



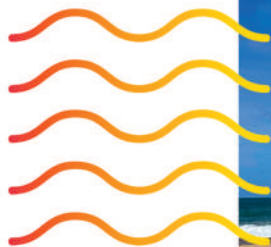
CALENDRIER 2023 DES MARÉES

HORAIRES - HAUTEURS - COEFFICIENTS



Offices de Tourisme de la côte Sud des Landes

#VIS TA PLAGE



**JE ME BAIGNE ENTRE LES DRAPEAUX
BICOLORES JAUNE ET ROUGE**



En cas d'urgence, j'appelle le 112



JANVIER

		PLEINES MERS						BASSES MERS			
Date	Matin	Haut.	Coef.	Soir	Haut.	Coef.	Matin	Haut.	Soir	Haut.	
D 01	00:03	3.40	051	12:29	3.55	050	05:58	1.65	18:36	1.60	
L 02	01:07	3.45	051	13:34	3.55	052	07:07	1.60	19:37	1.60	
M 03	02:04	3.55	054	14:31	3.60	057	08:06	1.55	20:28	1.55	
M 04	02:53	3.65	059	15:18	3.65	062	08:58	1.45	21:12	1.45	
J 05	03:35	3.80	065	15:59	3.75	067	09:42	1.35	21:52	1.40	
V 06	04:14	3.90	069	16:35	3.80	071	10:23	1.30	22:29	1.35	
S 07	04:49	3.95	073	17:10	3.80	074	10:59	1.25	23:03	1.30	
D 08	05:23	4.00	074	17:43	3.80	074	11:34	1.20	23:36	1.30	
L 09	05:56	4.00	074	18:16	3.80	074	12:07	1.20	--:--	--:--	
M 10	06:29	3.95	073	18:50	3.75	071	00:09	1.30	12:40	1.25	
M 11	07:02	3.90	069	19:25	3.65	067	00:43	1.35	13:15	1.30	
J 12	07:38	3.80	065	20:04	3.55	062	01:20	1.45	13:52	1.40	
V 13	08:18	3.70	059	20:49	3.45	056	02:00	1.55	14:34	1.55	
D 14	09:04	3.55	053	21:42	3.40	050	02:44	1.65	15:21	1.65	
L 15	10:00	3.45	047	22:46	3.35	045	03:37	1.75	16:18	1.75	
M 16	11:08	3.40	044	23:53	3.40	044	04:39	1.80	17:25	1.75	
M 17	12:21	3.45	046	--:--	--:--	---	05:49	1.75	18:34	1.65	
J 18	00:59	3.55	049	13:31	3.60	054	06:59	1.60	19:37	1.50	
V 19	02:00	3.75	059	14:33	3.80	066	08:04	1.35	20:34	1.30	
S 20	02:57	4.00	072	15:30	4.00	079	09:01	1.10	21:26	1.10	
S 21	03:50	4.25	085	16:22	4.20	091	09:55	0.80	22:15	0.90	
D 22	04:41	4.45	096	17:11	4.30	100	10:46	0.60	23:04	0.75	
L 23	05:30	4.60	103	17:58	4.35	105	11:35	0.45	23:51	0.70	
M 24	06:18	4.65	105	18:45	4.25	103	12:23	0.50	--:--	--:--	
M 25	07:05	4.55	101	19:30	4.10	097	00:38	0.75	13:09	0.60	
J 26	07:52	4.35	091	20:16	3.90	085	01:25	0.85	13:56	0.85	
V 27	08:40	4.10	078	21:04	3.65	071	02:12	1.10	14:43	1.15	
S 28	09:31	3.80	064	22:00	3.45	057	03:03	1.35	15:34	1.45	
D 29	10:32	3.50	050	23:09	3.30	045	04:02	1.60	16:35	1.75	
L 30	11:46	3.35	040	--:--	--:--	---	05:15	1.80	17:53	1.90	
M 31	00:28	3.25	038	13:08	3.25	038	06:40	1.85	19:14	1.90	

FÉVRIER

		PLEINES MERS						BASSES MERS			
Date	Matin	Haut.	Coef.	Soir	Haut.	Coef.	Matin	Haut.	Soir	Haut.	
M 01	01:44	3.35	040	14:19	3.35	043	07:55	1.75	20:16	1.80	
J 02	02:43	3.50	047	15:10	3.50	052	08:51	1.65	21:03	1.65	
V 03	03:25	3.70	056	15:49	3.60	061	09:35	1.50	21:43	1.50	
S 04	04:02	3.85	065	16:23	3.75	069	10:12	1.35	22:17	1.35	
D 05	04:36	3.95	072	16:55	3.85	075	10:46	1.20	22:50	1.25	
L 06	05:08	4.05	078	17:26	3.95	080	11:18	1.10	23:21	1.15	
M 07	05:39	4.10	081	17:57	3.95	082	11:48	1.05	23:52	1.10	
M 08	06:09	4.15	082	18:26	3.95	082	12:19	1.05	--:--	--:--	
J 09	06:39	4.10	081	18:57	3.90	080	00:23	1.15	12:49	1.10	
V 10	07:11	4.00	078	19:30	3.85	075	00:55	1.20	13:21	1.20	
S 11	07:45	3.90	072	20:08	3.70	068	01:30	1.30	13:56	1.35	
D 12	08:24	3.75	063	20:52	3.60	059	02:08	1.40	14:35	1.50	
L 13	09:13	3.60	054	21:51	3.45	049	02:53	1.60	15:25	1.70	
M 14	10:22	3.40	045	23:08	3.40	041	03:51	1.70	16:33	1.85	
M 15	11:49	3.35	040	--:--	--:--	---	05:10	1.80	18:01	1.85	
J 16	00:31	3.45	042	13:16	3.45	046	06:41	1.70	19:24	1.70	
V 17	01:46	3.65	052	14:27	3.70	060	07:57	1.45	20:27	1.45	
S 18	02:49	3.95	069	15:25	3.95	077	08:57	1.10	21:19	1.15	
D 19	03:42	4.30	086	16:13	4.20	093	09:48	0.80	22:06	0.85	
L 20	04:30	4.55	100	16:58	4.35	105	10:34	0.55	22:51	0.65	
M 21	05:15	4.70	109	17:40	4.45	111	11:18	0.40	23:34	0.55	
M 22	05:58	4.75	112	18:21	4.40	110	12:01	0.40	--:--	--:--	
J 23	06:40	4.65	107	19:00	4.25	103	00:17	0.55	12:43	0.55	
V 24	07:21	4.40	097	19:39	4.00	090	00:59	0.70	13:24	0.85	
S 25	08:03	4.10	082	20:19	3.75	073	01:42	1.00	14:06	1.20	
D 26	08:47	3.75	065	21:05	3.50	056	02:27	1.30	14:50	1.55	
L 27	09:42	3.40	047	22:10	3.25	040	03:20	1.65	15:45	1.85	
M 28	11:00	3.15	033	23:43	3.15	029	04:32	1.90	17:06	2.10	

MARS

Date	PLEINES MERS						BASSES MERS			
	Matin	Haut.	Coef.	Soir	Haut.	Coef.	Matin	Haut.	Soir	Haut.
M 01	12:43	3.10	028	--:--	--:--	---	06:13	2.00	18:48	2.10
J 02	01:21	3.20	030	14:06	3.20	034	07:40	1.90	19:59	1.95
V 03	02:27	3.40	040	14:54	3.40	046	08:37	1.70	20:47	1.75
S 04	03:08	3.60	052	15:29	3.60	058	09:17	1.50	21:23	1.55
D 05	03:41	3.80	064	16:01	3.75	069	09:51	1.30	21:56	1.35
L 06	04:13	4.00	074	16:31	3.95	078	10:22	1.15	22:27	1.15
M 07	04:43	4.10	081	17:01	4.05	085	10:52	1.00	22:57	1.05
M 08	05:13	4.20	087	17:30	4.10	089	11:21	0.95	23:27	0.95
J 09	05:43	4.25	090	17:59	4.15	090	11:50	0.90	23:57	0.95
V 10	06:12	4.20	090	18:28	4.10	088	12:19	0.95	--:--	--:--
S 11	06:43	4.15	086	19:00	4.00	083	00:29	1.00	12:50	1.05
D 12	07:17	4.00	079	19:36	3.90	074	01:02	1.10	13:24	1.20
L 13	07:56	3.80	069	20:19	3.70	063	01:40	1.25	14:02	1.45
M 14	08:46	3.60	057	21:19	3.50	050	02:25	1.45	14:52	1.65
M 15	10:00	3.35	044	22:44	3.40	039	03:25	1.65	16:03	1.90
J 16	11:39	3.30	037	--:--	--:--	---	04:54	1.80	17:46	1.95
V 17	00:18	3.45	038	13:12	3.40	043	06:35	1.70	19:16	1.75
S 18	01:37	3.70	051	14:21	3.70	060	07:51	1.40	20:17	1.45
D 19	02:38	4.00	070	15:13	3.95	079	08:46	1.05	21:06	1.10
L 20	03:28	4.30	088	15:57	4.20	095	09:32	0.75	21:49	0.80
M 21	04:12	4.55	102	16:37	4.35	106	10:14	0.55	22:30	0.60
M 22	04:54	4.70	109	17:16	4.45	111	10:55	0.45	23:11	0.50
J 23	05:33	4.70	110	17:52	4.40	108	11:34	0.50	23:51	0.55
V 24	06:12	4.55	105	18:28	4.25	100	12:13	0.65	--:--	--:--
S 25	06:50	4.30	094	19:04	4.05	087	00:32	0.75	12:52	0.95
D 26	08:28	4.00	079	20:41	3.80	071	01:12	1.00	14:30	1.25
L 27	09:09	3.65	063	21:23	3.55	054	02:55	1.35	15:11	1.60
M 28	10:00	3.30	046	22:22	3.30	038	03:45	1.65	16:00	1.90
M 29	11:18	3.05	031	23:53	3.10	026	04:53	1.95	17:17	2.15
J 30	13:05	3.00	024	--:--	--:--	---	06:34	2.05	19:04	2.15
V 31	01:35	3.15	026	14:30	3.10	030	08:08	1.95	20:24	2.00

AVRIL

		PLEINES MERS						BASSES MERS			
Date	Matin	Haut.	Coef.	Soir	Haut.	Coef.	Matin	Haut.	Soir	Haut.	
S 01	02:47	3.30	036	15:20	3.35	042	09:05	1.75	21:14	1.80	
D 02	03:32	3.50	049	15:56	3.55	055	09:45	1.55	21:51	1.55	
L 03	04:08	3.75	061	16:28	3.75	067	10:17	1.30	22:23	1.35	
M 04	04:40	3.90	073	16:59	3.95	078	10:47	1.10	22:54	1.15	
M 05	05:12	4.05	082	17:29	4.05	086	11:17	1.00	23:26	1.00	
J 06	05:42	4.20	088	17:59	4.15	091	11:47	0.90	23:57	0.90	
V 07	06:13	4.25	092	18:29	4.20	093	12:17	0.85	--:--	--:--	
S 08	06:45	4.25	092	19:01	4.20	091	00:29	0.85	12:48	0.90	
D 09	07:18	4.15	089	19:35	4.10	085	01:02	0.85	13:21	1.00	
L 10	07:55	4.00	081	20:14	3.95	076	01:39	0.95	13:58	1.15	
M 11	08:39	3.80	070	21:03	3.75	063	02:21	1.15	14:41	1.40	
M 12	09:37	3.50	057	22:09	3.55	050	03:11	1.35	15:36	1.65	
J 13	10:59	3.30	044	23:37	3.45	040	04:19	1.55	16:54	1.85	
V 14	12:38	3.30	039	--:--	--:--	---	05:51	1.65	18:36	1.85	
S 15	01:07	3.50	042	14:02	3.45	048	07:24	1.55	19:58	1.65	
D 16	02:21	3.75	056	15:03	3.70	064	08:33	1.30	20:56	1.40	
L 17	03:19	4.00	072	15:52	3.95	080	09:25	1.05	21:43	1.10	
M 18	04:07	4.25	087	16:34	4.15	092	10:08	0.80	22:25	0.85	
M 19	04:50	4.40	097	17:13	4.25	100	10:49	0.70	23:06	0.70	
J 20	05:30	4.50	101	17:49	4.30	102	11:28	0.65	23:47	0.65	
V 21	06:08	4.45	101	18:25	4.25	099	12:06	0.70	--:--	--:--	
S 22	06:46	4.30	095	19:00	4.15	091	00:27	0.70	12:44	0.90	
D 23	07:22	4.10	086	19:35	4.00	080	01:06	0.90	13:21	1.10	
L 24	08:00	3.80	074	20:12	3.80	067	01:47	1.10	13:58	1.35	
M 25	08:40	3.55	060	20:54	3.55	053	02:28	1.40	14:38	1.65	
M 26	09:30	3.25	046	21:48	3.35	040	03:16	1.65	15:25	1.90	
J 27	10:39	3.05	034	23:04	3.20	029	04:18	1.85	16:33	2.05	
V 28	12:11	3.00	027	--:--	--:--	---	05:40	1.95	18:01	2.10	
S 29	00:33	3.15	027	13:32	3.10	029	07:07	1.90	19:23	2.00	
D 30	01:46	3.25	034	14:28	3.25	039	08:12	1.75	20:21	1.85	

MAI

		PLEINES MERS						BASSES MERS			
Date	Matin	Haut.	Coef.	Soir	Haut.	Coef.	Matin	Haut.	Soir	Haut.	
L 01	02:40	3.40	045	15:11	3.45	051	08:57	1.55	21:04	1.60	
M 02	03:23	3.60	057	15:47	3.70	063	09:33	1.35	21:41	1.40	
M 03	04:00	3.80	068	16:20	3.85	073	10:05	1.20	22:15	1.20	
J 04	04:35	3.95	078	16:53	4.05	082	10:38	1.00	22:50	1.00	
V 05	05:09	4.05	085	17:26	4.15	088	11:10	0.90	23:25	0.90	
S 06	05:44	4.15	090	18:01	4.20	090	11:44	0.85	---	---	
D 07	06:21	4.15	090	18:38	4.20	090	00:02	0.80	12:20	0.85	
L 08	07:01	4.10	088	19:19	4.15	085	00:41	0.80	12:59	0.95	
M 09	07:45	3.95	081	20:05	4.00	076	01:24	0.90	13:42	1.15	
M 10	08:36	3.75	071	21:01	3.80	065	02:13	1.05	14:31	1.35	
J 11	09:40	3.50	060	22:10	3.65	054	03:09	1.20	15:32	1.55	
V 12	10:59	3.35	051	23:29	3.60	048	04:19	1.40	16:49	1.70	
S 13	12:24	3.35	048	---	---	---	05:39	1.45	18:14	1.70	
D 14	00:46	3.65	050	13:36	3.45	054	06:58	1.40	19:27	1.55	
L 15	01:54	3.75	059	14:35	3.65	064	08:03	1.25	20:26	1.35	
M 16	02:52	3.90	070	15:25	3.80	074	08:56	1.10	21:16	1.15	
M 17	03:42	4.05	079	16:08	3.95	082	09:41	1.00	22:01	1.00	
J 18	04:27	4.15	085	16:48	4.05	086	10:23	0.95	22:44	0.90	
V 19	05:08	4.15	087	17:25	4.10	087	11:03	0.95	23:26	0.90	
S 20	05:47	4.10	087	18:02	4.10	085	11:42	1.00	---	---	
D 21	06:25	4.00	083	18:38	4.00	080	00:07	0.95	12:19	1.10	
L 22	07:02	3.85	077	19:15	3.90	073	00:48	1.05	12:56	1.25	
M 23	07:39	3.65	069	19:52	3.75	065	01:27	1.20	13:33	1.40	
M 24	08:19	3.50	060	20:34	3.60	055	02:08	1.40	14:13	1.60	
J 25	09:05	3.30	050	21:22	3.45	046	02:53	1.55	14:58	1.75	
V 26	10:02	3.15	041	22:20	3.30	038	03:45	1.70	15:54	1.85	
S 27	11:12	3.10	035	23:29	3.25	034	04:46	1.80	17:02	1.95	
D 28	12:24	3.10	034	---	---	---	05:54	1.80	18:11	1.95	
L 29	00:38	3.25	035	13:26	3.20	038	07:00	1.75	19:14	1.85	
M 30	01:39	3.35	042	14:16	3.40	046	07:55	1.60	20:07	1.65	
M 31	02:30	3.45	051	14:59	3.55	056	08:40	1.45	20:52	1.50	

JUIN

		PLEINES MERS						BASSES MERS			
Date	Matin	Haut.	Coef.	Soir	Haut.	Coef.	Matin	Haut.	Soir	Haut.	
J 01	03:14	3.60	061	15:38	3.75	066	09:20	1.30	21:34	1.25	
V 02	03:57	3.80	071	16:17	3.90	075	09:58	1.10	22:15	1.10	
S 03	04:38	3.90	079	16:57	4.05	082	10:37	1.00	22:57	0.90	
D 04	05:20	4.00	084	17:39	4.15	086	11:18	0.90	23:41	0.80	
L 05	06:05	4.05	087	18:23	4.20	088	12:00	0.90	---	---	
M 06	06:51	4.05	087	19:11	4.20	086	00:28	0.75	12:46	0.95	
M 07	07:41	3.90	084	20:03	4.10	081	01:17	0.75	13:35	1.05	
J 08	08:36	3.75	077	21:00	3.95	073	02:10	0.85	14:28	1.20	
V 09	09:36	3.60	070	22:02	3.85	066	03:07	1.00	15:27	1.35	
S 10	10:43	3.45	063	23:08	3.75	060	04:08	1.15	16:32	1.45	
D 11	11:53	3.40	058	---	---	---	05:14	1.25	17:41	1.50	
L 12	00:16	3.70	057	13:00	3.45	057	06:21	1.35	18:50	1.45	
M 13	01:21	3.70	058	14:01	3.50	060	07:26	1.35	19:53	1.40	
M 14	02:22	3.70	062	14:56	3.65	064	08:24	1.30	20:50	1.30	
J 15	03:17	3.75	066	15:44	3.75	068	09:16	1.25	21:42	1.20	
V 16	04:08	3.80	070	16:29	3.85	071	10:02	1.25	22:30	1.15	
S 17	04:53	3.80	072	17:09	3.90	073	10:45	1.20	23:15	1.15	
D 18	05:34	3.80	074	17:48	3.90	074	11:26	1.20	23:57	1.15	
L 19	06:12	3.75	074	18:25	3.90	073	12:04	1.25	---	---	
M 20	06:48	3.70	072	19:00	3.85	070	00:36	1.15	12:41	1.30	
M 21	07:24	3.65	069	19:36	3.80	066	01:14	1.20	13:16	1.35	
J 22	08:00	3.55	064	20:14	3.70	061	01:51	1.30	13:53	1.45	
V 23	08:39	3.45	058	20:54	3.60	056	02:30	1.35	14:34	1.50	
S 24	09:23	3.35	053	21:39	3.50	050	03:12	1.45	15:19	1.60	
D 25	10:14	3.25	047	22:30	3.40	045	03:59	1.55	16:11	1.70	
L 26	11:14	3.20	043	23:29	3.30	042	04:52	1.65	17:08	1.75	
M 27	12:17	3.20	041	---	---	---	05:49	1.70	18:09	1.75	
M 28	00:32	3.30	042	13:16	3.30	043	06:48	1.65	19:09	1.70	
J 29	01:33	3.35	046	14:10	3.45	049	07:45	1.55	20:05	1.55	
V 30	02:30	3.45	053	15:00	3.60	058	08:37	1.40	20:58	1.35	

JUILLET

		PLEINES MERS						BASSES MERS			
Date	Matin	Haut.	Coef.	Soir	Haut.	Coef.	Matin	Haut.	Soir	Haut.	
S 01	03:24	3.60	062	15:48	3.80	067	09:26	1.25	21:49	1.15	
D 02	04:15	3.80	072	16:36	4.00	077	10:13	1.10	22:40	0.95	
L 03	05:05	3.95	081	17:25	4.15	085	11:01	0.95	23:30	0.75	
M 04	05:55	4.05	088	18:14	4.30	090	11:49	0.85	--:--	--:--	
M 05	06:45	4.05	092	19:04	4.35	093	00:21	0.60	12:38	0.80	
J 06	07:35	4.05	093	19:55	4.30	092	01:12	0.55	13:28	0.80	
V 07	08:25	3.90	089	20:47	4.20	086	02:02	0.60	14:18	0.90	
S 08	09:17	3.75	083	21:41	4.05	078	02:53	0.75	15:10	1.05	
D 09	10:12	3.60	074	22:37	3.85	069	03:45	0.95	16:05	1.20	
L 10	11:12	3.45	064	23:39	3.65	059	04:40	1.15	17:06	1.35	
M 11	12:18	3.35	056	--:--	--:--	---	05:40	1.35	18:13	1.45	
M 12	00:45	3.50	053	13:26	3.35	051	06:47	1.50	19:25	1.50	
J 13	01:54	3.45	050	14:32	3.45	051	07:56	1.55	20:33	1.50	
V 14	03:00	3.45	052	15:30	3.55	054	08:58	1.55	21:33	1.40	
S 15	03:57	3.50	057	16:18	3.65	059	09:51	1.45	22:24	1.30	
D 16	04:44	3.55	062	17:00	3.80	065	10:37	1.35	23:09	1.25	
L 17	05:24	3.65	067	17:37	3.85	069	11:17	1.30	23:49	1.15	
M 18	06:00	3.70	071	18:12	3.90	072	11:53	1.25	--:--	--:--	
M 19	06:33	3.70	073	18:45	3.95	073	00:25	1.10	12:27	1.20	
J 20	07:06	3.70	073	19:17	3.90	073	00:58	1.10	12:59	1.20	
V 21	07:37	3.70	072	19:49	3.85	071	01:31	1.10	13:32	1.20	
S 22	08:10	3.65	069	20:23	3.80	067	02:04	1.15	14:07	1.30	
D 23	08:46	3.55	065	21:00	3.65	062	02:39	1.25	14:44	1.40	
L 24	09:25	3.45	059	21:40	3.55	056	03:16	1.35	15:25	1.50	
M 25	10:11	3.35	052	22:29	3.40	049	03:58	1.50	16:12	1.60	
M 26	11:09	3.30	046	23:30	3.30	044	04:46	1.60	17:09	1.70	
J 27	12:17	3.25	042	--:--	--:--	---	05:46	1.70	18:17	1.70	
V 28	00:42	3.25	042	13:27	3.35	043	06:55	1.70	19:29	1.65	
S 29	01:56	3.35	045	14:32	3.50	050	08:05	1.55	20:37	1.45	
D 30	03:03	3.50	055	15:30	3.75	062	09:07	1.40	21:37	1.15	
L 31	04:03	3.70	068	16:25	4.00	075	10:01	1.15	22:31	0.85	

AOÛT

		PLEINES MERS						BASSES MERS			
Date	Matin	Haut.	Coef.	Soir	Haut.	Coef.	Matin	Haut.	Soir	Haut.	
M 01	04:57	3.90	082	17:15	4.25	088	10:52	0.90	23:22	0.60	
M 02	05:46	4.10	093	18:03	4.45	098	11:39	0.70	--:--	--:--	
J 03	06:33	4.20	102	18:50	4.55	104	00:10	0.40	12:26	0.60	
V 04	07:18	4.20	104	19:37	4.55	104	00:57	0.35	13:12	0.55	
S 05	08:03	4.10	101	20:23	4.40	097	01:43	0.40	13:58	0.65	
D 06	08:47	3.95	092	21:11	4.15	086	02:29	0.60	14:45	0.85	
L 07	09:34	3.70	079	22:01	3.85	072	03:15	0.85	15:34	1.05	
M 08	10:26	3.50	064	22:59	3.55	057	04:04	1.20	16:30	1.35	
M 09	11:31	3.30	050	--:--	--:--	---	04:59	1.50	17:39	1.60	
J 10	00:10	3.30	044	12:53	3.20	040	06:10	1.70	19:05	1.70	
V 11	01:34	3.20	038	14:16	3.30	039	07:35	1.80	20:26	1.65	
S 12	02:54	3.20	041	15:24	3.45	045	08:48	1.70	21:29	1.50	
D 13	03:52	3.35	049	16:11	3.60	054	09:43	1.55	22:17	1.35	
L 14	04:34	3.50	059	16:48	3.75	063	10:26	1.40	22:57	1.20	
M 15	05:09	3.60	067	17:21	3.90	070	11:02	1.25	23:32	1.10	
M 16	05:41	3.75	074	17:53	4.00	076	11:36	1.15	--:--	--:--	
J 17	06:12	3.80	078	18:23	4.05	080	00:04	1.00	12:07	1.05	
V 18	06:42	3.85	081	18:52	4.05	081	00:34	0.95	12:37	1.00	
S 19	07:10	3.85	081	19:21	4.00	080	01:03	0.95	13:07	1.05	
D 20	07:39	3.80	079	19:51	3.95	077	01:33	1.00	13:37	1.10	
L 21	08:10	3.75	074	20:23	3.80	071	02:03	1.10	14:10	1.20	
M 22	08:44	3.65	068	20:59	3.65	064	02:36	1.25	14:46	1.35	
M 23	09:23	3.50	059	21:43	3.45	054	03:11	1.40	15:27	1.50	
J 24	10:15	3.35	049	22:44	3.30	044	03:55	1.55	16:22	1.65	
V 25	11:30	3.25	040	--:--	--:--	---	04:56	1.75	17:38	1.75	
S 26	00:10	3.20	037	12:58	3.30	037	06:20	1.80	19:11	1.70	
D 27	01:40	3.25	040	14:16	3.50	045	07:50	1.70	20:30	1.45	
L 28	02:56	3.45	052	15:21	3.80	061	08:58	1.45	21:30	1.10	
M 29	03:56	3.75	070	16:14	4.10	079	09:52	1.15	22:21	0.75	
M 30	04:46	4.00	087	17:02	4.40	095	10:39	0.80	23:07	0.45	
J 31	05:30	4.20	102	17:46	4.60	107	11:23	0.55	23:51	0.30	

SEPTEMBRE

		PLEINES MERS					BASSES MERS			
Date	Matin	Haut.	Coef.	Soir	Haut.	Coef.	Matin	Haut.	Soir	Haut.
V 01	06:13	4.35	110	18:30	4.70	112	12:07	0.40	--:--	--:--
S 02	06:54	4.35	112	19:12	4.65	110	00:34	0.25	12:49	0.40
D 03	07:34	4.25	107	19:55	4.45	101	01:17	0.35	13:32	0.50
L 04	08:14	4.05	095	20:38	4.10	087	01:59	0.60	14:16	0.75
M 05	08:55	3.80	079	21:23	3.75	070	02:41	0.90	15:03	1.05
M 06	09:41	3.50	061	22:19	3.35	052	03:27	1.30	15:57	1.40
J 07	10:45	3.25	044	23:37	3.10	037	04:20	1.65	17:10	1.70
V 08	12:21	3.10	032	--:--	--:--	---	05:36	1.90	18:49	1.85
S 09	01:20	3.00	030	14:04	3.20	031	07:16	1.95	20:18	1.75
D 10	02:45	3.10	035	15:09	3.40	040	08:34	1.80	21:17	1.55
L 11	03:37	3.30	047	15:53	3.60	053	09:26	1.60	21:59	1.35
M 12	04:13	3.50	059	16:25	3.80	064	10:05	1.40	22:33	1.20
M 13	04:44	3.65	069	16:56	3.95	073	10:38	1.20	23:04	1.00
J 14	05:14	3.85	077	17:26	4.05	080	11:09	1.05	23:34	0.90
V 15	05:44	3.95	083	17:56	4.15	085	11:39	0.95	--:--	--:--
S 16	06:13	4.00	086	18:24	4.15	087	00:03	0.85	12:08	0.90
D 17	06:40	4.00	087	18:52	4.10	087	00:31	0.85	12:38	0.90
L 18	07:08	4.00	085	19:20	4.00	083	00:59	0.90	13:07	0.95
M 19	07:38	3.90	080	19:51	3.90	077	01:28	1.00	13:39	1.05
M 20	08:10	3.80	072	20:27	3.70	067	01:59	1.15	14:14	1.20
J 21	08:50	3.60	061	21:12	3.45	056	02:35	1.35	14:56	1.40
V 22	09:43	3.45	049	22:20	3.25	043	03:20	1.60	15:53	1.60
S 23	11:05	3.30	038	23:59	3.15	035	04:24	1.80	17:20	1.75
D 24	12:43	3.30	035	--:--	--:--	---	06:04	1.85	19:05	1.65
L 25	01:35	3.25	039	14:06	3.55	047	07:40	1.70	20:21	1.35
M 26	02:48	3.50	055	15:08	3.90	065	08:46	1.40	21:17	1.00
M 27	03:42	3.80	075	15:58	4.20	084	09:36	1.10	22:03	0.70
J 28	04:28	4.10	093	16:43	4.50	100	10:20	0.75	22:45	0.45
V 29	05:09	4.30	105	17:25	4.65	110	11:01	0.50	23:26	0.30
S 30	05:49	4.40	112	18:06	4.70	112	11:43	0.40	--:--	--:--

OCTOBRE

		PLEINES MERS					BASSES MERS			
Date	Matin	Haut.	Coef.	Soir	Haut.	Coef.	Matin	Haut.	Soir	Haut.
D 01	06:27	4.40	111	18:46	4.60	108	00:07	0.30	12:24	0.40
L 02	07:05	4.30	104	19:26	4.35	098	00:47	0.45	13:06	0.55
M 03	07:43	4.10	091	20:07	4.00	083	01:28	0.75	13:49	0.80
M 04	08:22	3.80	075	20:51	3.60	066	02:09	1.10	14:34	1.15
J 05	09:06	3.55	057	21:44	3.25	048	02:52	1.45	15:27	1.50
V 06	10:06	3.25	040	23:05	3.00	033	03:44	1.75	16:40	1.80
S 07	11:41	3.10	028	--:--	--:--	---	05:00	2.00	18:22	1.90
D 08	00:51	2.95	026	13:24	3.15	028	06:42	2.05	19:52	1.80
L 09	02:13	3.05	032	14:35	3.35	038	08:03	1.90	20:48	1.60
M 10	03:03	3.25	044	15:19	3.55	050	08:54	1.70	21:27	1.40
M 11	03:39	3.50	057	15:52	3.75	062	09:32	1.45	21:59	1.20
J 12	04:11	3.70	068	16:24	3.90	073	10:05	1.25	22:29	1.05
V 13	04:41	3.85	077	16:55	4.05	081	10:36	1.05	22:59	0.90
S 14	05:11	4.00	084	17:25	4.10	086	11:07	0.95	23:28	0.85
D 15	05:41	4.10	088	17:55	4.15	089	11:37	0.85	23:57	0.85
L 16	06:10	4.10	089	18:24	4.10	088	12:08	0.85	--:--	--:--
M 17	06:40	4.10	087	18:55	4.05	085	00:26	0.90	12:40	0.90
M 18	07:12	4.00	082	19:29	3.90	078	00:57	1.00	13:14	1.00
J 19	07:48	3.90	073	20:09	3.70	068	01:32	1.15	13:53	1.15
V 20	08:32	3.70	062	21:02	3.45	056	02:11	1.35	14:40	1.35
S 21	09:33	3.50	050	22:18	3.25	044	03:01	1.60	15:43	1.55
D 22	10:57	3.40	040	23:56	3.20	038	04:13	1.80	17:14	1.65
L 23	12:30	3.45	040	--:--	--:--	---	05:53	1.85	18:50	1.55
M 24	01:23	3.35	045	13:47	3.65	052	07:21	1.65	20:01	1.30
M 25	02:29	3.60	060	14:47	3.95	069	08:23	1.40	20:54	1.00
J 26	03:20	3.85	077	15:37	4.20	085	09:12	1.10	21:39	0.75
V 27	04:04	4.10	091	16:21	4.40	097	09:56	0.80	22:20	0.60
S 28	04:45	4.25	101	17:03	4.50	103	10:38	0.65	23:00	0.55
D 29	04:24	4.35	104	16:44	4.50	104	10:20	0.55	22:40	0.60
L 30	05:02	4.30	102	17:24	4.35	099	11:02	0.60	23:20	0.75
M 31	05:40	4.20	095	18:03	4.15	090	11:44	0.75	--:--	--:--

NOVEMBRE

Date	PLEINES MERS						BASSES MERS			
	Matin	Haut.	Coef.	Soir	Haut.	Coef.	Matin	Haut.	Soir	Haut.
M 01	06:18	4.05	084	18:43	3.85	077	00:00	0.95	12:27	1.00
J 02	06:58	3.85	071	19:26	3.55	063	00:40	1.25	13:12	1.25
V 03	07:42	3.60	056	20:17	3.25	048	01:23	1.55	14:02	1.55
S 04	08:37	3.35	042	21:27	3.05	036	02:12	1.80	15:07	1.80
D 05	09:51	3.20	031	22:56	3.00	029	03:19	2.00	16:30	1.90
L 06	11:20	3.15	029	---	---	---	04:44	2.05	17:56	1.85
M 07	00:14	3.05	031	12:33	3.25	035	06:04	1.95	18:59	1.70
M 08	01:10	3.25	040	13:27	3.40	045	07:04	1.80	19:43	1.55
J 09	01:53	3.45	051	14:10	3.60	056	07:48	1.60	20:18	1.35
V 10	02:30	3.65	062	14:46	3.75	066	08:25	1.40	20:50	1.20
S 11	03:04	3.80	071	15:21	3.90	075	09:00	1.20	21:21	1.05
D 12	03:37	3.95	079	15:54	4.00	082	09:33	1.05	21:53	0.95
L 13	04:09	4.05	084	16:27	4.10	086	10:07	0.95	22:25	0.95
M 14	04:43	4.15	087	17:01	4.10	087	10:42	0.90	22:59	0.95
M 15	05:18	4.15	086	17:38	4.00	084	11:19	0.85	23:35	1.00
J 16	05:56	4.10	082	18:19	3.90	079	12:00	0.95	---	---
V 17	06:39	4.00	075	19:06	3.70	071	00:15	1.15	12:45	1.05
S 18	07:31	3.85	066	20:04	3.50	061	01:01	1.30	13:37	1.25
D 19	08:33	3.70	056	21:17	3.35	052	01:57	1.50	14:42	1.40
L 20	09:48	3.60	049	22:40	3.30	048	03:08	1.65	16:00	1.50
M 21	11:07	3.60	049	23:56	3.40	052	04:30	1.70	17:20	1.45
M 22	12:18	3.75	056	---	---	---	05:48	1.60	18:29	1.30
J 23	00:59	3.60	061	13:19	3.90	067	06:52	1.40	19:25	1.15
V 24	01:52	3.80	072	14:13	4.05	077	07:45	1.20	20:13	1.00
S 25	02:40	3.95	081	15:01	4.20	085	08:33	1.00	20:56	0.90
D 26	03:23	4.10	088	15:45	4.20	089	09:19	0.90	21:39	0.90
L 27	04:04	4.15	090	16:28	4.20	090	10:03	0.85	22:20	0.90
M 28	04:44	4.20	089	17:08	4.10	087	10:47	0.85	23:01	1.00
M 29	05:24	4.15	085	17:48	3.95	082	11:31	0.95	23:41	1.15
J 30	06:03	4.05	078	18:28	3.75	074	12:13	1.10	---	---

DÉCEMBRE

		PLEINES MERS					BASSES MERS			
Date	Matin	Haut.	Coef.	Soir	Haut.	Coef.	Matin	Haut.	Soir	Haut.
V 01	06:42	3.90	069	19:08	3.55	064	00:21	1.35	12:56	1.30
S 02	07:24	3.70	060	19:53	3.40	054	01:01	1.50	13:41	1.50
D 03	08:09	3.55	050	20:45	3.25	045	01:46	1.70	14:30	1.65
L 04	09:03	3.40	041	21:50	3.15	038	02:38	1.80	15:29	1.80
M 05	10:08	3.30	036	23:01	3.10	035	03:40	1.90	16:36	1.85
M 06	11:19	3.25	035	--:--	--:--	---	04:48	1.95	17:44	1.80
J 07	00:05	3.20	036	12:23	3.30	039	05:55	1.90	18:42	1.70
V 08	00:58	3.35	043	13:17	3.45	047	06:51	1.75	19:28	1.60
S 09	01:43	3.50	051	14:03	3.55	056	07:39	1.60	20:08	1.45
D 10	02:24	3.70	061	14:45	3.70	065	08:21	1.40	20:45	1.30
L 11	03:03	3.85	070	15:25	3.85	073	09:02	1.25	21:22	1.15
M 12	03:42	4.00	077	16:05	3.95	080	09:43	1.05	22:01	1.05
M 13	04:22	4.15	082	16:47	4.05	084	10:25	0.95	22:41	1.00
J 14	05:04	4.20	085	17:30	4.05	086	11:08	0.85	23:24	1.00
V 15	05:50	4.20	085	18:17	4.00	084	11:54	0.85	--:--	--:--
S 16	06:38	4.20	083	19:07	3.85	080	00:10	1.05	12:43	0.90
D 17	07:30	4.10	077	20:01	3.70	074	00:59	1.15	13:36	1.00
L 18	08:26	3.95	071	21:02	3.60	067	01:53	1.30	14:33	1.15
M 19	09:28	3.85	064	22:09	3.50	061	02:53	1.40	15:34	1.30
M 20	10:35	3.75	059	23:18	3.45	057	03:58	1.50	16:41	1.40
J 21	11:43	3.70	057	--:--	--:--	---	05:08	1.55	17:49	1.45
V 22	00:24	3.50	057	12:49	3.75	059	06:17	1.50	18:54	1.40
S 23	01:24	3.65	061	13:51	3.80	063	07:21	1.40	19:50	1.35
D 24	02:19	3.75	066	14:47	3.85	069	08:18	1.30	20:41	1.30
L 25	03:09	3.90	071	15:36	3.90	074	09:10	1.20	21:27	1.25
M 26	03:54	4.00	075	16:20	3.95	077	09:58	1.10	22:11	1.20
M 27	04:36	4.05	078	17:01	3.90	078	10:43	1.10	22:52	1.20
J 28	05:15	4.10	078	17:38	3.90	078	11:24	1.10	23:30	1.25
V 29	05:52	4.05	077	18:14	3.80	075	12:03	1.15	--:--	--:--
S 30	06:28	4.00	073	18:49	3.70	071	00:07	1.30	12:40	1.20
D 31	07:04	3.90	068	19:26	3.60	065	00:43	1.35	13:17	1.35

L'OFFICE DE TOURISME VOUS PROPOSE SON SERVICE DE

INFO - RÉSERVATION
DANS LES 7 AGENCES :

- Labenne : 05 59 45 40 99
- Capbreton : 05 58 72 12 11
- Soustons : 05 58 41 52 62
- Vieux-Boucau : 05 58 48 13 47
- Messanges : 05 58 48 93 10
- Moliets-et-Maâ : 05 58 48 56 58
- St-Vincent-de-Tyrosse : 05 58 77 12 00

VENTE EN LIGNE :

www.landestatlantiquesud.com

BILLETTERIES

Spectacles,
Courses Landaises,
Concerts,
Pelote Basque,
Visites,
Musées.

Les belles balades à pied et à vélo sont sur
baladesudlandes.fr



XCAT'

L'OCEAN AUTREMENT
Port de Capbreton



*Observation
des DAUPHINS*

*Coucher de soleil
& Tapas*

Pêche en mer

Pêche au thon

Balade en mer

Privatisation

*Dispersion de
cendres*

06 34 33 27 74
WWW.XCAT.FR