

LSI
08 92 29 78 73

LACANAU SURF INFO.COM
MÉTÉO DES PLAGES

MARÉES 2018

GIRONDE



**MEDOC
ATLANTIQUE**

**INFOS TOURISME
À L'INTÉRIEUR !**



Central Garage



N°1 LOCATION

DES VELOS POUR TOUS !

Entretien - Réparation - Pièces détachées

Auto - Moto - Vélo



05 56 26 99 65

15, avenue de l'Europe - 33 680 Lacanau Océan

www.centralgarage-lacanau.fr

central-garage@hotmail.fr

DATE DATE DATUM	PLEINES MERS HIGH TIDE / FLUTE			BASSES MERS LOW TIDE / EBBE			SOLEIL				
	COEF	MATIN		COEF	MATIN		AUBE	CREPUSCULE			
		H	MN		H	MN			H	MN	
01 L	92	03	56	16	22	97	△	10 03	22 27	08 08	18 08
02 M [○]	101	△	04 45	17	12	104	△	10 54	23 16	08 08	18 09
03 M	106	△	05 34	18	02	107	△	11 45	-- --	08 08	18 09
04 J	106	△	06 24	18	52	104	△	00 05	12 36	08 08	18 10
05 V	101	△	07 13	19	43	96	△	00 55	13 27	08 08	18 11
06 S	91	08	04	20	33	85	01	45	14 19	08 08	18 12
07 D	79	08	56	21	26	72	02	37	15 12	08 08	18 13
08 L [○]	65	09	50	22	22	59	03	30	16 06	08 08	18 14
09 M	54	10	48	23	24	49	04	27	17 05	08 08	18 15
10 M	46	11	54	--	--	--	05	29	18 09	08 08	18 16
11 J	44	00	34	13	06	44	06	38	19 17	08 07	18 17
12 V	46	01	45	14	12	49	07	49	20 19	08 07	18 19
13 S	52	02	42	15	04	55	08	48	21 10	08 07	18 20
14 D	59	03	27	15	46	63	09	35	21 52	08 06	18 21
15 L	66	04	06	16	23	69	10	15	22 28	08 06	18 22
16 M	72	04	40	16	56	75	10	50	23 02	08 05	18 23
17 M [●]	77	05	12	17	29	79	11	24	23 34	08 05	18 24
18 J	80	05	44	18	01	81	11	57	-- --	08 04	18 26
19 V	81	06	17	18	35	81	00	07	12 30	08 04	18 27
20 S	80	06	51	19	10	79	00	41	13 05	08 03	18 28
21 D	77	07	26	19	47	75	01	16	13 42	08 03	18 29
22 L	72	08	04	20	27	69	01	53	14 21	08 02	18 30
23 M	66	08	47	21	14	62	02	34	15 05	08 01	18 32
24 M [○]	58	09	37	22	11	55	03	21	15 56	08 00	18 33
25 J	52	10	40	23	22	50	04	18	16 58	08 00	18 34
26 V	50	11	56	--	--	--	05	27	18 10	07 59	18 36
27 S	51	00	39	13	13	54	06	44	19 22	07 58	18 37
28 D	59	01	50	14	21	65	07	55	20 26	07 57	18 38
29 L	72	02	50	15	19	79	08	57	21 23	07 56	18 39
30 M	86	03	44	16	12	93	09	52	22 15	07 55	18 41
31 M [○]	99	△	04 34	17	02	103	△	10 44	23 04	07 54	18 42



THE BEACH HOUSE

OUVERT DU 14 AVRIL
AU 30 SEPTEMBRE

05 56 03 70 98
www.cafemaritime.fr

DATE DATE DATUM	PLEINES MERS HIGH TIDE / FLUTE			BASSES MERS LOW TIDE / EBBE			SOLEIL		
	COEF	MATIN		COEF	MATIN		AUBE	CREPUSCULE	
		H	MN		H	MN		H	MN
01 J	107 Δ	05 23	17 49	109 Δ	11 33	23 51	07 53	18 43	
02 V	109 Δ	06 09	18 35	108 Δ	12 21	-- --	07 52	18 45	
03 S	106 Δ	06 55	19 19	103 Δ	00 38	13 08	07 51	18 46	
04 D	98 Δ	07 39	20 03	92	01 24	13 53	07 50	18 47	
05 L	85	08 24	20 46	78	02 09	14 39	07 49	18 49	
06 M	71	09 09	21 33	63	02 55	15 26	07 48	18 50	
07 M \odot	56	09 58	22 26	49	03 44	16 16	07 46	18 51	
08 J	43	10 56	23 33	39	04 39	17 15	07 45	18 53	
09 V	36	12 12	-- --	--	05 47	18 27	07 44	18 54	
10 S	35	00 58	13 38	37	07 09	19 45	07 43	18 55	
11 D	40	02 14	14 42	45	08 23	20 46	07 41	18 57	
12 L	50	03 06	15 27	55	09 14	21 30	07 40	18 58	
13 M	60	03 46	16 04	65	09 54	22 07	07 39	18 59	
14 M	69	04 20	16 36	74	10 29	22 40	07 37	19 01	
15 J \bullet	78	04 51	17 08	81	11 02	23 12	07 36	19 02	
16 V	84	05 23	17 40	87	11 34	23 45	07 34	19 04	
17 S	88	05 55	18 12	90	12 07	-- --	07 33	19 05	
18 D	90	06 28	18 46	90	00 18	12 41	07 31	19 06	
19 L	89	07 03	19 22	87	00 53	13 17	07 30	19 08	
20 M	84	07 40	20 00	81	01 29	13 54	07 28	19 09	
21 M	77	08 20	20 43	72	02 08	14 36	07 27	19 10	
22 J	67	09 07	21 37	62	02 53	15 24	07 25	19 11	
23 V \odot	57	10 10	22 49	52	03 48	16 25	07 24	19 13	
24 S	49	11 32	-- --	--	05 00	17 42	07 22	19 14	
25 D	48	00 15	12 57	49	06 24	19 03	07 21	19 15	
26 L	54	01 33	14 10	60	07 42	20 12	07 19	19 17	
27 M	67	02 37	15 10	75	08 47	21 11	07 17	19 18	
28 M	83	03 32	16 01	90	09 42	22 02	07 16	19 19	



gite-lacanau.com/lesboisflottes

05 56 03 14 97 - 06 85 87 86 63





DATE DATE DATUM	PLEINES MERS HIGH TIDE / FLUTE			BASSES MERS LOW TIDE / EBBE			SOLEIL			
	COEF	MATIN		COEF	MATIN		AUBE	CREPUSCULE		
		H	MN		H	MN		H	MN	
01 J	97	△	04 22	16 48	102	△	10 31	22 50	07 12	19 22
02 V	106	△	05 07	17 32	109	△	11 17	23 34	07 11	19 23
03 S	110	△	05 50	18 13	109	△	12 01	-- --	07 09	19 25
04 D	108	△	06 32	18 52	104	△	00 17	12 44	07 07	19 26
05 L	100	△	07 11	19 30	94		00 59	13 24	07 05	19 27
06 M	88		07 50	20 08	81		01 40	14 04	07 04	19 28
07 M	74		08 29	20 47	66		02 21	14 45	07 02	19 30
08 J	58		09 11	21 33	51		03 04	15 29	07 00	19 31
09 V	44		10 03	22 32	38		03 53	16 20	06 58	19 32
10 S	33		11 11	23 52	30		04 53	17 27	06 56	19 34
11 D	30		12 48	-- --	--		06 15	18 55	06 55	19 35
12 L	33		01 31	14 11	37		07 46	20 12	06 53	19 36
13 M	43		02 34	15 00	49		08 44	21 01	06 51	19 38
14 M	55		03 17	15 37	62		09 26	21 38	06 49	19 39
15 J	68		03 51	16 10	74		10 00	22 12	06 47	19 40
16 V	79		04 23	16 41	84		10 33	22 46	06 45	19 41
17 S	88		04 56	17 14	92		11 06	23 19	06 44	19 43
18 D	94		05 29	17 47	96	△	11 40	23 54	06 42	19 44
19 L	98	△	06 04	18 22	98	△	12 15	-- --	06 40	19 45
20 M	97	△	06 40	18 59	95	△	00 29	12 52	06 38	19 46
21 M	92		07 18	19 38	88		01 07	13 30	06 36	19 48
22 J	84		08 00	20 22	78		01 48	14 13	06 34	19 49
23 V	72		08 50	21 17	66		02 35	15 03	06 32	19 50
24 S	59		09 56	22 33	53		03 33	16 06	06 31	19 52
25 D*	49		12 21	-- --	--		05 48	18 26	07 30	20 52
26 L	47		00 59	13 46	48		07 12	19 48	07 27	20 54
27 M	52		02 18	14 58	58		08 30	20 59	07 25	20 55
28 M	66		03 23	15 57	73		09 34	21 57	07 23	20 57
29 J	81		04 17	16 46	88		10 27	22 47	07 21	20 58
30 V	94		05 05	17 30	98	△	11 14	23 32	07 19	20 59
31 S	102	△	05 48	18 10	104	△	11 58	-- --	07 17	21 01

* PASSAGE EN HEURE D'ÉTÉ LE 25

MARZ - MARCH - MARS

AOLASURFSCHOOL.COM

Plage sud - 06 60 21 99 99

Aolat
aolasurfschool.com

RESTAURANT LA CABANE

pour tout savoir téléchargez notre application



ouvert tous les soirs - 05 56 03 19 15

APRIL - AVRIL - AVRIL

DATE DATE DATUM	PLEINES MERS HIGH TIDE / FLUTE			BASSES MERS LOW TIDE / EBBE			SOLEIL				
	COEF	MATIN		COEF	MATIN		SOIR	AUBE		CREPUSCULE	
		H	MN		H	MN		H	MN	H	MN
01 D	105 Δ	06 28	18 48	105 Δ	00 14	12 39	07 15	21 02			
02 L	103 Δ	07 06	19 24	100 Δ	00 55	13 17	07 14	21 03			
03 M	96 Δ	07 43	19 59	92	01 34	13 55	07 12	21 05			
04 M	86	08 19	20 34	80	02 12	14 31	07 10	21 06			
05 J	74	08 55	21 11	67	02 50	15 08	07 08	21 07			
06 V	60	09 34	21 54	53	03 30	15 48	07 06	21 08			
07 S	46	10 22	22 47	40	04 15	16 36	07 04	21 10			
08 D ^o	35	11 23	23 55	31	05 10	17 35	07 02	21 11			
09 L	29	12 44	-- --	---	06 19	18 52	07 00	21 12			
10 M	30	01 22	14 18	34	07 46	20 18	06 59	21 14			
11 M	39	02 43	15 19	45	08 58	21 18	06 57	21 15			
12 J	52	03 35	16 00	59	09 46	22 01	06 55	21 16			
13 V	65	04 14	16 36	72	10 24	22 39	06 53	21 18			
14 S	78	04 50	17 10	84	11 00	23 15	06 51	21 19			
15 D	89	05 25	17 45	93	11 36	23 51	06 49	21 20			
16 L [●]	97 Δ	06 02	18 21	100 Δ	12 12	-- --	06 48	21 22			
17 M	101 Δ	06 40	18 59	102 Δ	00 28	12 49	06 46	21 23			
18 M	101 Δ	07 19	19 39	99 Δ	01 07	13 29	06 44	21 24			
19 J	96 Δ	08 02	20 22	92	01 49	14 11	06 42	21 26			
20 V	87	08 49	21 11	81	02 34	14 57	06 40	21 27			
21 S	75	09 44	22 11	68	03 26	15 52	06 39	21 28			
22 D ^o	62	10 53	23 25	56	04 28	16 57	06 37	21 30			
23 L	52	12 13	-- --	---	05 42	18 14	06 35	21 31			
24 M	50	00 45	13 32	51	07 00	19 31	06 34	21 32			
25 M	55	02 00	14 41	59	08 13	20 40	06 32	21 34			
26 J	65	03 04	15 38	71	09 15	21 38	06 30	21 35			
27 V	77	03 58	16 26	82	10 08	22 27	06 29	21 37			
28 S	87	04 45	17 09	91	10 54	23 12	06 27	21 38			
29 D	93	05 27	17 48	95 Δ	11 36	23 54	06 25	21 39			
30 L ^o	96 Δ	06 06	18 24	95 Δ	12 15	-- --	06 24	21 41			

▲ VIGILANCE - GRANDE MARÉE / VIGILANCE - SPRING TIDE / ACHTSAMKEITER - SPRINGFLUTAGE

A Lacanau et à l'étranger - 06 87 57 95 28

www.surf-bodyboard-lacanau.com





L'Assiette Restaurant

05 57 70 04 72

Front De Mer 33680 Lacanau Océan



DATE DATE DATUM	PLEINES MERS HIGH TIDE / FLUTE			BASSES MERS LOW TIDE / EBBE			SOLEIL		
	COEF	MATIN		COEF	MATIN		AUBE	CREPUSCULE	
		H	MN		H	MN		H	MN
01 M	94	06 42	18 59	92	00 33	12 52	06 22	21 42	
02 M	89	07 18	19 33	86	01 11	13 28	06 21	21 43	
03 J	82	07 53	20 08	77	01 48	14 03	06 19	21 45	
04 V	72	08 28	20 44	67	02 24	14 38	06 17	21 46	
05 S	61	09 07	21 25	56	03 03	15 17	06 16	21 47	
06 D	50	09 52	22 14	45	03 46	16 02	06 14	21 49	
07 L	40	10 47	23 12	37	04 35	16 55	06 13	21 50	
08 M ^o	34	11 53	-- --	---	05 35	18 00	06 12	21 51	
09 M	34	00 21	13 09	35	06 45	19 14	06 10	21 53	
10 J	39	01 36	14 21	43	07 57	20 23	06 09	21 54	
11 V	49	02 40	15 14	55	08 56	21 16	06 07	21 55	
12 S	62	03 30	15 57	68	09 43	22 01	06 06	21 56	
13 D	75	04 13	16 37	81	10 24	22 42	06 05	21 58	
14 L	86	04 55	17 17	91	11 04	23 23	06 04	21 59	
15 M ^o	96 Δ	05 36	17 57	99 Δ	11 45	-- --	06 02	22 00	
16 M	101 Δ	06 18	18 39	102 Δ	00 05	12 26	06 01	22 02	
17 J	102 Δ	07 03	19 24	100 Δ	00 48	13 10	06 00	22 03	
18 V	98 Δ	07 51	20 12	94	01 35	13 57	05 59	22 04	
19 S	90	08 43	21 05	84	02 25	14 47	05 58	22 05	
20 D	79	09 41	22 06	72	03 21	15 44	05 56	22 06	
21 L	67	10 47	23 14	62	04 23	16 48	05 55	22 08	
22 M ^D	58	11 57	-- --	---	05 30	17 57	05 54	22 09	
23 M	56	00 25	13 09	55	06 40	19 07	05 53	22 10	
24 J	57	01 35	14 15	59	07 48	20 14	05 52	22 11	
25 V	62	02 39	15 14	66	08 50	21 14	05 52	22 12	
26 S	70	03 35	16 03	73	09 44	22 06	05 51	22 13	
27 D	77	04 23	16 47	79	10 32	22 53	05 50	22 14	
28 L	81	05 06	17 27	83	11 14	23 35	05 49	22 15	
29 M ^o	84	05 45	18 03	84	11 54	-- --	05 48	22 16	
30 M	84	06 22	18 39	83	00 14	12 30	05 48	22 17	
31 J	81	06 57	19 13	80	00 52	13 05	05 47	22 18	

MAI - MAY - MAI

PLAGE DU MOUTCHIC - 06 72 21 54 41

Stand Up Paddle - Canoe Kayak



BO AND CO SURF SCHOOL

05 56 26 33 99 - www.bocosurf.com



JUNI - JUNE - JUIN

DATE DATE DATUM	PLEINES MERS HIGH TIDE / FLUTE			BASSES MERS LOW TIDE / EBBE			SOLEIL	
	COEF	MATIN	SOIR	COEF	MATIN	SOIR	AUBE	CREPUSCULE
		H MN	H MN		H MN	H MN	H MN	H MN
01 V	77	07 32	19 48	74	01 28	13 40	05 46	22 19
02 S	71	08 08	20 23	68	02 03	14 15	05 46	22 20
03 D	64	08 46	21 02	60	02 41	14 52	05 45	22 21
04 L	56	09 27	21 46	52	03 21	15 34	05 44	22 22
05 M	49	10 15	22 36	45	04 05	16 21	05 44	22 23
06 M ^o	43	11 10	23 33	41	04 56	17 16	05 44	22 23
07 J	41	12 13	-- --	---	05 55	18 19	05 43	22 24
08 V	41	00 38	13 21	44	06 59	19 26	05 43	22 25
09 S	47	01 45	14 24	52	08 03	20 28	05 43	22 25
10 D	57	02 46	15 18	63	08 59	21 22	05 42	22 26
11 L	69	03 38	16 06	76	09 49	22 11	05 42	22 27
12 M	81	04 27	16 52	87	10 35	22 58	05 42	22 27
13 M ^o	92	05 14	17 37	96 Δ	11 21	23 46	05 42	22 28
14 J	99 Δ	06 02	18 24	101 Δ	12 07	-- --	05 42	22 28
15 V	102 Δ	06 51	19 12	101 Δ	00 34	12 55	05 42	22 29
16 S	100 Δ	07 42	20 03	98 Δ	01 24	13 45	05 42	22 29
17 D	94	08 35	20 57	90	02 17	14 37	05 42	22 30
18 L	85	09 31	21 54	80	03 12	15 32	05 42	22 30
19 M	75	10 30	22 54	69	04 09	16 30	05 42	22 30
20 M ^o	65	11 32	23 58	61	05 10	17 32	05 42	22 30
21 J	58	12 36	-- --	---	06 12	18 36	05 42	22 31
22 V	56	01 03	13 42	55	07 16	19 43	05 42	22 31
23 S	56	02 09	14 45	57	08 20	20 47	05 43	22 31
24 D	59	03 10	15 40	62	09 18	21 44	05 43	22 31
25 L	64	04 03	16 27	67	10 10	22 35	05 43	22 31
26 M	69	04 48	17 09	71	10 55	23 19	05 44	22 31
27 M	73	05 28	17 46	74	11 35	23 58	05 44	22 31
28 J ^o	75	06 05	18 22	76	12 12	-- --	05 45	22 31
29 V	76	06 40	18 55	76	00 35	12 46	05 45	22 31
30 S	76	07 14	19 29	75	01 10	13 19	05 46	22 30

BANANA SURF SHOP CAFE

www.lacanau-surf.fr - 05 56 03 14 97



CARCANS



Cercle de la Voile de Bordeaux

Domaine de Bombannes 33121 CARCANS—MAUBUISSON
www.cerclevoilebordeaux.com — 05 56 03 30 19
cerclevoilebordeaux@orange.fr

FFVoile



*Découvrir,
Apprendre,
Maîtriser*

Voile
Planche à voile
Aviron
Paddle

Cours particuliers
Cours collectifs
Locations



SURF SHOP ECOLE DE SURF LOCATION

01 rue des sapins verts CARCANS OCEAN
06 62 35 86 20 / 05 56 03 42 72 www.he-enalu-surfshop.com



68 Route de Bordeaux
05 56 03 33 58

contact@medoc-nautique.fr
www.medoc-nautique.fr

Voile et moteurs
Vente et réparation
Canoës
Planches à voiles - SUP
Ski nautique - Accastillage



INFOS TOURISME LAGANAU Océan

05 56 03 19 15 LA CABANE

05 56 26 38 84 LACANAU SURF CLUB

06 68 92 64 96 SAUVETAGE COTIER LACANAU

05 56 03 14 97 / 06 85 87 86 63 BANANA SURF SHOP CAFE ET SURF SCHOOL

05 56 26 33 99 BO AND CO

05 56 26 31 82 HCL ACADEMY SURF / BODYBOARD

05 56 03 70 98 CAFE MARITIME BAR PANORAMIQUE

05 56 03 70 98 LE BEACH HOUSE

06 63 38 07 18 SANDWICHIERIE ARONA

05 56 03 12 56 SURF CITY

06 26 45 67 86 TENGO FRIO SURF

05 57 17 28 41 LE MULLIGAN

05 57 70 04 72 L'ASSIETTE

05 56 82 30 90 LA CANTINE DU COIN

06 61 91 23 96 PALETTE DE SAVEURS

05 56 03 24 56 HURLEY SHOP

05 56 60 81 23 OCEAN RIDE ÉCOLE DE SURF

06 18 00 49 04 RAINBOW CAFE

05 56 03 53 72 AOLA SURF SCHOOL

09 72 57 03 31 CHEZ FRED'O

06 81 34 45 48 DEPEYRIS SURFBOARDS

06 19 07 05 53 WALLY GLISSE

06 78 20 43 30 FOOD TRUCK DU LION

LES GRANDS PINS 05 56 03 20 77

PAINTBALL BEACH 06 64 74 50 51

VILLA ZENITH 06 84 60 88 08

GLACES ARTISANALES PINOCCHIO 05 56 03 03 56

OLIVIER LABAT SOUL SURFERS 06 07 40 02 31

CENTRAL GARAGE N°1 LOCATION 05 56 26 99 65

REPASS' PRESSING 05 56 03 17 58

MÉDOC ATLANTIQUE 05 56 03 21 01

PIZZA PISE 05 56 03 29 06

A LA DERIVE 05 57 17 46 71

LACANOCEANE 07 89 82 76 46

CHEEKY FAMILY 06 51 36 15 78

06 85 87 86 63 LES BOIS FLOTTÉS

06 72 21 54 44 CRIS LOISIRS

ÉCOLE DE SURF / SURF SCHOOL	ÉCOLE DE SUP / SUP SCHOOL	SURF SHOP	SHAPER REPARATION / REPAIR	SURF CAMP HOTEL	SKATE PARK	WIND ET KITE SURF / WINDSURF AND KITE SURF
BAR	GENDARMERIE	CAMPING	PHOTOGRAPHE / PHOTOGRAPHER	TERRAIN DE TENNIS	PAINTBALL	LOCATION DE VÉLO / BIKE RENTAL
RESTAURANT SNACK	BUREAU DE POSTE / POST OFFICE	CAMPING CAR	PIQUE-NIQUE / PIC-NIC	TERRAIN DE RUGBY / RUGBY FIELD	PISTE CYCLABLE / BIKE TRACK	SQUASH
GLACE / ICE CREAM	ÉGLISE / CHURCH	PARKING OMBRÉ / PARKING SHADOW	BOITE DE NUIT / NIGHT CLUB	FRONTON	SAUVETAGE COTIER	TENNIS
SUPERMARCHÉ / SUPERMARKET	STATION ESSENCE / GAS STATION	PARKING	OFFICE DE TOURISME / TOURIST OFFICE	SQUASH	ARTISTE	CINEMA
POSTE DE SECOURS / FIRST AID	PHARMACIE / PHARMACY	DOCTEUR / DOCTOR	18 POMPIERS	17 GENDARMERIE	15 SAMU	CABINET MÉDICAL CAMIADE : 05 56 03 21 20
						PHARMACIE DE L'Océan : 05 56 03 21 29
						SURVEILLANCE DES PLAGES DE 11H À 18H TOUS LES JOURS EN JUILLET/AOÛT LES WEEKENDS EN MAI/JUIN/SEPTEMBRE

HOURTIN

SplashPark
HOURTIN-LACANAU

Île aux enfants - HOURTIN PORT
&
Plage du Moutchic - LACANAU



www.splash-park.fr

Restaurant Le Grillon à 100m de la plage

Cuisine élaborée à base de
produits frais / fresh products
Café Wi-Fi



www.legrillonhourtin.fr
0556 093 237



Photographe surf

Réservez votre session photo en Gironde
rien que pour vous ou entre amis

Shooting aquatique
Prise de vue extérieure

  Naturaglisse Picture

Naturaglisse
PICTURE
Partenaire REVUEZ-TOI

Contact : www.naturaglissepicture.fr
naturaglissepicture@gmail.com



ECOLE DE SURF

www.ocean-ride.com - 05 56 60 81 23



DATE DATE DATUM	PLEINES MERS HIGH TIDE / FLUTE			BASSES MERS LOW TIDE / EBBE			SOLEIL	
	COEF	MATIN	SOIR	COEF	MATIN	SOIR	AUBE	CREPUSCULE
		H MN	H MN		H MN	H MN	H MN	H MN
01 D	73	07 48	20 03	72	01 44	13 53	05 46	22 30
02 L	70	08 23	20 39	67	02 19	14 29	05 47	22 30
03 M	64	09 01	21 18	62	02 56	15 07	05 48	22 30
04 M	59	09 43	22 02	56	03 36	15 49	05 48	22 29
05 J	53	10 30	22 52	50	04 20	16 37	05 49	22 29
06 V ^o	48	11 26	23 50	47	05 11	17 32	05 50	22 28
07 S	46	12 30	-- --	---	06 09	18 35	05 51	22 28
08 D	47	00 57	13 38	50	07 14	19 43	05 52	22 27
09 L	53	02 06	14 43	58	08 19	20 48	05 52	22 27
10 M	63	03 09	15 40	69	09 18	21 46	05 53	22 26
11 M	75	04 06	16 32	82	10 12	22 40	05 54	22 25
12 J	87	04 59	17 22	93	11 03	23 31	05 55	22 25
13 V [●]	97 Δ	05 49	18 11	101 Δ	11 52	-- --	05 56	22 24
14 S	103 Δ	06 40	19 01	104 Δ	00 22	12 42	05 57	22 23
15 D	105 Δ	07 30	19 50	103 Δ	01 13	13 31	05 58	22 22
16 L	101 Δ	08 20	20 41	97 Δ	02 04	14 22	05 59	22 21
17 M	93	09 11	21 33	88	02 55	15 13	06 00	22 21
18 M	82	10 03	22 26	75	03 47	16 06	06 01	22 20
19 J ^D	69	10 57	23 23	63	04 41	17 01	06 02	22 19
20 V	57	11 56	-- --	---	05 37	18 01	06 03	22 18
21 S	52	00 25	13 01	49	06 38	19 07	06 05	22 17
22 D	47	01 34	14 12	47	07 44	20 18	06 06	22 15
23 L	48	02 44	15 17	50	08 51	21 24	06 07	22 14
24 M	53	03 44	16 09	56	09 49	22 18	06 08	22 13
25 M	60	04 32	16 52	63	10 36	23 03	06 09	22 12
26 J	66	05 13	17 30	69	11 17	23 42	06 10	22 11
27 V ^o	71	05 48	18 03	74	11 53	-- --	06 12	22 10
28 S	75	06 21	18 35	77	00 16	12 26	06 13	22 08
29 D	78	06 53	19 07	78	00 49	12 58	06 14	22 07
30 L	78	07 25	19 39	78	01 21	13 30	06 15	22 06
31 M	77	07 58	20 13	76	01 54	14 03	06 16	22 04

JULI - JULY - JUILLET

www.lacanau-surf.fr

06 85 87 86 63 - 05 56 03 14 97

BANANA
SURF SCHOOL

VILLA ZÉNITH SURF HOSTEL

à 200m de la plage - 06 84 60 88 08



AUGUST - AOÛT - AOUT

DATE DATE DATUM	PLEINES MERS HIGH TIDE / FLUTE			BASSES MERS LOW TIDE / EBBE			SOLEIL	
	COEF	MATIN	SOIR	COEF	MATIN	SOIR	AUBE	CREPUSCULE
		H MN	H MN		H MN	H MN	H MN	H MN
01 M	74	08 33	20 49	72	02 28	14 39	06 18	22 03
02 J	69	09 10	21 28	66	03 05	15 17	06 19	22 02
03 V	62	09 53	22 13	59	03 46	16 00	06 20	22 00
04 S ^d	55	10 43	23 08	52	04 32	16 51	06 21	21 59
05 D	49	11 46	-- --	---	05 27	17 54	06 23	21 57
06 L	48	00 18	13 02	47	06 33	19 08	06 24	21 56
07 M	49	01 37	14 17	52	07 47	20 23	06 25	21 54
08 M	57	02 50	15 21	64	08 56	21 29	06 27	21 53
09 J	70	03 52	16 17	78	09 55	22 26	06 28	21 51
10 V	85	04 46	17 08	92	10 48	23 19	06 29	21 49
11 S [●]	97 Δ	05 37	17 57	103 Δ	11 38	-- --	06 30	21 48
12 D	106 Δ	06 25	18 45	109 Δ	00 08	12 26	06 32	21 46
13 L	109 Δ	07 12	19 32	109 Δ	00 57	13 14	06 33	21 45
14 M	107 Δ	07 58	20 18	103 Δ	01 44	14 01	06 34	21 43
15 M	98 Δ	08 44	21 04	92	02 31	14 48	06 36	21 41
16 J	85	09 29	21 52	78	03 19	15 36	06 37	21 40
17 V	70	10 17	22 42	62	04 07	16 26	06 38	21 38
18 S ^D	55	11 10	23 40	48	04 58	17 21	06 39	21 36
19 D	43	12 14	-- --	---	05 55	18 27	06 41	21 34
20 L	39	00 51	13 33	37	07 03	19 45	06 42	21 33
21 M	38	02 15	14 52	40	08 21	21 03	06 43	21 31
22 M	44	03 25	15 49	48	09 27	22 00	06 45	21 29
23 J	53	04 14	16 32	58	10 16	22 43	06 46	21 27
24 V	63	04 53	17 08	67	10 55	23 19	06 47	21 25
25 S	71	05 27	17 40	75	11 29	23 52	06 48	21 24
26 D ^O	78	05 57	18 10	80	12 01	-- --	06 50	21 22
27 L	83	06 27	18 41	84	00 23	12 32	06 51	21 20
28 M	85	06 58	19 12	86	00 54	13 03	06 52	21 18
29 M	85	07 30	19 45	85	01 26	13 36	06 53	21 16
30 J	83	08 04	20 20	81	01 59	14 11	06 55	21 14
31 V	77	08 39	20 57	74	02 35	14 48	06 56	21 12

SURF CITY SURF SHOP

Ouvert à l'année - 05 56 03 12 56

SURF CITY

Lacatau-Océan
Surf Shop since 1973



PIZZA PISE LACANAU OCEAN

Commandez par téléphone - 05 56 03 29 06



DATE DATE DATUM	PLEINES MERS HIGH TIDE / FLUTE			BASSES MERS LOW TIDE / EBBE			SOLEIL	
	COEF	MATIN	SOIR	COEF	MATIN	SOIR	AUBE	CREPUSCULE
		H MN	H MN		H MN	H MN	H MN	H MN
01 S	70	09 19	21 40	65	03 13	15 29	06 57	21 11
02 D	60	10 08	22 36	55	03 58	16 19	06 58	21 09
03 L ^o	51	11 13	23 52	47	04 53	17 25	07 00	21 07
04 M	45	12 37	-- --	---	06 04	18 46	07 01	21 05
05 M	45	01 21	13 59	48	07 26	20 09	07 02	21 03
06 J	54	02 38	15 07	61	08 40	21 17	07 03	21 01
07 V	69	03 40	16 03	77	09 41	22 14	07 05	20 59
08 S	85	04 34	16 54	93	10 34	23 04	07 06	20 57
09 D ^o	99 Δ	05 22	17 40	105 Δ	11 22	23 51	07 07	20 55
10 L	108 Δ	06 07	18 25	111 Δ	12 08	-- --	07 08	20 53
11 M	111 Δ	06 50	19 09	110 Δ	00 37	12 53	07 09	20 52
12 M	108 Δ	07 31	19 51	104 Δ	01 21	13 36	07 11	20 50
13 J	99 Δ	08 12	20 32	92	02 04	14 20	07 12	20 48
14 V	85	08 53	21 14	77	02 46	15 04	07 13	20 46
15 S	69	09 35	22 00	61	03 30	15 50	07 14	20 44
16 D ^o	53	10 24	22 54	46	04 16	16 42	07 16	20 42
17 L	39	11 24	-- --	---	05 09	17 44	07 17	20 40
18 M	34	00 03	12 44	31	06 16	19 04	07 18	20 38
19 M	31	01 37	14 16	33	07 40	20 32	07 19	20 36
20 J	38	02 58	15 21	43	08 57	21 33	07 20	20 34
21 V	49	03 49	16 04	55	09 48	22 15	07 22	20 32
22 S	61	04 26	16 39	66	10 26	22 49	07 23	20 30
23 D	71	04 58	17 10	76	10 59	23 21	07 24	20 29
24 L	80	05 28	17 40	84	11 31	23 52	07 25	20 27
25 M ^o	87	05 58	18 11	89	12 03	-- --	07 26	20 25
26 M	91	06 29	18 44	92	00 24	12 35	07 28	20 23
27 J	92	07 02	19 18	91	00 57	13 09	07 29	20 21
28 V	90	07 36	19 54	87	01 31	13 45	07 30	20 19
29 S	84	08 13	20 33	80	02 07	14 23	07 31	20 17
30 D	75	08 54	21 19	69	02 47	15 07	07 32	20 15

SEPTEMBER - SEPTEMBER - SEPTEMBRE

1968-2018
50 ans d'Histoire
de Surf !

Depuis
1968

Surf Club
Lacanau

05 56 26 38 84
lacanausurfclub.com
#lacanausurfclub



DATE DATE DATUM	PLEINES MERS HIGH TIDE / FLUTE			BASSES MERS LOW TIDE / EBBE			SOLEIL	
	COEF	MATIN	SOIR	COEF	MATIN	SOIR	AUBE	CREPUSCULE
		H MN	H MN		H MN	H MN	H MN	H MN
01 L	63	09 45	22 20	57	03 33	16 01	07 34	20 14
02 M ^d	52	10 55	23 42	47	04 31	17 11	07 35	20 12
03 M	44	12 22	-- --	---	05 47	18 36	07 36	20 10
04 J	45	01 11	13 44	48	07 11	19 57	07 37	20 08
05 V	54	02 26	14 51	62	08 26	21 03	07 38	20 06
06 S	70	03 27	15 47	78	09 26	21 58	07 40	20 04
07 D	85	04 18	16 36	92	10 17	22 47	07 41	20 03
08 L	98	△ 05 03	17 21	103	△ 11 04	23 31	07 42	20 01
09 M [●]	106	△ 05 45	18 03	107	△ 11 48	-- --	07 43	19 59
10 M	108	△ 06 25	18 44	106	△ 00 14	12 30	07 45	19 57
11 J	104	△ 07 04	19 23	100	△ 00 55	13 12	07 46	19 56
12 V	95	△ 07 41	20 01	89	01 35	13 53	07 47	19 54
13 S	83	08 19	20 40	75	02 15	14 34	07 48	19 52
14 D	68	08 58	21 22	61	02 54	15 17	07 49	19 51
15 L	53	09 43	22 12	46	03 37	16 05	07 51	19 49
16 M ^D	40	10 38	23 16	34	04 26	17 02	07 52	19 47
17 M	30	11 49	-- --	---	05 26	18 13	07 53	19 46
18 J	29	00 39	13 16	30	06 43	19 40	07 54	19 44
19 V	34	02 12	14 34	39	08 07	20 50	07 56	19 42
20 S	45	03 10	15 24	51	09 06	21 35	07 57	19 41
21 D	57	03 50	16 02	63	09 48	22 12	07 58	19 39
22 L	69	04 23	16 35	75	10 24	22 46	07 59	19 38
23 M	80	04 55	17 08	84	10 58	23 19	08 01	19 36
24 M ^O	88	05 27	17 42	91	11 33	23 53	08 02	19 35
25 J	94	06 01	18 18	95	△ 12 08	-- --	08 03	19 33
26 V	96	△ 06 37	18 55	96	△ 00 29	12 45	08 05	19 32
27 S	94	07 14	19 35	92	01 06	13 24	08 06	19 30
28 D [*]	88	06 54	19 19	84	01 45	13 07	07 06	18 29
29 L	79	07 40	20 10	73	01 29	13 55	07 08	18 27
30 M	67	08 36	21 16	61	02 19	14 54	07 10	18 26
31 M ^d	55	09 47	22 35	51	03 21	16 05	07 11	18 25



CAFE MARITIME LACANAU

OUVERT TOUT
L'HIVER

05 56 03 70 98
www.cafemaritime.fr



CAFE MARITIME LACANAU

OUVERT TOUT
L'HIVER

05 56 03 70 98
www.cafemaritime.fr

DATE DATE DATUM	PLEINES MERS HIGH TIDE / FLUTE			BASSES MERS LOW TIDE / EBBE			SOLEIL									
	COEF	MATIN		COEF	MATIN		AUBE	CREPUSCULE								
		H	MN		H	MN		H	MN							
01 J	48	11	08	23	57	49	04	36	17	24	07	12	18	23		
02 V	52	12	26	--	--	--	05	55	18	40	07	13	18	22		
03 S	57	01	08	13	32	63	07	06	19	44	07	15	18	21		
04 D	69	02	08	14	28	76	08	06	20	39	07	16	18	20		
05 L	82	02	58	15	17	87	08	58	21	26	07	17	18	18		
06 M	92	03	43	16	01	95	△	09	45	22	11	07	19	18	17	
07 M●	97	△	04	24	16	42	99	△	10	29	22	52	07	20	18	16
08 J	99	△	05	03	17	22	97	△	11	11	23	32	07	21	18	15
09 V	95	△	05	40	17	59	93	11	51	--	--	07	22	18	14	
10 S	89	06	17	18	36	84	00	10	12	31	07	24	18	13		
11 D	79	06	53	19	14	74	00	47	13	10	07	25	18	12		
12 L	68	07	31	19	54	62	01	25	13	50	07	26	18	11		
13 M	56	08	12	20	39	50	02	05	14	34	07	27	18	10		
14 M	45	09	01	21	34	40	02	49	15	24	07	29	18	09		
15 J D	35	09	59	22	39	33	03	42	16	23	07	30	18	08		
16 V	32	11	07	23	56	33	04	45	17	31	07	31	18	07		
17 S	36	12	22	--	--	--	05	57	18	44	07	32	18	06		
18 D	40	01	09	13	27	45	07	07	19	43	07	34	18	05		
19 L	51	02	02	14	16	57	08	01	20	28	07	35	18	05		
20 M	63	02	43	14	57	69	08	45	21	09	07	36	18	04		
21 M	75	03	21	15	36	81	09	25	21	47	07	37	18	03		
22 J	85	03	58	16	16	90	10	04	22	25	07	39	18	02		
23 V○	93	04	37	16	56	95	△	10	44	23	05	07	40	18	02	
24 S	97	△	05	16	17	38	98	△	11	26	23	46	07	41	18	01
25 D	97	△	05	58	18	23	95	△	12	10	--	--	07	42	18	01
26 L	93	06	44	19	12	89	00	30	12	57	07	43	18	00		
27 M	85	07	34	20	07	80	01	18	13	50	07	44	18	00		
28 M	74	08	31	21	10	69	02	11	14	48	07	45	17	59		
29 J	64	09	37	22	20	60	03	12	15	55	07	47	17	59		
30 V□	57	10	49	23	33	55	04	20	17	05	07	48	17	59		

NOVEMBER - NOVEMBER - NOVEMBRE

SURF CITY SURF SHOP

www.surf-city.fr - 05 56 03 12 56



SANDWICHERIE ARONA

ARONA
SANDWICH



Paëllas sur commande - 06 63 38 07 18

SUR PLACE OU À EMPORTER

DECEMBER - DECEMBER - DECEMBRE

DATE DATE DATUM	PLEINES MERS HIGH TIDE / FLUTE			BASSES MERS LOW TIDE / EBBE			SOLEIL	
	COEF	MATIN	SOIR	COEF	MATIN	SOIR	AUBE	CREPUSCULE
		H MN	H MN		H MN	H MN	H MN	H MN
01 S	56	12 00	-- --	---	05 31	18 15	07 49	17 58
02 D	58	00 42	13 07	61	06 40	19 19	07 50	17 58
03 L	64	01 44	14 06	69	07 42	20 16	07 51	17 58
04 M	73	02 37	14 58	77	08 38	21 06	07 52	17 58
05 M	80	03 24	15 43	83	09 27	21 51	07 53	17 58
06 J	85	04 06	16 25	86	10 13	22 33	07 54	17 57
07 V●	87	04 45	17 04	87	10 55	23 13	07 55	17 57
08 S	86	05 23	17 42	85	11 35	23 50	07 56	17 57
09 D	83	05 59	18 18	80	12 13	-- --	07 57	17 57
10 L	78	06 34	18 54	74	00 26	12 51	07 57	17 57
11 M	71	07 10	19 31	67	01 02	13 28	07 58	17 58
12 M	63	07 48	20 11	58	01 39	14 07	07 59	17 58
13 J	54	08 29	20 56	50	02 18	14 50	08 00	17 58
14 V	46	09 17	21 48	42	03 03	15 38	08 01	17 58
15 S D	40	10 11	22 48	38	03 55	16 34	08 01	17 58
16 D	37	11 14	23 56	39	04 55	17 36	08 02	17 59
17 L	41	12 21	-- --	---	06 01	18 41	08 03	17 59
18 M	45	01 03	13 25	50	07 06	19 40	08 03	17 59
19 M	55	02 00	14 20	61	08 03	20 31	08 04	18 00
20 J	67	02 48	15 08	73	08 53	21 17	08 04	18 00
21 V	79	03 33	15 54	85	09 39	22 02	08 05	18 01
22 S○	89	04 17	16 40	93	10 25	22 46	08 05	18 01
23 D	97	△ 05 01	17 26	99	△ 11 11	23 31	08 06	18 02
24 L	100	△ 05 47	18 14	100	△ 11 59	-- --	08 06	18 02
25 M	99	△ 06 35	19 05	97	△ 00 19	12 49	08 07	18 03
26 M	94	07 26	19 58	90	01 08	13 41	08 07	18 04
27 J	86	08 20	20 55	81	02 00	14 36	08 07	18 04
28 V	75	09 19	21 55	70	02 56	15 35	08 08	18 05
29 S□	65	10 22	23 00	61	03 56	16 37	08 08	18 06
30 D	58	11 28	-- --	---	05 01	17 42	08 08	18 07
31 L	56	00 08	12 36	55	06 08	18 48	08 08	18 07

KAZ A MOUMOUNE - Anse Bertrand
Gîte - Guadeloupe - 06 85 87 86 63



Océanesque



MEDOC
ATLANTIQUE

MEDOC-ATLANTIQUE.COM





LE CAFÉ MARITIME LACANAU **THE BEACH HOUSE - BAR PANORAMIQUE**

9, Boulevard de la Plage - 33680 LACANAU Océan
05 56 03 70 98 - www.cafemaritime.fr