



LACANAU SURFINFO.COM
MÉTÉO DES PLAGES

MARÉES 2016

GIRONDE



IMPRIM'VERT®

MEDOC
OCEAN
LACANAU
CARCANS-MAUBUISSON
HOURTIN

INFOS TOURISME
À L'INTÉRIEUR !



Central Garage



N°1 LOCATION

DES VELOS POUR TOUS !

Entretien - Réparation - Pièces détachées

Auto - Moto - Vélo



www.centralgarage-lacatau.fr

05 56 26 99 65

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

Surfboard - Fabrication - Réparation

© SHOM N°166/2015 - REPRODUCTION DES PRÉDICTIONS DE MARRÉES 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 MN	H MN		H MN	H MN	H MN	H MN
01 V	52	09 27	21 54	47	03 16	15 48	08 08	18 08
02 S ^d	43	10 17	22 50	40	04 04	16 38	08 08	18 09
03 D	37	11 16	23 57	37	05 00	17 38	08 08	18 09
04 L	38	12 27	-- --	38	06 06	18 45	08 08	18 10
05 M	40	01 12	13 38	43	07 18	19 50	08 08	18 11
06 M	48	02 13	14 34	53	08 18	20 42	08 08	18 12
07 J	58	03 00	15 19	63	09 07	21 26	08 08	18 13
08 V	68	03 41	16 00	74	09 49	22 06	08 08	18 14
09 S	78	04 20	16 40	83	10 30	22 46	08 08	18 15
10 D [●]	87	05 00	17 21	90 ▲	11 10	23 26	08 08	18 16
11 L	93 ▲	05 40	18 02	95 ▲	11 51	-- --	08 07	18 17
12 M	95 ▲	06 21	18 44	96 ▲	00 06	12 33	08 07	18 19
13 M	95 ▲	07 04	19 29	93 ▲	00 48	13 16	08 07	18 20
14 J	91 ▲	07 49	20 16	87	01 33	14 03	08 06	18 21
15 V	83	08 39	21 09	78	02 21	14 54	08 06	18 22
16 S ^D	74	09 35	22 10	68	03 14	15 51	08 05	18 23
17 D	64	10 40	23 19	60	04 15	16 55	08 05	18 24
18 L	57	11 53	-- --	57	05 24	18 04	08 04	18 26
19 M	56	00 32	13 06	56	06 37	19 14	08 04	18 27
20 M	59	01 42	14 13	62	07 47	20 19	08 03	18 28
21 J	67	02 43	15 12	72	08 51	21 16	08 03	18 29
22 V	76	03 37	16 03	81	09 46	22 06	08 02	18 30
23 S	85	04 24	16 47	88	10 34	22 51	08 01	18 32
24 D [○]	90 ▲	05 06	17 28	92 ▲	11 18	23 33	08 00	18 33
25 L	92 ▲	05 46	18 06	92 ▲	11 59	-- --	08 00	18 34
26 M	91 ▲	06 22	18 41	89	00 11	12 37	07 59	18 36
27 M	87	06 57	19 15	84	00 48	13 12	07 58	18 37
28 J	80	07 31	19 49	76	01 23	13 47	07 57	18 38
29 V	71	08 05	20 24	67	01 58	14 22	07 56	18 39
30 S	61	08 42	21 03	56	02 34	15 00	07 55	18 41
31 D	51	09 24	21 51	46	03 15	15 44	07 54	18 42

JANUAR - JANUARY - JANVIER

BRASSERIE CAFE MARITIME

ouverte toute l'année - 05 56 03 70 98



SANDWICHERIE ARONA

Paninis - 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 L ^q	41	10	16	22	49	37	04	04	16	36	07	53	18	43
02 M	35	11	21	--	--	35	05	04	17	40	07	52	18	45
03 M	34	00	04	12	41	36	06	18	18	57	07	51	18	46
04 J	39	01	25	13	57	44	07	36	20	06	07	50	18	47
05 V	50	02	28	14	53	57	08	37	20	59	07	49	18	49
06 S	64	03	16	15	39	71	09	25	21	43	07	48	18	50
07 D	78	03	59	16	21	84	10	08	22	25	07	46	18	51
08 L [•]	90 ^Δ	04	40	17	02	96 ^Δ	10	50	23	06	07	45	18	53
09 M	100 ^Δ	05	21	17	44	104 ^Δ	11	32	23	48	07	44	18	54
10 M	107 ^Δ	06	03	18	26	108 ^Δ	12	14	--	--	07	43	18	55
11 J	108 ^Δ	06	46	19	10	106 ^Δ	00	30	12	58	07	41	18	57
12 V	103 ^Δ	07	31	19	56	99 ^Δ	01	15	13	44	07	40	18	58
13 S	94 ^Δ	08	20	20	46	88	02	02	14	33	07	39	18	59
14 D	81	09	14	21	44	73	02	54	15	27	07	37	19	01
15 L ^D	66	10	17	22	52	59	03	53	16	29	07	36	19	02
16 M	53	11	31	--	--	53	05	01	17	40	07	34	19	04
17 M	50	00	09	12	50	49	06	18	18	56	07	33	19	05
18 J	50	01	26	14	04	53	07	35	20	06	07	31	19	06
19 V	58	02	33	15	04	64	08	42	21	05	07	30	19	08
20 S	69	03	27	15	53	74	09	36	21	54	07	28	19	09
21 D	79	04	11	16	34	83	10	21	22	37	07	27	19	10
22 L ^o	87	04	50	17	10	89	11	01	23	14	07	25	19	11
23 M	91 ^Δ	05	26	17	44	92 ^Δ	11	38	23	49	07	24	19	13
24 M	92 ^Δ	05	59	18	15	91 ^Δ	12	11	--	--	07	22	19	14
25 J	90 ^Δ	06	30	18	45	87	00	22	12	43	07	21	19	15
26 V	85	07	00	19	15	81	00	53	13	14	07	19	19	17
27 S	78	07	31	19	47	73	01	25	13	45	07	17	19	18
28 D	68	08	04	20	23	63	01	58	14	20	07	16	19	19
29 L	58	08	43	21	05	53	02	36	15	00	07	14	19	21

● - NOUVELLE LUNE - NEW MOON - NEUMOND / q - DERNIER QUARTIER - THIRD QUARTER - LETZTES VIERTEL / D - PREMIER QUARTIER - FIRST QUARTER - ERSTES VIERTEL

villa.lesboisflottes.com

05 56 03 14 97 - 06 85 87 86 63



SURFBOARD - FABRICATION - REPARATION



soulsurfers-lacanau.fr - 06 07 40 02 31

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 M ^d	47	09 30	21 59	42	03 21	15 48	07 12	19 22
02 M	37	10 32	23 10	34	04 17	16 49	07 11	19 23
03 J	33	11 53	-- --	33	05 28	18 07	07 09	19 25
04 V	35	00 36	13 20	40	06 53	19 27	07 07	19 26
05 S	46	01 52	14 24	53	08 04	20 29	07 05	19 27
06 D	61	02 48	15 14	70	08 58	21 17	07 04	19 28
07 L	78	03 34	15 58	87	09 43	22 01	07 02	19 30
08 M	94 ▲	04 17	16 41	101 ▲	10 26	22 44	07 00	19 31
09 M [●]	107 ▲	05 00	17 23	112 ▲	11 09	23 26	06 58	19 32
10 J	115 ▲	05 43	18 05	116 ▲	11 52	-- --	06 56	19 34
11 V	116 ▲	06 27	18 49	114 ▲	00 10	12 37	06 55	19 35
12 S	111 ▲	07 12	19 35	105 ▲	00 56	13 23	06 53	19 36
13 D	99 ▲	08 01	20 25	91 ▲	01 44	14 12	06 51	19 38
14 L	83	08 55	21 21	74	02 36	15 05	06 49	19 39
15 M ^D	66	09 57	22 28	57	03 35	16 06	06 47	19 40
16 M	50	11 10	23 46	46	04 42	17 17	06 45	19 41
17 J	44	12 32	-- --	44	05 59	18 35	06 44	19 43
18 V	45	01 07	13 50	48	07 19	19 49	06 42	19 44
19 S	53	02 17	14 50	58	08 27	20 49	06 40	19 45
20 D	64	03 10	15 36	69	09 19	21 36	06 38	19 46
21 L	75	03 52	16 14	79	10 02	22 16	06 36	19 48
22 M	82	04 29	16 47	85	10 39	22 52	06 34	19 49
23 M [○]	87	05 02	17 18	89	11 12	23 24	06 32	19 50
24 J	89	05 32	17 47	89	11 43	23 55	06 31	19 52
25 V	89	06 02	18 16	87	12 13	-- --	06 29	19 53
26 S	86	06 31	18 45	83	00 25	12 42	06 27	19 54
27 D [*]	80	08 01	20 17	77	00 56	14 13	07 25	20 55
28 L	73	08 35	20 52	68	02 29	14 47	07 23	20 57
29 M	63	09 13	21 33	58	03 07	15 26	07 21	20 58
30 M	52	09 59	22 24	47	03 50	16 12	07 19	20 59
31 J ^d	42	10 59	23 32	39	04 43	17 11	07 17	21 01

* PASSAGE EN HEURE D'ÉTÉ LE 27

MARZ - MARCH - MARS

AOLASURFSCHOOL.COM

Plage sud - 05 56 03 53 72



RESTAURANT LA CABANE



ouvert tous les soirs - 05 56 03 19 15

APRIL - AVRIL - APRIL - 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 V	36	12	17	--	--	36	05	51	18	26	07	15	21	02		
02 S	37	00	54	13	43	40	07	13	19	47	07	14	21	03		
03 D	46	02	13	14	52	53	08	28	20	54	07	12	21	05		
04 L	61	03	15	15	46	70	09	26	21	48	07	10	21	06		
05 M	79	04	06	16	32	88	10	15	22	34	07	08	21	07		
06 M	96	△	04	52	17	17	103	△	11	01	23	19	07	06	21	08
07 J●	109	△	05	37	18	00	114	△	11	45	--	--	07	04	21	10
08 V	117	△	06	21	18	44	118	△	00	04	12	30	07	02	21	11
09 S	117	△	07	07	19	29	115	△	00	50	13	16	07	00	21	12
10 D	111	△	07	54	20	16	105	△	01	38	14	03	06	59	21	14
11 L	99	△	08	44	21	06	91	△	02	27	14	52	06	57	21	15
12 M	82	09	38	22	02	73	03	20	15	46	06	55	21	16		
13 M	65	10	38	23	05	57	04	18	16	45	06	53	21	18		
14 J D	50	11	47	--	--	50	05	23	17	51	06	51	21	19		
15 V	45	00	18	13	05	43	06	35	19	05	06	49	21	20		
16 S	43	01	36	14	22	45	07	51	20	20	06	48	21	22		
17 D	49	02	48	15	24	54	08	59	21	22	06	46	21	23		
18 L	59	03	43	16	10	64	09	52	22	10	06	44	21	24		
19 M	68	04	26	16	48	72	10	35	22	51	06	42	21	26		
20 M	76	05	02	17	21	79	11	11	23	26	06	40	21	27		
21 J	81	05	34	17	51	83	11	44	23	58	06	39	21	28		
22 V○	84	06	05	18	20	85	12	14	--	--	06	37	21	30		
23 S	85	06	34	18	49	85	00	28	12	44	06	35	21	31		
24 D	84	07	05	19	20	82	00	59	13	15	06	34	21	32		
25 L	80	07	38	19	54	78	01	32	13	47	06	32	21	34		
26 M	75	08	13	20	30	71	02	07	14	23	06	30	21	35		
27 M	67	08	53	21	12	63	02	45	15	02	06	29	21	37		
28 J	58	09	39	22	02	53	03	29	15	48	06	27	21	38		
29 V	49	10	38	23	05	46	04	21	16	44	06	25	21	39		
30 S d	44	11	49	--	--	44	05	25	17	53	06	24	21	41		

△ VIGILANCE - GRANDE MARÉE / VIGILANCE - SPRING TIDE / ACHTSAMKEITER - SPRINGFLUTTAGE

ECOLE HCL - 05 56 26 31 82

www.surf-bodyboard-lacanau.com



PASTA FOOD CAFE

PASTA FOOD CAFÉ
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	
01 D	43	00 20	13 08	46	06 39	19 10	06 22	21 42
02 L	50	01 36	14 18	56	07 52	20 19	06 21	21 43
03 M	63	02 41	15 15	71	08 53	21 17	06 19	21 45
04 M	78	03 37	16 06	86	09 46	22 08	06 17	21 46
05 J	93 ▲	04 27	16 53	100 ▲	10 35	22 56	06 16	21 47
06 V ●	105 ▲	05 15	17 39	109 ▲	11 22	23 44	06 14	21 49
07 S	112 ▲	06 02	18 25	113 ▲	12 09	-- --	06 13	21 50
08 D	112 ▲	06 50	19 12	110 ▲	00 33	12 57	06 12	21 51
09 L	106 ▲	07 39	20 00	101 ▲	01 22	13 45	06 10	21 53
10 M	95 ▲	08 29	20 50	88	02 13	14 35	06 09	21 54
11 M	81	09 21	21 43	74	03 05	15 27	06 07	21 55
12 J	66	10 17	22 40	59	04 00	16 21	06 06	21 56
13 V D	53	11 17	23 42	48	04 58	17 21	06 05	21 58
14 S	45	12 23	-- --	45	06 01	18 26	06 04	21 59
15 D	43	00 51	13 36	44	07 10	19 37	06 02	22 00
16 L	46	02 03	14 43	48	08 18	20 43	06 01	22 02
17 M	52	03 04	15 35	56	09 15	21 36	06 00	22 03
18 M	60	03 52	16 16	63	10 01	22 19	05 59	22 04
19 J	67	04 31	16 51	70	10 39	22 56	05 58	22 05
20 V	73	05 06	17 23	75	11 13	23 30	05 56	22 06
21 S ○	77	05 38	17 54	79	11 46	-- --	05 55	22 08
22 D	80	06 10	18 26	81	00 03	12 18	05 54	22 09
23 L	81	06 44	19 00	81	00 37	12 51	05 53	22 10
24 M	80	07 19	19 36	79	01 12	13 27	05 52	22 11
25 M	77	07 58	20 15	75	01 50	14 04	05 52	22 12
26 J	72	08 39	20 58	69	02 30	14 45	05 51	22 13
27 V	65	09 26	21 47	62	03 14	15 31	05 50	22 14
28 S	58	10 20	22 44	56	04 04	16 24	05 49	22 15
29 D d	54	11 25	23 51	53	05 02	17 27	05 48	22 16
30 L	53	12 36	-- --	53	06 09	18 36	05 48	22 17
31 M	55	01 03	13 45	59	07 18	19 45	05 47	22 18

MAI - MAY - MAI

CRIS LOISIRS - 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 / 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	63	02	10	14	46	69	08	22	20	48	05	46	22	19
02 J	75	03	10	15	41	81	09	20	21	45	05	46	22	20
03 V	87	04	05	16	32	92 Δ	10	13	22	38	05	45	22	21
04 S	96 Δ	04	57	17	21	100 Δ	11	03	23	29	05	44	22	22
05 D ●	102 Δ	05	47	18	10	103 Δ	11	52	--	--	05	44	22	23
06 L	103 Δ	06	37	18	58	102 Δ	00	19	12	41	05	44	22	23
07 M	100 Δ	07	25	19	45	97 Δ	01	09	13	29	05	43	22	24
08 M	92 Δ	08	13	20	33	87	01	59	14	17	05	43	22	25
09 J	82	09	01	21	20	76	02	48	15	05	05	43	22	25
10 V	70	09	49	22	09	64	03	38	15	54	05	42	22	26
11 S	59	10	39	23	01	54	04	28	16	45	05	42	22	27
12 D D	49	11	34	23	57	46	05	21	17	40	05	42	22	27
13 L	44	12	35	--	--	44	06	18	18	41	05	42	22	28
14 M	43	01	02	13	44	43	07	21	19	49	05	42	22	28
15 M	45	02	11	14	48	47	08	25	20	52	05	42	22	29
16 J	50	03	10	15	39	53	09	19	21	43	05	42	22	29
17 V	57	03	57	16	20	61	10	04	22	26	05	42	22	30
18 S	64	04	36	16	56	68	10	43	23	04	05	42	22	30
19 D	71	05	13	17	31	74	11	19	23	41	05	42	22	30
20 L ○	77	05	49	18	06	79	11	55	--	--	05	42	22	30
21 M	80	06	25	18	43	82	00	17	12	31	05	42	22	31
22 M	82	07	03	19	21	83	00	55	13	09	05	42	22	31
23 J	82	07	43	20	01	81	01	34	13	48	05	43	22	31
24 V	80	08	25	20	44	78	02	15	14	30	05	43	22	31
25 S	75	09	11	21	31	73	02	59	15	14	05	43	22	31
26 D	70	10	01	22	24	67	03	47	16	05	05	44	22	31
27 L ◻	64	11	00	23	26	62	04	41	17	02	05	44	22	31
28 M	60	12	06	--	--	60	05	42	18	08	05	45	22	31
29 M	60	00	35	13	15	60	06	49	19	18	05	45	22	31
30 J	62	01	45	14	21	65	07	56	20	25	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



*Aujourd'hui un cadre, une ambiance...
... demain une passion*



Découvrir, apprendre, maîtriser

www.cerclevoilebordeaux.com — 05 56 03 30 19

cerclevoilebordeaux@orange.fr



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



MEDOC NAUTIQUE

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



L'évasion selon Fun Yak

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



Mathieu REVEILLAS

Photographe

Surf - Portrait - Paysage - Evènements familiaux
Cours photo

facebook  naturaglisse picture

NATURAGLISSE
PICTURE 

naturaglissepicture.fr
Contact et boutique en ligne

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 H MN	SOIR H MN	COEF	MATIN H MN	SOIR H MN	AUBE H MN	CREPUSCULE H MN
01 V	68	02 50	15 22	73	08 58	21 28	05 46	22 30
02 S	77	03 50	16 18	82	09 56	22 25	05 47	22 30
03 D	86	04 45	17 09	90 Δ	10 49	23 18	05 48	22 30
04 L \bullet	93 Δ	05 36	17 58	95 Δ	11 40	-- --	05 48	22 29
05 M	96 Δ	06 24	18 44	96 Δ	00 09	12 28	05 49	22 29
06 M	96 Δ	07 10	19 29	94 Δ	00 57	13 13	05 50	22 28
07 J	92 Δ	07 54	20 11	88	01 43	13 58	05 51	22 28
08 V	84	08 35	20 53	80	02 27	14 40	05 52	22 27
09 S	75	09 16	21 34	70	03 09	15 22	05 52	22 27
10 D	65	09 58	22 16	59	03 52	16 05	05 53	22 26
11 L	54	10 42	23 03	49	04 36	16 51	05 54	22 25
12 M D	45	11 33	23 58	42	05 23	17 43	05 55	22 25
13 M	39	12 34	-- --	39	06 18	18 45	05 56	22 24
14 J	38	01 03	13 47	39	07 22	19 56	05 57	22 23
15 V	41	02 17	14 56	44	08 30	21 03	05 58	22 22
16 S	48	03 20	15 47	52	09 27	21 55	05 59	22 21
17 D	57	04 08	16 29	62	10 13	22 38	06 00	22 21
18 L	67	04 49	17 08	71	10 54	23 18	06 01	22 20
19 M \circ	75	05 28	17 46	79	11 33	23 57	06 02	22 19
20 M	83	06 07	18 24	86	12 11	-- --	06 03	22 18
21 J	88	06 46	19 03	90 Δ	00 36	12 50	06 05	22 17
22 V	91 Δ	07 26	19 44	91 Δ	01 16	13 30	06 06	22 15
23 S	91 Δ	08 08	20 26	90 Δ	01 57	14 11	06 07	22 14
24 D	87	08 52	21 12	85	02 40	14 56	06 08	22 13
25 L	81	09 40	22 03	77	03 26	15 44	06 09	22 12
26 M d	73	10 35	23 02	68	04 18	16 40	06 10	22 11
27 M	64	11 40	-- --	64	05 17	17 44	06 12	22 10
28 J	60	00 12	12 51	58	06 24	18 57	06 13	22 08
29 V	57	01 26	14 03	57	07 35	20 10	06 14	22 07
30 S	60	02 37	15 10	63	08 43	21 18	06 15	22 06
31 D	68	03 41	16 08	73	09 45	22 17	06 16	22 04

JULIEN - JULY - JULY - JULY

www.lacananau-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		COEF	MATIN		AUBE CREPUSCULE									
		H	MN		H	MN	H	MN	H	MN						
01 L	78	04	37	16	59	82	10	39	23	10	06	18	22	03		
02 M●	86	05	26	17	46	90	△	11	28	23	57	06	19	22	02	
03 M	92	△	06	10	18	28	93	△	12	13	--	--	06	20	22	00
04 J	94	△	06	51	19	08	93	△	00	41	12	55	06	21	21	59
05 V	92	△	07	29	19	45	90	△	01	22	13	34	06	23	21	57
06 S	87		08	05	20	21	83		02	00	14	11	06	24	21	56
07 D	79		08	40	20	56	75		02	37	14	48	06	25	21	54
08 L	70		09	15	21	32	64		03	13	15	25	06	27	21	53
09 M	59		09	54	22	13	53		03	51	16	05	06	28	21	51
10 M ^D	48		10	39	23	02	43		04	32	16	52	06	29	21	49
11 J	39		11	35	--	--	39		05	21	17	48	06	30	21	48
12 V	35		00	04	12	44	34		06	22	18	59	06	32	21	46
13 S	34		01	21	14	06	36		07	35	20	19	06	33	21	45
14 D	40		02	41	15	13	46		08	48	21	23	06	34	21	43
15 L	52		03	39	16	02	58		09	43	22	12	06	36	21	41
16 M	64		04	24	16	43	71		10	28	22	54	06	37	21	40
17 M	77		05	05	17	23	83		11	09	23	34	06	38	21	38
18 J ^o	88		05	45	18	02	93	△	11	48	--	--	06	39	21	36
19 V	97	△	06	24	18	42	100	△	00	13	12	28	06	41	21	34
20 S	102	△	07	04	19	23	103	△	00	53	13	08	06	42	21	33
21 D	102	△	07	46	20	05	101	△	01	35	13	50	06	43	21	31
22 L	98	△	08	30	20	51	94	△	02	18	14	35	06	45	21	29
23 M	89		09	17	21	42	83		03	05	15	24	06	46	21	27
24 M	77		10	12	22	43	70		03	56	16	20	06	47	21	25
25 J ^d	63		11	18	23	54	58		04	55	17	26	06	48	21	24
26 V	53		12	33	--	--	53		06	04	18	42	06	50	21	22
27 S	50		01	13	13	50	50		07	19	19	59	06	51	21	20
28 D	53		02	29	15	00	57		08	32	21	10	06	52	21	18
29 L	62		03	34	15	59	68		09	35	22	09	06	53	21	16
30 M	73		04	28	16	47	79		10	28	22	58	06	55	21	14
31 M	83		05	12	17	29	87		11	14	23	41	06	56	21	12

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 J●	90 ▲	05 52	18 08	92 ▲	11 55	-- --	06 57	21 11
02 V	93 ▲	06 28	18 43	93 ▲	00 20	12 32	06 58	21 09
03 S	92 ▲	07 01	19 16	90 ▲	00 56	13 08	07 00	21 07
04 D	88	07 33	19 48	85	01 30	13 41	07 01	21 05
05 L	82	08 04	20 19	77	02 02	14 13	07 02	21 03
06 M	73	08 36	20 52	68	02 35	14 47	07 03	21 01
07 M	62	09 11	21 30	57	03 09	15 24	07 05	20 59
08 J	51	09 53	22 17	45	03 47	16 08	07 06	20 57
09 V D	40	10 46	23 17	35	04 34	17 03	07 07	20 55
10 S	32	11 54	-- --	32	05 33	18 11	07 08	20 53
11 D	31	00 34	13 17	32	06 46	19 35	07 09	20 52
12 L	36	02 01	14 34	41	08 07	20 48	07 11	20 50
13 M	48	03 08	15 30	56	09 10	21 42	07 12	20 48
14 M	64	03 57	16 15	72	09 59	22 26	07 13	20 46
15 J	79	04 39	16 56	87	10 41	23 07	07 14	20 44
16 V○	93 ▲	05 19	17 37	99 ▲	11 22	23 47	07 16	20 42
17 S	104 ▲	06 00	18 18	108 ▲	12 03	-- --	07 17	20 40
18 D	110 ▲	06 41	19 00	111 ▲	00 29	12 45	07 18	20 38
19 L	111 ▲	07 23	19 44	108 ▲	01 11	13 29	07 19	20 36
20 M	105 ▲	08 08	20 32	100 ▲	01 56	14 15	07 20	20 34
21 M	93 ▲	08 56	21 25	86	02 43	15 06	07 22	20 32
22 J	78	09 52	22 27	70	03 36	16 04	07 23	20 30
23 V D	61	10 59	23 40	54	04 36	17 12	07 24	20 29
24 S	49	12 16	-- --	49	05 46	18 28	07 25	20 27
25 D	46	01 00	13 35	46	07 02	19 47	07 26	20 25
26 L	49	02 18	14 47	54	08 17	20 57	07 28	20 23
27 M	59	03 23	15 44	65	09 20	21 53	07 29	20 21
28 M	70	04 12	16 30	76	10 11	22 39	07 30	20 19
29 J	80	04 53	17 09	84	10 54	23 19	07 31	20 17
30 V	86	05 29	17 44	88	11 33	23 55	07 32	20 15

SEPTEMBER - SEPTEMBER - SEPTEMBER

Ecole et club de surf



05 56 26 38 84

lacanausurfclub.com

#lacanausurfclub



HURLEY SHOP - 05 56 03 24 56



facebook.com/lacanau-hurley-shop

OCTOBER - 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 S●	90 ▲	06	02	18	16	90 ▲	12	08	--	--	07	34	20	14
02 D	90 ▲	06	33	18	47	89	00	28	12	40	07	35	20	12
03 L	87	07	02	19	16	85	00	59	13	11	07	36	20	10
04 M	82	07	32	19	47	78	01	29	13	42	07	37	20	08
05 M	75	08	03	20	19	70	02	00	14	15	07	38	20	06
06 J	65	08	37	20	56	60	02	33	14	52	07	40	20	04
07 V	55	09	17	21	41	49	03	11	15	35	07	41	20	03
08 S	44	10	08	22	40	39	03	56	16	27	07	42	20	01
09 D D	35	11	13	23	55	32	04	53	17	33	07	43	19	59
10 L	32	12	32	--	--	32	06	04	18	52	07	45	19	57
11 M	35	01	20	13	52	40	07	24	20	08	07	46	19	56
12 M	47	02	32	14	54	55	08	33	21	07	07	47	19	54
13 J	64	03	25	15	43	72	09	26	21	54	07	48	19	52
14 V	81	04	10	16	28	88	10	12	22	38	07	49	19	51
15 S	96 ▲	04	53	17	11	102 ▲	10	55	23	21	07	51	19	49
16 D○	108 ▲	05	35	17	55	111 ▲	11	39	--	--	07	52	19	47
17 L	114 ▲	06	18	18	39	114 ▲	00	04	12	23	07	53	19	46
18 M	113 ▲	07	02	19	26	111 ▲	00	49	13	09	07	54	19	44
19 M	106 ▲	07	48	20	15	101 ▲	01	35	13	59	07	56	19	42
20 J	94 ▲	08	39	21	10	86	02	24	14	52	07	57	19	41
21 V	77	09	35	22	12	69	03	18	15	50	07	58	19	39
22 S○	61	10	40	23	22	54	04	18	16	56	07	59	19	38
23 D	48	11	53	--	--	48	05	25	18	08	08	01	19	36
24 L	45	00	39	13	10	45	06	38	19	24	08	02	19	35
25 M	47	01	56	14	22	51	07	52	20	33	08	03	19	33
26 M	55	03	00	15	20	60	08	56	21	29	08	05	19	32
27 J	65	03	49	16	06	70	09	48	22	15	08	06	19	30
28 V	74	04	29	16	44	77	10	31	22	54	08	07	19	29
29 S	80	05	04	17	18	82	11	09	23	29	08	08	19	27
30*D●	84	04	36	16	50	84	10	43	23	00	07	10	18	26
31 L	85	05	06	17	20	85	11	14	23	31	07	11	18	25

* PASSAGE EN HEURE D'HIVER LE 30

Le plus bel endroit pour admirer le coucher de soleil
Le Beach Bar
Apéro - Concerts - Sunset
De 17h à 1h
05 56 037 098

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 M	84	05 36	17 50	82	11 45	-- --	07 12	18 23
02 M	81	06 06	18 22	78	00 01	12 17	07 13	18 22
03 J	76	06 38	18 56	72	00 32	12 51	07 15	18 21
04 V	69	07 13	19 33	64	01 06	13 28	07 16	18 20
05 S	60	07 53	20 18	55	01 44	14 11	07 17	18 18
06 D	51	08 41	21 13	46	02 28	15 00	07 19	18 17
07 L ^D	42	09 40	22 22	39	03 22	16 01	07 20	18 16
08 M	38	10 52	23 39	40	04 27	17 12	07 21	18 15
09 M	43	12 08	-- --	43	05 41	18 26	07 22	18 14
10 J	48	00 52	13 15	55	06 52	19 29	07 24	18 13
11 V	63	01 51	14 11	71	07 51	20 22	07 25	18 12
12 S	79	02 41	15 01	86	08 43	21 10	07 26	18 11
13 D	94 ^Δ	03 28	15 48	100 ^Δ	09 30	21 56	07 27	18 10
14 L ^O	105 ^Δ	04 13	16 35	109 ^Δ	10 17	22 43	07 29	18 09
15 M	111 ^Δ	04 58	17 22	112 ^Δ	11 05	23 29	07 30	18 08
16 M	111 ^Δ	05 45	18 11	109 ^Δ	11 54	-- --	07 31	18 07
17 J	105 ^Δ	06 33	19 02	100 ^Δ	00 18	12 45	07 32	18 06
18 V	94 ^Δ	07 24	19 56	87	01 08	13 39	07 34	18 05
19 S	79	08 19	20 53	72	02 01	14 35	07 35	18 05
20 D	64	09 17	21 55	58	02 57	15 35	07 36	18 04
21 L ^D	52	10 21	23 02	48	03 58	16 38	07 37	18 03
22 M	46	11 30	-- --	46	05 03	17 46	07 39	18 02
23 M	45	00 14	12 41	46	06 12	18 54	07 40	18 02
24 J	49	01 22	13 45	52	07 20	19 55	07 41	18 01
25 V	56	02 17	14 36	60	08 17	20 44	07 42	18 01
26 S	63	03 01	15 17	67	09 03	21 25	07 43	18 00
27 D	70	03 38	15 53	73	09 43	22 01	07 44	18 00
28 L	75	04 12	16 26	77	10 18	22 34	07 45	17 59
29 M [●]	78	04 43	16 57	79	10 52	23 06	07 47	17 59
30 M	80	05 14	17 30	80	11 24	23 38	07 48	17 59

NOVEMBER - NOVEMBER - NOVEMBRE

SURF CITY SURF SHOP

Ouvert à l'année - 05 56 03 12 56



SANDWICHERIE ARONA

Paninis - Paëllas - 06 63 38 07 18



DEZEMBER - DECEMBER - DECEMBRE

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	80	05	46	18	03	79	11	58	--	--	07	49	17	58
02 V	78	06	20	18	39	76	00	12	12	34	07	50	17	58
03 S	74	06	57	19	18	71	00	47	13	12	07	51	17	58
04 D	68	07	37	20	01	64	01	26	13	53	07	52	17	58
05 L	61	08	21	20	51	57	02	08	14	39	07	53	17	58
06 M	54	09	14	21	51	51	02	57	15	33	07	54	17	57
07 M ^d	49	10	17	23	00	48	03	54	16	36	07	55	17	57
08 J	49	11	27	--	--	49	05	01	17	45	07	56	17	57
09 V	52	00	12	12	38	55	06	12	18	52	07	57	17	57
10 S	61	01	17	13	41	67	07	18	19	52	07	57	17	57
11 D	73	02	14	14	38	80	08	16	20	46	07	58	17	58
12 L	86	03	06	15	30	92 ^Δ	09	10	21	37	07	59	17	58
13 M	97 ^Δ	03	56	16	21	101 ^Δ	10	02	22	26	08	00	17	58
14 M ^o	104 ^Δ	04	44	17	10	106 ^Δ	10	52	23	15	08	01	17	58
15 J	106 ^Δ	05	33	18	00	105 ^Δ	11	43	--	--	08	01	17	58
16 V	103 ^Δ	06	21	18	49	99 ^Δ	00	04	12	34	08	02	17	59
17 S	95 ^Δ	07	10	19	38	90 ^Δ	00	53	13	24	08	03	17	59
18 D	84	07	59	20	28	78	01	42	14	15	08	03	17	59
19 L	71	08	49	21	19	65	02	32	15	06	08	04	18	00
20 M	59	09	41	22	13	53	03	24	16	00	08	04	18	00
21 M ^d	49	10	38	23	14	45	04	19	16	57	08	05	18	01
22 J	43	11	42	--	--	43	05	20	18	00	08	05	18	01
23 V	42	00	24	12	53	43	06	27	19	07	08	06	18	02
24 S	45	01	33	13	57	47	07	35	20	07	08	06	18	02
25 D	51	02	28	14	47	55	08	32	20	55	08	07	18	03
26 L	58	03	12	15	28	62	09	17	21	35	08	07	18	04
27 M	66	03	49	16	04	69	09	55	22	10	08	07	18	04
28 M	72	04	22	16	38	75	10	31	22	45	08	08	18	05
29 J [•]	77	04	56	17	12	79	11	06	23	19	08	08	18	06
30 V	81	05	30	17	48	82	11	41	23	54	08	08	18	07
31 S	82	06	05	18	25	82	12	18	--	--	08	08	18	07

KAZ A MOUMOUNE

Anse Bertrand - Guadeloupe - 06 90 70 15 96





Océan...
...ESQUE

La Boutique

Collection Homme, Femme et Enfant



En vente dans les 3 bureaux
de tourisme Médoc Océan

www.medococean.com

MEDOC
OCEAN
LACANAU
CARCANS-MAUBUISSON
HOURTIN

MEDOC
OCEAN

LACANAU
CARCANS-MAUBUISSON
HOURTIN

MEDOC OCEAN.COM

CARCANS - HOURTIN

MARÉES 2016

GIRONDE



INFOS TOURISME
À L'INTÉRIEUR !

LSi

08 92 29 78 73

LACANAUSURFINFO.COM