

TALMONT-SAINT-HILAIRE • JARD-SUR-MER  
SAINT-VINCENT-SUR-JARD • LONGEVILLE-SUR-MER

TIDE TIMETABLE  
GEZEITENZEITPLAN

# Horaires des marées

2025



# JANVIER

DATE	Heure	Coef	Heure	Coef	Heure	Coef	Heure	Coef
1 M	05:21	80	11:34	--	17:44	81	23:50	--
2 J	06:02	82	12:15	--	18:24	83	--:--	--
3 V	00:31	--	06:45	82	12:57	--	19:06	81
4 S	01:14	--	07:30	80	13:41	--	19:52	78
5 D	02:00	--	08:18	75	14:27	--	20:44	72
6 L	02:50	--	09:13	68	15:19	--	21:47	64
7 M	03:45	--	10:18	61	16:16	--	23:04	58
8 M	04:48	--	11:34	55	17:21	--	--:--	--
9 J	00:23	54	05:56	--	12:53	54	18:32	--
10 V	01:33	55	07:08	--	14:04	58	19:41	--
11 S	02:33	61	08:17	--	15:04	65	20:43	--
12 D	03:25	69	09:19	--	15:56	74	21:38	--
13 L	04:12	77	10:12	--	16:40	81	22:26	--
14 M	04:53	83	11:00	--	17:19	85	23:11	--
15 M	05:31	86	11:43	--	17:54	86	23:52	--
16 J	06:06	86	12:24	--	18:26	85	--:--	--
17 V	00:32	--	06:38	83	13:02	--	18:56	80
18 S	01:10	--	07:09	76	13:39	--	19:26	72
19 D	01:48	--	07:40	68	14:16	--	19:58	63
20 L	02:26	--	08:13	59	14:54	--	20:36	53
21 M	03:08	--	08:52	48	15:36	--	21:26	43
22 M	03:55	--	09:42	39	16:27	--	22:50	35
23 J	04:52	--	11:12	32	17:32	--	--:--	--
24 V	00:24	31	06:01	--	12:56	31	18:47	--
25 S	01:31	34	07:14	--	14:05	37	19:55	--
26 D	02:24	43	08:18	--	14:57	48	20:48	--
27 L	03:09	55	09:11	--	15:40	61	21:34	--
28 M	03:51	67	09:56	--	16:19	73	22:15	--
29 M	04:30	79	10:38	--	16:57	84	22:55	--
30 J	05:10	89	11:19	--	17:34	93	23:35	--
31 V	05:49	96	11:59	--	18:11	98	--:--	--

# FÉVRIER

DATE	Heure	Coef	Heure	Coef	Heure	Coef	Heure	Coef
1 S	00:15	--	06:29	99	12:40	--	18:49	98
2 D	00:57	--	07:10	96	13:21	--	19:28	93
3 L	01:40	--	07:53	89	14:05	--	20:10	84
4 M	02:27	--	08:40	78	14:52	--	20:59	71
5 M	03:18	--	09:38	64	15:45	--	22:12	57
6 J	04:19	--	11:06	50	16:50	--	--:--	--
7 V	00:03	46	05:32	--	12:47	43	18:08	--
8 S	01:29	43	06:57	--	14:07	46	19:32	--
9 D	02:35	50	08:17	--	15:08	56	20:41	--
10 L	03:27	62	09:18	--	15:54	68	21:34	--
11 M	04:07	74	10:07	--	16:30	78	22:18	--
12 M	04:41	82	10:49	--	17:00	86	22:58	--
13 J	05:11	88	11:26	--	17:28	89	23:35	--
14 V	05:40	90	12:01	--	17:55	90	--:--	--
15 S	00:09	--	06:07	89	12:34	--	18:21	87
16 D	00:41	--	06:34	84	13:05	--	18:48	80
17 L	01:13	--	07:01	76	13:36	--	19:16	72
18 M	01:46	--	07:29	67	14:07	--	19:46	61
19 M	02:20	--	07:59	56	14:41	--	20:21	49
20 J	03:00	--	08:34	44	15:23	--	21:12	38
21 V	03:51	--	09:31	32	16:21	--	23:14	28
22 S	05:01	--	12:09	25	17:48	--	--:--	--
23 D	00:56	26	06:32	--	13:40	30	19:22	--
24 L	01:59	36	07:52	--	14:38	44	20:25	--
25 M	02:49	52	08:49	--	15:22	60	21:12	--
26 M	03:31	69	09:34	--	16:00	77	21:53	--
27 J	04:11	85	10:15	--	16:36	92	22:33	--
28 V	04:49	99	10:55	--	17:12	104	23:13	--

Site : LES\_SABLES-D\_OLONNE (Les Sables d'Olonne - France)  
 latitude : 46.497500 - longitude : -1.793611  
 Système horaire : heures légales (UTC+01:00 et UTC+02:00)  
 © SHOM - 2025 SHOM - reproduction interdite

# MARS

DATE	Heure	Coef	Heure	Coef	Heure	Coef	Heure	Coef
1 S	05:28	108	11:36	--	17:49	110	23:54	--
2 D	06:07	111	12:16	--	18:26	109	--:--	--
3 L	00:35	--	06:47	107	12:57	--	19:03	102
4 M	01:18	--	07:28	96	13:41	--	19:41	89
5 M	02:05	--	08:12	80	14:27	--	20:23	72
6 J	02:56	--	09:08	62	15:21	--	21:30	53
7 V	03:58	--	11:02	45	16:27	--	23:58	39
8 S	05:18	--	12:52	36	17:53	--	--:--	--
9 D	01:27	37	06:54	--	14:07	41	19:25	--
10 L	02:31	47	08:14	--	15:00	54	20:32	--
11 M	03:17	61	09:07	--	15:38	68	21:21	--
12 M	03:51	73	09:50	--	16:07	78	22:01	--
13 J	04:19	82	10:28	--	16:32	85	22:38	--
14 V	04:44	88	11:01	--	16:57	89	23:11	--
15 S	05:10	90	11:33	--	17:22	90	23:42	--
16 D	05:35	89	12:02	--	17:48	88	--:--	--
17 L	00:11	--	06:01	86	12:30	--	18:14	83
18 M	00:41	--	06:27	79	12:58	--	18:42	75
19 M	01:11	--	06:54	70	13:28	--	19:10	65
20 J	01:44	--	07:22	59	14:00	--	19:43	53
21 V	02:22	--	07:55	47	14:40	--	20:29	41
22 S	03:10	--	08:51	35	15:35	--	22:10	29
23 D	04:18	--	11:31	26	17:01	--	--:--	--
24 L	00:15	26	05:53	--	13:09	29	18:44	--
25 M	01:26	36	07:20	--	14:08	44	19:53	--
26 M	02:19	54	08:18	--	14:52	63	20:41	--
27 J	03:04	73	09:03	--	15:32	82	21:24	--
28 V	03:45	90	09:46	--	16:09	97	22:06	--
29 S	04:24	104	10:27	--	16:46	109	22:48	--
30 D	06:04	112	12:09	--	18:24	114	--:--	--
31 L	00:30	--	06:45	114	12:51	--	19:02	111

# AVRIL

DATE	Heure	Coef	Heure	Coef	Heure	Coef	Heure	Coef
1 M	01:14	---	07:26	107	13:34	---	19:41	102
2 M	01:59	---	08:09	95	14:18	---	20:21	87
3 J	02:47	---	08:55	77	15:07	---	21:06	68
4 V	03:41	---	10:00	58	16:03	---	22:25	50
5 S	04:45	---	12:10	42	17:12	---	--:--	---
6 D	00:47	37	06:07	---	13:42	35	18:38	---
7 L	02:09	37	07:39	---	14:48	42	20:04	---
8 M	03:09	47	08:51	---	15:35	54	21:07	---
9 M	03:52	59	09:42	---	16:09	65	21:55	---
10 J	04:23	70	10:23	---	16:35	74	22:35	---
11 V	04:49	78	10:58	---	17:00	81	23:10	---
12 S	05:14	83	11:31	---	17:25	84	23:42	---
13 D	05:40	85	12:01	---	17:51	85	--:--	---
14 L	00:13	---	06:06	85	12:29	---	18:19	84
15 M	00:42	---	06:33	82	12:57	---	18:47	80
16 M	01:12	---	07:00	77	13:27	---	19:16	73
17 J	01:44	---	07:28	69	13:58	---	19:47	65
18 V	02:19	---	08:00	60	14:33	---	20:25	54
19 S	02:59	---	08:40	49	15:16	---	21:20	44
20 D	03:48	---	09:47	39	16:13	---	22:50	34
21 L	04:53	---	11:58	32	17:31	---	--:--	---
22 M	00:32	32	06:17	---	13:29	35	19:00	---
23 M	01:45	41	07:38	---	14:29	48	20:09	---
24 J	02:42	57	08:38	---	15:17	65	21:03	---
25 V	03:31	74	09:28	---	16:00	82	21:50	---
26 S	04:16	90	10:14	---	16:40	96	22:36	---
27 D	05:00	101	10:58	---	17:20	105	23:22	---
28 L	05:43	108	11:43	---	18:01	108	--:--	---
29 M	00:08	---	06:26	107	12:28	---	18:43	105
30 M	00:55	---	07:11	101	13:13	---	19:27	96

# MAI

DATE	Heure	Coef	Heure	Coef	Heure	Coef	Heure	Coef
1 J	01:43	---	07:58	89	14:01	---	20:13	82
2 V	02:34	---	08:51	74	14:52	---	21:07	66
3 S	03:29	---	10:05	58	15:49	---	22:31	51
4 D	04:32	---	11:49	45	16:55	---	--:--	---
5 L	00:13	42	05:45	---	13:08	40	18:10	---
6 M	01:28	40	07:03	---	14:09	43	19:25	---
7 M	02:27	46	08:10	---	14:54	50	20:28	---
8 J	03:12	54	09:03	---	15:29	58	21:18	---
9 V	03:47	62	09:46	---	15:58	65	22:00	---
10 S	04:16	68	10:24	---	16:27	71	22:38	---
11 D	04:45	73	10:57	---	16:56	75	23:12	---
12 L	05:14	76	11:29	---	17:25	76	23:45	---
13 M	05:43	77	12:00	---	17:56	76	--:--	---
14 M	00:17	---	06:13	76	12:31	---	18:27	74
15 J	00:51	---	06:43	73	13:04	---	19:00	70
16 V	01:26	---	07:16	68	13:39	---	19:38	65
17 S	02:04	---	07:54	61	14:19	---	20:23	58
18 D	02:47	---	08:42	54	15:04	---	21:21	50
19 L	03:36	---	09:50	47	16:00	---	22:33	45
20 M	04:34	---	11:20	44	17:06	---	23:50	44
21 M	05:43	---	12:43	46	18:18	---	--:--	---
22 J	01:00	49	06:53	---	13:47	54	19:24	---
23 V	02:03	59	07:56	---	14:41	65	20:23	---
24 S	02:59	71	08:51	---	15:29	77	21:18	---
25 D	03:51	83	09:43	---	16:15	88	22:10	---
26 L	04:40	92	10:33	---	17:00	94	23:01	---
27 M	05:28	96	11:22	---	17:46	97	23:52	---
28 M	06:16	96	12:10	---	18:33	95	--:--	---
29 J	00:42	---	07:05	92	12:58	---	19:21	89
30 V	01:32	---	07:54	84	13:47	---	20:10	79
31 S	02:23	---	08:45	74	14:38	---	21:02	69

# JUIN

DATE	Heure	Coef	Heure	Coef	Heure	Coef	Heure	Coef
1 D	03:15	---	09:42	63	15:31	---	22:00	58
2 L	04:10	---	10:50	53	16:29	---	23:08	49
3 M	05:09	---	12:02	46	17:30	---	--:--	---
4 M	00:17	44	06:12	---	13:05	43	18:34	---
5 J	01:21	43	07:16	---	13:58	44	19:36	---
6 V	02:16	46	08:14	---	14:42	48	20:32	---
7 S	03:03	51	09:04	---	15:21	53	21:20	---
8 D	03:43	56	09:47	---	15:57	59	22:03	---
9 L	04:20	61	10:25	---	16:32	64	22:43	---
10 M	04:55	66	11:01	---	17:06	67	23:21	---
11 M	05:29	69	11:37	---	17:41	70	23:58	---
12 J	06:03	71	12:12	---	18:17	71	--:--	---
13 V	00:36	---	06:38	71	12:49	---	18:54	71
14 S	01:14	---	07:14	70	13:28	---	19:35	70
15 D	01:54	---	07:54	68	14:09	---	20:21	67
16 L	02:36	---	08:40	65	14:53	---	21:11	63
17 M	03:21	---	09:35	61	15:43	---	22:07	59
18 M	04:12	---	10:40	58	16:38	---	23:10	56
19 J	05:09	---	11:53	56	17:40	---	--:--	---
20 V	00:18	56	06:11	---	13:05	57	18:44	---
21 S	01:27	58	07:16	---	14:09	61	19:49	---
22 D	02:33	64	08:19	---	15:07	67	20:52	---
23 L	03:34	71	09:19	---	16:00	75	21:52	---
24 M	04:31	78	10:16	---	16:51	82	22:49	---
25 M	05:23	84	11:08	---	17:40	86	23:43	---
26 J	06:12	87	11:59	---	18:27	88	--:--	---
27 V	00:33	---	06:58	88	12:47	---	19:13	86
28 S	01:22	---	07:41	85	13:33	---	19:55	82
29 D	02:08	---	08:21	79	14:19	---	20:36	75
30 L	02:54	---	08:59	71	15:06	---	21:15	67

Pleine mer - High tide - Flut      Basse mer - Low tide - Ebbe

# JUILLET

DATE	Heure	Coef	Heure	Coef	Heure	Coef	Heure	Coef
1 M	03:39	—	09:38	62	15:53	—	21:55	57
2 M	04:26	—	10:24	53	16:44	—	22:43	49
3 J	05:16	—	11:27	45	17:38	—	23:47	42
4 V	06:12	—	12:45	39	18:37	—	--:--	—
5 S	01:04	38	07:13	—	13:52	38	19:39	—
6 D	02:15	39	08:15	—	14:47	41	20:38	—
7 L	03:13	44	09:10	—	15:33	47	21:32	—
8 M	04:02	50	09:57	—	16:14	54	22:19	—
9 M	04:43	58	10:39	—	16:53	62	23:01	—
10 J	05:21	65	11:19	—	17:30	68	23:42	—
11 V	05:56	71	11:57	—	18:08	74	--:--	—
12 S	00:21	—	06:31	76	12:35	—	18:46	78
13 D	01:00	—	07:07	80	13:14	—	19:25	81
14 L	01:39	—	07:44	81	13:54	—	20:06	81
15 M	02:19	—	08:24	80	14:35	—	20:50	78
16 M	03:01	—	09:08	76	15:20	—	21:37	72
17 J	03:46	—	09:59	69	16:10	—	22:33	65
18 V	04:37	—	11:04	62	17:07	—	23:40	58
19 S	05:35	—	12:27	55	18:12	—	--:--	—
20 D	01:01	53	06:43	—	13:49	52	19:25	—
21 L	02:22	53	07:57	—	14:58	56	20:38	—
22 M	03:32	59	09:07	—	15:58	64	21:46	—
23 M	04:31	69	10:09	—	16:50	73	22:45	—
24 J	05:21	78	11:02	—	17:35	82	23:37	—
25 V	06:03	85	11:50	—	18:16	87	--:--	—
26 S	00:23	—	06:41	89	12:34	—	18:53	89
27 D	01:06	—	07:14	89	13:15	—	19:26	87
28 L	01:46	—	07:44	85	13:55	—	19:57	82
29 M	02:24	—	08:13	78	14:34	—	20:28	74
30 M	03:01	—	08:43	69	15:13	—	20:59	64
31 J	03:39	—	09:17	58	15:53	—	21:35	53

# AOÛT

DATE	Heure	Coef	Heure	Coef	Heure	Coef	Heure	Coef
1 V	04:20	—	10:00	47	16:39	—	22:20	42
2 S	05:07	—	11:09	37	17:35	—	23:35	33
3 D	06:07	—	12:59	30	18:43	—	--:--	—
4 L	01:30	29	07:21	—	14:15	31	19:58	—
5 M	02:48	34	08:36	—	15:11	38	21:05	—
6 M	03:44	43	09:34	—	15:57	49	21:58	—
7 J	04:28	55	10:20	—	16:36	61	22:42	—
8 V	05:05	67	11:00	—	17:14	73	23:22	—
9 S	05:39	78	11:38	—	17:50	83	--:--	—
10 D	00:00	—	06:13	87	12:16	—	18:27	90
11 L	00:38	—	06:48	93	12:53	—	19:04	95
12 M	01:16	—	07:23	95	13:32	—	19:43	95
13 M	01:55	—	08:00	93	14:12	—	20:23	90
14 J	02:36	—	08:38	86	14:56	—	21:07	81
15 V	03:19	—	09:22	75	15:44	—	21:59	68
16 S	04:08	—	10:20	62	16:41	—	23:13	55
17 D	05:08	—	12:04	49	17:50	—	--:--	—
18 L	00:58	45	06:21	—	13:47	43	19:15	—
19 M	02:27	44	07:47	—	15:01	48	20:40	—
20 M	03:35	54	09:06	—	15:59	60	21:48	—
21 J	04:28	67	10:05	—	16:44	73	22:40	—
22 V	05:09	78	10:53	—	17:21	83	23:25	—
23 S	05:42	87	11:36	—	17:53	89	--:--	—
24 D	00:05	—	06:12	91	12:15	—	18:23	92
25 L	00:42	—	06:39	92	12:51	—	18:51	91
26 M	01:17	—	07:05	89	13:25	—	19:18	86
27 M	01:49	—	07:32	82	13:58	—	19:45	78
28 J	02:21	—	07:59	73	14:31	—	20:13	68
29 V	02:53	—	08:29	62	15:06	—	20:43	56
30 S	03:27	—	09:04	50	15:46	—	21:18	44
31 D	04:07	—	09:52	37	16:36	—	22:15	32

# SEPTEMBRE

DATE	Heure	Coef	Heure	Coef	Heure	Coef	Heure	Coef
1 L	05:03	—	11:52	27	17:48	—	--:--	—
2 M	00:53	24	06:27	—	13:41	24	19:20	—
3 M	02:23	28	08:03	—	14:44	34	20:39	—
4 J	03:20	41	09:08	—	15:32	49	21:33	—
5 V	04:02	56	09:54	—	16:12	65	22:16	—
6 S	04:38	72	10:34	—	16:49	80	22:55	—
7 D	05:12	86	11:12	—	17:25	92	23:33	—
8 L	05:47	97	11:49	—	18:01	101	--:--	—
9 M	00:11	—	06:22	104	12:28	—	18:39	106
10 M	00:49	—	06:57	106	13:08	—	19:18	104
11 J	01:29	—	07:34	101	13:49	—	19:58	96
12 V	02:11	—	08:12	90	14:34	—	20:42	83
13 S	02:55	—	08:54	75	15:23	—	21:36	66
14 D	03:47	—	09:54	58	16:23	—	23:12	49
15 L	04:49	—	12:09	43	17:40	—	--:--	—
16 M	01:09	38	06:11	—	13:50	38	19:16	—
17 M	02:30	41	07:44	—	14:58	47	20:40	—
18 J	03:29	54	08:59	—	15:49	61	21:38	—
19 V	04:12	68	09:52	—	16:28	74	22:24	—
20 S	04:45	79	10:36	—	16:58	84	23:04	—
21 D	05:12	87	11:15	—	17:25	89	23:40	—
22 L	05:38	91	11:50	—	17:51	91	--:--	—
23 M	00:13	—	06:03	91	12:23	—	18:16	90
24 M	00:44	—	06:30	88	12:55	—	18:42	86
25 J	01:14	—	06:56	82	13:25	—	19:08	78
26 V	01:43	—	07:24	74	13:56	—	19:35	69
27 S	02:13	—	07:53	63	14:29	—	20:03	58
28 D	02:45	—	08:25	52	15:07	—	20:36	46
29 L	03:25	—	09:11	39	15:55	—	21:31	33
30 M	04:18	—	10:49	28	17:03	—	--:--	—

# OCTOBRE

DATE	Heure	Coef	Heure	Coef	Heure	Coef	Heure	Coef
1 M	00:16	25	05:41	—	12:59	24	18:39	—
2 J	01:48	28	07:22	—	14:07	34	20:04	—
3 V	02:44	42	08:31	—	14:58	50	20:58	—
4 S	03:27	59	09:19	—	15:40	68	21:42	—
5 D	04:05	76	10:01	—	16:19	84	22:22	—
6 L	04:41	91	10:41	—	16:57	98	23:01	—
7 M	05:18	103	11:21	—	17:36	107	23:41	—
8 M	05:55	109	12:02	—	18:16	110	—:—	—
9 J	00:22	—	06:33	109	12:45	—	18:57	106
10 V	01:05	—	07:13	102	13:29	—	19:40	96
11 S	01:49	—	07:55	89	14:17	—	20:29	81
12 D	02:37	—	08:42	72	15:10	—	21:33	63
13 L	03:32	—	09:56	55	16:14	—	23:30	47
14 M	04:38	—	12:11	41	17:33	—	—:—	—
15 M	01:06	39	06:00	—	13:36	40	19:04	—
16 J	02:15	44	07:27	—	14:40	49	20:20	—
17 V	03:07	55	08:35	—	15:28	61	21:14	—
18 S	03:45	67	09:27	—	16:03	71	21:58	—
19 D	04:14	76	10:11	—	16:30	79	22:36	—
20 L	04:39	82	10:49	—	16:56	84	23:11	—
21 M	05:05	85	11:24	—	17:22	86	23:43	—
22 M	05:32	86	11:56	—	17:48	85	—:—	—
23 J	00:13	—	06:00	83	12:27	—	18:15	81
24 V	00:42	—	06:29	79	12:58	—	18:42	76
25 S	01:12	—	06:58	72	13:30	—	19:10	68
26 D	01:43	—	06:30	63	13:04	—	18:40	59
27 L	01:18	—	07:06	53	13:43	—	19:18	48
28 M	02:00	—	07:57	43	14:31	—	20:20	38
29 M	02:53	—	09:22	34	15:32	—	22:27	31
30 J	04:06	—	11:06	31	16:53	—	—:—	—
31 V	00:01	33	05:31	—	12:19	38	18:13	—

# NOVEMBRE

DATE	Heure	Coef	Heure	Coef	Heure	Coef	Heure	Coef
1 S	01:01	44	06:42	—	13:16	52	19:13	—
2 D	01:48	60	07:36	—	14:04	68	20:02	—
3 L	02:31	76	08:23	—	14:49	84	20:47	—
4 M	03:11	90	09:09	—	15:32	96	21:31	—
5 M	03:52	101	09:54	—	16:15	104	22:15	—
6 J	04:33	106	10:40	—	16:59	106	23:00	—
7 V	05:16	105	11:27	—	17:45	102	23:46	—
8 S	06:01	98	12:16	—	18:34	93	—:—	—
9 D	00:34	—	06:50	87	13:07	—	19:28	79
10 L	01:25	—	07:46	72	14:02	—	20:38	65
11 M	02:21	—	09:03	58	15:03	—	22:14	52
12 M	03:25	—	10:42	47	16:14	—	23:36	45
13 J	04:37	—	12:01	44	17:30	—	—:—	—
14 V	00:40	45	05:51	—	13:04	48	18:40	—
15 S	01:30	51	06:57	—	13:53	55	19:38	—
16 D	02:09	59	07:53	—	14:31	62	20:25	—
17 L	02:40	66	08:40	—	15:01	69	21:05	—
18 M	03:09	71	09:20	—	15:31	73	21:41	—
19 M	03:39	75	09:57	—	16:00	76	22:15	—
20 J	04:10	77	10:31	—	16:30	77	22:47	—
21 V	04:41	76	11:05	—	17:00	76	23:18	—
22 S	05:13	74	11:38	—	17:30	73	23:51	—
23 D	05:46	70	12:13	—	18:01	68	—:—	—
24 L	00:26	—	06:21	65	12:50	—	18:35	62
25 M	01:04	—	07:03	59	13:30	—	19:18	55
26 M	01:46	—	07:53	52	14:15	—	20:15	49
27 J	02:36	—	08:57	46	15:08	—	21:36	44
28 V	03:34	—	10:12	43	16:10	—	23:03	43
29 S	04:41	—	11:26	45	17:18	—	—:—	—
30 D	00:12	48	05:49	—	12:31	53	18:23	—

# DÉCEMBRE

DATE	Heure	Coef	Heure	Coef	Heure	Coef	Heure	Coef
1 L	01:09	58	06:50	—	13:29	64	19:21	—
2 M	01:59	70	07:47	—	14:23	76	20:14	—
3 M	02:47	82	08:41	—	15:14	87	21:05	—
4 J	03:34	91	09:33	—	16:03	94	21:55	—
5 V	04:21	97	10:25	—	16:52	98	22:44	—
6 S	05:09	98	11:16	—	17:42	97	23:33	—
7 D	05:58	95	12:07	—	18:32	92	—:—	—
8 L	00:23	—	06:49	88	12:59	—	19:23	83
9 M	01:14	—	07:41	78	13:50	—	20:18	72
10 M	02:06	—	08:36	67	14:44	—	21:19	61
11 J	03:01	—	09:39	57	15:41	—	22:30	52
12 V	04:00	—	10:50	49	16:43	—	23:38	46
13 S	05:03	—	12:01	45	17:47	—	—:—	—
14 D	00:37	44	06:07	—	13:02	45	18:50	—
15 L	01:26	47	07:09	—	13:53	49	19:46	—
16 M	02:08	51	08:04	—	14:35	54	20:33	—
17 M	02:46	57	08:52	—	15:13	60	21:14	—
18 J	03:22	63	09:34	—	15:49	65	21:52	—
19 V	03:58	67	10:12	—	16:22	69	22:28	—
20 S	04:32	71	10:49	—	16:55	72	23:03	—
21 D	05:07	73	11:25	—	17:27	73	23:38	—
22 L	05:42	73	12:01	—	18:00	73	—:—	—
23 M	00:15	—	06:18	72	12:38	—	18:34	71
24 M	00:52	—	06:57	70	13:17	—	19:13	68
25 J	01:32	—	07:41	66	13:57	—	19:58	64
26 V	02:15	—	08:29	61	14:42	—	20:53	59
27 S	03:04	—	09:26	57	15:32	—	22:01	55
28 D	03:59	—	10:33	53	16:31	—	23:20	52
29 L	05:02	—	11:48	53	17:36	—	—:—	—
30 M	00:32	54	06:09	—	13:01	56	18:44	—
31 M	01:36	60	07:17	—	14:07	64	19:48	—

# ECOLE DE SURF

- depuis 1999 -  
1<sup>ère</sup> école privée en Vendée



PLAGE DES CONCHES  
85560 Longeville-  
sur-Mer

Manu Vice-Champion  
de France Master



← Réservez en ligne

## Manu Surf Shop

769 Av. du Dr Joussemet,  
85560 Longeville-sur-Mer  
sur [www.manusurf.com](http://www.manusurf.com)  
TEL. 06 72 92 04 51

## OFFICE DE TOURISME DESTINATION VENDEE GRAND LITTORAL

Tél : 02 51 33 34 64  
[contact@destination-vendeegrاندlittoral.com](mailto:contact@destination-vendeegrاندlittoral.com)

[www.destination-vendeegrاندlittoral.com](http://www.destination-vendeegrاندlittoral.com)

Suivez-nous sur les réseaux :

  @destinationvendeegrاندlittoral



## Le phénomène des marées

La marée est le mouvement journalier (cycle de 6h) - montant puis descendant - des eaux, des mers et des océans, causé par l'attraction de la lune et du soleil. Le niveau le plus élevé atteint par la mer est appelé couramment la "marée haute". Inversement, on nomme le niveau le plus bas "marée basse". Il y a deux marées basses et deux marées hautes par jour.

Le **coefficient des marées** indique l'amplitude de la marée, il varie de 20 (faible marée) à 120 (forte marée). Il existe des marées particulièrement faibles, qui se produisent en hiver et en été. D'autres, plus fortes (et plus spectaculaires), ont lieu au début du printemps et de l'automne.

## Préparer sa sortie pêche à pied :

- Il est indispensable de **vérifier les horaires des marées** pour planifier sa sortie. L'idéal est de commencer votre cueillette **2 heures avant la basse mer**. Il faut quitter le lieu de pêche dès l'heure de la marée basse pour ne pas se faire surprendre par la montée des eaux.
- **Consultez la météo** avant de partir afin d'adapter votre équipement. Les bottes restent conseillées pour éviter de vous égratigner les pieds ! Pour le reste : ciré et bonnet ou crème solaire et casquette selon la saison !
- **Vérifiez régulièrement le niveau de la mer**. Prenez un point de repère sur la côte pour ne pas vous perdre.
- **Numéros de secours : 196.**

## Pendant votre cueillette :

- Pensez à remettre les pierres retournées dans leur position initiale, sur la même face, afin de **préserv**er l'écosystème.
- Gardez votre réglette avec vous et faites le tri de votre pêche au fur et à mesure.
- **Limitez votre récolte** à la quantité que vous pourriez déguster le jour même. Les coquillages se conservent très mal une fois ramassés.
- **Laissez l'endroit propre** : sacs plastiques, mégots, bouteilles... ne doivent pas être abandonnés.

L'outil indispensable :  
**La réglette !**

Disponible gratuitement  
dans vos bureaux de tourisme



Il est important de connaître les milieux marins dans lesquels vous pratiquez la pêche lors de vos sorties. Avez-vous déjà remarqué ces petits tubes de sable en forme de nid d'abeilles ? Il s'agit des **récif**s d'Hermelles construit par des vers bio-constructeurs. A marée haute, ce sont des zones de nurseries pour de nombreuses espèces de poissons.

Avec le soutien de :

