

« FOS / MER Etang de l'Estomac » Date Vendredi 2 avril 2021

Association : *Amicopter*

Animateur	Baudouin Huguette/Isadorah
Tél. portable	06 30 30 03 56
Tél. fixe	
Adresse messagerie	isadorahgt@sfr.fr

Randonnée pédestre : l'Etang de l'Estomac à FOS/Mer

Le sentier pédestre permet de faire tout le tour de l'étang et de traverser les différents milieux du site. Une partie longe la digue séparant l'étang de la zone de salins. Bel endroit pour observer les laro-limicoles (oiseaux à grandes pattes) au printemps sans gêner leur nidification, nombreux panneaux explicatifs.

Situé entre la Camargue et l'étang de Berre, deux territoires de grandes valeurs ornithologiques, le site des étangs entre Istres et Fos offre un biotope pour des centaines d'oiseaux, jouant un rôle de zone refuge, d'alimentation ou de nidification tout au long de l'année, à proximité d'un territoire urbain et industriel, ce chapelet d'étangs situé au cœur de collines méditerranéennes est un paysage atypique en Provence calcaire.

En fin de balade visite du village médiéval de Fos « pour ceux qui le souhaitent ».



IMPORTANT l'heure de départ est effective

Inscription obligatoire : **OUI** auprès de **Bernard Ferrier 06 47 90 47 54**

Recommandations particulières : Accessible à tous les pieds « cassés, plats, niquelés »...

La veille, en cas de doute sur la météo, consultez votre messagerie ou téléphonez à l'Animateur.

Distance estimée	9.5 km
Dénivelée positive estimée	59 m
Durée marche estimée	3 h 30
Départ prévu à	10 h 00
Lieu de rendez-vous	Parking des Arène de FOS
Latitude	N 43 °25'53037 »
Longitude	E 4°56'52605
Altitude au départ	1 m
Pause pique-nique	oui

Cotation	P1		T1	X	Niveau	Randonneur Débutant	X
	P2	X	T2			Randonneur Moyen	
	P3		T3			Randonneur Confirmé	

Les deux critères sont notés T1 à T3 pour la technique et P1 à P3 pour le physique

P1 : Randonnée courte et facile, idéale pour un dimanche après-midi, même après un repas un peu lourd.	T1 : Présence de rochers ou d'un pierrier. Pas de grande difficulté pour un débutant.
P2 : Randonnée de 500 m. et plus restant faisable en une journée sans problème	T2 : Au moins un passage technique ou aérien (un échelle, un passage avec un câble)
P3 : Randonnée longue (parfois sur deux jours) ou éprouvante physiquement (montées et descentes ou terrain pénible...)	T3 : Randonnée aérienne ou comportant plusieurs passages difficiles pour les gens non habitués. Les gens suiets au vertige sont à assurer.

Rappel : la difficulté des randonnées est donnée à titre indicatif. De plus elle est indépendante des conditions météo et des conditions physiques ou psychologiques des randonneurs