

**DURÉE :** 3 h à pied, 45 mn en VTT **DIFFICULTÉ :** promenade  
**RÉSERVÉ À :** pédestre, VTT **DISTANCE :** 10 km  
**BALISAGE :** Conseil général des Landes (plaquette blanche, marquage bleu)  
**CARTE :** IGN 1339 ET TOP 25

## Intérêt du circuit

Classée sentier départemental de randonnée, cette promenade peut être pédestre ou VTT. Le sentier longe le bord du lac jusqu'à la commune de Biscarrosse, de nombreux accès permettent de découvrir de petites plages et d'immenses zones humides que parcourent des troupeaux de vaches.

## Itinéraire

Du centre-ville de **Sanguinet**, prenez la direction du port de l'Estey par la piste cyclable *avenue Charles Castets*, puis l'*avenue de Losa*.

Tournez à gauche juste en face de la première mise à l'eau.

Entrez dans la forêt et suivez le chemin balisé.

Traversez la coupe rase jusqu'au *chemin de Méoule* et le traverser.

Reprenez à nouveau dans la forêt et tournez légèrement sur votre droite pour retrouver la route goudronnée (*chemin du Petit Mignon*).

Au croisement des deux routes, prenez à gauche jusqu'au croisement forestier où se trouve implanté sur votre gauche un puits DFCI.

Allez tout droit, traversez le ruisseau de la craste Bille, continuez dans la forêt pendant un kilomètre.

Une fois le pont sur le canal de l'Areillet franchi, tournez tout de suite sur votre droite et suivez le pare-feu sur un kilomètre environ. Sur votre gauche, vous longez le camping « La Rive ».

Une clôture en barbelé vous invitera à tourner à droite sur un chemin qui borde le lac sur plusieurs kilomètres. Vous retraverserez le canal de l'Areillet sur un pont de fortune et passerez devant « Chez Marguerite » avant de franchir une nouvelle fois la craste Bille.

Continuez tout droit en longeant la clôture. Quelques vitrines paysagères vous laisseront entrevoir le lac et quelques vaches, chevaux et ânes qui pâturent tranquillement.

Continuez jusqu'au carrefour naturel que vous impose cette magnifique chênaie. Allez tout droit, le long de la barrière. En face d'une maison, n'hésitez pas à emprunter une allée bétonnée qui vous offrira un point de vue exceptionnel sur le lac de Sanguinet.

Arrivé à un croisement, prenez sur votre droite, faites quelques mètres et tournez tout de suite à gauche dans un tunnel de verdure très étroit au début jusqu'à un immense chêne situé au milieu d'un espace dégagé.

Prenez tout droit et arrivez au port de l'Estey. Rejoindre le point de départ par l'*avenue de Losa*.



Pour vous accompagner dans vos balades et randonnées,  
Les Guides Goursau vous proposent de télécharger l'application :

# Pyrénées sommets



PICS, COLS, LACS, REFUGES, VILLAGES, CHAPELLES, ATTRACTIONS, ETC.



De la Méditerranée à l'Atlantique, plus de 4000 sommets pyrénéens en France et en Espagne affichés en réalité augmentée. Fonctionne même sans couverture réseau grâce au GPS.

# Conseils pratiques

## Conseils et précautions

- Une bonne paire de chaussures avec des lacets est indispensable
- Pensez également à prendre une gourde et des vivres : sur les circuits ensoleillés, la chaleur est généralement forte en été.
- Certains circuits sont longs, n'oubliez pas que vos enfants n'ont pas forcément les mêmes capacités physiques que vous.

## Environnement

- Respectez l'environnement.
- Eteignez vos cigarettes.
- N'allumez aucun feu.
- Ne mutilez pas les arbres.
- N'arrachez ni plants, ni semis.
- N'empruntez que les chemins jalonnés, sinon vous risquez de vous perdre.
- Traversez les dunes aux endroits aménagés à cet effet.

Numéro d'urgence : 112

## Renseignements météo

Internet : [www.meteofrance.fr](http://www.meteofrance.fr)

## Balilage

① : repérage des tronçons sur Biscarrosse

	GR 8	CG et FFRP	P et R locaux Biscarrosse
Continuité de sentier			
Changement de direction			
Mauvaise direction			
Indications	Marquage sur tous Supports rouge et blanc	Plaquette blanche Marquage bleu	Plaquette verte Marquage blanc
Balilage sentier VTT/VTC			

EN VENTE  
En librairie ou  
sur [www.guidesgoursau.fr](http://www.guidesgoursau.fr)

12 balades  
sur Biscarrosse et  
ses environs.  
Un choix des  
plus beaux sites  
à découvrir  
en famille  
ou entre amis.

