

## Fiche itinéraire du circuit du courant de Contis et de la Plaine du Sable Blanc à Saint-Julien-en-Born



1h



2h30

Boucle à la découverte de l'hydrographie de la côte landaise : ruisseaux, courants, zones humides et espèces inféodées à ces milieux humides (faune et flore). Aire de stationnement près de la passerelle et départ depuis la passerelle en bois côté rive droite du ruisseau.

11,1 km

### Les étapes - Aire de stationnement près de la passerelle et départ depuis la passerelle en bois côté rive gauche du ruisseau



#### Quartier du Mahourat

Après avoir traversé une succession de paysages voûtés par la végétation, longer les anciens jardins de Saint-Julien-en-Born pour rejoindre le quartier de Mahourat. Puis après quelques virages prendre le chemin de Tinot.



#### Intersection des deux boucles de Saint-Julien-en-Born

Traverser la réserve de chasse et de faune sauvage jusqu'à arriver à une passerelle en béton. Poursuivre sur la gauche direction Circuit du Courant de Contis et de la Plaine du Sable Blanc.



#### Courant de Contis

Suivre en rive droite le ruisseau sur à peu près 1 km pour arriver à proximité de la Voie Jacquaire et du courant de Contis.



#### Plaine du Sable Blanc

Longer le Courant jusqu'à arriver à la Plaine du Sable Blanc sur la droite. A ce niveau, longer la Plaine vers la droite.



#### Passerelle sur le ruisseau du Moulin

Après quelques dizaines de mètres dans la forêt, rejoindre la partie commune avec la petite boucle et traverser le ruisseau du Moulin par la passerelle. Le parcours se poursuit le long du ruisseau du Courlis puis le long de la piste cyclable pour rejoindre le point de départ.

### Les points d'intérêts



#### Le marais de Mahourat

Le marais de Mahourat, au même titre que la plaine de Pigeon, fait partie d'une Zone Naturelle d'Interêt Ecologique Faunistique et Floristique (ZNIEFF) de type 1. Il s'agit d'un outil scientifique permettant de faire l'inventaire de zones sensibles d'un point de vue écologique. Ce marais est répertorié pour être un site d'hivernage et de halte migratoire pour les oiseaux. Plusieurs autres espèces comme la cistude d'Europe (une tortue) ou la loutre y ont aussi élu domicile.



#### La forêt galerie

La « forêt galerie » et les marécages boisés sont l'équivalent écologique des bayous de Louisiane et de Floride. Elle est susceptible d'abriter des espèces végétales comme le polystic des marécages, aussi appelée fougère des marais, ou encore le millepertuis des marais, une plante herbacée aux fleurs jaunes et aux feuilles duveteuses. La forêt galerie constitue un corridor écologique (un milieu de déplacement des espèces entre plusieurs lieux de vie) ambivalent puisqu'à la fois forestier et aquatique.



## Fiche itinéraire du circuit du courant de Contis et de la Plaine du Sable Blanc à Saint-Julien-en-Born



### La plaine de Pigeon



Au sud du Courant de Contis s'étend la Plaine de Pigeon. Il s'agit d'un vestige de ces zones humides drainées à la fin du XIXème et au début du XXème siècle. Géré par l'ACCA de Lit et Mixe et la Fédération départementale de chasse, ce site abrite un bouillonnement de biodiversité unique en son genre dans les Landes. Ce vivier d'espèces rares héberge plusieurs espèces d'orchidées, ou encore la stellaire des marais, une plante herbacée rarissime dans le massif des Landes.



### La plaine du Sable Blanc

Au XVIIIème siècle, la confluence du Vignacq et du Courlis alimentait l'étang de Saint-Julien et de Lit. Un siècle plus tard cet étang se sépara en deux et donna naissance à de vastes zones de marais. Au début du XXème siècle, les étangs ainsi qu'une grande partie des zones humides associées ont été drainés pour lutter contre une épidémie. Le courant de Contis, alors déversoir des étangs, n'est plus aujourd'hui que l'exutoire chenalisé des deux cours d'eau et d'un réseau de drainage dont la Plaine du Sable Blanc constitue un parfait exemple. Cet assainissement permet aujourd'hui la culture de l'asperge.

