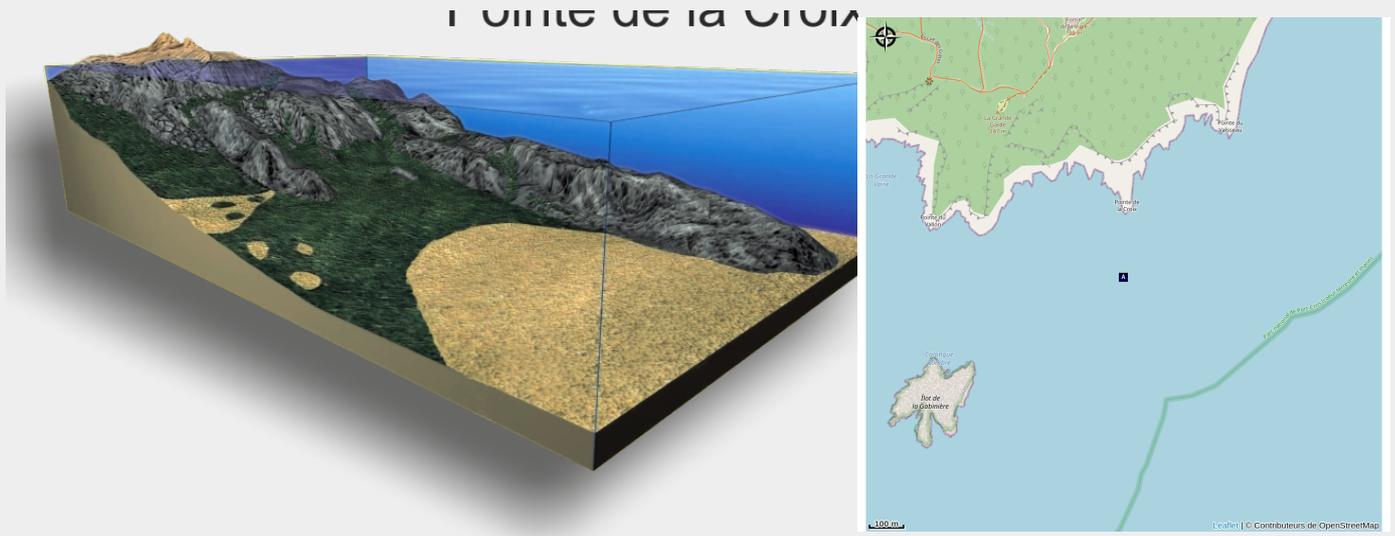


Site de la Pointe de la Croix

Cœur marin



Le site de La Croix offre des paysages sous marins très variés et colorés : longues arêtes rocheuses abruptes au relief tourmenté, forêt de gorgones blanches, herbier de Posidonie, gros éboulis et dalles rocheuses.

Le site se trouve face sud de l'île de Port-Cros, à l'Est de l'ilot de la Gabinière. Il atteint une profondeur max de 30 mètres et s'étend sur environ 12 000 m².

Le site est exposé par vent d'Est, amarrage toutefois possible de part et d'autre de la pointe. La côte sud de l'île, beaucoup plus sauvage, devient difficile d'accès dès que la mer se forme. Attention courant fréquent (Est-Ouest).

Cette plongée est accessible aux niveaux moyen à confirmé.

Infos pratiques

Pratique : Plongée sous-marine

Type : Site naturel

Thèmes : Cœur de parc, Faune sous-marine, Flore sous-marine

Description

Itinéraire proposé :

Rejoindre l'arête rocheuse dans le prolongement de la pointe de La Croix.
Descendre en direction du Sud, jusqu'au pied de cette crête en dent de scie, à -26m.
Remonter main gauche au dessus de l'herbier en suivant la roche jusqu'aux éboulis et grands dalles (-18m) en direction de la côte.

Variante: à -26m, au pied de l'arête, survoler l'herbier vers l'Est, en explorant les quelques petites roches isolées avant d'atteindre une seconde arête plus longue, mais moins découpée que la précédente.

Intérêts Paysagers :

Eboulis et grandes dalles.

Les nombreux éboulis de La Croix forment un agencement très hétérogène entre -8m et -18m et leur complexité architecturale offre de multiples habitats, notamment pour les grands poissons sédentaires (mérrou). L'exploration de ce dédale permet bien des rencontres, la diversité de la faune et la flore y est importante. Les blocs constituent une barrière à la lumière ambiante, séparant le monde obscur du monde éclairé. Apprécier ce spectacle sans en perturber les acteurs !

Des couleurs insolites

Au cours de cette plongée, les étendues de gorgones blanches aux silhouettes fantomatiques surprennent. Une véritable "forêt blanche" s'élève aussi bien sur les parois peu inclinées, qu'accrochée aux sommets des crêtes rocheuses. Au contact de l'herbier, le vert bouteille des Posidonies contraste avec la blancheur des gorgones.

Intérêts biologique :

Dans l'assemblage chaotique constitué par les grands éboulis, la rencontre est assurée avec les mérous et autres murènes et congres. La promenade le long des arêtes rocheuses permet l'observation d'une multitude d'espèces, avec parfois des découvertes surprises, du fait de l'ouverture du site vers les eaux du large. À noter la qualité de l'herbier de posidonie qui peut se développer en placages sur les arêtes.

Sa majesté le mérrou

Vedette du monde sous marin et véritable animal totem sur l'île de Port-Cros, le mérrou brun a bien failli disparaître. En effet, victime de la pêche et de la chasse sous marine, il a vu sa population décroître drastiquement dans les années 70-80. Il est protégé depuis 1993 et recensé annuellement par le groupement d'étude du mérrou (GEM), sa population sur l'île avoisine désormais les 800 individus contre 86 en 1993. Le mérrou est une espèce patrimoniale, il est aussi un indicateur de la qualité du milieu et de bonne santé de la chaîne alimentaire.

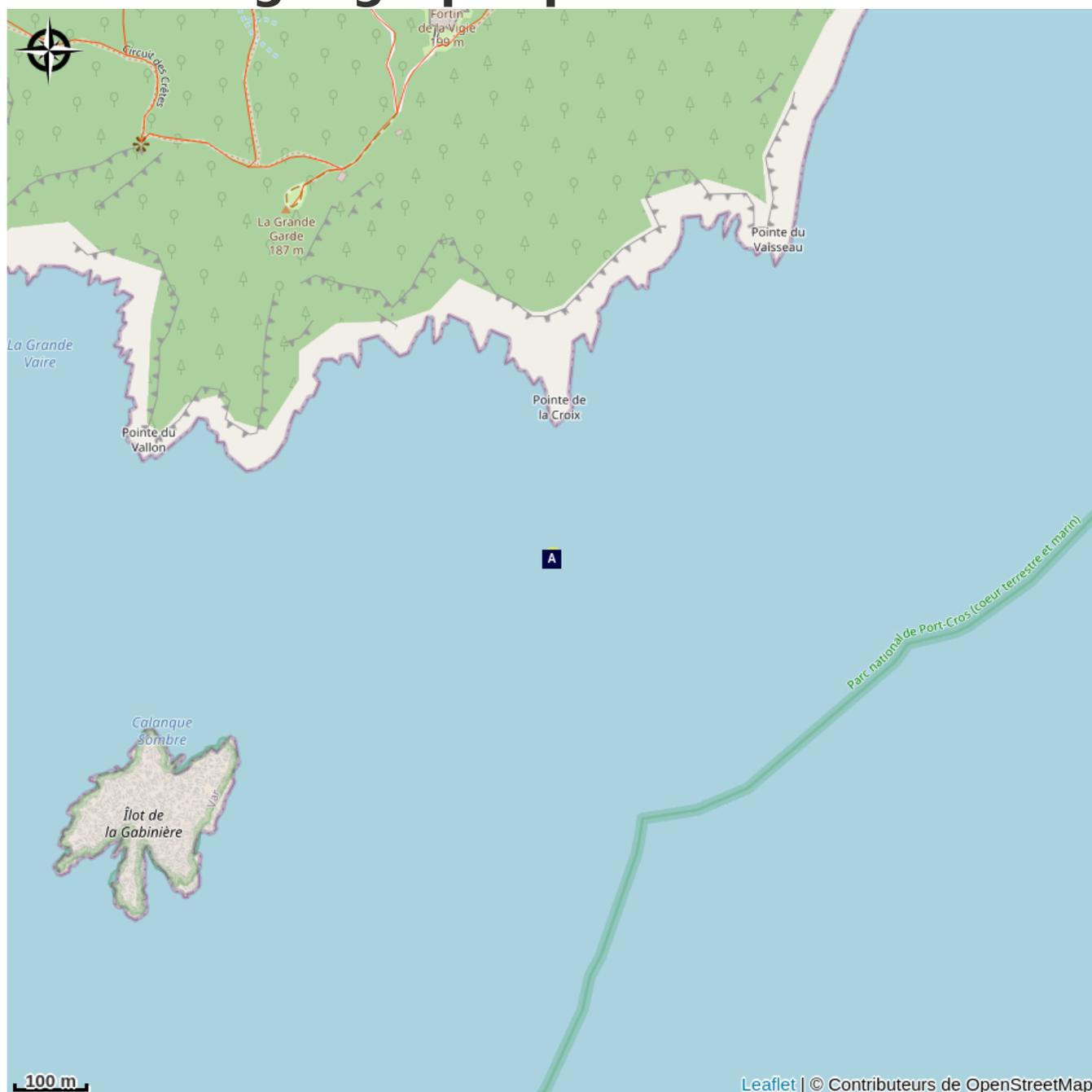
Les gros éboulis constituent son territoire de prédilection où il vit à trou. Ce super prédateur se nourrit de poulpes, poissons et crustacés, qui lui permettent d'atteindre une taille respectable de 1.2m et plus de 30kg pour un âge de 40 ans.

Une règle d'or : ne jamais perturber le comportement naturel du mérrou qui a besoin qu'on respecte son territoire et son intimité. Toujours le laisser venir à vous car il est d'un naturel très curieux, surtout ne jamais le poursuivre.

Gorgones blanches

Cette gorgone présente la particularité d'héberger, comme les coraux tropicaux, des zooxanthelles. Ces algues microscopiques vivent en symbiose avec la gorgone et lui confèrent une couleur grisâtre. Cette cohabitation n'est toutefois pas obligatoire, les gorgones n'en possédant pas sont donc bien plus blanches.

Situation géographique



Herbier de posidonie (A)
Mérou brun (C)

Gorgone rouge (B)
Corraligène (D)

Toutes les infos pratiques

Recommandations

Vous êtes en coeurs de Parc, la plongée est soumise à autorisation et à réglementation !!!

La plongée sous marine en scaphandre autonome dans les eaux du parc national de Port-Cros n'est autorisée qu'aux plongeurs individuels ou aux établissements de plongée porteurs d'une autorisation.

Celle ci est délivrée à partir du [Carnet de Plongée en Ligne \(CaPeL\)](#) du Parc national de Port-Cros.

La réglementation en bref

- Nombre de plongeurs limité à 40 simultanément sur site.
- Interdiction de nourrir les poissons, de toucher, prélever ou détruire toute espèce animale ou végétale, incluant les substrats.
- Port et usage du gilet stabilisateur obligatoire pour éviter les palmages impactant la faune et la flore.
- Plongée de nuit réglementée pour préserver la quiétude des lieux.
- Interdiction de mouillage dans un rayon de 100 mètres autour des sites équipés de dispositifs d'amarrage.
- Dispositifs d'amarrage interdits aux navires de plus de 15 mètres.
- Nombre de navires amarrés sur la même bouée limité à trois.
- Engagement à respecter et diffuser les bonnes pratiques auprès de la communauté des plongeurs.

Plongeurs, signalez vous en surface avec les pavillons réglementaires.

Les dispositifs d'amarrage installés sur site sont destinés en priorité aux navires supports de plongée (professionnels ou individuels).

Ne perturbez pas la faune et la flore sous-marine. Ne poursuivez pas les poissons et surtout ne les nourrissez pas et ne remontez rien à la surface ! Attention aux coups de palmes non maîtrisés, vérifiez votre flottabilité. Pensez aussi à vérifier que votre détendeur de secours est bien fixé à votre gilet stabilisateur, en aucun cas ne laissez traîner vos instruments, au risque qu'ils s'accrochent à la faune et à la flore.

[Pour en savoir + sur la réglementation](#)

i Lieux de renseignement

Maison de Parc de Port-Cros

Promenade de la Rade, 83400 Hyères

accueil.pnpc@portcros-parcnational.fr

Tel : 04 94 01 40 70

<http://www.portcros-parcnational.fr>



Sur votre chemin...



Herbier de posidonie (A)

La posidonie n'est pas une algue mais une plante à fleurs.

Elle possède des racines, des rhizomes, de longues feuilles en lanière, et produit des fleurs qui se transforment en fruits nommés «olives de mer». Espèce endémique de Méditerranée, elle porte à tort le nom d'espèce oceanica. Elle forme de vastes herbiers qui rendent d'innombrables services écologiques: oxygénation des fonds, frayères et nurseries à poissons, supports d'épiphytes, forte production de matière organique, fixation des fonds et protection très efficace du littoral contre l'érosion.

EN SAVOIR +

Crédit photo : © Antonin GUILBERT - AAMP



Gorgone rouge (B)

La gorgone rouge joue un grand rôle dans l'esthétique des paysages sous-marins méditerranéens, en constituant des "forêts" de grands individus sur les fonds coralligènes.

La gorgone rouge (*Paramuricea clavata*), dont certains rameaux peuvent parfois être jaunes, est une espèce endémique de la Méditerranée. Elle est constituée d'un squelette calcaire sur lequel viennent se fixer des polypes, petites bourses munies de tentacules qui lui permettent de se nourrir. Elle se distingue de la gorgone jaune par un coloris très vif, des rameaux plus touffus, car ses polypes sont plus gros, et une plus grande taille. Sa croissance est lente -1 à 3 cm par an- mais elle peut dépasser l'âge de 50 ans. Elle affectionne les tombants rocheux jusqu'à 100 m de profondeur où elle pousse perpendiculairement au courant pour filtrer l'eau et capturer le plancton... Malheureusement, une certaine fragilité de ses tissus la rend très sensible aux perturbations mécaniques, chimiques ou thermiques.

Crédit photo : © Claude LEFEBVRE



Mérrou brun (C)

Espèce emblématique, le mérrou fait le bonheur des plongeurs : très curieux, il n'hésite pas à sortir de son trou pour les regarder.

Le mérrou (*Epinephelus marginatus*) a un corps trapu, une mâchoire légèrement prognathe et lippue, deux gros yeux mobiles qui lui donnent un regard expressif. De couleur brune, sa robe change de teinte et de dessins en fonction des individus, du comportement et de la couleur du fond. Ce poisson sédentaire et placide, peut vivre 40 à 50 ans et n'atteint sa maturité sexuelle qu'à partir de 5 ans. Vers 9-12 ans, il change de sexe : femelle à sa naissance, il devient mâle. Prédateur vorace, il se nourrit de poulpes, calmars, crustacés et divers poissons. Sa position de prédateur au sommet de la chaîne alimentaire lui donne un rôle de régulateur des espèces. Un équilibre s'établit progressivement entre les habitats, les proies disponibles et la densité des mérrous. A ce titre, il est considéré comme un bon indicateur de la qualité du milieu.

Pêche interdite dans les eaux territoriales de Méditerranée occidentale (arrêté du 23 décembre 2013).

[Pour en savoir +](#)

Crédit photo : © Claude LEFEBVRE



Corraligène (D)

Le corraligène, milieu d'exception

Un des fonds marins les plus typiques de Méditerranée pourrait passer pour une paroi inert investie des des grappeurs fantaisistes. En réalité, il s'agit d'un édifice en perpétuelle évolution, bâti au fil des siècles par des êtres vivants, essentiellement des algues calcaires encroûtantes, des coraux et autres animaux à squelette calcifié. Cette formation, appelée corraligène, prend différentes allures selon la nature de ses constructeurs qui, eux-mêmes, dépendent de plusieurs facteurs comme la présence de courant ou de lumière atténuée. Ce corraligène, qui a besoin de conditions assez stables pour se maintenir, abrite une foule d'espèces dont certaines ne se rencontrent nulle part ailleurs. Eponges, gorgones, bryozoaires, mollusques, tuniciers, échinodermes, crustacés et poissons : tous jouent un rôle dans cet écosystème qui leur offre abri, nourriture et support.

[En savoir +](#)

Crédit photo : © Claude LEFEBVRE