

D'avril
à septembre
2010



Frontignan, mes balades nature

www.tourisme-frontignan.com



Entre mer et collines, **Méditerranée et Gardiole**, les **balades nature** vous invitent à découvrir un **patrimoine naturel protégé**, à pied, à vélo ou sur l'eau. Respirez un grand bol d'air au cœur de nos plus beaux sites !



■ BALADES POUR TOUS

Les anciens salins

Dès 1334, les Salins de Frontignan furent exploités. Fermé depuis 1968, ce site protégé, chargé d'histoire est un palais des curiosités : plantes halophiles, aigrettes ou encore sternes accompagnent l'histoire du sel. À découvrir à pied ou à vélo (voir calendrier).

● **Tarif**

Mares et lavognes des Garrigues

Ces retenues d'eau spontanées ou artificielles émaillent le Massif de la Gardiole : balades nocturnes à la découverte des batraciens. N'oubliez pas votre lampe torche !

● **Tarif** : 5 € (gratuit - 12 ans)

Coquillages et laisses de mer

Ils ont des millions d'années et se sont doucement érodés. Leurs couleurs indiquent leur provenance et la mer les dépose à nos pieds... Observez ce que la mer a «laissé» et comprenez comment elle a créé le lido, et comment elle le façonne encore aujourd'hui...

● **Tarif** : 5 € (gratuit - 12 ans)

■ BALADES « P'TITS ÉCOLOS »

Les aventuriers du sel

Découvrez en famille, au cours d'un rallye, les secrets des anciens salins de Frontignan et les différentes étapes de la récolte du sel. Qui saura retrouver la récolte du sel. Qui saura retrouver la dame Salicorne ?

Jeux de l'oeil géant, où pour avancer il faut savoir écouter...

● **Tarif**

■ BALADES SUR L'EAU

Escapade de port en port

En bateau, découvrez le passé maritime de Frontignan, ancien port d'amirauté et l'histoire de la création de Sète, du port et du canal. 1h aller/1h retour et 1h30 quartier libre à Sète.

● **Tarifs** : 15 € adulte, 7 € (de 3 à 10 ans)

Une forêt les pieds dans l'eau

Suivez les libellules et venez à la rencontre d'un écosystème très complexe qui permet à une forêt de vivre, grandir à proximité d'une étendue salée. Balade ombragée entre doud et salé. À découvrir à pied ou à vélo (voir calendrier).

● **Tarif** : 5 € (gratuit - 12 ans)

Une boussole dans la tête

Chaque année les lagunes sont un lieu d'accueil pour de nombreux oiseaux migrateurs. Ils sont bien conscients de la richesse des étangs languedociens, mais vous, savez-vous ce qu'ils viennent y chercher ?

● **Tarif** : 5 € (gratuit - 12 ans)

Trésors cachés des Garrigues

A travers un itinéraire bucolique, découvrez les singularités de la Gardiole, un milieu en perpétuelle évolution à l'identité forte et riche d'une biodiversité étonnante.

● **Tarif** : 5 € (gratuit - 12 ans)

Lido, un bien joli mot

Sous la surface de l'eau il se passe des choses étranges... Participez à l'élaboration d'un aquarium éphémère. N'oubliez pas votre serviette de bain !

● **Tarif** : 5 € (gratuit pour les accompagnants)

Pêche en mer

Sur un bateau équipé d'un détecteur de poissons, partez avec un « vrai pêcheur ». Canne et appâts fournis.

● **Tarifs** : 25 € pêcheur et 15 € pour les accompagnants

Promenade en mer

Posez un autre regard sur Frontignan vu du large, lors d'une balade commentée...

● **Tarif** : 10 € et 5 € (de 3 à 10 ans)

Calendrier des balades

■ BALADES POUR TOUS

■ BALADES « P'TITS ÉCOLOS »

■ BALADES SUR L'EAU

avril

Mercredi 7	Escapade de port en port	9h
	. Une boussole dans la tête	14h
	<i>(journée de l'environnement)</i>	
Vendredi 9	Mares et lavognes	18h30
Samedi 10	Les anciens Salins de Frontignan	9h30
Mercredi 14	Escapade de port en port	9h
	. P'tits écolos-Aventuriers du sel	14h30
Vendredi 16	Mares et lavognes	18h30
Mercredi 21	Escapade de port en port	9h
	. P'tits écolos-Aventuriers du sel	14h30
Vendredi 23	Mares et lavognes	18h30
Samedi 24	Les anciens Salins de Frontignan	9h30
	<i>balade à vélo</i>	
Mercredi 28	Escapade de port en port	9h

mai

Mercredi 5	Escapade de port en port	9h
Samedi 8	Les anciens Salins de Frontignan	9h30
	<i>balade à vélo</i>	
Mercredi 12	Escapade de port en port	9h
	. P'tits écolos-Aventuriers du sel	14h30
	. Trésors cachés des Garrigues	16h30
Mercredi 19	Escapade de port en port	9h
	. Trésors cachés des Garrigues	16h30
Samedi 22	Les anciens Salins de Frontignan	9h30
Mercredi 26	Escapade de port en port	9h
Mercredi 26	P'tits écolos-Aventuriers du sel	14h30

juin

Mercredi 2	Escapade de port en port	9h
Vendredi 4	Pêche en mer	7h
	. Promenade en mer	11h15
Samedi 5	Les anciens Salins de Frontignan	9h30
	<i>balade à vélo</i>	
Mercredi 9	Escapade de port en port	9h
	. Coquillages et laisses de mer	16h30
Vendredi 11	Pêche en mer	7h
	. Promenade en mer	11h15
Mercredi 16	Escapade de port en port	9h
	. Trésors cachés des Garrigues	16h30
Vendredi 18	Pêche en mer	7h
	. Promenade en mer	11h15
Mercredi 23	Escapade de port en port	9h
	. Coquillages et laisses de mer	16h30
Vendredi 25	Pêche en mer	7h
	. Promenade en mer	11h15
Samedi 26	Les anciens Salins de Frontignan	9h30
Mercredi 30	Les anciens Salins de Frontignan	9h30
	. Escapade de port en port	9h
	. Trésors cachés des Garrigues	16h30

juillet

Jeudi 1	Les anciens Salins de Frontignan	17h30
Vendredi 2	Pêche en mer	7h
	. Promenade en mer	11h15
	. Une forêt les pieds dans l'eau	9h30
	<i>balade à vélo</i>	
Mardi 6	P'tits écolos-Aventuriers du sel	17h30
Mercredi 7	P'tits écolos-Lido un bien joli mot	17h30
Jeudi 8	Les anciens Salins de Frontignan	17h30
Vendredi 9	Pêche en mer	7h
	. Promenade en mer	11h15
	. Une forêt les pieds dans l'eau	9h30
	<i>balade à vélo</i>	
Mardi 13	P'tits écolos-Aventuriers du sel	17h30
Mercredi 14	P'tits écolos-Lido un bien joli mot	17h30
Jeudi 15	Les anciens Salins de Frontignan	17h30
Vendredi 16	Pêche en mer	7h
	. Promenade en mer	11h15
	. Une forêt les pieds dans l'eau	9h30
	<i>balade à vélo</i>	
Mardi 20	P'tits écolos-Aventuriers du sel	17h30
Mercredi 21	P'tits écolos-Lido un bien joli mot	17h30
Jeudi 22	Les anciens Salins de Frontignan	17h30
	<i>balade à vélo</i>	
Vendredi 23	Pêche en mer	7h
	. Promenade en mer	11h15
	. Une forêt les pieds dans l'eau	9h30
	<i>balade à vélo</i>	
Mardi 27	P'tits écolos-Aventuriers du sel	17h30
Mercredi 28	P'tits écolos-Lido un bien joli mot	17h30
Jeudi 22	Les anciens Salins de Frontignan	17h30
Vendredi 30	Pêche en mer	7h
	. Promenade en mer	11h15
	. Une forêt les pieds dans l'eau	9h30
	<i>balade à vélo</i>	

août

Mardi 3	P'tits écolos-Aventuriers du sel	17h30
Mercredi 4	P'tits écolos-Lido un bien joli mot	17h30
Jeudi 5	Les anciens Salins de Frontignan	17h30
Vendredi 6	Pêche en mer	7h
	. Promenade en mer	11h15
	. Une forêt les pieds dans l'eau	9h30
	<i>balade à vélo</i>	
Mardi 10	P'tits écolos-Aventuriers du sel	17h30
Mercredi 11	P'tits écolos-Lido un bien joli mot	17h30
Jeudi 12	Les anciens Salins de Frontignan	17h30
Vendredi 13	Pêche en mer	7h
	. Promenade en mer	11h15
	. Une forêt les pieds dans l'eau	9h30
	<i>balade à vélo</i>	
Mardi 17	P'tits écolos-Aventuriers du sel	17h30
Mercredi 18	P'tits écolos-Lido un bien joli mot	17h30
Jeudi 19	Les anciens Salins de Frontignan	17h30
	<i>balade à vélo</i>	

MES BALADES NATURE 2010

Suite du calendrier des balades du mois d'août

- Vendredi 20 . Pêche en mer 7h
 . Promenade en mer 11h15
 . Une forêt les pieds dans l'eau 9h30
balade à vélo
- Mardi 24 P'tits écolos-Aventuriers du sel 17h30
- Mercredi 25 P'tits écolos-Lido un bien joli mot 17h30
- Jeudi 26 Les anciens Salins de Frontignan 17h30
- Vendredi 27 . Pêche en mer 7h
 . Promenade en mer 11h15
 . Une forêt les pieds dans l'eau 9h30
balade à vélo
- Mardi 31 P'tits écolos-Lido un bien joli mot 17h30

septembre

- Mercredi 1 Escapade de port en port 9h
- Vendredi 3 . Pêche en mer 7h
 . Promenade en mer 11h15
 . Une forêt les pieds dans l'eau 9h30
balade à vélo
- Samedi 4 Les anciens Salins de Frontignan 9h30
balade à vélo

- Mercredi 8 . Escapade de port en port 9h
 . Les anciens Salins de Frontignan 9h30
- Vendredi 10 . Pêche en mer 7h
 . Promenade en mer 11h15
 . Une forêt les pieds dans l'eau 9h30
balade à vélo
- Mercredi 15 Escapade de port en port 9h
- Vendredi 17 . Pêche en mer 7h
 . Promenade en mer 11h15
 . Une forêt les pieds dans l'eau 9h30
balade à vélo
- Samedi 18 Les anciens Salins de Frontignan 9h30
(journée du patrimoine)
- Mercredi 22 Escapade de port en port 9h
- Vendredi 24 . Pêche en mer 7h
 . Promenade en mer 11h15
 . Une forêt les pieds dans l'eau 9h30
balade à vélo
- Mercredi 29 Escapade de port en port 9h
- Mercredi 29 Les anciens Salins de Frontignan 9h30

■ ET AUSSI

Les balades gourmandes

D'avril à septembre, le samedi ou le dimanche, les balades gourmandes vous ouvrent les portes des domaines de l'appellation pour partager le savoir-faire des vigneron et déguster les fameux muscats de Frontignan.

Les rendez-vous du lundi

Autour d'un verre de muscat, rencontre interactive pour découvrir la ville, ses activités et animations. Dégustation de produits du terroir. Paniers gourmands à gagner (loterie gratuite).

Renseignements et réservations : office de tourisme 04 67 18 31 60

Réservation obligatoire : nombre de places limité

LE RANDONNEUR EST PREVOYANT

- . J'emmène une bouteille d'eau et m'hydrate régulièrement
- . Selon la météo, je prends chapeau ou veste
- . Je porte des chaussures adaptées à la marche
- . Si j'amène mon compagnon à quatre pattes, il sera tenu en laisse
- . Je respecte la nature et repars avec mes déchets
- . Je téléphone rapidement en cas d'empêchement afin de libérer ma place pour un autre randonneur
- . Les chemins empruntés ne conviennent pas aux poussettes
- . Bébé sera ravi de vous accompagner dans un « porte-bébé »
- . Un véhicule est indispensable pour se rendre sur le lieu de départ

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération

Plus d'infos sur www.tourisme-frontignan.com

