

Sentier de la Réserve Naturelle de l'étang de Cousseau

7,5km - 2h30

Modéré / Moderate / Gemäßigt



 Lacanau



Office de Tourisme Médoc Atlantique

Place de l'Europe, 33680 Lacanau

info@medoc-atlantique-tourisme.com • 05 56 03 21 01

medoc-atlantique.com

Autres balades
à Lacanau





Découvrez la Réserve Naturelle de l'étang de Cousseau, entre dunes boisées et marais. Depuis le parking de Marmande, ce parcours permet d'observer une flore et une faune variées, dont les grues cendrées en hiver, et de profiter des belvédères et tours d'observation pour admirer l'étang, les marais et les dunes. Une promenade paisible au cœur de ce site naturel du Médoc.

Discover the Étang de Cousseau Nature Reserve, nestled between wooded dunes and marshes. Starting from the Marmande car park, this trail offers the chance to observe a variety of flora and fauna, including grey cranes in winter, and to enjoy the viewpoints and observation towers to admire the lake, marshes and dunes. A peaceful walk in the heart of this natural site in the Médoc.

Entdecken Sie das Naturschutzgebiet Étang de Cousseau zwischen bewaldeten Dünen und Sümpfen. Vom Parkplatz Marmande aus können Sie auf diesem Rundweg eine vielfältige Flora und Fauna beobachten, darunter im Winter Graukraniche, und von den Aussichtspunkten und Aussichtstürmen aus den Teich, die Sümpfe und die Dünen bewundern. Ein ruhiger Spaziergang im Herzen dieses Naturgebiets im Médoc.

D Point de départ

Parking d'accès à la Réserve Naturelle.

Parking to access the Nature Reserve.

Parkplatz für den Zugang zum Naturschutzgebiet.

Règles à respecter

Feux et bivouacs interdits.

Fires and bivouacs prohibited.

Feuer und Biwakieren verboten.

Utilisez les poubelles des aires de pique-nique.

Use the picnic area bins.

Mülltonnen an den Picknickplätzen nutzen.

Restez sur les chemins.

Stay on the paths.

Auf den Wegen bleiben.

Chiens tenus en laisse.

Dogs on a leash.

Hunde an der Leine.



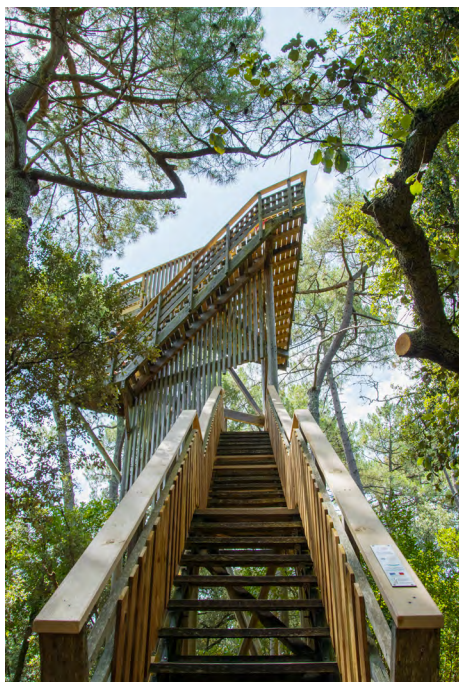
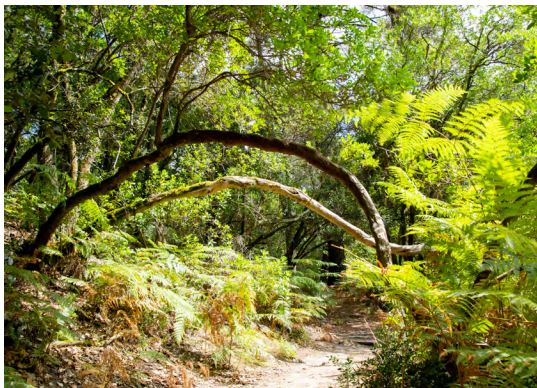
[1.] Le départ de la balade est signalé par un panneau explicatif au fond du parking sur la droite. Suivez la piste au milieu des pins et des arbousiers. Attention la piste est partagée avec les vélos. Poursuivez tout droit sur le chemin d'accès. Continuez tout droit en direction du « Circuit Etang de Cousseau ». Vous arrivez à un carrefour de Cousseau. Suivez le sentier gravillonné.

[2.] Le parcours serpente au milieu de la forêt. Vous atteignez l'entrée de Lesperon, disposant d'un parc à vélos. La boucle du sentier d'interprétation débute ici. Un panneau vous présente l'ensemble du parcours. Vous découvrirez les premières bornes en bois illustrées.

[3.] Vous évoluez sur des dunes anciennes boisées d'arbousiers, de Chênes verts... Au bas de la dune, tournez à droite. Montez en direction du point de vue de l'étang de Cousseau. Continuez à droite à la patte d'oie, pour le petit détour par la tour d'observation.

[4.] Revenez sur vos pas. Suivez le chemin qui redescend vers les rives de l'étang. Vous atteignez la clairière, bordée de roseaux. Traversez-la pour continuer vers la droite à l'entrée de Règue-Verte ou à gauche pour rejoindre la dune de Lesperon. Prenez le temps pour monter à la tour et observer la vue sur l'Etang.

[5.] Depuis Règue-Verte, partez à gauche puis, au niveau du point 3 au croisement reprenez les escaliers sur votre droite pour vous engager sur le chemin du retour jalonné de panneaux indiquant le parking de Marmande (parking d'accès de la Réserve Naturelle).





🚰 [1.] The start of the walk is marked by an information sign at the back of the parking lot on the right. Follow the trail through the pines and strawberry trees. Be careful—the path is shared with cyclists. Continue straight along the access path. Keep going straight towards the “Étang de Cousseau Circuit.” You will arrive at the Cousseau junction. Follow the gravelled path.

[2.] The trail winds through the forest. You reach the entrance of Lesperon, which has a bike rack. The interpretive trail loop starts here. A sign presents the entire route. You will discover the first illustrated wooden markers.

[3.] You are walking on ancient dunes covered with strawberry trees, holm oaks, and more. At the base of the dune, turn right. Ascend towards the viewpoint over the Étang de Cousseau. At the fork, continue to the right for a short detour to the observation tower.

[4.] Retrace your steps. Follow the path that descends toward the shores of the pond. You reach the clearing, lined with reeds. Cross it to continue to the right toward the entrance of Règue-Verte, or go left to return to the Lesperon dune. Take some time to climb the tower and enjoy the view of the Étang.

[5.] From Règue-Verte, head left, then at point 3 at the crossroads, take the stairs on your right to join the return path, marked with signs pointing to the Marmande parking lot (the access parking for the Nature Reserve).

🇩🇪 [1.] Der Beginn des Spaziergangs ist durch ein Informationsschild am Ende des Parkplatzes auf der rechten Seite gekennzeichnet. Folgen Sie dem Weg durch die Kiefern und Erdbeerbäume. Achtung: Der Weg wird mit Radfahrern geteilt. Gehen Sie geradeaus auf dem Zugangsweg weiter. Gehen Sie geradeaus in Richtung „Circuit Étang de Cousseau“. Sie erreichen die Kreuzung von Cousseau. Folgen Sie dem geschotterten Weg.

[2.] Der Weg schlängelt sich durch den Wald. Sie erreichen den Eingang von Lesperon, wo ein Fahrradständer verfügbar ist. Die Schleife des Interpretationspfads beginnt hier. Ein Schild zeigt den gesamten Verlauf. Sie entdecken die ersten illustrierten Holzpfeile.

[3.] Sie gehen über alte Dünen, die mit Erdbeerbäumen, immergrünen Eichen und weiteren Bäumen bewachsen sind. Am Fuß der Düne biegen Sie rechts ab. Steigen Sie hinauf zum Aussichtspunkt über den Étang de Cousseau. Am Gabelweg gehen Sie rechts für einen kurzen Abstecher zum Aussichtsturm.

[4.] Gehen Sie denselben Weg zurück. Folgen Sie dem Pfad, der zu den Ufern des Teichs hinabführt. Sie erreichen die Lichtung, die von Schilf gesäumt ist. Überqueren Sie sie, um rechts zum Eingang von Règue-Verte weiterzugehen, oder links, um zur Düne von Lesperon zu gelangen. Nehmen Sie sich Zeit, den Turm zu besteigen und die Aussicht auf den Étang zu genießen.

[5.] Von Règue-Verte aus gehen Sie nach links, und an Punkt 3 an der Kreuzung nehmen Sie die Treppe auf der rechten Seite, um auf zum Rückweg zu gelangen, der mit Schildern zum Parkplatz Marmande (Zugang zum Naturschutzgebiet) gekennzeichnet ist.