

La Grande Capoulade



Visorando



Randonnée n°690302

Une randonnée proposée par zegratman

Le sentier de la Grande Capoulade permet de découvrir la Clape côté Gruissan, offrant une double vue: Étang de Bages et de Gruissan.
Cette randonnée suit l'itinéraire balisé sur place qui est différent de celui indiqué sur la carte IGN.

Durée :	2h00	Difficulté :	Facile
Distance :	6.57km	Retour point de départ :	Oui
Dénivelé positif :	53m	Activité :	A pied
Dénivelé négatif :	54m		
Point haut :	56m	Commune :	Gruissan (11430)
Point bas :	1m		

Description

Pour se rendre au départ, un bon plan est de se garer près du passage de Sainte-Marie à l'Ouest de l'Étang de Gruissan. Une fois le pont traversé, il reste 250 mètres pour atteindre le départ de la randonnée.

(D/A) La randonnée est balisée tout du long. Elle débute par une partie plane, qui longe les marais proches de l'étang vers le Nord-Ouest, offrant une jolie vue sur le l'Île St-Martin et le rocher de Conilhac tout proche. Au bout de cette partie plane, un hameau abandonné apparaît : les cabanes de Gruissan. Il s'agit de petites habitations récemment squattées d'un côté, mais aussi faisant apparaître des habitations plus anciennes, délabrées.

(1) Le chemin, qui devient caillouteux, monte alors sur la droite en longeant les vignes du domaine de Bertheliés. En été, les cigales vous feront la fête tout le long de la montée. Après avoir longé le domaine viticole, vous arrivez au point culminant de la randonnée.

(2) La vue est cependant bouchée par les pinèdes et il faut s'avancer un peu plus pour obtenir la vue magique sur l'Île Saint-Martin avec, d'un côté, l'Étang de Bages et de l'autre, l'Étang de Gruissan. Le chemin se faufile alors dans la petite forêt de pinèdes, avec sur le côté droit des trouées régulières qui permettent d'entrevoir le paysage offert par les deux étangs. Cette partie est plane et le chemin se resserre, pour aboutir au final sur un escalier de randonnées, en forte descente, donnant sur le lieu-dit de la Capoulade qui donne le nom à cette randonnée. La vue sur Gruissan y est imprenable.

(3) La suite consiste en une partie plane très facile (partie en graviers, voire goudronnée) qui bifurque dans la garrigue pour faire le tour du lieu-dit Saint-Laurent, offrant une jolie balade au milieu d'anciens jardins où les plantes aromatiques foisonnent. Le chemin se rétrécit en une voie unique en légère descente, mais pas de grande difficulté. Cette portion n'apparaît pas sur la carte IGN ! Pourtant elle est parfaitement praticable.

(4) La fin de parcours est très facile sur la piste qui entoure l'étang de Gruissan. N'hésitez pas à prendre le temps de lire les panneaux qui longent le chemin et vous donnent des informations sur la faune et la flore qui habite ce lieu. Sur la droite vous longerez les vignobles de la Capoulade, suivi de la colline qui porte encore une fois ce nom. Arrivez au point de départ **(D/A)**.

Informations pratiques

Randonnées familiales nécessitant un équipement minimal.

Donnez-nous votre avis sur : <https://www.visorando.com/randonnee-la-grande-capoulade/>

Points de passages

D/A Stationnement près du passage de Sainte-Marie

N 43.110697° / E 3.065734° - alt. 3m - km 0

1 Les Cabanes de Gruissan

N 43.121677° / E 3.051089° - alt. 10m - km 2.3

2 Vue des étangs

N 43.118232° / E 3.059973° - alt. 55m - km 3.41

3 La Capoulade

N 43.119359° / E 3.065981° - alt. 41m - km 3.96

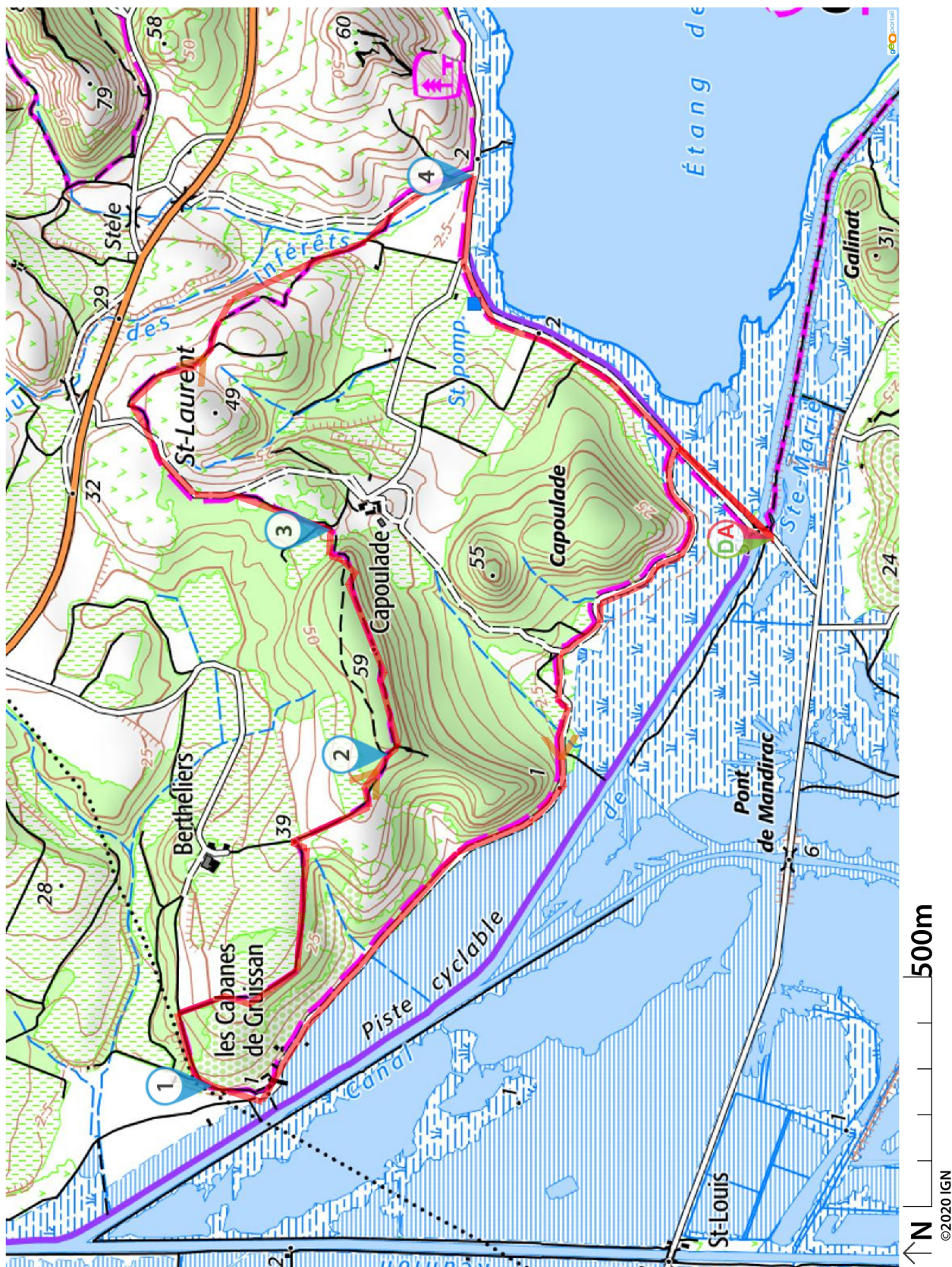
4 La piste

N 43.116571° / E 3.075465° - alt. 4m - km 5.45

D/A Stationnement près du passage de Sainte-Marie

N 43.110713° / E 3.065734° - alt. 3m - km 6.57

Téléchargez l'application Visorando pour suivre cette randonnée



Visorando et l'auteur de cette fiche ne pourront pas être tenus responsables en cas d'accident survenu sur ce circuit.



LA CHARTE

du *visorandonneur*

Préparation de sa randonnée



BIEN CHOISIR SA RANDONNÉE

en fonction de sa durée, et de sa difficulté, en fonction de ses compétences et de sa condition physique.



CONSULTER LA MÉTÉO

et se renseigner sur les particularités du site : neige, température, horaires et coefficient des marées, vent, risque d'incendie...



S'ÉQUIPER EN CONSÉQUENCE

équipement particulier, moyen d'alerte, trousse à pharmacie, vêtements... et prendre de quoi boire et s'alimenter.



PRÉVENIR

au moins une personne du projet de randonnée.

Comportement pendant la randonnée



RESTER SUR LES SENTIERS

(sauf cas exceptionnel).



RESPECTER

les cultures et les prairies, ne pas cueillir ou ramasser les fruits.



RESPECTER LES INTERDICTIONS

propres au site : ne pas cueillir, ne pas faire de feu, ne pas camper...



REFERMER

les clôtures et barrières après les avoir ouvertes, demeurer prudent en cas de troupeau et s'en écarter.



RAMENER SES DÉCHETS

ne pas laisser de traces de son passage.



ÊTRE DISCRET

respectueux et courtois vis à vis des autres usagers.



GARDER LA MAÎTRISE DE SON CHIEN

le tenir attaché, l'avoir auprès de soi à chaque croisement d'autres usagers, pouvoir le rappeler à tout moment. Randonner avec son chien est à proscrire en présence de troupeaux.



LA NATURE EST UN MILIEU VIVANT

qui évolue avec le temps, randonner c'est partir à l'aventure avec les risques qui y sont liés. Savoir renoncer et faire demi-tour est aussi un geste responsable.

Qu'il soit privé ou public, vous randonnez toujours sur un terrain ne vous appartenant pas, particulièrement s'il est privé, les propriétaires autorisent (généreusement, gracieusement ou aimablement) le passage.

Merci de ne pas poursuivre en justice en cas d'accident ceux chez qui vous randonnez au risque de se voir interdire ce loisir; mais vous pouvez signaler tout risque rencontré.