

## Gruissan/Massif de la Clape : circuit rouge

Ayant plusieurs fois traversé le massif de la Clape en voiture, j'ai toujours désiré y faire un rando à pied ou en VTT. C'est chose faite en ce mois d'avril 2016 en compagnie de mon fils.

Belle balade qui permet de rencontrer divers types de terrains, terrains qui demandent un peu d'entraînement et surtout l'habitude du VTT.

### Accès :

A Gruissan, se garer sur le grand parking situé quai de l'étang. Le départ du circuit ( et des autres) se fait du parking

### Distance :

22,3 km

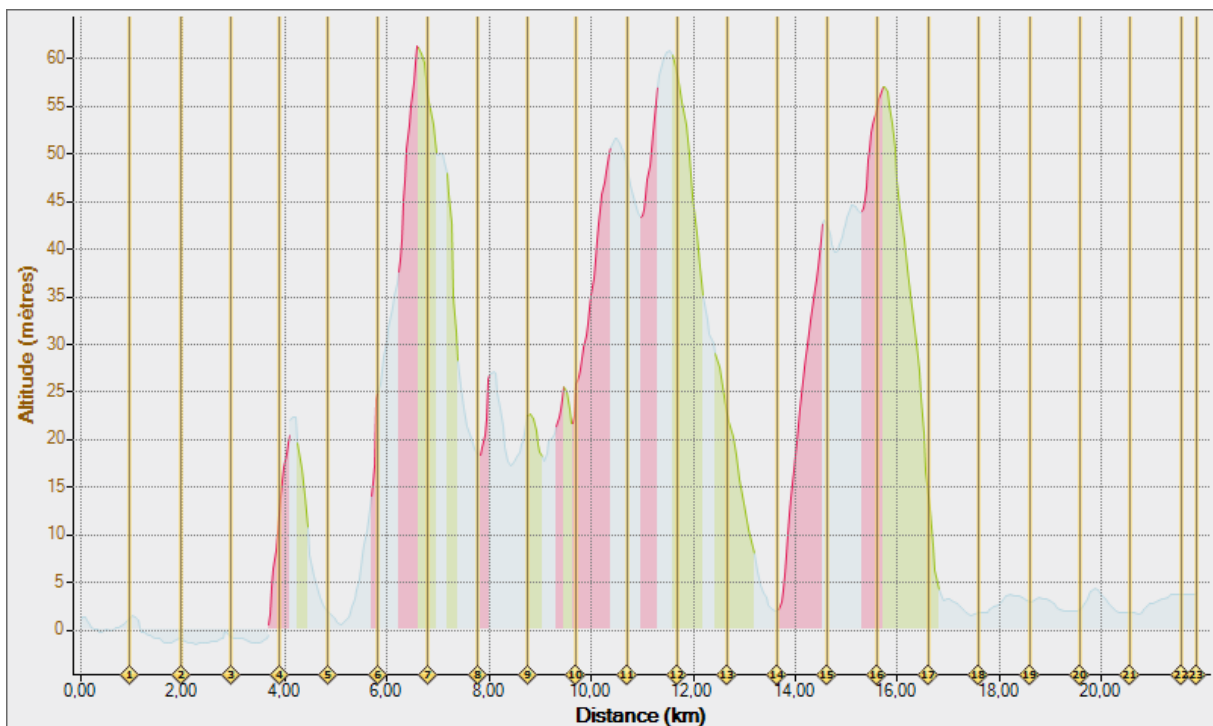
D+ : 198 m

D- : 198 m

D total : 396 m

### Carte :

IGN ech 1/25 000 2546 Ouest Narbonne



Ce circuit étant parfaitement tracé, il ne m'est donc pas nécessaire de vous en faire une description détaillée.....juste vous relatez mes impressions.

Hier, nous avons commencé cette sortie mais après quelques kilomètres, un bris de chaîne nous a contraints à faire demi-tour. Aujourd'hui le mal est réparé et nous voici de nouveau au départ de cette balade.

Du parking, le circuit contourne la tour Barberousse en longeant l'étang de Gruissan. Attention car vous roulez sur un espace partagé avec les piétons...prudence et courtoisie !

Très beau village que le village de Gruissan. Posé entre mer et étang, il mérite que l'on y passe un peu de temps à le découvrir.

Au bout du port, le circuit emprunte sur la droite une passerelle et ensuite un sentier entre les canaux de Sainte Marie, celui du Grazel et l'étang de Gruissan. Le sentier est étroit et caillouteux. Il s'en faut de peu que je chute dans le canal ! Les secousses sont « puissantes » et il est conseillé de garder de la vitesse afin de ne pas bloquer la roue avant sur les gros blocs de pierre. A part cela, la vue sur Gruissan est belle.

Après un bon kilomètre de secousses, nous franchissons de nouveau une passerelle. Sur notre droite, un superbe point de vue sur Gruissan et son étang. Au loin, les Pyrénées brillent sous le soleil. Après un petit bout de bitume, le sentier part sur la gauche dans un bon sentier pour effectuer un détour entre forêt de pins et vignes avec en prime un premier raidillon à monter et un autre à descendre. Au bout, nous retrouvons l'étang.

Après avoir longé celui-ci sur quelques dizaines de mètres, nous tournons à gauche dans un sentier.

Il va monter pendant environ 1,4 km. Tout d'abord, il traverse la D32 puis après il tourne franchement à droite. Au point culminant, nous attaquons la descente dans un terrain varié, descente d'environ 1,3 km. Ensuite, nous roulons sur une partie plus plate sur 1 km qui nous mène au pied d'une nouvelle montée longue d'environ 2,5 km. Lors de cette montée, nous traverserons des vignes et des bois de pins sur du sentier ou des bouts de route vigneronnes.

La descente, longue d'environ 2km, nous mène devant le centre de l'INRA, puis après avoir tourné à droite, le sentier monte de nouveau sur deux kilomètres. Nous attaquons la dernière descente qui nous conduit jusqu'à la piste cyclable qui longe la D332. Dernière « bourre » avec le fiston et nous avalons les derniers kilomètres pour arriver à notre point de départ.

Belle balade dans ce superbe massif de la Clape où les paysages sont à la hauteur des efforts demandés !

Avril 2016