conception: CDRP34, Nicolas Vincent Editions / Textes et photos: CDRP 34, Sète Agglopolie Méditerranéenne, Olivier Octobre, Karen Prosnier, Cavailles NIP / Impression: Impact / 2021



carte au 1 : 25 000  
n° 2743 ET © IGN 2010  
copie et reproduction interdite



### LÉGENDE DE LA CARTE

- Tracé de l'itinéraire
- Repères chiffrés
- Parking

- Prudence
- À voir
- Point de vue

- Bonne direction
- Changement de direction
- Mauvaise direction

### CODE DE BALISAGE

### AUTRES RECOMMANDATIONS :

> Déconseillé par fortes chaleurs. Feux interdits. Retour du circuit pentu et caillouteux. Rester sur les chemins balisés, activité chasse importante. **Numéro de secours : 112**



## LE VIGNOLE DE MUSCAT

Ce vignoble s'étale aux pieds du massif de la Gardiole. Ses collines calcaires offrent au vignoble de Muscat un écrin protégé des vents desséchants Mistral et Tramontane. Exposé plein sud, il profite en revanche de l'influence des vents marins qui apportent humidité et fraîcheur, précieuses pour la maturation progressive mais très poussée des raisins qui servent à l'élaboration de ce vin doux naturel. Plusieurs centaines d'hectares tapissent les contreforts de la Gardiole.

Les méthodes spécifiques de culture de cette vigne caractérisée par la méthode de taille ancestrale dites en « gobelet », ainsi qu'une vendange manuelle et tardive, offrent aux promeneurs d'automne un paysage collinaire aux reflets jaunes et roux.



## LES GARRIGUES À CHÊNES KERMÈS

Le chêne kermès est très répandu sur la Gardiole, massif peu élevé et très ensoleillé avec un sol calcaire compact. Ce chêne parmi les plus petits du genre fait des buissons très denses, d'un à deux mètres de hauteur, s'étalant en largeur jusqu'à constituer de vastes landes compactes, impénétrables. En occitan, le chêne kermès est appelé « garric », proche du mot « garrigue » qui désigne une lande maigre et pierreuse où domine le chêne. Il est aussi, avec ses innombrables rameaux secs, un propagateur de flammes aussi efficace que les cistes également très présents sur le massif.

Dans l'économie rurale, la place du kermès était importante : fagots pour chauffer les fours ou ramoner la cheminée. Mais, c'est un insecte, la cochenille, qui a fait sa célébrité et son nom : « quercus coccifera », « chêne qui porte la cochenille ». Ce parasite, qui vit sur ses rameaux, renferme une matière colorante rouge vif employée à la teinture des étoffes précieuses. Jusqu'au XVIII<sup>e</sup> siècle, dans la Gardiole, la récolte de cette graine de vermillon rapportait pas mal d'argent. De nos jours, la cochenille est devenue rare, peut-être à cause des incendies fréquents.



## LA LAGUNE DE THAU ET LA CONCHYLICULTURE

La lagune de Thau est le plus grand plan d'eau de la région Occitanie. Il a une superficie d'environ 7 500 hectares et une profondeur moyenne de 5 mètres. Depuis l'Antiquité, l'étang est un lieu d'élevage d'huîtres et de coquillages.

Depuis la Gardiole, les parcs à huîtres s'étendent à perte de vue. Le bassin de Thau et sa façade maritime constituent la plus grosse zone conchylicole de la Méditerranée avec 2 800 « tables » ou parcs à huîtres. C'est l'absence de marée qui a imposé la mise en oeuvre de techniques spécifiques au milieu lagunaire : l'élevage en suspension appelé « table ». Il faut environ 12 mois pour produire des huîtres dans l'étang de Thau.

### À VOIR

- ◆ **Les villages environnant** de Frontignan, Balaruc-les-Bains, Balaruc-le-Vieux, Vic-la-Gardiole
- ◆ **Les plages de la Méditerranée** à Frontignan et Vic-la-Gardiole

### À DÉGUSTER

- ◆ **Les huîtres, les tielles, les muscats**, chez les producteurs locaux et dans les halles et marchés des villages

### À VISITER

- ◆ **Le Jardin Antique Méditerranéen** à Balaruc-les-Bains, 04 67 46 47 92
- ◆ **Le Musée de l'étang de Thau** à Bouzigues, 04 67 78 33 57
- ◆ **La Villa Loupian**, 04 67 18 68 18
- ◆ **Les musées** de Sète et Frontignan
- ◆ **Les autres PR : La Gardiole** au départ de l'abbaye Saint-Félix de Montceau à Gigean, **Le bois des Aresquiers** à Vic-la-Gardiole, **Les collines de la Moure** à Montbazin.

**Contact général :** Office de Tourisme Archipel de Thau Méditerranée, [www.thau-mediterranee.com](http://www.thau-mediterranee.com)