NUMÉRO 29 – ÉTÉ 2022

MARCHE NORDIQUE magazine

TRIMESTRIEL

GROS PLAN SUR
CHAMARANDE ET SES CHAMPIONS !

LES CONSEILS
DE NOTRE COACH JULIEN

DÉCOUVERTE
MARCHE NORDIQUE AU SÉNÉGAL

NATURE
LE LAC DE MAINE ET SES OISEAUX

+

SANS OUBLIER VOTRE AGENDA DES MANIFESTATIONS À VENIR

Sensations Nordiques

Les oiseaux du Lac de Maine.

TEXTE : MARIE BROSSELIER, ÉDUCATEUR SPORTIF, INSTRUCTEUR MARCHE NORDIQUE
PHOTOS : IRÈNE BUREAU

— Le printemps qui pointe timidement le bout de son nez, tandis que des marcheurs en sortie ornitho tentent de passer incognito, par un petit matin frisquet et angevin.... Hérons cendrés, aigrettes ; il ne faut surtout pas déranger les nombreux hôtes du lac de Maine, seulement les observer. La marche nordique est bonne pour la santé, parce qu'elle nous permet aussi de redécouvrir la nature qui nous entoure.

“Découvrir la nature avec la Marche Nordique ? Pourquoi pas !”

Depuis quelques saisons, Marche Nordique Passionnément (MNP) propose des sorties à thème. Les matinales du printemps (entre 6h30 et 9h) sont toujours très appréciées pour leur convivialité et le petit déjeuner qui suit...
La dernière en date se situe au bord du lac de Maine à Angers par un petit matin de Mars un peu frisquet mais tellement magique.

Pas de souci pour le réveil matinal, l'ambiance est déjà là, bonne humeur, chacun ayant conscience que cet environnement au petit matin est un moment privilégié dans notre journée. Calme, odeur d'herbe coupée, le chant des oiseaux, la brume sur l'eau, la plage du lac réservée aux oiseaux d'eau, qui, il faut le dire, ne sont pas au rendez-vous ce matin. La coach va se faire chambrer, elle avait dit, sortie ornitho !

Après un échauffement adapté à la température et à l'horaire matinal, quelques kilomètres plus tard, nous arrivons sur les lieux d'habitat des oiseaux. Eh oui, trop tôt pour eux la plage, ils terminent leur nuit, repos mérité après la grosse agitation des bâtisseurs de nids. Nous sommes au début, pour beaucoup d'espèces de leur nidification.
Nous retrouvons les dortoirs, le mot n'est pas choisi au hasard car bon nombre d'oiseaux s'y retrouvent, chacun son arbre ou son étage. En haut les cormorans qui apprécient ces grands dortoirs et aiment aussi la présence des hérons cendrés. Les arbres sont décorés de nids, principalement d'aigrettes, de hérons et de cormorans. On voit aussi beaucoup plus bas, comme posé sur l'eau, un nid de foulque macroule, reconnaissable à sa plaque frontale blanche. Toute l'année, sur le lac on peut identifier les colonies de Foulque à leur allure de nage saccadée, par un petit hochement de tête d'avant en arrière.
Pas de ragondins ce matin, pourtant les galeries sont bien là.

Nos marcheurs s'arrêtent, tout occupés à regarder ce spectacle que la nature nous offre. Le bruit des bâtons se fait aussi plus discret à l'approche de ces refuges. Les cris de toutes ces espèces d'oiseaux au lever du soleil sont un véritable concert de caquètements sonores dans un registre grave pour le cormoran, aux cris rauques et graves de l'aigrette, rauques étirés du héron cendré et tuck, truck de la foulque.
Tandis que monsieur et madame canard colvert partent au fil de l'eau, l'air de rien, notre joyeuse bande de marcheurs reprend son chemin. Petite accélération, le chemin s'y prête, profitons-en !