

LSi
08 92 29 78 73

LACANAU SURF INFO.COM
MÉTÉO DES PLAGES

MARÉES 2022

GIRONDE

IMPRIM'VERT®

MEDOC
ATLANTIQUE
TOURISME

INFOS TOURISME
À L'INTÉRIEUR ! ➤

Central Garage



N°1 LOCATION

DES VELOS POUR TOUS !

Entretien - Réparation - Pièces détachées
Livraison à domicile



CENTRAL GARAGE - 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	SOIR	COEF	MATIN	SOIR	AUBE	CREPUSCULE
		H MN	H MN		H MN	H MN	H MN	H MN
01 S	81	03 21	15 48	86	09 28	21 53	08 08	18 08
02 D ●	91	04 13	16 41	94	10 21	22 44	08 08	18 09
03 L	97 ▲	05 03	17 32	99 ▲	11 14	23 35	08 08	18 09
04 M	99 ▲	05 53	18 22	99 ▲	12 06	-- --	08 08	18 10
05 M	97 ▲	06 42	19 12	95 ▲	00 24	12 57	08 08	18 11
06 J	91	07 31	20 00	87	01 13	13 47	08 08	18 12
07 V	81	08 20	20 48	76	02 02	14 37	08 08	18 13
08 S	70	09 09	21 37	64	02 51	15 27	08 08	18 14
09 D ○	58	10 00	22 30	53	03 42	16 19	08 08	18 15
10 L	48	10 56	23 31	44	04 36	17 15	08 08	18 16
11 M	42	12 01	-- --	---	05 37	18 18	08 07	18 17
12 M	41	00 42	13 13	41	06 47	19 26	08 07	18 19
13 J	42	01 52	14 18	45	07 57	20 26	08 07	18 20
14 V	48	02 48	15 09	52	08 54	21 15	08 06	18 21
15 S	55	03 32	15 50	59	09 40	21 55	08 06	18 22
16 D	62	04 09	16 27	66	10 19	22 31	08 05	18 23
17 L ○	69	04 43	17 01	72	10 54	23 05	08 05	18 24
18 M	74	05 16	17 35	76	11 29	23 39	08 04	18 26
19 M	78	05 50	18 09	79	12 03	-- --	08 04	18 27
20 J	80	06 24	18 44	80	00 14	12 39	08 03	18 28
21 V	79	07 00	19 21	78	00 49	13 15	08 03	18 29
22 S	77	07 37	19 59	75	01 26	13 53	08 02	18 30
23 D	72	08 17	20 41	69	02 04	14 34	08 01	18 32
24 L	66	09 01	21 30	62	02 47	15 20	08 00	18 33
25 M ○	59	09 54	22 30	55	03 36	16 14	08 00	18 34
26 M	52	11 00	23 44	50	04 36	17 19	07 59	18 36
27 J	50	12 20	-- --	---	05 49	18 32	07 58	18 37
28 V	51	01 02	13 37	54	07 07	19 45	07 57	18 38
29 S	59	02 12	14 45	65	08 19	20 49	07 56	18 39
30 D	71	03 12	15 43	77	09 21	21 45	07 55	18 41
31 L	84	04 06	16 36	89	10 17	22 37	07 54	18 42



THE BEACH HOUSE

OUVERTURE | 05 56 03 70 98
2 AVRIL 2022 | www.cafemaritime.fr



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●	94	04 55	17 24	98 ▲	11 07	23 24	07 53	18 43
02 M	101 ▲	05 42	18 08	102 ▲	11 55	-- --	07 52	18 45
03 J	102 ▲	06 26	18 51	100 ▲	00 10	12 40	07 51	18 46
04 V	98 ▲	07 08	19 31	94	00 53	13 23	07 50	18 47
05 S	89	07 49	20 10	84	01 35	14 05	07 49	18 49
06 D	77	08 28	20 48	71	02 17	14 46	07 48	18 50
07 L	64	09 09	21 30	57	02 59	15 28	07 46	18 51
08 M D	50	09 54	22 20	44	03 44	16 15	07 45	18 53
09 M	38	10 50	23 27	33	04 36	17 11	07 44	18 54
10 J	31	12 09	-- --	--	05 44	18 26	07 43	18 55
11 V	30	01 00	13 45	32	07 15	19 52	07 41	18 57
12 S	36	02 21	14 50	41	08 32	20 52	07 40	18 58
13 D	46	03 12	15 34	51	09 22	21 36	07 39	18 59
14 L	57	03 50	16 10	63	10 01	22 12	07 37	19 01
15 M	68	04 24	16 43	73	10 35	22 46	07 36	19 02
16 M○	77	04 57	17 15	81	11 08	23 19	07 34	19 04
17 J	85	05 29	17 48	88	11 42	23 52	07 33	19 05
18 V	90	06 03	18 22	91	12 16	-- --	07 31	19 06
19 S	92	06 38	18 57	92	00 27	12 51	07 30	19 08
20 D	90	07 13	19 33	88	01 02	13 27	07 28	19 09
21 L	85	07 51	20 11	81	01 39	14 06	07 27	19 10
22 M	76	08 32	20 56	70	02 20	14 49	07 25	19 11
23 M○	64	09 23	21 54	58	03 07	15 41	07 24	19 13
24 J	52	10 33	23 16	47	04 08	16 48	07 22	19 14
25 V	44	12 04	-- --	--	05 28	18 12	07 21	19 15
26 S	43	00 46	13 31	46	06 57	19 34	07 19	19 17
27 D	52	02 03	14 42	59	08 15	20 42	07 17	19 18
28 L	67	03 06	15 38	74	09 17	21 38	07 16	19 19

● - NOUVELLE LUNE - NEW MOON - NEUMOND / ○ - DERNIER QUARTIER - THIRD QUARTER - LETZTES VERTEL / ▲ - PREMIER QUARTIER - FIRST QUARTER - ERSTES VERTEL



Villa Les Bois Flottés - Gîte à Lacanau

www.lacanau-surf.fr - 06 85 87 86 63





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	82	03 57	16 26	88	10 08	22 25	07 13	19 21
02 M●	94	04 43	17 08	98 ▲	10 54	23 09	07 11	19 23
03 J	101 ▲	05 25	17 47	103 ▲	11 36	23 50	07 09	19 25
04 V	103 ▲	06 04	18 24	102 ▲	12 16	-- --	07 07	19 26
05 S	100 ▲	06 40	18 58	96 ▲	00 28	12 54	07 05	19 27
06 D	92	07 15	19 31	87	01 06	13 30	07 04	19 28
07 L	80	07 49	20 04	74	01 42	14 05	07 02	19 30
08 M	67	08 23	20 39	60	02 18	14 41	07 00	19 31
09 M	52	09 02	21 24	45	02 58	15 21	06 58	19 32
10 J D	38	09 53	22 24	31	03 45	16 12	06 56	19 34
11 V	26	11 06	23 52	24	04 47	17 22	06 55	19 35
12 S	24	12 58	-- --	---	06 19	19 03	06 53	19 36
13 D	28	01 41	14 22	34	07 59	20 21	06 51	19 38
14 L	40	02 41	15 08	47	08 53	21 07	06 49	19 39
15 M	54	03 22	15 43	61	09 32	21 44	06 47	19 40
16 M	68	03 56	16 16	75	10 07	22 18	06 45	19 41
17 J	80	04 29	16 48	86	10 40	22 52	06 44	19 43
18 V O	91	05 02	17 21	95 ▲	11 14	23 26	06 42	19 44
19 S	98 ▲	05 37	17 55	100 ▲	11 48	-- --	06 40	19 45
20 D	100 ▲	06 12	18 31	100 ▲	00 01	12 24	06 38	19 46
21 L	99 ▲	06 49	19 08	96 ▲	00 38	13 01	06 36	19 48
22 M	92	07 29	19 48	86	01 17	13 41	06 34	19 49
23 M	80	08 13	20 35	72	02 00	14 27	06 32	19 50
24 J	65	09 09	21 38	57	02 52	15 21	06 31	19 52
25 V O	50	10 27	23 05	44	03 58	16 34	06 29	19 53
26 S	40	12 01	-- --	---	05 23	18 02	06 27	19 54
27 D*	41	00 37	14 27	45	07 53	20 25	06 25	19 55
28 L	51	02 53	15 33	59	09 08	21 31	06 23	19 57
29 M	67	03 53	16 25	74	10 05	22 23	07 21	20 58
30 M	81	04 42	17 08	86	10 52	23 08	07 19	20 59
31 J	91	05 24	17 46	95 ▲	11 34	23 48	07 18	21 00

* PASSAGE EN HEURE D'ETE LE 27



AOLASURFSCHOOL.COM



Plage sud - 06 60 21 99 99

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	SOIR	COEF	MATIN	SOIR	AUBE	CREPUSCULE
		H MN	H MN		H MN	H MN	H MN	H MN
01 V●	97 ▲	06 02	18 21	98 ▲	12 13	-- --	07 16	21 01
02 S	98 ▲	06 37	18 54	97 ▲	00 26	12 49	07 14	21 03
03 D	95 ▲	07 11	19 26	92	01 02	13 23	07 12	21 05
04 L	88	07 43	19 56	84	01 36	13 55	07 10	21 06
05 M	79	08 14	20 28	73	02 10	14 27	07 08	21 07
06 M	67	08 48	21 03	60	02 45	15 01	07 06	21 08
07 J	53	09 26	21 46	46	03 23	15 40	07 04	21 10
08 V	40	10 16	22 43	33	04 09	16 29	07 02	21 11
09 S D	28	11 24	23 59	24	05 08	17 35	07 00	21 12
10 D	24	12 58	-- --	---	06 27	19 03	06 59	21 14
11 L	26	01 36	14 32	31	08 03	20 30	06 57	21 15
12 M	38	02 52	15 26	45	09 09	21 25	06 55	21 16
13 M	52	03 40	16 06	60	09 52	22 06	06 53	21 18
14 J	67	04 18	16 41	75	10 30	22 43	06 51	21 19
15 V	81	04 55	17 16	87	11 06	23 20	06 49	21 20
16 S O	92	05 31	17 52	97 ▲	11 42	23 57	06 48	21 22
17 D	100 ▲	06 09	18 28	102 ▲	12 19	-- --	06 46	21 23
18 L	103 ▲	06 48	19 07	102 ▲	00 35	12 58	06 44	21 24
19 M	101 ▲	07 29	19 48	97 ▲	01 16	13 39	06 42	21 26
20 M	93	08 14	20 34	86	02 00	14 23	06 40	21 27
21 J	80	09 06	21 28	72	02 49	15 14	06 39	21 28
22 V	64	10 09	22 37	57	03 48	16 14	06 37	21 30
23 S D	50	11 28	23 59	45	04 58	17 28	06 35	21 31
24 D	43	12 53	-- --	---	06 19	18 50	06 34	21 32
25 L	45	01 22	14 11	48	07 40	20 06	06 32	21 34
26 M	54	02 34	15 13	60	08 48	21 09	06 30	21 35
27 M	66	03 32	16 03	71	09 43	22 01	06 29	21 37
28 J	76	04 19	16 44	80	10 29	22 45	06 27	21 38
29 V	84	05 00	17 21	86	11 09	23 25	06 25	21 39
30 S●	87	05 37	17 55	88	11 46	-- --	06 24	21 40

▲ VIGILANCE - GRANDE MARÉE / VIGILANCE - SPRING TIDE / ACHTSAMKEIT - SPRINGFLUTTAG



SURFSCHOOL - SURFCAMP - BAR



5 route du lion 33680 LO

Cheeky.Family.Lacanau



06.51.36.15.78



Cheeky Family Surfschool & Camp



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

www.surf-bodyboard-lacanau.fr



ECOLE
&
CLUB

Surf - Bodyboard - Bodysurf

MAI - MAY - MAI

DATE DATE DATUM	PLEINES MERS HIGH TIDE / FLUTE			BASSES MERS LOW TIDE / EBBE			SOLEIL			
	COEF	MATIN		COEF	MATIN		AUBE	CREPUSCULE		
		H	NN		H	NN		H	NN	H
01 D	88	06 11	18 27	87	00 02	12 21	06 23	21 41		
02 L	86	06 44	18 59	84	00 37	12 54	06 21	21 43		
03 M	81	07 16	19 30	78	01 11	13 26	06 19	21 45		
04 M	74	07 49	20 03	70	01 45	13 58	06 17	21 46		
05 J	65	08 24	20 40	60	02 21	14 33	06 16	21 47		
06 V	54	09 04	21 23	49	03 00	15 13	06 14	21 49		
07 S	44	09 53	22 16	39	03 45	16 01	06 13	21 50		
08 D	34	10 54	23 21	31	04 40	17 01	06 12	21 51		
09 L ☽	30	12 08	-- --	--	05 46	18 12	06 10	21 53		
10 M	31	00 36	13 27	34	07 01	19 28	06 09	21 54		
11 M	39	01 49	14 31	45	08 10	20 32	06 07	21 55		
12 J	51	02 48	15 20	58	09 04	21 22	06 06	21 56		
13 V	65	03 36	16 02	72	09 48	22 05	06 05	21 58		
14 S	78	04 19	16 43	84	10 30	22 47	06 04	21 59		
15 D	90	05 01	17 23	94	11 11	23 29	06 02	22 00		
16 L ☽	97 ▲	05 44	18 05	99 ▲	11 53	-- --	06 01	22 02		
17 M	100 ▲	06 29	18 49	100 ▲	00 13	12 36	06 00	22 03		
18 M	98 ▲	07 16	19 36	95 ▲	01 00	13 22	05 59	22 04		
19 J	91	08 08	20 29	86	01 50	14 12	05 58	22 05		
20 V	80	09 05	21 27	74	02 45	15 07	05 56	22 06		
21 S	68	10 08	22 33	62	03 46	16 09	05 55	22 08		
22 D ☽	57	11 18	23 44	53	04 52	17 16	05 54	22 09		
23 L	51	12 30	-- --	--	06 02	18 26	05 53	22 10		
24 M	51	00 55	13 40	52	07 12	19 35	05 52	22 11		
25 M	54	02 03	14 41	57	08 17	20 38	05 52	22 12		
26 J	61	03 02	15 33	64	09 13	21 32	05 51	22 13		
27 V	67	03 52	16 17	69	10 01	22 20	05 50	22 14		
28 S	72	04 35	16 56	74	10 43	23 02	05 49	22 15		
29 D	75	05 13	17 32	76	11 22	23 41	05 48	22 16		
30 L ●	76	05 49	18 06	76	11 58	-- --	05 48	22 17		
31 M	76	06 24	18 39	75	00 18	12 31	05 47	22 18		

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 M	74	06 58	19 13	72	00 53	13 05	05 46	22 19
02 J	70	07 33	19 48	67	01 28	13 38	05 46	22 20
03 V	64	08 09	20 25	61	02 04	14 14	05 45	22 21
04 S	58	08 49	21 06	55	02 43	14 54	05 44	22 22
05 D	51	09 34	21 53	48	03 26	15 39	05 44	22 23
06 L	45	10 25	22 47	43	04 14	16 30	05 44	22 23
07 M ^D	41	11 24	23 47	41	05 09	17 28	05 43	22 24
08 M	42	12 29	-- --	---	06 09	18 32	05 43	22 25
09 J	44	00 52	13 34	47	07 13	19 36	05 43	22 25
10 V	51	01 56	14 33	56	08 13	20 35	05 42	22 26
11 S	61	02 54	15 25	67	09 07	21 29	05 42	22 27
12 D	72	03 46	16 14	78	09 57	22 19	05 42	22 27
13 L	83	04 37	17 01	87	10 44	23 09	05 42	22 28
14 M ^O	91	05 26	17 49	93	11 32	23 59	05 42	22 28
15 M	95 Δ	06 17	18 38	96 Δ	12 21	-- --	05 42	22 29
16 J	96 Δ	07 09	19 30	94	00 51	13 12	05 42	22 29
17 V	92	08 03	20 23	89	01 44	14 04	05 42	22 30
18 S	85	08 58	21 19	81	02 39	14 58	05 42	22 30
19 D	76	09 55	22 16	71	03 36	15 54	05 42	22 30
20 L	66	10 53	23 16	62	04 34	16 52	05 42	22 30
21 M ^D	58	11 53	-- --	---	05 33	17 52	05 42	22 31
22 M	55	00 18	12 56	52	06 34	18 55	05 42	22 31
23 J	51	01 22	13 59	51	07 36	20 00	05 43	22 31
24 V	52	02 25	14 59	53	08 36	21 01	05 43	22 31
25 S	55	03 23	15 50	56	09 31	21 56	05 43	22 31
26 D	59	04 12	16 35	61	10 19	22 44	05 44	22 31
27 L	63	04 55	17 14	65	11 01	23 26	05 44	22 31
28 M	66	05 33	17 50	67	11 39	-- --	05 45	22 31
29 M [●]	69	06 09	18 25	69	00 03	12 15	05 45	22 31
30 J	70	06 44	18 59	70	00 39	12 48	05 46	22 31

BANANA SURF SHOP CAFE

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



CARCANS

CERCLE VOILE BORDEAUX
CARCANS MAUBUISSON



Ecole de
Voile -
Location

FFVoile



Domaine de Bombannes - 33121 CARCANS
05 56 03 30 19 / 06 60 36 73 82
contact@cerclevoilebordeaux.com
<https://cerclevoilebordeaux.com/>

**MEDOC
ATLANTIQUE**

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

PÔLE NAUTIQUE A CARCANS

68 route de Bordeaux - 33121 CARCANS



**MEDOC
NAUTIC**

05 56 03 33 58

medoc.nautic@gmail.com

www.medoc-nautic.fr



réparation voiles de kite, bateau,
planche à voile
fabrication voile d'ombrage, taud

06 20 47 42 85

www.voileriecaroline.com

INFOS TOURISME LACANAU 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 BANANA SURF SHOP
06 85 87 86 63 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 THE BEACH HOUSE

06 63 38 07 18 SANDWICHIERIE ARONA

05 56 03 12 56 SURF CITY

05 57 17 28 41 LE MULLIGAN

05 57 70 04 72 L'ASSIETTE

05 56 82 30 90 LA CANTINE DU CORN

06 89 03 65 20 HURLEY SHOP LACANAU

06 89 03 65 20 ÉCOLE SURF Océan EXPÉRIENCE

05 56 60 81 23 Océan RIDE ÉCOLE DE SURF

05 56 03 53 72 AOLA SURF SCHOOL

06 81 34 45 48 DEPEYRIS SURFBOARDS

06 19 07 05 53 WALLY GLISSE

05 56 03 24 45 CAMPING ET SPA AIROTEL L'Océan

05 56 03 20 77 LES GRANDS PINS

06 85 87 86 63 LES BOIS FLOTTES

06 72 21 54 41 CRIS LOISIRS

06 19 07 05 53 WALLY VOILE

07 68 37 93 99 GROOM SERVICES

06 07 40 02 31 OLIVIER LABAT SHAPER SURFBOARDS

05 56 26 99 65 CENTRAL GARAGE N°1 LOCATION

05 56 03 17 58 REPASS' PRESSING

05 56 03 21 01 MEDOC ATLANTIQUE

05 56 03 29 06 PIZZA PISE

06 86 64 79 33 LACANOCEANE

06 51 36 15 78 CHECKY FAMILY

05 56 03 91 00 VITALPARC

ÉCOLE DE SURF SURF SCHOOL	ÉCOLE DE SUP SURF SCHOOL	SURF SHOP	SHAPER REPARATION REPAIR	SURF CAMP HOTEL
BAR	GENDARMERIE	PARKING OMBRAGE PARKING SHADOW	PIQUENIQUE PIC-NIC	SKATE PARK
RESTAURANT SNACK	BUREAU DE POSTE POST OFFICE	CAMPING CAR	BOITE DE NUIT NIGHT CLUB	TERRAIN DE GOLF GOLF COURSE
CONCIERGERIE CONCIERGE	ÉGLISE CHURCH	PARKING	OFFICE DE TOURISME TOURIST OFFICE	TERRAIN DE FOOT SOCCER FIELD
SUPERMARCHÉ SUPERMARKET	STATION ESSENCE GAS STATION	CAMPING	18 POMPIERS 17 GENDARMERIE 15 SAMU	TERRAIN DE RUGBY RUGBY FIELD
POSTE DE SECOURS FIRST AID	PHARMACIE PHARMACY	DOCTEUR DOCTOR		FRONTON

SKATE PARK
WIND ET KITE SURF WINDSURF AND KITE SURF
TERRAIN DE GOLF GOLF COURSE
TERRAIN DE FOOT SOCCER FIELD
TERRAIN DE RUGBY RUGBY FIELD
FRONTON
SQUASH
TENNIS
ARTISTE
CINEMA

TERRAIN DE GOLF GOLF COURSE
PAINTBALL
LOCATION DE VÉLO BIKE RENTAL
PISTE CYCLABLE BIKE TRACK
SAUVETAGE COTIER

CABINET MÉDICAL : 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

LACANAU

SplashPark
HOURTIN-LACANAU

Jetez-vous
à l'eau !



Réservations au 06.35.44.39.79

— splash-park.fr —

Photographe surf

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

Shooting aquatique
Prise de vue extérieure

f Instagram Naturaglisse Picture

Naturaglisse
PICTURE
Photographie de l'eau

06-69-51-67-19
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 V	70	07 19	19 33	69	01 14	13 22	05 46	22 30
02 S	68	07 54	20 09	67	01 49	13 58	05 47	22 30
03 D	66	08 31	20 46	64	02 25	14 35	05 48	22 30
04 L	62	09 10	21 27	60	03 04	15 14	05 48	22 29
05 M	58	09 53	22 12	56	03 45	15 58	05 49	22 29
06 M	54	10 42	23 03	52	04 31	16 46	05 50	22 28
07 J D	50	11 39	-- --	---	05 23	17 43	05 51	22 28
08 V	49	00 03	12 43	49	06 22	18 46	05 52	22 27
09 S	50	01 10	13 51	52	07 27	19 55	05 52	22 27
10 D	56	02 19	14 55	60	08 31	21 00	05 53	22 26
11 L	64	03 23	15 53	69	09 31	22 01	05 54	22 25
12 M	75	04 22	16 47	80	10 27	22 57	05 55	22 25
13 M O	85	05 17	17 39	89	11 20	23 51	05 56	22 24
14 J	93	06 10	18 30	95 Δ	12 11	-- --	05 57	22 23
15 V	97 Δ	07 01	19 20	98 Δ	00 43	13 01	05 58	22 22
16 S	97 Δ	07 51	20 10	96 Δ	01 34	13 51	05 59	22 21
17 D	93	08 40	20 59	89	02 25	14 40	06 00	22 21
18 L	85	09 28	21 48	79	03 14	15 29	06 01	22 20
19 M	74	10 16	22 38	67	04 04	16 19	06 02	22 19
20 M O	62	11 07	23 31	56	04 54	17 11	06 03	22 18
21 J	51	12 03	-- --	---	05 48	18 09	06 05	22 17
22 V	46	00 31	13 08	43	06 47	19 16	06 06	22 15
23 S	41	01 42	14 21	41	07 54	20 30	06 07	22 14
24 D	42	02 54	15 27	44	09 02	21 37	06 08	22 13
25 L	47	03 54	16 18	50	09 59	22 29	06 09	22 12
26 M	54	04 41	16 59	57	10 44	23 11	06 10	22 11
27 M	61	05 20	17 35	64	11 23	23 48	06 12	22 10
28 J ●	67	05 54	18 08	69	11 57	-- --	06 13	22 08
29 V	72	06 27	18 40	74	00 22	12 30	06 14	22 07
30 S	75	06 59	19 13	76	00 55	13 03	06 15	22 06
31 D	77	07 32	19 46	77	01 27	13 36	06 16	22 04

JULI - JULY - JUILLET

BANANA SURF SCHOOL

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




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	77	08 05	20 20	76	02 01	14 10	06 18	22 03
02 M	75	08 41	20 57	73	02 36	14 46	06 19	22 02
03 M	70	09 19	21 36	67	03 14	15 24	06 20	22 00
04 J	64	10 02	22 22	60	03 55	16 08	06 21	21 59
05 V	56	10 54	23 21	53	04 42	17 01	06 23	21 57
06 S	50	12 00	-- --	--	05 39	18 08	06 24	21 56
07 D	48	00 36	13 20	47	06 50	19 28	06 25	21 54
08 L	48	01 59	14 37	52	08 07	20 46	06 27	21 53
09 M	56	03 13	15 42	63	09 17	21 53	06 28	21 51
10 M	69	04 16	16 38	77	10 17	22 50	06 29	21 49
11 J	83	05 10	17 30	90	11 10	23 42	06 30	21 48
12 V	95 Δ	05 59	18 17	99 Δ	11 59	-- --	06 32	21 46
13 S	102 Δ	06 46	19 03	103 Δ	00 30	12 45	06 33	21 45
14 D	103 Δ	07 29	19 47	102 Δ	01 16	13 30	06 34	21 43
15 L	99 Δ	08 11	20 30	95 Δ	02 01	14 14	06 36	21 41
16 M	90	08 52	21 11	84	02 44	14 57	06 37	21 40
17 M	77	09 33	21 53	70	03 27	15 41	06 38	21 38
18 J	63	10 15	22 39	55	04 11	16 27	06 39	21 36
19 V	48	11 05	23 35	41	04 58	17 21	06 41	21 34
20 S	36	12 10	-- --	--	05 53	18 28	06 42	21 33
21 D	32	00 52	13 39	30	07 05	19 57	06 43	21 31
22 L	31	02 28	15 04	34	08 32	21 19	06 45	21 29
23 M	39	03 38	15 59	44	09 38	22 12	06 46	21 27
24 M	49	04 24	16 39	55	10 24	22 51	06 47	21 25
25 J	60	05 00	17 13	65	11 01	23 25	06 48	21 24
26 V	70	05 32	17 44	74	11 33	23 57	06 50	21 22
27 S	78	06 02	18 14	81	12 05	-- --	06 51	21 20
28 D	84	06 32	18 46	86	00 28	12 36	06 52	21 18
29 L	87	07 04	19 18	88	00 59	13 08	06 53	21 16
30 M	88	07 36	19 51	87	01 32	13 42	06 55	21 14
31 M	85	08 10	20 26	83	02 06	14 16	06 56	21 12



PIZZA PISE LACANAU OCEAN

Commandez par téléphone - 05 56 03 29 06

 Pizza Pise Océan

PIZZA PISE



DATE DATE DATUM	PLEINES MERS HIGH TIDE / FLUTE			BASSES MERS LOW TIDE / EBBE			SOLEIL			
	COEF	MATIN		COEF	MATIN		AUBE		CREPUSCULE	
		H	NN		H	NN	H	NN	H	NN
01 J	79	08 46	21 04	75	02 42	14 54	06 57	21 11		
02 V	70	09 26	21 49	65	03 21	15 37	06 58	21 09		
03 S	59	10 18	22 52	53	04 08	16 32	07 00	21 07		
04 D	47	11 33	-- --	--	05 08	17 47	07 01	21 05		
05 L	43	00 21	13 06	41	06 29	19 18	07 02	21 03		
06 M	42	01 54	14 28	47	07 56	20 42	07 03	21 01		
07 M	53	03 09	15 34	62	09 09	21 47	07 05	20 59		
08 J	70	04 09	16 28	79	10 07	22 40	07 06	20 57		
09 V	86	04 58	17 15	93	10 57	23 27	07 07	20 55		
10 S	98 Δ	05 42	17 58	102 Δ	11 42	-- --	07 08	20 53		
11 D	104 Δ	06 23	18 40	105 Δ	00 11	12 24	07 09	20 52		
12 L	105 Δ	07 02	19 19	103 Δ	00 52	13 05	07 11	20 50		
13 M	100 Δ	07 38	19 56	95 Δ	01 32	13 45	07 12	20 48		
14 M	90	08 14	20 32	84	02 10	14 24	07 13	20 46		
15 J	77	08 49	21 09	69	02 48	15 03	07 14	20 44		
16 V	62	09 26	21 50	54	03 26	15 45	07 16	20 42		
17 S	46	10 13	22 43	39	04 08	16 35	07 17	20 40		
18 D	32	11 16	-- --	--	05 01	17 40	07 18	20 38		
19 L	27	00 00	12 47	24	06 12	19 14	07 19	20 36		
20 M	25	01 54	14 31	28	07 52	20 51	07 20	20 34		
21 M	34	03 13	15 30	40	09 09	21 44	07 22	20 32		
22 J	47	03 57	16 09	54	09 54	22 21	07 23	20 30		
23 V	60	04 31	16 42	67	10 30	22 53	07 24	20 29		
24 S	73	05 01	17 12	78	11 02	23 24	07 25	20 27		
25 D	83	05 31	17 43	87	11 33	23 56	07 26	20 25		
26 L	90	06 01	18 15	93	12 06	-- --	07 28	20 23		
27 M	95 Δ	06 33	18 48	95 Δ	00 28	12 39	07 29	20 21		
28 M	95 Δ	07 06	19 23	94	01 01	13 13	07 30	20 19		
29 J	92	07 41	20 00	88	01 36	13 50	07 31	20 17		
30 V	84	08 19	20 41	78	02 14	14 31	07 32	20 15		

SEPTEMBER - SEPTEMBER - SEPTEMBRE

SANDWICHERIE ARONA

Paëllas - Hamburgers - Paninis - 06 63 38 07



ARONA
SANDWICH



SUR PLACE OU A EMPORTER

DATE DATE DATUM	PLEINES MERS HIGH TIDE / FLUTE			BASSES MERS LOW TIDE / EBBE			SOLEIL			
	COEF	MATIN		COEF	MATIN		AUBE	CREPUSCULE		
		H	NN		H	NN		H	NN	H
01 S	72	09 02	21 32	65	02 55	15 19	07 34	20 14		
02 D	58	10 00	22 46	51	03 46	16 21	07 35	20 12		
03 L D	44	11 25	-- --	---	04 54	17 44	07 36	20 10		
04 M	40	00 21	12 59	40	06 22	19 16	07 37	20 08		
05 M	42	01 51	14 18	49	07 48	20 34	07 38	20 06		
06 J	56	03 00	15 20	65	08 57	21 34	07 40	20 04		
07 V	73	03 54	16 11	80	09 51	22 23	07 41	20 03		
08 S	87	04 39	16 55	93	10 38	23 06	07 42	20 01		
09 D O	97 Δ	05 20	17 36	100 Δ	11 21	23 47	07 43	19 59		
10 L	101 Δ	05 57	18 13	101 Δ	12 01	-- --	07 45	19 57		
11 M	100 Δ	06 33	18 49	98 Δ	00 25	12 39	07 46	19 56		
12 M	95 Δ	07 06	19 24	91	01 02	13 16	07 47	19 54		
13 J	86	07 39	19 57	80	01 37	13 53	07 48	19 52		
14 V	74	08 12	20 32	67	02 12	14 31	07 49	19 51		
15 S	61	08 49	21 13	53	02 47	15 11	07 51	19 49		
16 D	46	09 34	22 05	39	03 27	15 59	07 52	19 47		
17 L O	33	10 33	23 16	27	04 18	17 00	07 53	19 46		
18 M	24	11 52	-- --	---	05 25	18 21	07 54	19 44		
19 M	24	00 53	13 28	26	06 52	19 55	07 56	19 42		
20 J	31	02 25	14 41	37	08 17	20 57	07 57	19 41		
21 V	45	03 15	15 26	51	09 10	21 38	07 58	19 39		
22 S	59	03 51	16 02	65	09 50	22 14	07 59	19 38		
23 D	72	04 24	16 36	78	10 25	22 47	08 01	19 36		
24 L	83	04 56	17 10	88	10 59	23 22	08 02	19 35		
25 M ●	92	05 30	17 45	95 Δ	11 35	23 57	07 04	18 33		
26 M	97 Δ	06 04	18 22	98 Δ	12 11	-- --	07 05	18 32		
27 J	98 Δ	06 41	19 01	97 Δ	00 33	12 50	07 06	18 30		
28 V	94	07 20	19 44	90	01 12	13 32	07 07	18 29		
29 S	85	08 03	20 32	80	01 54	14 19	07 08	18 27		
30 D*	73	07 54	20 33	66	02 42	14 14	07 10	18 26		
31 L	59	09 00	21 50	52	02 39	15 22	07 11	18 25		



BAR PANORAMIQUE

(NOUVEAU) TOTALEMENT RESTYLISÉ !

OUVERT TOUTE L'ANNÉE | 05 56 03 70 98
www.cafemaritime.fr





BAR PANORAMIQUE
 (NOUVEAU) TOTALEMENT RESTYLUÉ !
 OUVERT TOUTE L'ANNÉE | 05 56 03 70 98
 www.cafemaritime.fr



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 D	47	10 22	23 15	45	03 50	16 42	07 12	18 23
02 M	45	11 45	-- --	---	05 12	18 03	07 13	18 22
03 J	48	00 35	12 59	53	06 30	19 14	07 15	18 21
04 V	59	01 40	13 59	65	07 35	20 11	07 16	18 20
05 S	71	02 32	14 49	77	08 29	21 00	07 17	18 18
06 D	82	03 16	15 33	86	09 16	21 43	07 19	18 17
07 L	88	03 56	16 13	90	09 59	22 22	07 20	18 16
08 Mo	91	04 32	16 49	91	10 39	23 00	07 21	18 15
09 M	90	05 07	17 25	89	11 17	23 35	07 22	18 14
10 J	87	05 41	17 59	84	11 54	-- --	07 24	18 13
11 V	80	06 14	18 34	76	00 10	12 31	07 25	18 12
12 S	71	06 49	19 10	66	00 44	13 08	07 26	18 11
13 D	61	07 26	19 50	55	01 20	13 48	07 27	18 10
14 L	50	08 10	20 39	44	02 00	14 33	07 29	18 09
15 M	39	09 02	21 39	35	02 47	15 27	07 30	18 08
16 Mo	31	10 05	22 49	30	03 44	16 31	07 31	18 07
17 J	30	11 17	-- --	---	04 53	17 43	07 32	18 06
18 V	32	00 07	12 29	36	06 06	18 51	07 34	18 05
19 S	42	01 13	13 28	48	07 11	19 45	07 35	18 05
20 D	54	02 01	14 16	60	08 02	20 29	07 36	18 04
21 L	67	02 43	14 58	73	08 45	21 10	07 37	18 03
22 M	79	03 22	15 39	84	09 26	21 49	07 39	18 02
23 Mo	88	04 01	16 20	92	10 07	22 30	07 40	18 02
24 J	94	04 41	17 03	96 Δ	10 49	23 11	07 41	18 01
25 V	97 Δ	05 24	17 49	96 Δ	11 34	23 56	07 42	18 01
26 S	94	06 09	18 38	91	12 23	-- --	07 43	18 00
27 D	88	06 59	19 32	83	00 43	13 15	07 44	18 00
28 L	78	07 54	20 33	72	01 36	14 13	07 45	17 59
29 M	66	08 58	21 41	62	02 35	15 18	07 47	17 59
30 M D	57	10 07	22 53	54	03 40	16 26	07 48	17 59

NOVEMBER - NOVEMBER - NOVEMBRE



SURF-CITY
 Surf Shop - Lacanau



Surf Shop Ouvert 24/7

surf-city.fr

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 J	53	11 19	-- --	--	04 49	17 36	07 49	17 58
02 V	53	00 03	12 28	55	05 59	18 42	07 50	17 58
03 S	57	01 08	13 30	60	07 04	19 42	07 51	17 58
04 D	63	02 04	14 24	67	08 02	20 34	07 52	17 58
05 L	70	02 52	15 11	72	08 54	21 20	07 53	17 58
06 M	75	03 34	15 53	76	09 40	22 01	07 54	17 57
07 M	78	04 13	16 32	78	10 22	22 40	07 55	17 57
08 J	79	04 50	17 09	78	11 02	23 17	07 56	17 57
09 V	78	05 26	17 44	77	11 40	23 52	07 57	17 57
10 S	75	06 00	18 20	73	12 16	-- --	07 57	17 57
11 D	71	06 35	18 56	68	00 27	12 53	07 58	17 58
12 L	65	07 12	19 34	61	01 02	13 31	07 59	17 58
13 M	58	07 51	20 15	54	01 40	14 11	08 00	17 58
14 M	51	08 34	21 02	47	02 21	14 55	08 01	17 58
15 J	44	09 23	21 56	42	03 08	15 46	08 01	17 58
16 V	40	10 19	22 57	40	04 02	16 42	08 02	17 59
17 S	40	11 21	-- --	--	05 02	17 44	08 03	17 59
18 D	42	00 03	12 26	45	06 06	18 46	08 03	17 59
19 L	49	01 07	13 28	53	07 09	19 43	08 04	18 00
20 M	59	02 02	14 23	64	08 05	20 35	08 04	18 00
21 M	70	02 52	15 14	75	08 57	21 23	08 05	18 01
22 J	80	03 39	16 03	85	09 47	22 10	08 05	18 01
23 V	89	04 26	16 53	92	10 36	22 57	08 06	18 02
24 S	95 ▲	05 14	17 43	96 ▲	11 26	23 46	08 06	18 02
25 D	97 ▲	06 03	18 34	96 ▲	12 17	-- --	08 07	18 03
26 L	95 ▲	06 54	19 27	92	00 36	13 10	08 07	18 04
27 M	89	07 47	20 21	84	01 28	14 04	08 07	18 04
28 M	80	08 43	21 17	75	02 21	15 00	08 08	18 05
29 J	69	09 41	22 17	64	03 18	15 58	08 08	18 06
30 V	60	10 42	23 19	56	04 16	16 58	08 08	18 07
31 S	53	11 47	-- --	--	05 19	18 01	08 08	18 07

Prenez le temps d'avoir de l'espace

MEDOC
ATLANTIQUE
TOURISME

Photo : © Pierre Frot

info@oceanesque.fr



05 56 03 21 01

medoc-atlantique.com



LE CAFÉ MARITIME LACANAU

NOUVEAU

Venez découvrir notre **Bar Panoramique** totalement restylisé !

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