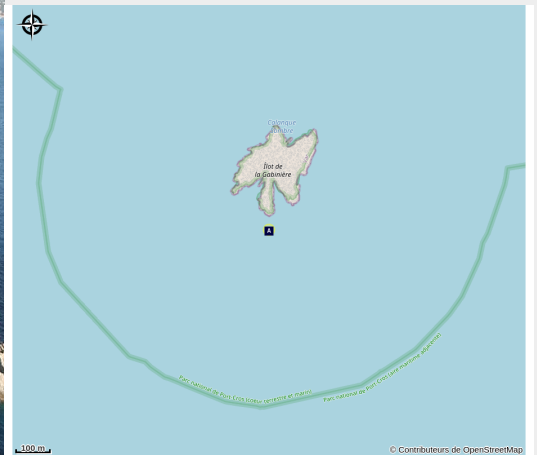


# Site Ouest de la Gabinière

Cœur marin



La Gabinière (© Hervé BERGERE)



*Le site de la façade Ouest de la Gabinière présente un plateau s'enfonçant gentiment dans la Méditerranée, allant jusqu'à une vingtaine de mètre de profondeur. Le sol y est jonché de dalles et de gros rochers, surtout vers le sud, entre lesquels sont installés des herbiers de Posidonie.*

Le site se trouve face sud de l'île de Port-Cros, à l'ouest de l'îlot de la Gabinière. Il atteint une profondeur de 35 mètres.

C'est un site exposé au Mistral, amarrage possible sur la face Ouest de l'îlot.

Une plongée sur ce site requiert un niveau moyen à confirmé (Niveau 1)

## Infos pratiques

Pratique : Plongée sous-marine

Type : Site naturel

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

# Description

## Intérêts biologiques :

Beaucoup d'éboulis rocheux, présentant de nombreuses cachettes pour les poissons(exemple mostelle) qui permet une variété des espèces fixés (eponges, algues, anémone). Une fois passé les éboulis s'offre l'herbier de posidonie, présent surtout au nord est de l'ilot.

### ***Banc de Corbs***

Il est souvent rencontré en petit groupe presque immobile en l'absence de danger et avec une position caractéristique : la tête légèrement penchée vers le bas. D'apparence paresseux et indolent, il se déplace lentement par balancement lent des dorsales et de la caudale. Il est sédentaire, ainsi ce sites en abritent en permanence. Le corb, comme tous les Scianidés, a la particularité d'émettre des grognements quand il fait vibrer sa vessie natatoire, ce bruit audible est bien connu des plongeurs.

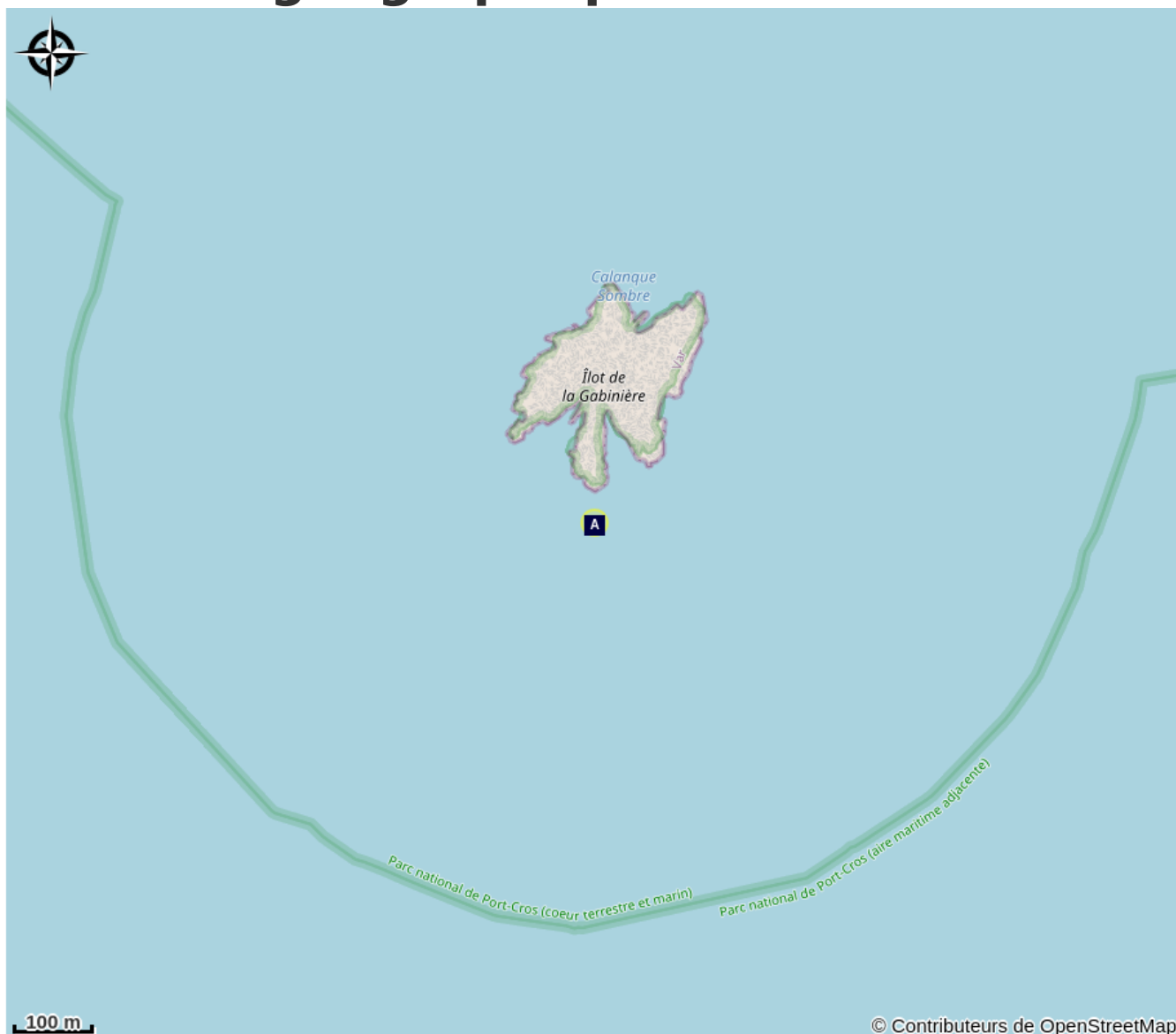
### ***Doris géante***

Cette limace de grande taille, allant de 10 à 20cm de long, présente un manteau court au bord ondulé, des rhinophores bleus et un corps parsemé de taches jaunes. On peut rencontrer cette espèce sur des fonds durs, dans les herbiers de posidonie ainsi que sur des fonds détritiques, entre la surface et 60m de profondeur. Cette espèce, relativement commune possède des vésicules sous cutanées chargé de toxine, qui lui servent de moyen de défense contre les prédateurs. Si il est dérangé, le Doris géant rétractera ses organes sensibles et se mettra en boule en contractant son pied musculueux.

### ***Mostelle***

La mostelle est un poisson de roche de corps oblong, d'une taille maximale de 60 cm. Approchez ce poisson lentement, sans éclairage trop important. C'est un poisson à la fois curieux qui vous observe si vous êtes loin, mais qui se réfugie au trou lorsque vous approchez, ou s'immobilise sur le sol.

# Situation géographique



Corb (A)  
Mérrou brun (C)

Mostelle (B)  
Poisson Lune (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](mailto:accueil.pnpc@portcros-parcnational.fr)

Tel : 04 94 01 40 70

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



# Sur votre chemin...

---



## Corb (A)

*Le corb est un élégant poisson côtier à la robe argentée que sa nonchalance et sa chair excellente ont rendu très vulnérable.*

Le corb (*Sciaena umbra*) a une silhouette très élégante grâce à son corps au dos bombé, brun à reflets de bronze, et ses nageoires dorsale et caudale bordées d'un liseré noir. C'est un poisson côtier, qui fréquente surtout les fonds de pente modérée entre 5 et 30 m. Il affectionne les dalles bordées d'herbier, autour desquelles il évolue en 'familles' pouvant regrouper plusieurs dizaines d'individus de tailles différentes, et sous lesquelles il se tient une partie de la journée.

Actif la nuit, il se nourrit surtout de crustacés et accessoirement de poissons et de vers. Ce poisson tient son nom de sa capacité étonnante à produire des sortes de croassements tel un corbeau, en comprimant sa vessie natatoire. Devenu rare sur nos côtes car trop vulnérable à la chasse sous-marine, il repeuple peu à peu les eaux des réserves marines. Ainsi, à Port-Cros, on compte 7 fois plus de corbs qu'en 1990. Un récent arrêté d'interdiction de pêche devrait aider cette espèce à renforcer ses effectifs dans nos eaux.

Crédit photo : © Claude LEFEBVRE



## Mostelle (B)

La mostelle a un corps allongé et puissant, de coloration fauve à brun foncé, plus claire sur le ventre. Sa nageoire dorsale est divisée en deux : la partie antérieure est courte et arrondie, tandis que la postérieure est longue et s'étend jusqu'au pédoncule caudal. Sa mâchoire inférieure porte un barbillon dirigé vers l'avant, véritable organe sensoriel utilisé pour la détection des proies. Les deux nageoires pelviennes sont des filaments bifides que la mostelle maintient en contact avec le sol quand elle est immobile.

Active essentiellement la nuit pour se nourrir de crustacés et de petites poissons, elle se réfugie pendant la journée dans une anfractuosité rocheuse ou une grotte.

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



## Poisson Lune (D)

*On rencontre souvent le poisson-lune en surface, se laissant dériver à l'horizontale ou agitant doucement sa grande nageoire dorsale.*

Le poisson-lune (*Mola mola*) s'approche parfois des côtes, en été, pour se faire déparasiter par des poissons nettoyeurs. Etrange poisson : son corps gris argenté, quasi circulaire, avec ses petites nageoires pectorales rondes, ses dorsales et anales en forme de rames reculées et opposées, son bourrelet sur tout l'arrière du corps en guise de nageoire caudale, lui donne l'allure d'une tête en mouvement dans la mer. Et pourtant, son cerveau est minuscule rapporté à sa masse : pas plus gros qu'une noisette !

Crédit photo : © Déclic Bleu Méditerranée