

LSI
08 92 29 78 73

LACANAU SURF INFO.COM

MÉTÉO DES PLAGES

MARÉES 2015

GIRONDE

**MEDOC
OCEAN**

LACANAU
CARCANS-MAUBISSON
HOURTIN

INFOS TOURISME
À L'INTÉRIEUR !



Central Garage

n°1 LOCATION

Entretien - Réparation - Pièces détachées

Auto - Moto - Vélo - Quad

Station service



15, avenue de l'Europe - 33680 Lacanau Océan

Tél: 05 56 26 99 65

<http://centralgarage-lacanau.fr>

DEPEYRIS - 06 81 34 45 48



Surfboard - Fabrication - Réparation

© SHOM N°203/2014 - REPRODUCTION DES PRÉDICTIONS DE HAÛRÉES DU SHOM POUR LACANAU NON VÉRIFIÉE PAR LE SHOM ET RÉALISÉE SOUS LA SEULE RESPONSABILITÉ DE L'ÉDITEUR

DATE DATE DATUM	PLEINES MERS HIGH TIDE / VOLLE MEERE			BASSES MERS LOW TIDE / NIEDRIGE MEERE			SOLEIL							
	COEF	MATIN		SOIR		COEF	MATIN		SOIR		AUBE		CREPUSCULE	
		H	MM	H	MM		H	MM	H	MM	H	MM	H	MM
01 J	59	01 48	14 16	62	07 52	20 22	08 08	18 08						
02 V	65	02 46	15 12	69	08 52	21 17	08 08	18 09						
03 S	73	03 36	15 59	76	09 44	22 04	08 08	18 10						
04 D	79	04 20	16 42	81	10 31	22 47	08 08	18 11						
05 L ^o	83	05 00	17 20	84	11 12	23 26	08 08	18 12						
06 M	85	05 37	17 56	85	11 51	-- --	08 08	18 12						
07 M	84	06 11	18 30	83	00 03	12 26	08 08	18 13						
08 J	81	06 46	19 03	79	00 37	13 01	08 08	18 15						
09 V	76	07 19	19 37	73	01 10	13 34	08 08	18 16						
10 S	70	07 53	20 12	66	01 44	14 10	08 07	18 17						
11 D	62	08 30	20 52	57	02 21	14 48	08 07	18 18						
12 L	53	09 12	21 39	49	03 02	15 32	08 07	18 19						
13 M ^o	45	10 02	22 36	42	03 50	16 23	08 07	18 20						
14 M	40	11 03	23 44	39	04 47	17 24	08 06	18 21						
15 J	40	12 16	-- --	40	05 54	18 34	08 06	18 22						
16 V	42	01 00	13 32	47	07 09	19 43	08 05	18 23						
17 S	52	02 06	14 33	59	08 14	20 40	08 05	18 25						
18 D	66	03 00	15 24	73	09 08	21 29	08 04	18 26						
19 L	80	03 47	16 12	87	09 56	22 15	08 04	18 27						
20 M ^o	93	04 33	16 58	98	10 42	23 00	08 03	18 28						
21 M	103	05 18	17 43	106	11 28	23 46	08 02	18 30						
22 J	109	06 03	18 29	109	12 14	-- --	08 02	18 31						
23 V	109	06 50	19 16	107	00 32	13 02	08 01	18 32						
24 S	104	07 38	20 04	99	01 19	13 51	08 00	18 33						
25 D	93	08 28	20 56	87	02 09	14 42	07 59	18 35						
26 L	79	09 23	21 53	72	03 02	15 37	07 59	18 36						
27 M ^D	65	10 24	22 57	58	04 01	16 37	07 58	18 37						
28 M	52	11 33	-- --	52	05 06	17 43	07 57	18 38						
29 J	49	00 11	12 49	47	06 18	18 56	07 56	18 40						
30 V	48	01 27	14 02	50	07 34	20 05	07 55	18 41						
31 S	54	02 33	15 02	58	08 41	21 04	07 54	18 42						

JANUAR - JANUARY - JANVIER

BRASSERIE CAFE MARITIME

ouverte toute l'année - 05 56 03 70 98



SANDWICHES ARONA

Sandwiches - Paëllas - 06 63 38 07 18



FEBRUAR - FEBRUARY - FEVRIER

DATE DATE DATUM	PLEINES MERS HIGH TIDE / VOLLE MEERE			BASSES MERS LOW TIDE / NIEDRIGE MEERE			SOLEIL	
	COEF	MATIN	SOIR	COEF	MATIN	SOIR	AUBE	CREPUSCULE
		H MN	H MN		H MN	H MN	H MN	H MN
01 D	63	03 25	15 49	68	09 34	21 52	07 53	18 44
02 L	72	04 08	16 28	76	10 18	22 32	07 52	18 45
03 M ^o	79	04 45	17 04	82	10 56	23 09	07 51	18 46
04 M	84	05 19	17 36	85	11 31	23 42	07 50	18 48
05 J	86	05 50	18 07	86	12 03	-- --	07 48	18 49
06 V	85	06 21	18 37	85	00 13	12 34	07 47	18 50
07 S	83	06 51	19 07	81	00 43	13 04	07 46	18 52
08 D	78	07 23	19 39	75	01 15	13 37	07 45	18 53
09 L	72	07 56	20 15	67	01 49	14 12	07 44	18 54
10 M	63	08 34	20 56	58	02 26	14 51	07 42	18 56
11 M	54	09 18	21 47	49	03 09	15 37	07 41	18 57
12 J ^o	44	10 15	22 53	41	04 01	16 34	07 40	18 58
13 V	39	11 31	-- --	39	05 07	17 47	07 38	19 00
14 S	39	00 16	12 58	42	06 27	19 06	07 37	19 01
15 D	47	01 34	14 09	54	07 44	20 13	07 35	19 02
16 L	62	02 36	15 05	71	08 45	21 08	07 34	19 04
17 M	79	03 27	15 54	88	09 36	21 56	07 33	19 05
18 M ^o	96	04 15	16 40	103	10 24	22 42	07 31	19 06
19 J	109	05 00	17 25	113	11 10	23 28	07 30	19 08
20 V	116	05 46	18 10	118	11 56	-- --	07 28	19 09
21 S	117	06 31	18 55	115	00 13	12 42	07 26	19 10
22 D	111	07 18	19 41	106	01 00	13 29	07 25	19 12
23 L	99	08 05	20 28	91	01 48	14 17	07 23	19 13
24 M	82	08 56	21 20	74	02 39	15 09	07 22	19 14
25 M ^o	65	09 53	22 23	56	03 34	16 05	07 20	19 16
26 J	49	11 00	23 36	43	04 37	17 10	07 19	19 17
27 V	40	12 20	-- --	40	05 50	18 26	07 17	19 18
28 S	40	01 00	13 43	42	07 12	19 44	07 15	19 20

LACANAU SURF CAMP

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





DATE DATE DATUM	PLEINES MERS HIGH TIDE / VOLLE MEERE			BASSES MERS LOW TIDE / NIEDRIGE MEERE			SOLEIL		
	COEF	MATIN	SOIR	COEF	MATIN	SOIR	AUBE		CREPUSCULE
		H MN	H MN		H MN	H MN	H MN		
01 D	46	02 14	14 46	51	08 24	20 46	07 14	19 21	
02 L	57	03 08	15 32	62	09 17	21 33	07 12	19 22	
03 M	67	03 49	16 09	72	09 59	22 12	07 10	19 24	
04 M	76	04 24	16 42	79	10 34	22 46	07 08	19 25	
05 J ^o	82	04 56	17 11	85	11 06	23 17	07 07	19 26	
06 V	86	05 25	17 40	88	11 36	23 46	07 05	19 27	
07 S	88	05 54	18 09	88	12 05	-- --	07 03	19 29	
08 D	87	06 24	18 38	86	00 16	12 35	07 01	19 30	
09 L	84	06 54	19 10	81	00 47	13 06	07 00	19 31	
10 M	78	07 27	19 44	74	01 21	13 40	06 58	19 33	
11 M	70	08 04	20 23	65	01 57	14 18	06 56	19 34	
12 J	60	08 47	21 11	55	02 38	15 02	06 54	19 35	
13 V ^d	50	09 43	22 17	45	03 28	15 57	06 52	19 36	
14 S	42	11 00	23 41	41	04 33	17 10	06 51	19 38	
15 D	42	12 31	-- --	42	05 56	18 35	06 49	19 39	
16 L	46	01 05	13 45	53	07 17	19 47	06 47	19 40	
17 M	61	02 11	14 43	71	08 22	20 45	06 45	19 42	
18 M	80	03 05	15 33	89	09 15	21 35	06 43	19 43	
19 J	97	03 54	16 20	105	10 03	22 22	06 41	19 44	
20 V [•]	110	04 40	17 04	115	10 49	23 08	06 39	19 45	
21 S	118	05 26	17 48	119	11 35	23 53	06 38	19 47	
22 D	118	06 11	18 33	115	12 20	-- --	06 36	19 48	
23 L	111	06 56	19 17	105	00 40	13 06	06 34	19 49	
24 M	98	07 42	20 02	90	01 27	13 52	06 32	19 51	
25 M	82	08 31	20 51	73	02 16	14 41	06 30	19 52	
26 J	64	09 24	21 48	55	03 09	15 34	06 28	19 53	
27 V ^d	48	10 26	22 55	42	04 08	16 36	06 26	19 55	
28 S	38	11 43	-- --	38	05 17	17 49	06 24	19 56	
29 D [*]	36	00 20	14 10	38	07 39	20 10	07 23	20 57	
30 L	41	02 41	15 18	46	08 54	21 17	07 21	20 58	
31 M	52	03 39	16 05	57	09 49	22 06	07 19	21 00	

* PASSAGE EN HEURE D'ÉTÉ LE 29

MARZ - MARCH - MARS

AOLA SURF SCHOOL

Plage sud - 05 56 03 53 72



RESTAURANT LA CABANE



ouvert tous les soirs - 05 56 03 19 15

APRIL - AVRIL - AVRIL

DATE DATE DATUM	PLEINES MERS HIGH TIDE / VOLLE MEERE			BASSES MERS LOW TIDE / NIEDRIGE MEERE			SOLEIL	
	COEF	MATIN	SOIR	COEF	MATIN	SOIR	AUBE	CREPUSCULE
		H MN	H MN		H MN	H MN	H MN	H MN
01 M	62	04 21	16 42	67	10 30	22 44	07 17	21 01
02 J	72	04 56	17 14	76	11 05	23 17	07 15	21 02
03 V	79	05 27	17 43	82	11 36	23 48	07 13	21 04
04 S ^o	85	05 56	18 11	86	12 05	-- --	07 11	21 05
05 D	88	06 26	18 41	89	00 18	12 35	07 09	21 06
06 L	89	06 57	19 13	88	00 50	13 07	07 07	21 07
07 M	87	07 30	19 46	85	01 23	13 40	07 06	21 09
08 M	82	08 05	20 22	79	01 58	14 15	07 04	21 10
09 J	75	08 44	21 02	70	02 35	14 54	07 02	21 11
10 V	65	09 29	21 52	60	03 18	15 39	07 00	21 13
11 S	55	10 26	22 56	51	04 09	16 35	06 58	21 14
12 D ^o	47	11 42	-- --	47	05 15	17 47	06 56	21 15
13 L	46	00 17	13 08	47	06 34	19 08	06 54	21 17
14 M	50	01 38	14 20	56	07 52	20 20	06 53	21 18
15 M	63	02 45	15 20	72	08 56	21 20	06 51	21 19
16 J	80	03 42	16 11	88	09 51	22 12	06 49	21 21
17 V	95	04 32	16 58	101	10 41	23 01	06 47	21 22
18 S ^o	106	05 20	17 43	110	11 28	23 48	06 45	21 23
19 D	112	06 06	18 27	113	12 14	-- --	06 44	21 25
20 L	112	06 51	19 11	109	00 35	12 59	06 42	21 26
21 M	105	07 36	19 56	100	01 21	13 44	06 40	21 27
22 M	94	08 21	20 40	87	02 08	14 29	06 38	21 29
23 J	79	09 08	21 26	72	02 56	15 16	06 37	21 30
24 V ^o	64	09 57	22 17	57	03 46	16 06	06 35	21 31
25 S	50	10 52	23 17	44	04 40	17 00	06 33	21 33
26 D	40	11 57	-- --	40	05 40	18 04	06 31	21 34
27 L	37	00 27	13 15	37	06 50	19 18	06 30	21 36
28 M	39	01 47	14 32	42	08 05	20 31	06 28	21 37
29 M	46	02 54	15 26	51	09 06	21 26	06 27	21 38
30 J	56	03 42	16 06	60	09 51	22 08	06 25	21 40

ECOLE HCL - 05 56 26 31 82

www.surf-bodyboard-lacanau.com



PASTA FOOD CAFE

PASTA FOOD CAFE
DES PÂTES ET DES SANDWICHES



Février à Novembre - 06 70 23 90 35

2 RUE DU DR. DARRIGAN
06 70 23 90 35

DATE DATE DATUM	PLEINES MERS HIGH TIDE / VOLLE MEERE			BASSES MERS LOW TIDE / NIEDRIGE MEERE			SOLEIL			
	COEF	MATIN	SOIR	COEF	MATIN	SOIR	AUBE		CREPUSCULE	
		H MN	H MN		H MN	H MN	H	MN	H	MN
01 V	65	04 20	16 40	69	10 28	22 44	06 23	21 41		
02 S	74	04 53	17 11	77	11 01	23 17	06 22	21 42		
03 D	80	05 25	17 43	83	11 34	23 51	06 20	21 44		
04 L ^o	85	05 59	18 16	87	12 07	-- --	06 19	21 45		
05 M	88	06 33	18 50	88	00 25	12 42	06 17	21 46		
06 M	87	07 10	19 27	86	01 02	13 18	06 16	21 48		
07 J	84	07 49	20 07	82	01 40	13 56	06 14	21 49		
08 V	79	08 32	20 51	75	02 21	14 38	06 13	21 50		
09 S	71	09 20	21 43	66	03 06	15 26	06 11	21 52		
10 D	62	10 19	22 45	58	03 59	16 22	06 10	21 53		
11 L ^d	56	11 28	23 58	54	05 02	17 30	06 08	21 54		
12 M	54	12 44	-- --	54	06 14	18 44	06 07	21 55		
13 M	56	01 12	13 53	60	07 26	19 54	06 06	21 57		
14 J	65	02 19	14 55	71	08 31	20 56	06 04	21 58		
15 V	77	03 18	15 49	83	09 28	21 51	06 03	21 59		
16 S	88	04 12	16 38	93	10 19	22 43	06 02	22 01		
17 D	97	05 01	17 25	100	11 08	23 31	06 01	22 02		
18 L [●]	101	05 48	18 10	102	11 55	-- --	06 00	22 03		
19 M	101	06 34	18 53	99	00 19	12 40	05 58	22 04		
20 M	97	07 19	19 36	93	01 05	13 25	05 57	22 05		
21 J	89	08 02	20 20	84	01 51	14 09	05 56	22 07		
22 V	78	08 46	21 03	72	02 37	14 53	05 55	22 08		
23 S	67	09 30	21 48	61	03 22	15 37	05 54	22 09		
24 D	55	10 17	22 37	50	04 09	16 25	05 53	22 10		
25 L ^D	46	11 10	23 32	42	04 59	17 17	05 52	22 11		
26 M	40	12 11	-- --	40	05 56	18 17	05 51	22 12		
27 M	39	00 37	13 21	40	06 59	19 24	05 50	22 13		
28 J	42	01 47	14 28	45	08 05	20 30	05 50	22 14		
29 V	49	02 49	15 20	53	09 01	21 23	05 49	22 15		
30 S	57	03 37	16 02	62	09 46	22 07	05 48	22 16		
31 D	66	04 18	16 39	70	10 26	22 46	05 47	22 17		

MAI - MAY - MAI



1 Moment 1 Image

PHOTOGRAPHE & STUDIO PHOTO

06 25 27 36 24 / 05 56 03 08 81

contact@1moment1image.com

www.1moment1image.com

BO AND CO SURF SCHOOL



05 56 26 33 99 - www.bocosurf.com

JUNI - JUNE - JUIN

DATE DATE DATUM	PLEINES MERS HIGH TIDE / VOLLE MEERE			BASSES MERS LOW TIDE / NIEDRIGE MEERE			SOLEIL							
	COEF	MATIN		COEF	MATIN		SOIR	AUBE		CREPUSCULE				
		H	MN		H	MN		H	MN	H	MN			
01 L	75	04	56	17	16	78	11	04	23	25	05	47	22	18
02 M	81	05	35	17	53	84	11	42	--	--	05	46	22	19
03 M	86	06	14	18	32	88	00	04	12	20	05	45	22	20
04 J	89	06	54	19	13	89	00	44	13	00	05	45	22	21
05 V ^d	88	07	37	19	56	87	01	25	13	42	05	44	22	22
06 S	85	08	23	20	42	82	02	09	14	26	05	44	22	23
07 D	79	09	12	21	34	76	02	57	15	15	05	43	22	24
08 L	72	10	08	22	32	69	03	50	16	10	05	43	22	24
09 M	66	11	11	23	38	63	04	48	17	12	05	43	22	25
10 M	62	12	19	--	--	62	05	53	18	20	05	42	22	26
11 J	61	00	47	13	26	62	07	00	19	28	05	42	22	26
12 V	63	01	55	14	31	66	08	05	20	33	05	42	22	27
13 S ^o	70	02	57	15	29	74	09	06	21	33	05	42	22	27
14 D	77	03	55	16	22	81	10	01	22	28	05	42	22	28
15 L	84	04	47	17	10	87	10	52	23	19	05	42	22	28
16 M	89	05	35	17	56	90	11	40	--	--	05	42	22	29
17 M	91	06	20	18	39	90	00	07	12	25	05	42	22	29
18 J	89	07	03	19	19	88	00	52	13	08	05	42	22	30
19 V ^d	85	07	43	19	59	82	01	35	13	49	05	42	22	30
20 S	79	08	22	20	39	75	02	16	14	29	05	42	22	30
21 D	71	09	01	21	17	67	02	56	15	08	05	42	22	30
22 L	62	09	41	21	59	58	03	36	15	48	05	42	22	31
23 M	53	10	25	22	44	49	04	18	16	32	05	42	22	31
24 M	46	11	14	23	36	43	05	04	17	22	05	43	22	31
25 J	41	12	11	--	--	41	05	57	18	20	05	43	22	31
26 V	40	00	36	13	18	40	06	57	19	26	05	43	22	31
27 S ^o	42	01	45	14	25	45	08	02	20	32	05	44	22	31
28 D	49	02	51	15	22	54	09	01	21	29	05	44	22	31
29 L	59	03	43	16	08	64	09	52	22	17	05	45	22	31
30 M	69	04	29	16	51	74	10	36	23	01	05	45	22	31

BANANA SURF SHOP CAFE

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



CARCANS



**CVBCM Domaine de Bombannes
33121Carcans-Maubuisson**

FFVoile



**VENEZ VIVRE UNE EXPERIENCE
ECOLE FRANCAISE DE VOILE**



www.cerclevoilebordeaux.com

Tel :05.56.03.30.19

Mail: cerclevoilebordeaux@orange.fr



INFOS TOURISME LACANAU Océan

- 05 56 03 19 15 LA CABANE
- 05 56 26 38 84 LACANAU SURF CLUB
- 05 56 03 14 97 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 VILLA MARGALEX
- 06 63 38 07 18 SANDWICHERIE 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 70 23 90 35 PASTA FOOD CAFE
- 06 82 34 91 86 BRAZIL CAFE
- 06 25 27 36 24 1 MOMENT 1 IMAGE
- 05 56 03 25 48 BILL LABONG SURF CENTRAL
- 05 56 26 33 29 CALIFORNIA STREET
- 09 62 37 34 86 HURLEY SHOP
- 05 56 03 27 60 ECOLE DE GLISSE UCPA
- 05 56 60 81 23 OCEAN RIDE ECOLE DE SURF
- 05 56 03 53 72 AOLA SURF SCHOOL
- 06 81 34 45 48 DEPEYRIS SURFBOARDS
- 06 19 07 05 53 WALLY GLISSE

- LES GRANDS PINS 05 56 03 20 77
- PAINTBALL BEACH 06 64 74 50 51

- 06 85 87 86 63 LES BOIS FLOTTES

- 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

- MÉDOC Océan 05 56 03 21 01

- PIZZA PISE 05 56 03 29 06

ÉCOLE DE SURF SURF SCHOOL	ÉCOLE DE SUP SUP SCHOOL	SURF SHOP	SHAPER REPARATION REPAIR	SURF CAMP HOTEL
BAR	GENDARMERIE	CAMPING	PHOTOGRAPHE PHOTOGRAPHER	
RESTAURANT SNACK	BUREAU DE POSTE POST OFFICE	CAMPING CAR	PIQUE-NIQUE PIC-NIC	
GLACE ICE CREAM	EGLISE CHURCH	PARKING OMBRAGE PARKING SHADOW	BOITE DE NUIT NIGHT CLUB	
SUPERMARCHÉ SUPERMARKET	STATION ESSENCE GAS STATION	PARKING	OFFICE DE TOURISME TOURIST OFFICE	

SKATE PARK	WIND ET KITE SURF WINDSURF AND KITE SURF
TERRAIN DE GOLF GOLF COURSE	PAINTBALL
TERRAIN DE FOOT SOCCER FIELD	LOCATION DE VÉLO BIKE RENTAL
TERRAIN DE RUGBY RUGBY FIELD	PISTE CYCLABLE BIKE TRACK
FRONTON	CINEMA
SQUASH	TENNIS
	ARTISTE

POSTE DE SECOURS FIRST AID	PHARMACIE PHARMACY	DOCTEUR DOCTOR
----------------------------	--------------------	----------------

18 POMPIERS
17 GENDARMERIE
15 SAMU

CABINET MÉDICAL CAMIADA : 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

SPLASH PARK



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



**WAKE
PARK
HOURTIN**
ECORIDE SYSTEME2.0



06 36 72 87 45

ECOLE DE SURF

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



DATE DATE DATUM	PLEINES MERS HIGH TIDE / VOLLE MEERE			BASSES MERS LOW TIDE / NIEDRIGE MEERE			SOLEIL							
	COEF	MATIN		COEF	MATIN		SOIR	AUBE		CREPUSCULE				
		H	MN		H	MN		H	MN	H	MN			
01 M	79	05	13	17	33	83	11	19	23	44	05	46	22	30
02 J	87	05	56	18	15	90	12	00	--	--	05	47	22	30
03 V	93	06	40	18	58	94	00	26	12	43	05	47	22	30
04 S	95	07	24	19	43	96	01	10	13	27	05	48	22	29
05 D	95	08	10	20	30	93	01	56	14	12	05	49	22	29
06 L	91	08	58	21	20	87	02	43	15	01	05	49	22	29
07 M	84	09	51	22	15	79	03	34	15	54	05	50	22	28
08 M	75	10	48	23	16	70	04	30	16	52	05	51	22	28
09 J	66	11	53	--	--	66	05	30	17	56	05	52	22	27
10 V	62	00	23	13	00	60	06	35	19	05	05	53	22	27
11 S	58	01	33	14	09	59	07	42	20	15	05	53	22	26
12 D	60	02	41	15	13	63	08	47	21	20	05	54	22	25
13 L	66	03	43	16	10	70	09	47	22	18	05	55	22	25
14 M	73	04	37	16	59	77	10	40	23	09	05	56	22	24
15 M	80	05	24	17	43	82	11	28	23	55	05	57	22	23
16 J	84	06	06	18	23	85	12	10	--	--	05	58	22	22
17 V	86	06	45	19	01	86	00	37	12	50	05	59	22	21
18 S	85	07	21	19	36	83	01	15	13	27	06	00	22	20
19 D	81	07	56	20	11	79	01	52	14	02	06	02	22	19
20 L	76	08	30	20	45	73	02	26	14	36	06	03	22	18
21 M	69	09	04	21	20	65	03	01	15	12	06	04	22	17
22 M	61	09	42	22	00	56	03	38	15	51	06	05	22	16
23 J	52	10	25	22	46	48	04	18	16	35	06	06	22	15
24 V	44	11	16	23	42	41	05	05	17	27	06	07	22	14
25 S	39	12	19	--	--	39	06	01	18	30	06	08	22	13
26 D	38	00	49	13	32	40	07	07	19	43	06	09	22	12
27 L	42	02	06	14	43	47	08	18	20	53	06	11	22	11
28 M	52	03	13	15	40	58	09	20	21	50	06	12	22	09
29 M	65	04	06	16	28	71	10	11	22	38	06	13	22	08
30 J	78	04	53	17	13	84	10	56	23	24	06	14	22	07
31 V	90	05	38	17	57	95	11	40	--	--	06	16	22	05

JULI - JULY - JULIET

www.lacanau-surf.fr

06 85 87 86 63 - 05 56 03 14 97

BANANA
SURF SCHOOL

VILLA ZÉNITH - 06 84 60 88 08



Surf Camp à 200m de la plage

AUGUST - AUGUST - AOÛT

DATE DATE DATUM	PLEINES MERS HIGH TIDE / VOLLE MEERE			BASSES MERS LOW TIDE / NIEDRIGE MEERE			SOLEIL	
	COEF	MATIN	SOIR	COEF	MATIN	SOIR	AUBE	CREPUSCULE
		H MN	H MN		H MN	H MN	H MN	
01 S	99	06 22	18 41	103	00 08	12 24	06 17	22 04
02 D	105	07 06	19 25	106	00 52	13 08	06 18	22 03
03 L	106	07 51	20 12	104	01 38	13 54	06 19	22 01
04 M ^D	101	08 38	21 01	97	02 25	14 42	06 21	22 00
05 M	92	09 28	21 54	86	03 14	15 34	06 22	21 58
06 J	79	10 23	22 53	72	04 07	16 30	06 23	21 57
07 V	65	11 26	23 59	59	05 05	17 33	06 24	21 55
08 S	54	12 36	-- --	54	06 09	18 44	06 26	21 54
09 D	51	01 13	13 51	50	07 20	19 59	06 27	21 52
10 L ^O	51	02 28	15 01	54	08 31	21 10	06 28	21 51
11 M	57	03 34	15 59	62	09 35	22 09	06 29	21 49
12 M	66	04 27	16 47	71	10 28	22 58	06 31	21 47
13 J	75	05 11	17 28	78	11 13	23 40	06 32	21 46
14 V	81	05 49	18 04	83	11 53	-- --	06 33	21 44
15 S	85	06 24	18 38	86	00 17	12 28	06 35	21 43
16 D	86	06 56	19 09	85	00 51	13 01	06 36	21 41
17 L ^O	84	07 26	19 40	83	01 23	13 33	06 37	21 39
18 M	80	07 57	20 11	78	01 54	14 04	06 38	21 37
19 M	74	08 28	20 43	71	02 26	14 37	06 40	21 36
20 J	67	09 02	21 20	62	02 59	15 13	06 41	21 34
21 V	57	09 42	22 03	53	03 37	15 54	06 42	21 32
22 S	48	10 30	22 56	43	04 21	16 44	06 44	21 30
23 D	39	11 32	-- --	39	05 14	17 46	06 45	21 29
24 L	37	00 05	12 49	36	06 21	19 02	06 46	21 27
25 M [●]	38	01 30	14 09	42	07 39	20 21	06 47	21 25
26 M	48	02 46	15 13	55	08 50	21 24	06 49	21 23
27 J	63	03 43	16 05	71	09 45	22 15	06 50	21 21
28 V	79	04 31	16 51	87	10 33	23 01	06 51	21 19
29 S	95	05 16	17 36	101	11 18	23 46	06 52	21 18
30 D	107	06 01	18 20	111	12 03	-- --	06 54	21 16
31 L	113	06 45	19 05	114	00 31	12 47	06 55	21 14

SURF CITY SURF SHOP

Ouvert à l'année - 05 56 03 12 56



PIZZA PISE LACANAU OCEAN

Commandez par téléphone - 05 56 03 29 06



DATE DATE DATUM	PLEINES MERS HIGH TIDE / VOLLE MEERE			BASSES MERS LOW TIDE / NIEDRIGE MEERE			SOLEIL	
	COEF	MATIN	SOIR	COEF	MATIN	SOIR	AUBE	CREPUSCULE
		H MN	H MN		H MN	H MN	H MN	H MN
01 M	114	07 30	19 51	111	01 16	13 33	06 56	21 12
02 M ^D	107	08 15	20 39	102	02 03	14 21	06 57	21 10
03 J	95	09 03	21 31	88	02 51	15 12	06 59	21 08
04 V	79	09 56	22 28	71	03 43	16 08	07 00	21 06
05 S	62	10 59	23 36	55	04 39	17 11	07 01	21 04
06 D	48	12 10	-- --	48	05 44	18 22	07 02	21 03
07 L	44	00 52	13 30	43	06 57	19 41	07 04	21 01
08 M	44	02 13	14 45	47	08 13	20 56	07 05	20 59
09 M ^O	52	03 21	15 44	57	09 19	21 54	07 06	20 57
10 J	62	04 11	16 29	68	10 11	22 39	07 07	20 55
11 V	72	04 52	17 07	76	10 53	23 18	07 09	20 53
12 S	79	05 27	17 40	82	11 30	23 52	07 10	20 51
13 D	84	05 58	18 11	85	12 03	-- --	07 11	20 49
14 L	86	06 27	18 40	86	00 23	12 33	07 12	20 47
15 M	86	06 56	19 09	85	00 53	13 03	07 13	20 45
16 M ^Q	83	07 25	19 39	81	01 22	13 33	07 15	20 43
17 J	78	07 55	20 11	75	01 52	14 05	07 16	20 41
18 V	71	08 28	20 46	67	02 25	14 41	07 17	20 40
19 S	62	09 06	21 28	57	03 01	15 21	07 18	20 38
20 D	52	09 53	22 21	47	03 44	16 09	07 19	20 36
21 L	42	10 54	23 33	39	04 36	17 11	07 21	20 34
22 M	37	12 14	-- --	37	05 44	18 29	07 22	20 32
23 M	37	01 00	13 37	41	07 06	19 51	07 23	20 30
24 J [●]	47	02 19	14 45	55	08 20	20 57	07 24	20 28
25 V	64	03 18	15 40	72	09 19	21 50	07 25	20 26
26 S	82	04 08	16 28	90	10 09	22 38	07 27	20 24
27 D	98	04 54	17 13	105	10 55	23 23	07 28	20 22
28 L	110	05 38	17 58	114	11 41	-- --	07 29	20 21
29 M	117	06 22	18 43	117	00 08	12 26	07 30	20 19
30 M	116	07 07	19 29	113	00 53	13 13	07 32	20 17

SEPTEMBER - SEPTEMBER - SEPTEMBRE

Ecole et club de surf



05 56 26 38 84

lacanausurfclub.com

#lacanausurfclub



HURLEY SHOP - 05 56 03 24 56

Hurley

www.facebook.com/hurley.shop

OKTOBER - OCTOBER - OCTOBER

DATE DATE DATUM	PLEINES MERS HIGH TIDE / VOLLE MEERE			BASSES MERS LOW TIDE / NIEDRIGE MEERE			SOLEIL	
	COEF	MATIN	SOIR	COEF	MATIN	SOIR	AUBE	CREPUSCULE
		H MN	H MN		H MN	H MN	H MN	H MN
01 J D	108	07 52	20 17	102	01 40	14 01	07 33	20 15
02 V	95	08 39	21 08	86	02 28	14 52	07 34	20 13
03 S	78	09 31	22 05	68	03 18	15 47	07 35	20 11
04 D	60	10 32	23 09	52	04 14	16 48	07 36	20 09
05 L	45	11 40	-- --	45	05 16	17 57	07 38	20 08
06 M	41	00 25	13 00	39	06 27	19 15	07 39	20 06
07 M	40	01 47	14 18	43	07 45	20 30	07 40	20 04
08 J O	47	02 57	15 18	53	08 53	21 28	07 41	20 02
09 V	58	03 47	16 03	63	09 46	22 13	07 42	20 00
10 S	68	04 26	16 40	72	10 27	22 50	07 44	19 59
11 D	76	05 00	17 12	79	11 03	23 22	07 45	19 57
12 L	81	05 30	17 42	83	11 34	23 53	07 46	19 55
13 M	85	05 58	18 11	85	12 05	-- --	07 47	19 54
14 M	86	06 27	18 41	85	00 22	12 35	07 49	19 52
15 J D	84	06 56	19 12	83	00 52	13 06	07 50	19 50
16 V	81	07 28	19 46	78	01 23	13 40	07 51	19 48
17 S	75	08 03	20 22	71	01 57	14 17	07 52	19 47
18 D	66	08 42	21 05	62	02 34	14 57	07 54	19 45
19 L	57	09 28	21 59	52	03 17	15 46	07 55	19 44
20 M	47	10 29	23 10	44	04 09	16 47	07 56	19 42
21 M	41	11 45	-- --	41	05 16	18 02	07 57	19 40
22 J	41	00 34	13 06	44	06 35	19 21	07 59	19 39
23 V ●	50	01 51	14 16	56	07 50	20 28	08 00	19 37
24 S	65	02 52	15 13	73	08 52	21 24	08 01	19 36
25 D *	82	02 44	15 04	89	08 44	21 13	07 02	18 34
26 L	97	03 31	15 52	103	09 33	22 00	07 04	18 33
27 M	108	04 16	16 38	111	10 20	22 46	07 05	18 31
28 M	113	05 01	17 24	113	11 07	23 32	07 06	18 30
29 J	112	05 46	18 11	109	11 55	-- --	07 07	18 28
30 V	104	06 32	18 58	98	00 19	12 43	07 09	18 27
31 S D	92	07 19	19 47	84	01 06	13 34	07 10	18 26

* PASSAGE EN HEURE D'HIVER LE 25

BRASSERIE CAFE MARITIME

ouverte toute l'année - 05 56 03 70 98



BRASSERIE CAFE MARITIME



ouverte toute l'année - 05 56 03 70 98

DATE DATE DATUM	PLEINES MERS HIGH TIDE / VOLLE MEERE			BASSES MERS LOW TIDE / NIEDRIGE MEERE			SOLEIL			
	COEF	MATIN	SOIR	COEF	MATIN	SOIR	AUBE		CREPUSCULE	
		H MN	H MN		H MN	H MN	H	MN	H	MN
01 D	76	08 08	20 40	68	01 56	14 26	07	11	18	24
02 L	61	09 03	21 38	53	02 48	15 22	07	13	18	23
03 M	47	10 03	22 44	42	03 45	16 24	07	14	18	22
04 M	39	11 14	-- --	39	04 48	17 33	07	15	18	20
05 J	38	00 00	12 30	40	06 00	18 47	07	16	18	19
06 V ^o	42	01 15	13 38	46	07 12	19 50	07	18	18	18
07 S	51	02 12	14 28	56	08 10	20 38	07	19	18	17
08 D	60	02 54	15 08	65	08 54	21 16	07	20	18	16
09 L	69	03 29	15 41	72	09 31	21 50	07	21	18	15
10 M	75	04 00	16 13	78	10 05	22 22	07	23	18	13
11 M	80	04 30	16 44	82	10 37	22 53	07	24	18	12
12 J	84	05 01	17 17	84	11 10	23 26	07	25	18	11
13 V	85	05 34	17 52	84	11 45	-- --	07	27	18	10
14 S ^d	83	06 09	18 28	81	00 01	12 21	07	28	18	09
15 D	79	06 46	19 08	76	00 37	13 00	07	29	18	09
16 L	72	07 28	19 54	69	01 16	13 43	07	30	18	08
17 M	64	08 15	20 47	60	02 00	14 32	07	32	18	07
18 M	56	09 12	21 52	53	02 52	15 30	07	33	18	06
19 J	50	10 21	23 07	50	03 55	16 38	07	34	18	05
20 V	51	11 36	-- --	51	05 07	17 51	07	35	18	04
21 S	54	00 21	12 47	58	06 20	18 59	07	36	18	04
22 D ^o	64	01 24	13 48	71	07 24	19 58	07	38	18	03
23 L	77	02 20	14 43	84	08 21	20 51	07	39	18	02
24 M	90	03 11	15 33	95	09 14	21 41	07	40	18	02
25 M	99	03 59	16 22	102	10 04	22 29	07	41	18	01
26 J	104	04 45	17 09	104	10 53	23 16	07	42	18	01
27 V	104	05 30	17 55	102	11 41	-- --	07	44	18	00
28 S	99	06 15	18 41	95	00 02	12 29	07	45	18	00
29 D ^d	90	07 01	19 27	84	00 48	13 16	07	46	17	59
30 L	78	07 47	20 14	72	01 34	14 04	07	47	17	59

NOVEMBER - NOVEMBER - NOVEMBRE

SURF CITY SURF SHOP

Ouvert à l'année - 05 56 03 12 56



LA CANTINE DU COIN

La Cantine Du Coin

PIZZAS ET SALADES
À EMPORTER

ouvert à l'année - 05 56 82 30 90

DEZEMBER - DECEMBER - DECEMBRE

DATE DATE DATUM	PLEINES MERS HIGH TIDE / VOLLE MEERE			BASSES MERS LOW TIDE / NIEDRIGE MEERE			SOLEIL				
	COEF	MATIN		COEF	MATIN		SOIR	AUBE		CREPUSCULE	
		H	MN		H	MN		H	MN	H	MN
01 M	65	08 33	21 02	59	02 21	14 53	07 48	17 59			
02 M	53	09 23	21 55	48	03 10	15 45	07 49	17 58			
03 J	44	10 19	22 56	41	04 02	16 41	07 50	17 58			
04 V	39	11 22	-- --	39	05 02	17 44	07 51	17 58			
05 S	39	00 06	12 34	40	06 09	18 51	07 52	17 58			
06 D ^o	42	01 17	13 39	46	07 17	19 50	07 53	17 58			
07 L	50	02 12	14 28	54	08 12	20 37	07 54	17 57			
08 M	58	02 54	15 08	63	08 57	21 16	07 55	17 57			
09 M	67	03 30	15 45	71	09 36	21 53	07 56	17 57			
10 J	75	04 05	16 21	78	10 13	22 29	07 57	17 57			
11 V	81	04 40	16 58	83	10 49	23 05	07 58	17 57			
12 S	85	05 16	17 36	86	11 27	23 43	07 58	17 58			
13 D	86	05 54	18 16	86	12 06	-- --	07 59	17 58			
14 L ^d	85	06 34	18 58	84	00 22	12 47	08 00	17 58			
15 M	82	07 17	19 43	79	01 03	13 31	08 01	17 58			
16 M	76	08 03	20 34	73	01 48	14 19	08 01	17 58			
17 J	69	08 56	21 32	66	02 37	15 13	08 02	17 59			
18 V	62	09 58	22 38	60	03 34	16 15	08 03	17 59			
19 S	58	11 07	23 50	58	04 40	17 22	08 03	17 59			
20 D	59	12 18	-- --	59	05 50	18 30	08 04	18 00			
21 L	61	00 57	13 25	65	06 59	19 34	08 05	18 00			
22 M [●]	69	01 59	14 25	74	08 02	20 33	08 05	18 01			
23 M	79	02 55	15 20	83	09 00	21 26	08 05	18 01			
24 J	87	03 46	16 11	91	09 53	22 16	08 06	18 02			
25 V	93	04 33	16 58	95	10 43	23 03	08 06	18 03			
26 S	96	05 18	17 42	95	11 30	23 48	08 07	18 03			
27 D	94	06 01	18 25	92	12 15	-- --	08 07	18 04			
28 L ^D	90	06 42	19 06	86	00 31	12 58	08 07	18 05			
29 M	82	07 23	19 45	78	01 12	13 40	08 08	18 05			
30 M	73	08 02	20 25	68	01 53	14 21	08 08	18 06			
31 J	63	08 43	21 07	57	02 33	15 03	08 08	18 07			

LA CANTINE DU COIN

La Cantine Du Coin

PIZZAS ET SALADES
À EMPORTER

ouvert à l'année - 05 56 82 30 90

LES AVENTURES DU P'TIT EXPLORATEUR

Sortie ludique pour les enfants de 5 à 10 ans

5€



MEDOC
OCEAN

LACANAU
CARCANS-MAUBUISSON
HOURTIN

+ d'infos 05 56 03 21 01
Office de Tourisme Médoc

MEDOC
OCEAN

LACANAU
CARCANS-MAUBUISSON
HOURTIN

MEDOC OCEAN.COM

CARCANS - HOURTIN

MARÉES 2015

GIRONDE



INFOS TOURISME
À L'INTÉRIEUR !

LSi

08 92 29 78 73

LACANAUSURFINFO.COM