

## A pie o en bici

### A PIE

**A**PIE, el Corazón de la Bahía de Arcachon se puede descubrir siguiendo el sendero del litoral o las orillas del río Leyre. Las joyas de esta zona son los dominios de Certes y de Graveyron y se encuentran a orillas de la Bahía. Son ideales para hacer una caminata tranquila y observar la fauna y la flora que allí habita.

A lo largo del sendero del litoral o al borde de la galería forestal de las orillas del río Leyre, se puede disfrutar del Corazón de la Bahía de Arcachon. Paséese a su ritmo o al ritmo de las mareas que cada día moldean un nuevo paisaje.



LOS DOMINIOS DE CERTES Y DE GRAVEYRON

Las antiguas marismas de agua salada fueron contenidas por diques en el siglo XVIII y posteriormente transformadas en embalses para peces. Actualmente se extienden por casi 550 hectáreas. El Conservatorio del litoral es el propietario y el Consejo Departamental de la Gironde se encarga de la preservación de las especies que allí viven. Los dominios pueden descubrirse libremente a pie y durante todo el año o, si lo prefiere, puede reservar una visita guiada organizada por el Consejo Departamental. Los dominios están clasificados como Espacios Naturales Sensibles y son los herederos de una rica historia humana.

#### Inscripción para visitas y reservas para espectáculos

Recepción de los dominios abierto todo el año  
+ 33 5 56 82 71 79 - [gironde.fr/nature](http://gironde.fr/nature)



Aproveche las numerosas excursiones a pie o en bicicleta gracias al folleto especial de paseos por el Corazón de la Bahía de Arcachon. Lo puede descargar a partir de nuestra página o comprarlo en formato papel en las taquillas de nuestra Oficina de Turismo del Corazón de la Bahía.

### EN BICI

**E**N BICI, la Bahía de Arcachon cuenta con una red de carriles bici seguros que conectan todos sus municipios.

El trazado del carril bici que bordea la Bahía corresponde al de la antigua línea Férrea Económica que permitió, desde finales del siglo XIX, el desarrollo del turismo balneario.

Hoy en día los carriles bici ofrecen, a los adeptos de las dos ruedas, un recorrido de más de 200 kms por toda la Bahía de Arcachon. Para los grandes viajeros, esta pista forma parte de la Vélodyssée, la carretera europea para bicis que une Roscoff a Hendaya por su parte francesa.



Además el Corazón de la Bahía de Arcachon es atravesado por el Tour de Gironde en bicicleta en uno de sus tramos y consta de 430 kms de rutas seguras. Solicite el mapa de los carriles bici de la Bahía de Arcachon y de la Gironde en la Oficina de Turismo.



## Contact

Para darle la bienvenida  
4 Oficinas de Información :

**AUDENGE** - 20 allée de Balssière

**LANTON** - 1 route du Stade-Cassy

**BIGANOS** - 1 rue Jean Zay

**MIOS** - 1 allée du Val san Vicente

Encontrará nuestros horarios de apertura en :

[www.tourisme-coeurdubassin.fr](http://www.tourisme-coeurdubassin.fr)  
[info@tourisme-coeurdubassin.com](mailto:info@tourisme-coeurdubassin.com)

05 57 70 67 56



Photo: P. P. - Tourisme Gironde

# Bienvenidos al Corazón de La Bahía de Arcachon

**E**l Corazón de La Bahía de Arcachon incluye cinco municipios : Biganos, Audenge, Mios, Lanton y Marcheprime.

Forma un verdadero caleidoscopio de paisajes que se pueden descubrir al ritmo de las mareas y de las estaciones : las playas familiares, el río Eyre y su delta, el bosque de pinos marítimos y sus seis puertos unidos por un sendero costero que bordea la Bahía y los prados salados.

Idealmente ubicado, a medio camino entre Arcachon y el Cap Ferret, el Corazón de la Bahía de Arcachon representa la fachada marítima del Parque Natural Regional de las Landas de Gascuña. Es también una tierra de tradiciones marítimas en torno a la pesca, la ostricultura y la navegación.

Los hombres moldearon el espacio con diques formando mosaicos de colores que albergan una fauna y una flora notables. A lo largo de los siglos los hombres han dejado la huella de sus tradiciones en torno al mar y al bosque.

Mar y tierra, la historia del territorio y de los hombres del Corazón de la Bahía de Arcachon se revela a los visitantes siempre muy viva, a veces más secreta e íntima, al alcance de los más curiosos.



MOMENTOS NATURALES

Respirar, tumbarse en una playa, deambular entre pequeños puertos o zonas de diques. ¡Aquí la naturaleza le ofrece momentos de pura energía ! Son momentos de felicidad para desconectar de la rutina diaria, para reunirse con la familia o simplemente darse un respiro. El Corazón de la Bahía de Arcachon abunda en lugares privilegiados para disfrutar de una gran variedad de paisajes entre tierra, mar y bosque.



# Los puertos

Seis puertos jalonan el Corazón de la Bahía de Arcachon entre Taussat-les-Bains y Biganos pasando por Cassy. El sendero del litoral los conecta permitiendo ir a pie de puerto a puerto.

Cada puerto tiene su singularidad : puertos deportivos o puertos ostreros bordean el frente marítimo del norte del Corazón de la Bahía de Arcachon. Los oficios tradicionales de pescadores o ostreicultores siguen estando muy presentes aquí.

No dude en empujar la puerta de estos profesionales para ir a su encuentro y saborear los productos del mar que tan bien han sabido trabajar.



Cassy Biganos

## Siguiendo el curso de las aguas

» En venta en la oficina de turismo

En barco o en catamarán por la Bahía, en canoa o en galupe\* por el río Leyre, el Corazón de la Bahía de Arcachon se puede descubrir siguiendo el curso de las aguas. Los modos de desplazamiento suaves permiten acercarse mejor a un entorno íntimo. Vaya a descubrirlo y encontrará un entorno misterioso con una notable riqueza ecológica.



## Canoa sobre el Eyre

En cualquiera temporada, puedes caminar despacio por los bancos del río Leyre.

Y admirar su bosque-galería, dormitorio ideal para muchas especies;

Que mejor cosa que hacer canoa para descubrir este largo río tranquilo ?

Además de oxigenarte sobre el, no dudes en probar la experiencia de las actividades de altura, con nuestros «Accrobranches» locales.

### PASEOS EN BARCO POR LA BAHIA DE ARCACHON

#### PASEOS EN BARCO CON LA UNION DES BATELIERS ARCACHONNAIS

##### • GRAN RECORRIDO POR LA ISLA DE LOS PÁJAROS

Embarque desde el muelle de Andernos-les-Bains hasta las « Cabañas Zancudas » de la Isla de los Pájaros para un paseo comentado.

⌚ 2h30

##### • ENTRADAS UBA – VUELTA A LA ISLA DE LOS PÁJAROS

Salida - muelle de Andernos o de Arcachon Tarifas y horarios en la Oficina de Turismo



##### • ESCAPADA « LA LITORAL » - DE LA ISLA DE LOS PÁJAROS A LAS PUERTAS DEL OCEANO »

(Julio y agosto exclusivamente) - salida desde Arcachon o El Cap Ferret

⌚ 2h30

Haga el gran recorrido de la Bahía de Arcachon, un circuito completo que le llevará a descubrir los paisajes más bellos y los más imponentes lugares de la Bahía de Arcachon : los pueblos ostreros del Cap Ferret, las playas del océano, la duna de Pilot, el banco de arena de Argulin.

##### • ABONO MAREAS – BARCO LANZADERA

Conecta 3 veces al día Andernos con Arcachon, o Andernos con el Cap Ferret (muelle de Béllsalre)

€ 8 € Ida hasta Arcachon - 10 € Ida hasta Cap Ferret - Gratis para los niños menores de 2 años.

Embarque con su bicicleta : 5 o 6 € / bicicleta según el destino.

\*barca tradicional

# Las piscinas



Las piscinas de agua de mar están situadas en el borde de la Bahía de Arcachon y permiten bañarse incluso con marea baja. El agua se renueva naturalmente dos veces al día al ritmo de las mareas gracias a un sistema de esclusas. Durante la temporada de verano las piscinas están vigiladas por socorristas. También se imparten clases de natación.

En Lanton podrá disfrutar de una playa artificial homologada Handiplage con Tiratos e Hippocampes (tumbonas y asientos especiales que facilitan el desplazamiento por la arena y en el agua de las personas con movilidad reducida).

En Audenge, gracias a sus tres embalses, pequeño, mediano y grande, la piscina tiene fama de ser el mayor embalse de agua de mar de Europa. Además dispone de una rampa de acceso para las personas con movilidad reducida.

En las inmediaciones encontrará mesas de picnic y zonas de juego para los niños. También podrá disfrutar de una siesta o de un buen libro a la sombra de los tamarindos.



# Las playas

El sendero del litoral bordea las playas desde el puerto de Fontainevieille en Taussat-les-Bains hasta el puerto de Audenge. Con la marea baja las playas se convierten en zonas de juego para niños y mayores : construir castillos de arena, hacer volar una cometa o simplemente chapotear en los esteys\* para recoger almejas y berberechos.

En estas playas no tendrá nada que temer con la marea alta como en las playas del océano que requieren una gran vigilancia. Aquí no hay olas (excepto con mal tiempo) y a menudo podrá ir a pie hasta bien lejos de la orilla.

Apreciará las playas de Suzette, de Graveyron o de Taussat-les-Bains, ideales para la seguridad de los niños. Sin embargo tengo en cuenta que estas playas no están vigiladas y que están prohibidas para los perros. Siguiendo el sendero del litoral puede ir de una playa a otra.



Suzette

# Las mareas

Las mareas son movimientos regulares causados por la atracción que ejercen el sol y la luna sobre los mares y océanos. Para deleite de los amantes de la naturaleza y de la fotografía, el fenómeno de las mareas del Corazón de la Bahía de Arcachon permite disfrutar de una gran variedad de paisajes.

Aquí la marea cambia dos veces al día. Por lo tanto hay 2 mareas bajas y 2 mareas altas cada 24h. Solicite los horarios de las mareas en nuestras Oficinas de Turismo.

\*esteys nombre gascón que se da a un pequeño río seco con la marea baja