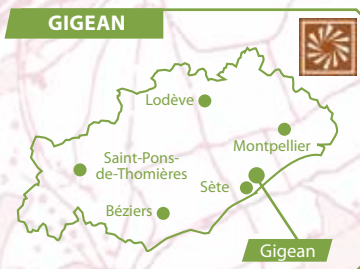




- 1 Du parking (P), emprunter la piste principale, qui monte dans le massif de la Gardiole (📍 point de vue sur l'abbaye, Gigean et les éoliennes des collines de la Moure).
 - 2 Dans le virage, quitter la piste et descendre à gauche par le sentier caillouteux. Rester sur la sente principale. Au carrefour, se diriger à droite. Plus bas dans la descente, couper à droite pour rejoindre le vallon. Aller à droite sur 100 m et, à gauche, franchir le ruisseau souvent à sec de la Barbrière. Monter en pente, passer sous la ligne à haute tension. Ignorer la piste à gauche et continuer en bordure d'une plantation cynégétique. Le sentier serpente à travers la végétation et rejoint un large coupe-feu. Poursuivre en face et, à la piste, se diriger à droite sur 200 m (séparation à droite avec le PR *Autour de l'abbaye*).
 - 3 Continuer tout droit face au pioch des Jasses. À droite, couper la piste par un sentier montant à travers les cèdres. Retrouver la piste, monter et poursuivre à gauche puis à droite, jusqu'au col (jonction PR).
 - 4 Monter par la piste en lacets et atteindre la piste DFCI (GAR1) sur le plateau de Lacan. Aller à gauche et atteindre un croisement au niveau d'une citerne peinte (séparation PR).
 - 5 Tourner à droite, puis encore à droite marcher jusqu'à la mare de Mège. Continuer en face, utiliser à droite la piste DFCI (GAR3), qui chemine en balcon sur le littoral méditerranéen (📍 point de vue sur le port de Sète, Frontignan et ses salins, l'étang d'Ingrill, le bois des Aresquiers, Vic-la-Gardiole et ses étangs). Passer à droite de l'ancien terrain d'aviation et, plus loin, atteindre un large carrefour au niveau des anciens puits de pétrole.
 - > **Variante courte (9,5 km, 3 h)** : en face, emprunter la piste DFCI (GAR2) sur 750 m et rejoindre le circuit principal au point 9.
 - 6 Tourner à gauche, marcher 150 m et quitter la piste à droite par un sentier rectiligne, en limite de forêt domaniale (📍 point de vue sur le lido entre Sète et Agde, l'étang de Thau et ses parcs à huître). Descendre jusqu'au col de Gigean.
 - 7 À droite, descendre par le sentier dans la combe du Mouchas. Remonter et accéder au col des Moulières Hautes.
 - 8 Monter à droite par la piste DFCI (GAR2). Rester sur la piste principale, passer deux virages en épingle (📍 point de vue à droite sur l'étang de Thau).
 - > **Accès au roc d'Anduze (10 mn A/R)** : À gauche, monter par un sentier et rejoindre le point culminant du massif (234 m).
- Continuer par la piste jusqu'à un large carrefour (jonction avec la variante).
- 9 Aller à gauche et, 250 m plus loin, quitter la piste à gauche par un sentier. De suite à droite, emprunter la sente qui descend vers l'abbaye (📍).

La Gardiole offre des panoramas exceptionnels aux randonneurs amoureux de paysages remarquables, de biodiversité et d'histoire. Icône du massif, l'abbaye Saint-Félix de Montceau est un signal paysager qui domine l'archipel de Thau.



- ◆ Abbaye de Saint-Félix de Montceau (commune de Gigean), à 27 km au sud-ouest de Montpellier par la D 613
- ◆ P (GPS : N 43°29'13.8" – E 3°43'36.2") Parking de l'abbaye de Saint-Félix de Montceau
- ◆ Sur le territoire des communes de : Gigean, Vic-la-Gardiole, Frontignan

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, traversée de pâturage, bien refermer les clôtures.
- > 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.

INFOS

- ◆ **Office de Tourisme Archipel de Thau,**
04 67 43 93 08, www.thau-mediterranee.com
- ◆ **Mairie de Gigean,**
04 67 46 64 64, www.ville-gigean.fr
- ◆ **Comité Départemental de la Randonnée Pédestre de l'Hérault**
04 67 67 41 15, www.ffrandonnee34.fr

Papier issu de forêts gérées durablement. Ne pas jeter sur la voie publique. Conception : FFRandonnée Hérault, Nicolas Vincent Editions. Textes et photos : CDRP34, Sète Agglopol Méditerranée, Olivier Octobre, Kaen Proserie, L'Impression - Impact, 2021.

14,5
km

4 h 30

moyen



Itinéraire aménagé, entretenu et balisé par la Communauté d'agglomération Sète agglomération Méditerranée, 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.



carte au 1 : 25 000
n° 2743 ET © IGN

copie et reproduction interdite

GIGEAN

LES GRANDS PAYSAGES

L'étymologie du nom « Gardiole » exprime un « lieu depuis lequel on regarde ». Sa forme étirée aux reliefs adoucis ponctués de piochs en fait un lieu privilégié d'observation du territoire environnant et un parcours de découvertes de panoramas intéressants sur les paysages alentour. Du fait de son orientation et sa forme, le massif présente des vues magnifiques : jeu des lumières sur les étendues d'eau que constituent la mer et les étangs, les parcelles agricoles en damier, zones humides des lagunes et vues plongeant sur les villages et agglomérations.

Formation calcaire, la Gardiole est un bâti pyrénéen qui a été créé par la Méditerranée. La topographie du massif est largement due aux mouvements tectoniques qui ont accompagné l'ouverture de la Méditerranée occidentale, il y a environ 35 millions d'années (Oligocène).

L'extension de la croûte terrestre a provoqué des effondrements qui ont isolé le massif de la Gardiole, la montagne de Sète et le Causse d'Aumelas, jusque-là solidaires.

L'ABBAYE SAINT-FÉLIX-DE-MONTCEAU

L'abbaye de moniales Bénédictines de Saint Félix de Montceau des XI^e et XIII^e siècles surplombant le village de Gigean, a été fondée en 1092. Dépendante de l'évêché de Maguelone, elle a rapidement prospéré grâce aux legs, terres, vignes, granges... et surtout à l'appui des divers Papes qui la protégèrent au vu de leur grande piété. La peste et les passages des grandes compagnies des bandes de Routiers, pillant, tuant et incendiant l'abbaye, furent la cause de son abandon en 1514, pour aller s'abriter derrière les remparts du village.

Depuis 1970, de nombreux chantiers permettent de la restaurer progressivement.



LA FAUNE ET LA FLORE DU MASSIF

La flore sauvage de la Gardiole recèle au moins 700 espèces avec de nombreuses raretés et espèces patrimoniales. Si les garrigues se caractérisent par leurs couleurs (cistes, romarins, pistachiers lentisques, salsepareille), leurs senteurs, elles offrent également de nombreuses plantes aromatiques telles que le thym, le romarin, la lavande, qui sont utilisées depuis toujours par les hommes pour se soigner, cuisiner ou se parfumer. Cette flore est caractéristique des territoires les plus chauds avec, en outre, l'abondance particulière de la caméléte et la présence de la myrthe dont la Gardiole constitue le seul site du Département.



La faune est moins bien connue que la flore. Vous pourrez croiser le chemin d'écureuils, de chevreuils, de genettes, de chauves-souris et la curieuse présence du campagnol des neiges. Quant aux oiseaux, c'est le groupe de loin le mieux connu : 124 espèces observées dont 76 se reproduisent sur le massif.

Enfin, l'été, vous serez surpris par le chant assourdissant des cigales.

À VOIR

- ◆ Le **village de Gigean**, Mairie de Gigean, 04 67 46 64 64, www.ville-gigean.fr
- ◆ Les **plages** de la Méditerranée et du Bassin de Thau

À DÉGUSTER

- ◆ Les **huîtres**, les **tielles**, les **muscats**, 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 : **Les Aresquières** à Vic-la-Gardiole et **Les collines de la Moure** à Montbazin

Visite guidée gratuite de l'abbaye avec l'application izi.TRAVEL à télécharger sur smartphone, mot clé « Gardiole »

Contact général : Office de Tourisme Archipel de Thau Méditerranée, www.thau-mediterranee.com

LÉGENDE DE LA CARTE

- Tracé de l'itinéraire
- 1 Repères numérotés
- P 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. Connexions avec d'autres PR : bien suivre les indications sur les panneaux. Au point 6, en cas de battue aux sangliers, poursuivre par la piste jusqu'au point 7. Dalles glissantes par temps de pluie sur le sentier, descendant à l'abbaye. Forte fréquentation VTT. **Numéro de secours** : 112

234 m

94 m

+ 379 m