

# GUIDE DES ZONES DE MARÉES 2026 (DU NORD AU SUD POUR LA FRANCE)

PAYS	PORTS UTILISÉS	TITRES PROPOSÉS PAR PORTS	CORRECTIONS SUR ZONE DE MARÉE
France			
France	Dunkerque	<b>DUNKERQUE</b> • DE NIEUWPOORT À GRAVELINES	Corrections + 5 à + 30 mn à Nieuwpoort et - 5 à - 15 mn à Gravelines
France	Dunkerque	BRAY-DUNES	Corrections + 5 à + 30 mn à Nieuwpoort et - 5 à - 15 mn à Gravelines
France	Dunkerque	MALO-LES-BAINS	Corrections + 5 à + 30 mn à Nieuwpoort et - 5 à - 15 mn à Gravelines
France	Calais	DE <b>CALAIS</b> À AMBLETEUSE	Correction - 10 à - 20 mn à Wissant et Ambleteuse
France	Calais	WISSANT	Correction - 10 à - 20 mn à Wissant et Ambleteuse
France	Calais	AUDRESSELLES	Correction - 10 à - 20 mn à Wissant et Ambleteuse
France	Boulogne-sur-Mer	<b>BOULOGNE-SUR-MER</b> • DE WIMEREUX À FORT-MAHON-PLAGE	Correction - 5 à - 15 mn au Touquet, Berck Plage et Fort Mahon
France	Boulogne-sur-Mer	LE-TOUQUET-PARIS-PLAGE	Correction - 5 à - 15 mn au Touquet, Berck Plage et Fort Mahon
France	Boulogne-sur-Mer	BERCK-SUR-MER	Correction - 5 à - 15 mn au Touquet, Berck Plage et Fort Mahon
France	Baie de Somme	<b>BAIE DE SOMME</b>	Correction + 5 à + 20 mn en pleine mer au Crotoy et Saint-Valéry-sur-Somme
France	Baie de Somme	LE CROTOY	Correction + 5 à + 20 mn en pleine mer au Crotoy et Saint-Valéry-sur-Somme
France	Baie de Somme	SAINT-VALERY-SUR SOMME	Correction + 5 à + 20 mn en pleine mer au Crotoy et Saint-Valéry-sur-Somme
France	Baie de Somme	LE HOURDEL	Correction + 5 à + 20 mn en pleine mer au Crotoy et Saint-Valéry-sur-Somme
France	Baie de Somme	CAYEUX-SUR-MER	Correction + 5 à + 20 mn en pleine mer au Crotoy et Saint-Valéry-sur-Somme
France	Dieppe	<b>DIEPPE</b> • DE MERS-LES-BAINS À SAINT-VALERY-EN-CAUX	Corrections 0 à + 15 mn à Le Tréport, - 5 à - 15 mn à Saint-Valery-en-Caux
France	Dieppe	LE TRÉPORT	Corrections 0 à + 15 mn à Le Tréport, - 5 à - 15 mn à Saint-Valery-en-Caux
France	Dieppe	VEULES-LES-ROSES	Corrections 0 à + 15 mn à Le Tréport, - 5 à - 15 mn à Saint-Valery-en-Caux
France	Fécamp	<b>FÉCAMP</b> • ÉTRETAT	Correction - 5 à - 10 mn à Étretat
France	Le Havre	DU <b>HAVRE</b> À HOULGATE	Corrections - 10 mn en pleine mer sur la zone, - 1 h en pleine mer de vive-eau à Deauville - Trouville
France	Le Havre	TROUVILLE-SUR-MER	Corrections - 10 mn en pleine mer sur la zone, - 1 h en pleine mer de vive-eau à Deauville - Trouville
France	Le Havre	DEAUVILLE	Corrections - 10 mn en pleine mer sur la zone, - 1 h en pleine mer de vive-eau à Deauville - Trouville
France	Le Havre	VILLERS-SUR-MER	Corrections - 10 mn en pleine mer sur la zone, - 1 h en pleine mer de vive-eau à Deauville - Trouville
France	Le Havre	HOULGATE	Corrections - 10 mn en pleine mer sur la zone, - 1 h en pleine mer de vive-eau à Deauville - Trouville
France	Ouistreham	<b>OUISTREHAM</b> • DE CABOURG À COURSEULLES-SUR-MER	
France	Ouistreham	DIVES-SUR-MER	
France	Ouistreham	CABOURG	
France	Ouistreham	LION-SUR-MER	
France	Ouistreham	LUC-SUR-MER	
France	Ouistreham	COURSEULLES-SUR-MER	
France	Port-en-Bessin	<b>PORT-EN-BESSIN</b> • D'ARROMANCHES À VIERVILLE-SUR-MER	Correction + 5 à + 10 mn sur la zone
France	Port-en-Bessin	LONGUES-SUR-MER	Correction + 5 à + 10 mn sur la zone
France	Port-en-Bessin	PORT-EN-BESSIN	Correction + 5 à + 10 mn sur la zone
France	Port-en-Bessin	COLLEVILLE-SUR-MER	Correction + 5 à + 10 mn sur la zone
France	St-Vaast-la-Hougue	<b>SAINT-VAAST-LA-HOUGUE</b>	Correction + 5 à + 10 mn en pleine mer à Grandcamp-Maisy
France	St-Vaast-la-Hougue	GRANDCAMP-MAISY	Correction + 5 à + 10 mn en pleine mer à Grandcamp-Maisy

# GUIDE DES ZONES DE MARÉES 2026 (DU NORD AU SUD POUR LA FRANCE)

www.les-marees.com

PAYS	PORTS UTILISÉS	TITRES PROPOSÉS PAR PORTS	CORRECTIONS SUR ZONE DE MARÉE
France	St-Vaast-la-Hougue	ÎLE TATIHOU	Correction + 5 à + 10 mn en pleine mer à Grandcamp-Maisy
France	St-Vaast-la-Hougue	RÉVILLE	Correction + 5 à + 10 mn en pleine mer à Grandcamp-Maisy
France	Barfleur	<b>BARFLEUR</b> • POINTE NORD-EST DU CONTENTIN	
France	Barfleur	BARFLEUR	
France	Barfleur	GATTEVILLE-LE-PHARE	
France	Cherbourg	<b>CHERBOURG</b> • COTENTIN	Correction - 10 à - 15 mn à Omonville-la-Rogue
France	Cherbourg	VICQ-SUR-MER	Correction - 10 à - 15 mn à Omonville-la-Rogue
France	Cherbourg	OMONVILLE-LA-ROGUE	Correction - 10 à - 15 mn à Omonville-la-Rogue
France	Goury	PHARE DE <b>GOURY</b> • COTENTIN	
France	Barneville-carteret	<b>BARNEVILLE-CARTERET</b> • DE DIÉLETTE À PIROU	Corrections 0 à + 10 mn à Diélette et - 5 à - 10 mn à Saint-Germain-sur-Ay
France	Barneville-carteret	DIÉLETTE	Corrections 0 à + 10 mn à Diélette et - 5 à - 10 mn à Saint-Germain-sur-Ay
France	Barneville-carteret	PORT-BAIL SUR MER	Corrections 0 à + 10 mn à Diélette et - 5 à - 10 mn à Saint-Germain-sur-Ay
France	Barneville-carteret	SAINT-GERMAIN-SUR-AY	Corrections 0 à + 10 mn à Diélette et - 5 à - 10 mn à Saint-Germain-sur-Ay
France	Barneville-carteret	PIROU	Corrections 0 à + 10 mn à Diélette et - 5 à - 10 mn à Saint-Germain-sur-Ay
France	Granville	<b>GRANVILLE</b> • DE LA POINTE D'AGON À JULLOUVILLE	Correction + 5 à + 10 mn à la pointe d'Agon et 0 à - 10 mn à Grande-Île (Chausey)
France	Granville	AGON-COUTAINVILLE	Correction + 5 à + 10 mn à la pointe d'Agon et 0 à - 10 mn à Grande-Île (Chausey)
France	Granville	ÎLES CHAUSEY	Correction + 5 à + 10 mn à la pointe d'Agon et 0 à - 10 mn à Grande-Île (Chausey)
France	Granville	SAINT-PAIR-SUR-MER	Correction + 5 à + 10 mn à la pointe d'Agon et 0 à - 10 mn à Grande-Île (Chausey)
France	Granville	JULLOUVILLE	Correction + 5 à + 10 mn à la pointe d'Agon et 0 à - 10 mn à Grande-Île (Chausey)
France	Saint-Malo	<b>SAINT-MALO</b> • DU MONT-SAINT-MICHEL À SAINT-CAST	Correction - 5 mn en basse mer à Saint-Cast-le-Guildo
France	Saint-Malo	BAIE DU MONT SAINT-MICHEL	Correction - 5 mn en basse mer à Saint-Cast-le-Guildo
France	Saint-Malo	CANCALE	Correction - 5 mn en basse mer à Saint-Cast-le-Guildo
France	Saint-Malo	SAINT-MALO	Correction - 5 mn en basse mer à Saint-Cast-le-Guildo
France	Saint-Malo	DINARD	Correction - 5 mn en basse mer à Saint-Cast-le-Guildo
France	Saint-Malo	SAINT-LUNAIRE	Correction - 5 mn en basse mer à Saint-Cast-le-Guildo
France	Saint-Malo	SAINT-BRIAC-SUR-MER	Correction - 5 mn en basse mer à Saint-Cast-le-Guildo
France	Saint-Malo	SAINT-JACUT-DE-LA-MER	Correction - 5 mn en basse mer à Saint-Cast-le-Guildo
France	Saint-Malo	SAINT-CAST-LE-GUILDO	Correction - 5 mn en basse mer à Saint-Cast-le-Guildo
France	Le Légué bouée	<b>LE LÉGUÉ</b> • BAIE DE SAINT-BRIEUC	
France	Le Légué bouée	ERQUY	
France	Le Légué bouée	PLÉNEUF-VAL-ANDRÉ	
France	Le Légué bouée	BINIC-ÉTABLES-SUR-MER	
France	Le Légué bouée	SAINT-QUAY-PORTRIEUX	
France	Paimpol	<b>PAIMPOL</b> • ÎLE DE BRÉHAT	Correction - 5 mn à l'île de Bréhat
France	Perros-Guirec	<b>PERROS-GUIREC</b> • CÔTE DE GRANIT ROSE	
France	Perros-Guirec	PLOUMANACH	

# GUIDE DES ZONES DE MARÉES 2026 (DU NORD AU SUD POUR LA FRANCE)

www.les-marees.com

PAYS	PORTS UTILISÉS	TITRES PROPOSÉS PAR PORTS	CORRECTIONS SUR ZONE DE MARÉE
France	Perros-Guirec	TRÉGASTEL	
France	Roscoff	<b>ROSCOFF</b> • DE TRÉBEURDEN À BRIGNOGAN-PLAGE	Corrections Morlaix + 10 mm pour la pleine mer, + 5 mn à Trébeurden et Locquirec, - 10 à - 20 mn à Brignogan-Plage et île de Batz
France	Roscoff	TRÉBEURDEN	Corrections Morlaix + 10 mm pour la pleine mer, + 5 mn à Trébeurden et Locquirec, - 10 à - 20 mn à Brignogan-Plage et île de Batz
France	Roscoff	BAIE DE LOCQUIREC	Corrections Morlaix + 10 mm pour la pleine mer, + 5 mn à Trébeurden et Locquirec, - 10 à - 20 mn à Brignogan-Plage et île de Batz
France	Roscoff	BAIE DE MORLAIX	Corrections Morlaix + 10 mm pour la pleine mer, + 5 mn à Trébeurden et Locquirec, - 10 à - 20 mn à Brignogan-Plage et île de Batz
France	Roscoff	CARANTEC	Corrections Morlaix + 10 mm pour la pleine mer, + 5 mn à Trébeurden et Locquirec, - 10 à - 20 mn à Brignogan-Plage et île de Batz
France	Roscoff	ROSCOFF	Corrections Morlaix + 10 mm pour la pleine mer, + 5 mn à Trébeurden et Locquirec, - 10 à - 20 mn à Brignogan-Plage et île de Batz
France	Roscoff	ÎLE DE BATZ	Corrections Morlaix + 10 mm pour la pleine mer, + 5 mn à Trébeurden et Locquirec, - 10 à - 20 mn à Brignogan-Plage et île de Batz
France	Roscoff	PLOUNÉOUR-BRIGNOGAN-PLAGES	Corrections Morlaix + 10 mm pour la pleine mer, + 5 mn à Trébeurden et Locquirec, - 10 à - 20 mn à Brignogan-Plage et île de Batz
France	L'Aber Wrach	<b>ABER WRAC'H</b> • PAYS DES ABERS	Correction - 10 mn à Portsall
France	L'Aber Wrach	ABER WRAC'H • PHARE DE L'ÎLE VIERGE	Correction - 10 mn à Portsall
France	L'Aber Wrach	LES ABERS • FINISTÈRE NORD	Correction - 10 mn à Portsall
France	L'Aber Wrach	SAINT-PABU	Correction - 10 mn à Portsall
France	L'Aber Wrach	PORTSALL	Correction - 10 mn à Portsall
France	Brest	<b>BREST</b> • DU CONQUET À L'ÎLE DE SEIN	Corrections + 10 mn Baie de Lampaul , - 10 mn à Camaret, + 35 mn en basse mer à Landemeau, - 10 à - 20 mn à Douamenez et Île de Sein
France	Brest	ÎLE D'OUESSANT	Corrections + 10 mn Baie de Lampaul , - 10 mn à Camaret, + 35 mn en basse mer à Landemeau, - 10 à - 20 mn à Douamenez et Île de Sein
France	Brest	LE CONQUET	Corrections + 10 mn Baie de Lampaul , - 10 mn à Camaret, + 35 mn en basse mer à Landemeau, - 10 à - 20 mn à Douamenez et Île de Sein
France	Brest	CAMARET-SUR-MER	Corrections + 10 mn Baie de Lampaul , - 10 mn à Camaret, + 35 mn en basse mer à Landemeau, - 10 à - 20 mn à Douamenez et Île de Sein
France	Brest	RADE DE BREST	Corrections + 10 mn Baie de Lampaul , - 10 mn à Camaret, + 35 mn en basse mer à Landemeau, - 10 à - 20 mn à Douamenez et Île de Sein
France	Brest	PRESQU'ÎLE DE CROZON	Corrections + 10 mn Baie de Lampaul , - 10 mn à Camaret, + 35 mn en basse mer à Landemeau, - 10 à - 20 mn à Douamenez et Île de Sein
France	Brest	BAIE DE DOUARNENEZ	Corrections + 10 mn Baie de Lampaul , - 10 mn à Camaret, + 35 mn en basse mer à Landemeau, - 10 à - 20 mn à Douamenez et Île de Sein
France	Brest	ÎLE DE SEIN	Corrections + 10 mn Baie de Lampaul , - 10 mn à Camaret, + 35 mn en basse mer à Landemeau, - 10 à - 20 mn à Douamenez et Île de Sein
France	Concarneau	<b>CONCARNEAU</b> • BAIE D'AUDIÈRE • LES GLÉNAN	Corrections - 5 à - 20 mn à Plogoff en pleine mer
France	Concarneau	PLOGOFF	Corrections - 5 à - 20 mn à Plogoff en pleine mer
France	Concarneau	BAIE D'AUDIÈRE	Corrections - 5 à - 20 mn à Plogoff en pleine mer
France	Concarneau	POINTE DE PENMARCH • LA TORCHE	Corrections - 5 à - 20 mn à Plogoff en pleine mer
France	Concarneau	LE GUILVINEC • LOCTUDY • BÉNODET	Corrections - 5 à - 20 mn à Plogoff en pleine mer
France	Concarneau	BAIE DE CONCARNEAU	Corrections - 5 à - 20 mn à Plogoff en pleine mer
France	Concarneau	ÎLES DES GLÉNAN	Corrections - 5 à - 20 mn à Plogoff en pleine mer
France	Concarneau	PORT MANEC'H	Corrections - 5 à - 20 mn à Plogoff en pleine mer
France	Concarneau	LE POULDU	Corrections - 5 à - 20 mn à Plogoff en pleine mer
France	Port-Tudy	<b>PORT-TUDY GROIX</b> • DE GUIDEL À PORT-MARIA QUIBERON	Corrections + 5 mn à Lorient, Port-Louis, Guidel et Lamor, + 10 mn à Port Maria, + 15 mn en pleine mer, + 25 à + 55 mn en basse mer à Port d'Étel
France	Port-Tudy	ÎLE DE GROIX	Corrections + 5 mn à Lorient, Port-Louis, Guidel et Lamor, + 10 mn à Port Maria, + 15 mn en pleine mer, + 25 à + 55 mn en basse mer à Port d'Étel
France	Port-Tudy	GUIDEL	Corrections + 5 mn à Lorient, Port-Louis, Guidel et Lamor, + 10 mn à Port Maria, + 15 mn en pleine mer, + 25 à + 55 mn en basse mer à Port d'Étel
France	Port-Tudy	PLOEMEUR	Corrections + 5 mn à Lorient, Port-Louis, Guidel et Lamor, + 10 mn à Port Maria, + 15 mn en pleine mer, + 25 à + 55 mn en basse mer à Port d'Étel
France	Port-Tudy	LARMOR PLAGE	Corrections + 5 mn à Lorient, Port-Louis, Guidel et Lamor, + 10 mn à Port Maria, + 15 mn en pleine mer, + 25 à + 55 mn en basse mer à Port d'Étel

# GUIDE DES ZONES DE MARÉES 2026 (DU NORD AU SUD POUR LA FRANCE)

www.les-marees.com

PAYS	PORTS UTILISÉS	TITRES PROPOSÉS PAR PORTS	CORRECTIONS SUR ZONE DE MARÉE
France	Port-Tudy	LORIENT	Corrections + 5 mn à Lorient, Port-Louis, Guidel et Lamor, + 10 mn à Port Maria, + 15 mn en pleine mer, + 25 à + 55 mn en basse mer à Port d'Étel
France	Port-Tudy	PORT-LOUIS	Corrections + 5 mn à Lorient, Port-Louis, Guidel et Lamor, + 10 mn à Port Maria, + 15 mn en pleine mer, + 25 à + 55 mn en basse mer à Port d'Étel
France	Port-Tudy	PORT D'ÉTEL	Corrections + 5 mn à Lorient, Port-Louis, Guidel et Lamor, + 10 mn à Port Maria, + 15 mn en pleine mer, + 25 à + 55 mn en basse mer à Port d'Étel
France	Port-Tudy	PORT-MARIA • QUIBERON	Corrections + 5 mn à Lorient, Port-Louis, Guidel et Lamor, + 10 mn à Port Maria, + 15 mn en pleine mer, + 25 à + 55 mn en basse mer à Port d'Étel
France	Port-Navalo	<b>PORT-NAVALO</b> • BAIE DE QUIBERON • PRESQU'ÎLE DE RHUYS	Corrections - 5 à - 15 mn à Locmariaquer, Camac, La Trinité et Pénerf, - 5 à - 20 mn en pleine mer à Port-Haliguen, - 5 à - 20 mn à Le Palais
France	Port-Navalo	BAIE DE QUIBERON	Corrections - 5 à - 15 mn à Locmariaquer, Camac, La Trinité et Pénerf, - 5 à - 20 mn en pleine mer à Port-Haliguen, - 5 à - 20 mn à Le Palais
France	Port-Navalo	CARNAC	Corrections - 5 à - 15 mn à Locmariaquer, Camac, La Trinité et Pénerf, - 5 à - 20 mn en pleine mer à Port-Haliguen, - 5 à - 20 mn à Le Palais
France	Port-Navalo	LA TRINITÉ-SUR-MER	Corrections - 5 à - 15 mn à Locmariaquer, Camac, La Trinité et Pénerf, - 5 à - 20 mn en pleine mer à Port-Haliguen, - 5 à - 20 mn à Le Palais
France	Port-Navalo	LOCMARIAQUER	Corrections - 5 à - 15 mn à Locmariaquer, Camac, La Trinité et Pénerf, - 5 à - 20 mn en pleine mer à Port-Haliguen, - 5 à - 20 mn à Le Palais
France	Port-Navalo	PRESQU'ÎLE DE RHUYS	Corrections - 5 à - 15 mn à Locmariaquer, Camac, La Trinité et Pénerf, - 5 à - 20 mn en pleine mer à Port-Haliguen, - 5 à - 20 mn à Le Palais
France	Port-Navalo	PORT-HALIGUEN • QUIBERON	Corrections - 5 à - 15 mn à Locmariaquer, Camac, La Trinité et Pénerf, - 5 à - 20 mn en pleine mer à Port-Haliguen, - 5 à - 20 mn à Le Palais
France	Port-Navalo	ÎLE DE HOUAT • ÎLE DE HOËDIC	Corrections - 5 à - 15 mn à Locmariaquer, Camac, La Trinité et Pénerf, - 5 à - 20 mn en pleine mer à Port-Haliguen, - 5 à - 20 mn à Le Palais
France	Port-Navalo	BELLE-ÎLE-EN-MER	Corrections - 5 à - 15 mn à Locmariaquer, Camac, La Trinité et Pénerf, - 5 à - 20 mn en pleine mer à Port-Haliguen, - 5 à - 20 mn à Le Palais
France	Vannes	<b>VANNES</b> • GOLFE DU MORBIHAN	Corrections -5 mn à Arradon, - 5 à -15 mn à Sarzeau et + 5 à + 15 mn à Saint-Amel
France	Vannes	VANNES • ARRADON • SARZEAU	Corrections -5 mn à Arradon, - 5 à -15 mn à Sarzeau et + 5 à + 15 mn à Saint-Amel
France	Saint-Nazaire	<b>SAINT-NAZAIRE</b> • DE DAMGAN À NOIRMOUTIER	Corrections + 5 mn au Croisic, + 5 à + 15 mn à Pomic, - 5 à - 10 mn à l'Herbaudière et + 20 mn en basse mer de vive-eau à la Fromentine
France	Saint-Nazaire	DAMGAN	Corrections + 5 mn au Croisic, + 5 à + 15 mn à Pomic, - 5 à - 10 mn à l'Herbaudière et + 20 mn en basse mer de vive-eau à la Fromentine
France	Saint-Nazaire	PÉNESTIN	Corrections + 5 mn au Croisic, + 5 à + 15 mn à Pomic, - 5 à - 10 mn à l'Herbaudière et + 20 mn en basse mer de vive-eau à la Fromentine
France	Saint-Nazaire	PRESQU'ÎLE DE GUÉRANDE	Corrections + 5 mn au Croisic, + 5 à + 15 mn à Pomic, - 5 à - 10 mn à l'Herbaudière et + 20 mn en basse mer de vive-eau à la Fromentine
France	Saint-Nazaire	PIRIAC-SUR-MER	Corrections + 5 mn au Croisic, + 5 à + 15 mn à Pomic, - 5 à - 10 mn à l'Herbaudière et + 20 mn en basse mer de vive-eau à la Fromentine
France	Saint-Nazaire	LA TURBALLE	Corrections + 5 mn au Croisic, + 5 à + 15 mn à Pomic, - 5 à - 10 mn à l'Herbaudière et + 20 mn en basse mer de vive-eau à la Fromentine
France	Saint-Nazaire	LE CROISIC	Corrections + 5 mn au Croisic, + 5 à + 15 mn à Pomic, - 5 à - 10 mn à l'Herbaudière et + 20 mn en basse mer de vive-eau à la Fromentine
France	Saint-Nazaire	BATZ-SUR-MER	Corrections + 5 mn au Croisic, + 5 à + 15 mn à Pomic, - 5 à - 10 mn à l'Herbaudière et + 20 mn en basse mer de vive-eau à la Fromentine
France	Saint-Nazaire	BAIE DE LA BAULE	Corrections + 5 mn au Croisic, + 5 à + 15 mn à Pomic, - 5 à - 10 mn à l'Herbaudière et + 20 mn en basse mer de vive-eau à la Fromentine
France	Saint-Nazaire	SAINT-NAZAIRE	Corrections + 5 mn au Croisic, + 5 à + 15 mn à Pomic, - 5 à - 10 mn à l'Herbaudière et + 20 mn en basse mer de vive-eau à la Fromentine
France	Saint-Nazaire	SAINT-BREVIN-LES-PINS	Corrections + 5 mn au Croisic, + 5 à + 15 mn à Pomic, - 5 à - 10 mn à l'Herbaudière et + 20 mn en basse mer de vive-eau à la Fromentine
France	Saint-Nazaire	LA-PLAINE-SUR-MER	Corrections + 5 mn au Croisic, + 5 à + 15 mn à Pomic, - 5 à - 10 mn à l'Herbaudière et + 20 mn en basse mer de vive-eau à la Fromentine
France	Saint-Nazaire	PORNIC	Corrections + 5 mn au Croisic, + 5 à + 15 mn à Pomic, - 5 à - 10 mn à l'Herbaudière et + 20 mn en basse mer de vive-eau à la Fromentine
France	Saint-Nazaire	LA BERNERIE-EN-RETZ	Corrections + 5 mn au Croisic, + 5 à + 15 mn à Pomic, - 5 à - 10 mn à l'Herbaudière et + 20 mn en basse mer de vive-eau à la Fromentine
France	Saint-Nazaire	ÎLE DE NOIRMOUTIER	Corrections + 5 mn au Croisic, + 5 à + 15 mn à Pomic, - 5 à - 10 mn à l'Herbaudière et + 20 mn en basse mer de vive-eau à la Fromentine
France	Les Sables d'Olonne	<b>LES SABLES D'OLONNE</b> • D'YEU À LA TRANCHE-SUR-MER	Correction -10 mn à Port-Joinville sur l'île d'Yeu
France	Les Sables d'Olonne	ÎLE D'YEU	Correction -10 mn à Port-Joinville sur l'île d'Yeu
France	Les Sables d'Olonne	SAINT-JEAN-DE-MONTS	Correction -10 mn à Port-Joinville sur l'île d'Yeu
France	Les Sables d'Olonne	SAINT-GILLES-CROIX-DE-VIE	Correction -10 mn à Port-Joinville sur l'île d'Yeu
France	Les Sables d'Olonne	BRÉTIGNOLLES-SUR-MER	Correction -10 mn à Port-Joinville sur l'île d'Yeu
France	Les Sables d'Olonne	LES SABLES D'OLONNE	Correction -10 mn à Port-Joinville sur l'île d'Yeu

# GUIDE DES ZONES DE MARÉES 2026 (DU NORD AU SUD POUR LA FRANCE)

PAYS	PORTS UTILISÉS	TITRES PROPOSÉS PAR PORTS	CORRECTIONS SUR ZONE DE MARÉE
France	Les Sables d'Olonne	LA TRANCHE-SUR-MER	Correction -10 mn à Port-Joinville sur l'île d'Yeu
France	La Rochelle	<b>LA ROCHELLE</b> • ÎLE DE RÉ • ÎLE D'OLÉRON	Correction 0 à + 15 mn en pleine mer et + 25 mn à 1 h 30 en basse mer en vive eau à l'Aiguillon
France	La Rochelle	L'AIGUILLON-SUR-MER	Correction 0 à + 15 mn en basse mer et + 25 mn à 1 h 30 en basse mer en vive eau à l'Aiguillon
France	La Rochelle	LA ROCHELLE	Correction 0 à + 15 mn en basse mer et + 25 mn à 1 h 30 en basse mer en vive eau à l'Aiguillon
France	La Rochelle	ÎLE DE RÉ	Correction 0 à + 15 mn en basse mer et + 25 mn à 1 h 30 en basse mer en vive eau à l'Aiguillon
France	La Rochelle	ÎLE D'OLÉRON	Correction 0 à + 15 mn en basse mer et + 25 mn à 1 h 30 en basse mer en vive eau à l'Aiguillon
France	La Rochelle	ÎLE D'AIX	Correction 0 à + 15 mn en basse mer et + 25 mn à 1 h 30 en basse mer en vive eau à l'Aiguillon
France	La Rochelle	LA TREMLADE • RONCE-LES-BAINS	Correction 0 à + 15 mn en basse mer et + 25 mn à 1 h 30 en basse mer en vive eau à l'Aiguillon
France	Royan	<b>ROYAN</b> • DE LA CÔTE SAUVAGE À SOULAC-SUR-MER	Correction de 0 à - 15 mn à Cordouan
France	Royan	SAINT-PALAIS-SUR-MER	Correction de 0 à - 15 mn à Cordouan
France	Royan	LE PHARE DE CORDOUAN	Correction de 0 à - 15 mn à Cordouan
France	Royan	ROYAN	Correction de 0 à - 15 mn à Cordouan
France	Royan	SAINT-GEORGES-DE-DIDONNE	Correction de 0 à - 15 mn à Cordouan
France	Royan	LE VERDON-SUR-MER	Correction de 0 à - 15 mn à Cordouan
France	Royan	SOULAC-SUR-MER	Correction de 0 à - 15 mn à Cordouan
France	Lacanau	<b>LACANAU</b> • DE MONTALIVET AU PORGE	
France	Lacanau	MONTALIVET-LES-BAINS	
France	Lacanau	HOURTIN PLAGE	
France	Lacanau	CARCANS PLAGE	
France	Lacanau	LACANAU OCÉAN	
France	Lacanau	LE PORGE	
France	Cap Ferret	<b>LE CAP FERRET</b>	
France	Arcachon	BASSIN D'ARCACHON	Corrections de - 5 à - 25 mn à Pyla et + 10 à + 15 mn à Grand Piquey
France	Arcachon	LE GRAND PIQUEY	Corrections de - 5 à - 25 mn à Pyla et + 10 à + 15 mn à Grand Piquey
France	Arcachon	ANDERNOS-LES-BAINS	Corrections de - 5 à - 25 mn à Pyla et + 10 à + 15 mn à Grand Piquey
France	Arcachon	LANTON	Corrections de - 5 à - 25 mn à Pyla et + 10 à + 15 mn à Grand Piquey
France	Arcachon	AUDENGE	Corrections de - 5 à - 25 mn à Pyla et + 10 à + 15 mn à Grand Piquey
France	Arcachon	GUJAN-MESTRAS	Corrections de - 5 à - 25 mn à Pyla et + 10 à + 15 mn à Grand Piquey
France	Arcachon	LE MOULLEAU • ARCACHON	Corrections de - 5 à - 25 mn à Pyla et + 10 à + 15 mn à Grand Piquey
France	Arcachon	PYLA-SUR-MER • ARCACHON	Corrections de - 5 à - 25 mn à Pyla et + 10 à + 15 mn à Grand Piquey
France <sup>o</sup>	Saint-Jean-de-Luz	BISCARROSSE • MIMIZAN • LES GRANDS LACS	Données du port de Saint-Jean-de-Luz utilisées également pour Biscarrosse et Mimizan. Pas de correction d'horaires à prévoir (source SHOM)
France	Saint-Jean-de-Luz	BISCARROSSE OCÉAN	Données du port de Saint-Jean-de-Luz utilisées également pour Biscarrosse et Mimizan. Pas de correction d'horaires à prévoir (source SHOM)
France	Saint-Jean-de-Luz	MIMIZAN PLAGE	Données du port de Saint-Jean-de-Luz utilisées également pour Biscarrosse et Mimizan. Pas de correction d'horaires à prévoir (source SHOM)
France	Boucau-Bayonne	<b>CÔTE BASCO-LANDAISE</b> • HOSSEGOR • BIARRITZ	Données du port de Boucau-Bayonne. Corrections + 5 à + 10 mn à Contis, Vieux-Boucau et Capbreton
France	Boucau-Bayonne	CONTIS PLAGE	Données du port de Boucau-Bayonne. Corrections + 5 à + 10 mn à Contis, Vieux-Boucau et Capbreton
France	Boucau-Bayonne	VIELLE-SAINT-GIRONS	Données du port de Boucau-Bayonne. Corrections + 5 à + 10 mn à Contis, Vieux-Boucau et Capbreton

PAYS	PORTS UTILISÉS	TITRES PROPOSÉS PAR PORTS	CORRECTIONS SUR ZONE DE MARÉE
France	Boucau-Bayonne	VIEUX-BOUCAU • MESSANGES • MOLIETS-ET-MAÛ	Données du port de Boucau-Bayonne. Corrections + 5 à + 10 mn à Contis, Vieux-Boucau et Capbreton
France	Boucau-Bayonne	HOSSEGOR • CAPBRETON • SEIGNOSSE	Données du port de Boucau-Bayonne. Corrections + 5 à + 10 mn à Contis, Vieux-Boucau et Capbreton
France	Boucau-Bayonne	LABENNE-OCÉAN	Données du port de Boucau-Bayonne. Corrections + 5 à + 10 mn à Contis, Vieux-Boucau et Capbreton
France	Boucau-Bayonne	ONDRES	Données du port de Boucau-Bayonne. Corrections + 5 à + 10 mn à Contis, Vieux-Boucau et Capbreton
France	Boucau-Bayonne	BAYONNE	Données du port de Boucau-Bayonne. Corrections + 5 à + 10 mn à Contis, Vieux-Boucau et Capbreton
France	Boucau-Bayonne	BIARRITZ • ANGLLET • BIDART	Données du port de Boucau-Bayonne. Corrections + 5 à + 10 mn à Contis, Vieux-Boucau et Capbreton
France	Saint-Jean-de-Luz	<b>SAINT-JEAN-DE-LUZ</b> • DE GUÉTHARY À HENDAYE	Données du port de Saint-Jean-de-Luz utilisées également pour Biscarosse et Mimizan. Pas de correction d'horaires à prévoir (source SHOM)
France	Saint-Jean-de-Luz	GUÉTHARY	Données du port de Saint-Jean-de-Luz utilisées également pour Biscarosse et Mimizan. Pas de correction d'horaires à prévoir (source SHOM)
France	Saint-Jean-de-Luz	SAINT-JEAN-DE-LUZ	Données du port de Saint-Jean-de-Luz utilisées également pour Biscarosse et Mimizan. Pas de correction d'horaires à prévoir (source SHOM)
France	Saint-Jean-de-Luz	CIBOURE	Données du port de Saint-Jean-de-Luz utilisées également pour Biscarosse et Mimizan. Pas de correction d'horaires à prévoir (source SHOM)
France	Saint-Jean-de-Luz	SOCOA	Données du port de Saint-Jean-de-Luz utilisées également pour Biscarosse et Mimizan. Pas de correction d'horaires à prévoir (source SHOM)
France	Saint-Jean-de-Luz	HENDAYE PLAGES	Données du port de Saint-Jean-de-Luz utilisées également pour Biscarosse et Mimizan. Pas de correction d'horaires à prévoir (source SHOM)

PAYS	PORTS UTILISÉS	TITRES PROPOSÉS PAR PORTS	CORRECTIONS SUR ZONE DE MARÉE
------	----------------	---------------------------	-------------------------------

## Espagne

Espagne	Saint-Jean-de-Luz	<b>ESPAÑA</b> • PAIS VASCO • CANTABRIA • ASTURIAS • GALICIA	Predicciones de San Juan de Luz. corrección bajamar + 5 min en Zumaya, + 10 min en Bilbao, de + 10 min a 30 min en Gijón, - 20 min en La Coruña
Espagne	Saint-Jean-de-Luz	DONOSTIA • SAN-SEBASTIÁN	Predicciones de San Juan de Luz. corrección bajamar + 5 min en Zumaya, + 10 min en Bilbao, de + 10 min a 30 min en Gijón, - 20 min en La Coruña
Espagne	Saint-Jean-de-Luz	ZUMAIA • GUIPUZKOA	Predicciones de San Juan de Luz. corrección bajamar + 5 min en Zumaya, + 10 min en Bilbao, de + 10 min a 30 min en Gijón, - 20 min en La Coruña
Espagne	Saint-Jean-de-Luz	BILBAO • BIZKAIA	Predicciones de San Juan de Luz. corrección bajamar + 5 min en Zumaya, + 10 min en Bilbao, de + 10 min a 30 min en Gijón, - 20 min en La Coruña
Espagne	Saint-Jean-de-Luz	SANTANDER • CANTABRIA	Predicciones de San Juan de Luz. corrección bajamar + 5 min en Zumaya, + 10 min en Bilbao, de + 10 min a 30 min en Gijón, - 20 min en La Coruña
Espagne	Saint-Jean-de-Luz	GIJÓN • ASTURIAS	Predicciones de San Juan de Luz. corrección bajamar + 5 min en Zumaya, + 10 min en Bilbao, de + 10 min a 30 min en Gijón, - 20 min en La Coruña

## Portugal

Portugal	Peniche	<b>PENICHE</b> • DE CASCAIS À NAZARÉ
Portugal	Peniche	NAZARÉ • PRAIA DO NORTE
Portugal	Peniche	PENICHE
Portugal	Peniche	ERICEIRA
Portugal	Peniche	CASCAIS

## Angleterre

Angleterre	Padstow	PADSTOW • CORNWALL
Angleterre	Newquay	NEWQUAY • CORNWALL
Angleterre	Salcombe	SALCOMBE • DEVON

## Allemagne

Allemagne	westerland	WESTERLAND - SYLT
Allemagne	Husum	HUSUM - NORDSEE
Allemagne	St. Peter Ording	ST. PETER-ORDING - NORDSEE
Allemagne	Busüm	BÜSUM - NORDSEE
Allemagne	Hamburg	ST. PAULI - HAMBURG