

BANGOR

LE PALAIS

LOCMARIA

SAUZON

BRETAGNE 

Belle-Île
en-mer

Horaires des marées 2023

Belle-Île-en-Mer la bien nommée, l'île qui vous change durablement



L'Office de Tourisme de Belle-Île-en-Mer vous accueille toute l'année :

- **En avril, mai, juin et septembre** : du lundi au samedi, de 9h à 12h30 et de 14h à 18h. Le dimanche, de 9h à 13h.
- **D'octobre à mars** : du lundi au samedi, de 9h à 12h30 et de 14h à 17h30. Fermé le 25 décembre et le 1^{er} janvier.
- **En juillet et août** : du lundi au samedi, de 9h à 13h et de 14h à 18h30. Le dimanche, de 9h à 13h.

Belle-Île-en-mer

OFFICE DE TOURISME

Quai Bonnelle – CS 61102
56360 LE PALAIS
+33 (0)2 97 31 81 93
info@belle-ile.com
www.belle-ile.com



MORBIHAN
L'ESPRIT SUD DE LA BRETAGNE



Immatriculé au registre des opérateurs de voyages et de séjours IM056200003.

Photo de couverture © Fabien Giordano - Bellimages.
Imprimé par Iris Imprim sur papier issu de forêts écogérées.



Le mécanisme des marées

Ce phénomène est dû aux effets combinés de la lune et du soleil sur les masses liquides. Il résulte des lois de l'attraction universelle (loi de Newton).

Sur un cycle de 24 heures, il y a deux basses mers et deux hautes mers. La durée entre ces variations est d'environ 6 heures. Ces flux et reflux (donc courants de marées) ne se font pas à vitesse constante, tout comme la variation de la hauteur de l'eau.

Cette amplitude est déterminée par le coefficient de marée gradué de 20 à 120 que l'on retrouve dans les tableaux des horaires de marées. Le marnage (amplitude entre la basse mer et la haute mer) dans notre région se situe entre 6 m et 3,5 m selon ce coefficient.

Les mortes eaux (peu de flux) correspondent à un coefficient inférieur à 70 et les vives eaux (flux important) quand ce coefficient est supérieur à 70. On parle par exemple de marée de 105 ou de 50... ce qui implique de suite l'amplitude du marnage. Les chiffres indiqués dans les tableaux de marées correspondent à la hauteur d'eau supérieure à la basse mer par coefficient 120.

© Loup Samzun



Adoptez la green attitude

Notre île est fragile , nos conseils pour être un visiteur éco-responsable
sur www.belle-ile.com

La pêche

À bord des navires de plaisance, vous ne pouvez détenir que les engins suivants : lignes gréées pour un maximum de 12 hameçons, palangres munies chacune de 30 hameçons, deux casiers, une foëne, une épuisette ou salabre, un filet trémail de 50 mètres maximum. Les bouées de casiers et trémail doivent porter le numéro d'immatriculation du navire. À défaut, ces engins, considérés comme des épaves maritimes, pourraient être relevés et saisis.

Les tailles de pêche des principales espèces sont les suivantes : bar commun : 42 cm ; mullet, lieu jaune ou bar moucheté : 30 cm ; plie : 27 cm ; sole : 24 cm ; dorade grise ou royale : 23 cm ; rouget : 15 cm ; tourteau : 14 cm ; araignée : 12 cm (6 par jour maxi) ; étrille : 6,5 cm ; crevette grise ou rose : 5 cm.

La collecte des coquillages à marée basse est autorisée uniquement pour votre consommation personnelle. Remettez les cailloux en place sans les retourner. Respectez les tailles minimales de capture des coquillages : coque : 3 cm ; moule, palourde ou praire : 4 cm ; pétoncle : 3,5 cm ; clam : 4,5 cm ; telline : 2,5 cm.

Le produit de votre pêche ne peut être vendu.

Pour en savoir plus : www.pecheapied-loisir.fr

Le vent et la mer

L'échelle de Beaufort, inventée en 1805 par l'amiral anglais Francis Beaufort, est une mesure empirique de vitesse du vent sur 10 minutes, utilisée dans les milieux maritimes, correspondant à l'état de la mer. Le mille nautique et le nœud (son unité de vitesse dérivée) sont des notions courantes en navigation maritime. Un nœud correspond à un mille nautique par heure (soit 1,852 km/h).

Degré	Descriptif	Vitesse du vent		Observations
		en nœuds	en km/h	
0	Calme	0 à 1	0 à 1	Mer d'huile.
1	Très légère brise	1 à 3	1 à 5	Mer ridée.
2	Légère brise	4 à 6	6 à 11	Vaguelettes.
3	Petite brise	7 à 10	12 à 19	Petits « moutons », les drapeaux flottent.
4	Jolie brise	11 à 16	20 à 28	Nombreux « moutons », les drapeaux claquent.
5	Bonne brise	17 à 21	29 à 38	Vagues, embruns, les branches s'agitent.
6	Vent frais	22 à 27	39 à 49	Lames, crêtes d'écume étendues.
7	Grand frais	28 à 33	50 à 61	Lames déferlantes. Trainées d'écume.
8	Coup de vent	34 à 40	62 à 74	La crête des vagues part en tourbillon, on ne marche plus contre le vent, dégâts aux arbres et aux toitures. Très grosses lames déferlantes, les embruns obscurcissent la vue, on ne voit plus rien... dégâts importants et lourds dommages aux forêts et aux bâtiments.
9	Fort coup de vent	41 à 47	75 à 88	
10	Tempête	48 à 55	89 à 102	
11	Violente tempête	56 à 63	103 à 117	
12	Ouragan	64 et +	118 et +	

Les activités nautiques à Belle-Île

Croisière avec équipage professionnel, location de bateaux pour les plaisanciers disposant du permis, écoles de voile, kayak de mer, stand'up paddle, plongée... toutes les activités nautiques sont sur **www.belle-ile.com**

Découvrez les pratiques respectueuses des milieux naturels de nos professionnels labellisés.

Bureau du port de Palais · Quai Bonnelle · 02 97 31 42 90

Bureau du port de Sauzon · Quai Guerveur · 02 97 31 63 40

Office de Tourisme · Quai Bonnelle - Le Palais · www.belle-ile.com · 02 97 31 81 93



Janvier

pleines mers

basses mers

Date	Matin	Haut.	Coef.	Soir	Haut.	Coef.	Matin	Haut.	Soir	Haut.
1 D	00h25	4,05	51	12h43	4,25	50	06h14	1,80	18h45	1,80
2 L	01h29	4,15	51	13h46	4,25	52	07h19	1,80	19h46	1,75
3 M	02h20	4,30	54	14h37	4,30	57	08h18	1,70	20h40	1,70
4 M	03h01	4,40	59	15h20	4,40	62	09h10	1,60	21h27	1,60
5 J	03h38	4,55	65	15h57	4,50	67	09h56	1,50	22h08	1,50
6 V	04h13	4,70	69	16h32	4,60	71	10h36	1,40	22h45	1,40
7 S ☀	04h46	4,75	73	17h05	4,65	74	11h13	1,30	23h21	1,40
8 D	05h19	4,80	74	17h38	4,65	74	11h49	1,30	23h55	1,35
9 L	05h51	4,80	74	18h10	4,60	74	12h23	1,30	—	—
10 M	06h23	4,75	73	18h41	4,55	71	00h29	1,40	12h57	1,35
11 M	06h55	4,70	69	19h14	4,45	67	01h04	1,45	13h32	1,45
12 J	07h30	4,60	65	19h50	4,30	62	01h41	1,55	14h08	1,55
13 V	08h07	4,45	59	20h33	4,20	56	02h20	1,65	14h48	1,70
14 S	08h52	4,30	53	21h27	4,05	50	03h04	1,80	15h34	1,80
15 D ☾	09h48	4,15	47	22h40	4,00	45	03h55	1,90	16h27	1,90
16 L	11h04	4,05	44	—	—	—	04h53	1,95	17h31	1,95
17 M	00h05	4,00	44	12h31	4,10	46	06h00	1,95	18h39	1,85
18 M	01h17	4,20	49	13h45	4,25	54	07h08	1,80	19h45	1,65
19 J	02h18	4,45	59	14h47	4,50	66	08h13	1,50	20h45	1,40
20 V	03h12	4,80	72	15h42	4,80	79	09h13	1,15	21h40	1,10
21 S ●	04h03	5,10	85	16h32	5,00	91	10h08	0,80	22h31	0,85
22 D	04h52	5,35	96	17h20	5,15	100	11h00	0,55	23h21	0,65
23 L	05h39	5,50	103	18h05	5,20	105	11h50	0,35	—	—
24 M	06h25	5,50	105	18h48	5,10	103	00h10	0,55	12h38	0,35
25 M	07h09	5,40	101	19h28	4,90	97	00h58	0,60	13h26	0,50
26 J	07h51	5,20	91	20h05	4,65	85	01h46	0,80	14h13	0,80
27 V	08h32	4,85	78	20h44	4,40	71	02h35	1,05	15h01	1,15
28 S ☾	09h17	4,50	64	21h33	4,10	57	03h28	1,40	15h53	1,55
29 D	10h15	4,15	50	22h55	3,90	45	04h25	1,75	16h52	1,90
30 L	11h45	3,90	40	—	—	—	05h32	2,00	18h01	2,10
31 M	00h50	3,85	38	13h22	3,85	38	06h46	2,10	19h15	2,10

Lignes en rouge = grandes marées (coefficient supérieur à 90).

© SHOM

© Erwan Banet

Février

pleines mers

basses mers

Date	Matin	Haut.	Coef.	Soir	Haut.	Coef.	Matin	Haut.	Soir	Haut.
1 M	02h06	4,00	40	14h28	4,00	43	07h58	2,00	20h21	2,00
2 J	02h56	4,20	47	15h15	4,15	52	08h58	1,85	21h14	1,80
3 V	03h34	4,40	56	15h52	4,35	61	09h45	1,60	21h56	1,60
4 S	04h06	4,60	65	16h23	4,50	69	10h24	1,45	22h32	1,45
5 D ☉	04h36	4,75	72	16h53	4,65	75	10h58	1,25	23h05	1,30
6 L	05h05	4,85	78	17h22	4,75	80	11h31	1,15	23h37	1,20
7 M	05h34	4,95	81	17h50	4,80	82	12h02	1,05	—	—
8 M	06h03	5,00	82	18h18	4,80	82	00h09	1,15	12h33	1,05
9 J	06h32	4,95	81	18h48	4,75	80	00h40	1,15	13h04	1,10
10 V	07h02	4,85	78	19h19	4,65	75	01h12	1,20	13h36	1,20
11 S	07h34	4,70	72	19h53	4,50	68	01h47	1,30	14h11	1,35
12 D	08h11	4,50	63	20h35	4,30	59	02h26	1,45	14h51	1,55
13 L ☾	08h55	4,25	54	21h33	4,05	49	03h12	1,65	15h40	1,80
14 M	10h02	4,00	45	23h11	3,95	41	04h08	1,85	16h43	2,00
15 M	11h57	3,90	40	—	—	—	05h19	2,00	18h01	2,05
16 J	00h53	4,05	42	13h35	4,05	46	06h42	1,90	19h24	1,85
17 V	02h07	4,35	52	14h44	4,40	60	08h00	1,60	20h33	1,55
18 S	03h06	4,75	69	15h38	4,75	77	09h04	1,20	21h30	1,10
19 D	03h56	5,15	86	16h25	5,05	93	09h58	0,75	22h21	0,75
20 L ●	04h42	5,45	100	17h07	5,25	105	10h47	0,40	23h07	0,45
21 M	05h24	5,65	109	17h46	5,30	111	11h33	0,20	23h53	0,35
22 M	06h04	5,65	112	18h21	5,25	110	12h18	0,20	—	—
23 J	06h40	5,55	107	18h53	5,10	103	00h37	0,40	13h01	0,40
24 V	07h15	5,25	97	19h23	4,85	90	01h20	0,60	13h43	0,70
25 S	07h48	4,90	82	19h54	4,55	73	02h05	0,95	14h26	1,15
26 D	08h24	4,45	65	20h32	4,20	56	02h51	1,35	15h12	1,60
27 L ☉	09h09	4,05	47	21h26	3,90	40	03h43	1,75	16h05	2,00
28 M	10h30	3,70	33	23h51	3,70	29	04h47	2,10	17h13	2,30

Lignes en rouge = grandes marées (coefficient supérieur à 90).

© SHOM

Mars

pleines mers

basses mers

Date	Matin	Haut.	Coef.	Soir	Haut.	Coef.	Matin	Haut.	Soir	Haut.
1 M	12h59	3,65	28	—	—	—	06h10	2,30	18h41	2,35
2 J	01h46	3,80	30	14h15	3,80	34	07h37	2,20	20h00	2,20
3 V	02h41	4,05	40	15h01	4,05	46	08h41	1,95	20h55	1,90
4 S	03h19	4,30	52	15h34	4,30	58	09h26	1,65	21h35	1,65
5 D	03h48	4,55	64	16h03	4,55	69	10h01	1,40	22h09	1,40
6 L	04h16	4,75	74	16h30	4,70	78	10h33	1,20	22h41	1,15
7 M ☉	04h42	4,95	81	16h56	4,90	85	11h04	1,00	23h11	1,00
8 M	05h09	5,05	87	17h23	5,00	89	11h34	0,90	23h42	0,90
9 J	05h36	5,15	90	17h51	5,00	90	12h03	0,85	—	—
10 V	06h05	5,10	90	18h20	5,00	88	00h12	0,90	12h33	0,90
11 S	06h34	5,05	86	18h50	4,85	83	00h44	0,95	13h05	1,00
12 D	07h05	4,85	79	19h23	4,70	74	01h18	1,05	13h39	1,20
13 L	07h40	4,60	69	20h02	4,45	63	01h57	1,25	14h20	1,45
14 M	08h23	4,30	57	20h56	4,15	50	02h43	1,55	15h09	1,75
15 M ☾	09h32	3,95	44	22h45	3,90	39	03h41	1,80	16h14	2,05
16 J	11h51	3,80	37	—	—	—	04h56	2,00	17h41	2,15
17 V	00h41	4,05	38	13h32	4,05	43	06h30	1,95	19h13	1,95
18 S	01h58	4,35	51	14h37	4,40	60	07h52	1,55	20h22	1,50
19 D	02h55	4,80	70	15h26	4,75	79	08h53	1,10	21h16	1,05
20 L	03h41	5,20	88	16h07	5,05	95	09h43	0,70	22h04	0,70
21 M ●	04h23	5,45	102	16h45	5,25	106	10h28	0,40	22h48	0,40
22 M	05h01	5,60	109	17h18	5,35	111	11h11	0,25	23h30	0,30
23 J	05h36	5,60	110	17h49	5,30	108	11h52	0,30	—	—
24 V	06h09	5,45	105	18h18	5,15	100	00h12	0,40	12h32	0,50
25 S	06h40	5,15	94	18h46	4,90	87	00h53	0,60	13h11	0,85
26 D	08h11	4,80	79	20h18	4,60	71	01h34	0,95	14h51	1,25
27 L	08h45	4,40	63	20h54	4,30	54	03h17	1,40	15h33	1,65
28 M	09h28	4,00	46	21h44	3,95	38	04h06	1,80	16h22	2,05
29 M ☉	10h41	3,65	31	23h30	3,65	26	05h05	2,15	17h28	2,35
30 J	11h22	3,55	24	—	—	—	06h28	2,35	18h58	2,45
31 V	02h07	3,75	26	14h43	3,75	30	08h03	2,30	20h24	2,30

Lignes en rouge = grandes marées (coefficient supérieur à 90).

© SHOM

Avril

pleines mers

basses mers

Date	Matin	Haut.	Coef.	Soir	Haut.	Coef.	Matin	Haut.	Soir	Haut.
1 S	03h06	4,00	36	15h29	4,00	42	09h08	2,00	21h21	2,00
2 D	03h47	4,25	49	16h02	4,30	55	09h52	1,70	22h01	1,70
3 L	04h16	4,50	61	16h31	4,55	67	10h27	1,40	22h36	1,40
4 M	04h44	4,70	73	16h58	4,75	78	10h59	1,15	23h08	1,15
5 M	05h12	4,95	82	17h25	4,95	86	11h30	0,95	23h39	0,95
6 J ☀	05h39	5,10	88	17h53	5,05	91	12h00	0,85	—	—
7 V	06h08	5,15	92	18h23	5,15	93	00h11	0,80	12h31	0,80
8 S	06h38	5,15	92	18h53	5,10	91	00h44	0,80	13h03	0,80
9 D	07h10	5,05	89	19h26	5,00	85	01h18	0,80	13h37	0,95
10 L	07h44	4,85	81	20h03	4,75	76	01h56	0,95	14h15	1,15
11 M	08h23	4,55	70	20h47	4,50	63	02h38	1,20	15h00	1,45
12 M	09h13	4,20	57	21h53	4,20	50	03h29	1,45	15h54	1,75
13 J ☀	10h44	3,90	44	23h46	4,05	40	04h30	1,75	17h04	2,05
14 V	12h54	3,85	39	—	—	—	05h50	1,90	18h34	2,10
15 S	01h28	4,15	42	14h21	4,10	48	07h21	1,80	19h59	1,85
16 D	02h40	4,50	56	15h19	4,45	64	08h36	1,45	21h04	1,45
17 L	03h34	4,80	72	16h04	4,75	80	09h33	1,05	21h56	1,05
18 M	04h19	5,10	87	16h42	5,00	92	10h21	0,75	22h42	0,75
19 M	04h58	5,30	97	17h17	5,15	100	11h04	0,55	23h25	0,55
20 J ☀	05h34	5,40	101	17h48	5,20	102	11h46	0,50	—	—
21 V	06h08	5,35	101	18h18	5,20	99	00h07	0,50	12h25	0,55
22 S	06h40	5,20	95	18h48	5,05	91	00h48	0,60	13h04	0,75
23 D	07h12	4,95	86	19h19	4,85	80	01h28	0,80	13h42	1,05
24 L	07h45	4,65	74	19h53	4,60	67	02h08	1,10	14h20	1,40
25 M	08h21	4,30	60	20h32	4,30	53	02h50	1,45	15h02	1,75
26 M	09h06	3,95	46	21h23	4,00	40	03h36	1,80	15h49	2,05
27 J ☀	10h15	3,65	34	22h47	3,80	29	04h31	2,10	16h49	2,30
28 V	12h19	3,55	27	—	—	—	05h43	2,30	18h08	2,40
29 S	00h49	3,75	27	13h48	3,70	29	07h07	2,25	19h28	2,30
30 D	02h06	3,90	34	14h40	3,95	39	08h16	2,05	20h29	2,05

Lignes en rouge = grandes marées (coefficient supérieur à 90).

© SHOM

Mai

pleines mers

basses mers

Date	Matin	Haut.	Coef.	Soir	Haut.	Coef.	Matin	Haut.	Soir	Haut.
1 L	02h55	4,15	45	15h18	4,20	51	09h05	1,80	21h15	1,75
2 M	03h32	4,35	57	15h51	4,45	63	09h44	1,50	21h54	1,50
3 M	04h05	4,60	68	16h21	4,70	73	10h19	1,25	22h29	1,20
4 J	04h37	4,80	78	16h52	4,90	82	10h52	1,05	23h05	1,00
5 V	05h09	5,00	85	17h24	5,05	88	11h26	0,90	23h40	0,85
6 S	05h42	5,05	90	17h58	5,10	90	12h01	0,85	—	—
7 D	06h17	5,05	90	18h33	5,10	90	00h18	0,80	12h37	0,85
8 L	06h55	4,95	88	19h13	5,00	85	00h58	0,80	13h17	1,00
9 M	07h36	4,75	81	19h57	4,80	76	01h42	0,90	14h01	1,20
10 M	08h24	4,50	71	20h53	4,55	65	02h30	1,10	14h51	1,45
11 J	09h28	4,20	60	22h10	4,35	54	03h25	1,35	15h50	1,70
12 V	11h02	4,00	51	23h40	4,25	48	04h29	1,55	17h01	1,90
13 S	12h40	4,00	48	—	—	—	05h44	1,70	18h21	1,85
14 D	01h04	4,35	50	13h55	4,20	54	07h02	1,60	19h36	1,70
15 L	02h11	4,55	59	14h51	4,40	64	08h11	1,40	20h38	1,40
16 M	03h06	4,70	70	15h36	4,65	74	09h07	1,15	21h31	1,15
17 M	03h52	4,90	79	16h15	4,80	82	09h56	1,00	22h19	0,95
18 J	04h33	5,00	85	16h49	4,90	86	10h40	0,90	23h03	0,85
19 V	05h10	5,00	87	17h22	4,95	87	11h22	0,85	23h46	0,85
20 S	05h45	4,95	87	17h54	4,95	85	12h01	0,95	—	—
21 D	06h20	4,85	83	18h28	4,90	80	00h27	0,95	12h40	1,10
22 L	06h55	4,70	77	19h02	4,75	73	01h08	1,05	13h18	1,25
23 M	07h31	4,50	69	19h40	4,55	65	01h48	1,25	13h57	1,50
24 M	08h09	4,25	60	20h21	4,35	55	02h29	1,50	14h38	1,70
25 J	08h53	4,00	50	21h09	4,15	46	03h13	1,70	15h23	1,95
26 V	09h49	3,85	41	22h10	3,95	38	04h01	1,90	16h15	2,10
27 S	11h05	3,70	35	23h27	3,90	34	04h58	2,05	17h17	2,20
28 D	12h29	3,75	34	—	—	—	06h04	2,10	18h25	2,20
29 L	00h45	3,90	35	13h35	3,90	38	07h10	2,05	19h27	2,05
30 M	01h49	4,05	42	14h25	4,10	46	08h06	1,85	20h20	1,85
31 M	02h39	4,20	51	15h06	4,35	56	08h53	1,65	21h06	1,60

Lignes en rouge = grandes marées (coefficient supérieur à 90).

© SHOM

Juin

pleines mers

basses mers

Date	Matin	Haut.	Coef.	Soir	Haut.	Coef.	Matin	Haut.	Soir	Haut.
1 J	03h23	4,40	61	15h44	4,55	66	09h35	1,40	21h49	1,35
2 V	04h03	4,60	71	16h22	4,80	75	10h15	1,20	22h31	1,15
3 S	04h43	4,80	79	17h00	4,95	82	10h55	1,05	23h14	0,95
4 D	05h24	4,90	84	17h40	5,05	86	11h37	0,95	23h59	0,85
5 L	06h07	4,95	87	18h24	5,05	88	12h20	0,90	—	—
6 M	06h52	4,90	87	19h11	5,05	86	00h46	0,80	13h06	0,95
7 M	07h41	4,75	84	20h03	4,90	81	01h35	0,80	13h55	1,10
8 J	08h35	4,55	77	21h02	4,75	73	02h27	0,90	14h48	1,25
9 V	09h36	4,35	70	22h08	4,60	66	03h22	1,10	15h46	1,45
10 S	10h48	4,20	63	23h18	4,50	60	04h21	1,25	16h50	1,55
11 D	12h06	4,15	58	—	—	—	05h26	1,40	17h58	1,65
12 L	00h28	4,45	57	13h18	4,15	57	06h33	1,50	19h06	1,60
13 M	01h36	4,45	58	14h18	4,30	60	07h39	1,50	20h08	1,50
14 M	02h36	4,45	62	15h09	4,40	64	08h38	1,40	21h06	1,40
15 J	03h28	4,50	66	15h52	4,55	68	09h32	1,35	21h58	1,30
16 V	04h14	4,55	70	16h30	4,65	71	10h20	1,25	22h47	1,20
17 S	04h55	4,60	72	17h07	4,70	73	11h04	1,25	23h32	1,20
18 D	05h33	4,60	74	17h42	4,75	74	11h45	1,25	—	—
19 L	06h10	4,60	74	18h18	4,75	73	00h14	1,20	12h24	1,30
20 M	06h45	4,55	72	18h54	4,70	70	00h54	1,20	13h01	1,35
21 M	07h21	4,45	69	19h30	4,60	66	01h33	1,30	13h39	1,45
22 J	07h57	4,35	64	20h08	4,45	61	02h11	1,40	14h17	1,60
23 V	08h34	4,20	58	20h47	4,35	56	02h50	1,55	14h57	1,70
24 S	09h15	4,05	53	21h31	4,20	50	03h31	1,65	15h41	1,85
25 D	10h04	3,95	47	22h22	4,10	45	04h15	1,80	16h29	1,95
26 L	11h05	3,85	43	23h24	4,00	42	05h04	1,90	17h24	2,00
27 M	12h17	3,90	41	—	—	—	06h00	1,95	18h22	2,00
28 M	00h33	4,00	42	13h24	4,00	43	07h00	1,90	19h22	1,90
29 J	01h41	4,05	46	14h22	4,15	49	07h58	1,80	20h19	1,75
30 V	02h42	4,20	53	15h12	4,40	58	08h53	1,60	21h13	1,50

© SHOM

Juillet

pleines mers

basses mers

Date	Matin	Haut.	Coef.	Soir	Haut.	Coef.	Matin	Haut.	Soir	Haut.
1 S	03h36	4,40	62	15h59	4,60	67	09h43	1,40	22h05	1,25
2 D	04h26	4,60	72	16h45	4,85	77	10h32	1,20	22h56	1,00
3 L ☉	05h15	4,75	81	17h32	5,00	85	11h20	1,00	23h47	0,80
4 M	06h04	4,90	88	18h21	5,15	90	12h09	0,90	—	—
5 M	06h53	4,95	92	19h11	5,20	93	00h37	0,65	12h57	0,80
6 J	07h41	4,90	93	20h01	5,15	92	01h28	0,55	13h47	0,85
7 V	08h30	4,75	89	20h52	5,05	86	02h18	0,60	14h38	0,90
8 S	09h20	4,60	83	21h45	4,85	78	03h09	0,75	15h31	1,10
9 D	10h12	4,40	74	22h41	4,60	69	04h02	1,00	16h27	1,30
10 L ☾	11h13	4,20	64	23h43	4,40	59	04h58	1,25	17h28	1,50
11 M	12h27	4,05	56	—	—	—	05h58	1,50	18h32	1,65
12 M	00h54	4,20	53	13h43	4,05	51	07h03	1,70	19h40	1,70
13 J	02h08	4,15	50	14h48	4,15	51	08h10	1,75	20h45	1,65
14 V	03h13	4,15	52	15h40	4,30	54	09h11	1,70	21h44	1,60
15 S	04h06	4,25	57	16h23	4,40	59	10h06	1,60	22h37	1,45
16 D	04h49	4,35	62	17h01	4,55	65	10h53	1,50	23h23	1,35
17 L ●	05h27	4,45	67	17h36	4,65	69	11h34	1,40	—	—
18 M	06h01	4,50	71	18h09	4,70	72	00h03	1,25	12h11	1,35
19 M	06h34	4,55	73	18h41	4,75	73	00h40	1,20	12h46	1,30
20 J	07h05	4,55	73	19h13	4,70	73	01h15	1,20	13h20	1,30
21 V	07h35	4,50	72	19h44	4,65	71	01h49	1,20	13h54	1,35
22 S	08h06	4,45	69	20h16	4,55	67	02h22	1,30	14h28	1,40
23 D	08h39	4,35	65	20h51	4,45	62	02h56	1,40	15h04	1,55
24 L	09h15	4,20	59	21h30	4,30	56	03h33	1,55	15h44	1,65
25 M	10h00	4,05	52	22h18	4,10	49	04h13	1,70	16h30	1,80
26 M ☉	11h01	3,95	46	23h22	3,95	44	05h00	1,85	17h24	1,90
27 J	12h22	3,90	42	—	—	—	05h58	1,95	18h28	1,95
28 V	00h48	3,90	42	13h43	4,00	43	07h06	1,95	19h37	1,90
29 S	02h12	4,00	45	14h50	4,25	50	08h17	1,85	20h46	1,65
30 D	03h21	4,20	55	15h46	4,55	62	09h21	1,60	21h48	1,35
31 L	04h19	4,50	68	16h37	4,85	75	10h17	1,30	22h44	1,00

Lignes en rouge = grandes marées (coefficient supérieur à 90).

© SHOM

Août

pleines mers

basses mers

Date		Matin	Haut.	Coef.	Soir	Haut.	Coef.	Matin	Haut.	Soir	Haut.
1 M	☉	05h11	4,75	82	17h26	5,15	88	11h08	0,95	23h36	0,65
2 M		05h59	5,00	93	18h13	5,35	98	11h57	0,70	—	—
3 J		06h44	5,10	102	18h59	5,45	104	00h25	0,40	12h45	0,55
4 V		07h27	5,10	104	19h43	5,45	104	01h13	0,30	13h32	0,50
5 S		08h07	5,00	101	20h26	5,25	97	02h00	0,35	14h19	0,60
6 D		08h46	4,80	92	21h09	4,95	86	02h47	0,55	15h07	0,85
7 L		09h25	4,55	79	21h53	4,60	72	03h34	0,85	15h58	1,15
8 M	☾	10h09	4,25	64	22h48	4,25	57	04h25	1,25	16h54	1,50
9 M		11h15	3,95	50	—	—	—	05h21	1,65	17h58	1,80
10 J		00h09	3,95	44	13h08	3,85	40	06h27	1,95	19h13	1,95
11 V		01h52	3,80	38	14h40	3,95	39	07h43	2,05	20h30	1,95
12 S		03h10	3,90	41	15h37	4,15	45	08h56	1,95	21h36	1,80
13 D		04h03	4,10	49	16h20	4,35	54	09h55	1,80	22h28	1,55
14 L		04h42	4,25	59	16h52	4,55	63	10h41	1,60	23h10	1,35
15 M		05h15	4,45	67	17h22	4,70	70	11h20	1,40	23h46	1,20
16 M	●	05h44	4,60	74	17h51	4,80	76	11h53	1,25	—	—
17 J		06h12	4,70	78	18h19	4,90	80	00h18	1,10	12h25	1,15
18 V		06h39	4,75	81	18h46	4,90	81	00h49	1,05	12h55	1,10
19 S		07h06	4,75	81	19h14	4,90	80	01h20	1,05	13h25	1,10
20 D		07h34	4,70	79	19h42	4,80	77	01h50	1,10	13h56	1,20
21 L		08h03	4,60	74	20h13	4,65	71	02h20	1,20	14h29	1,30
22 M		08h34	4,45	68	20h46	4,45	64	02h52	1,35	15h05	1,45
23 M		09h11	4,25	59	21h27	4,20	54	03h29	1,55	15h47	1,65
24 J	☉	10h02	4,05	49	22h26	3,95	44	04h13	1,80	16h39	1,85
25 V		11h29	3,85	40	—	—	—	05h10	2,00	17h46	2,05
26 S		00h14	3,80	37	13h19	3,90	37	06h26	2,10	19h09	2,00
27 D		02h02	3,90	40	14h38	4,20	45	07h53	2,00	20h31	1,75
28 L		03h16	4,20	52	15h37	4,55	61	09h07	1,70	21h37	1,30
29 M		04h12	4,55	70	16h27	5,00	79	10h04	1,25	22h31	0,85
30 M		04h59	4,90	87	17h13	5,35	95	10h54	0,85	23h20	0,45
31 J	☉	05h42	5,15	102	17h55	5,60	107	11h41	0,50	—	—

Lignes en rouge = grandes marées (coefficient supérieur à 90).

© SHOM

Septembre



15

© Geneviève Paillet

pleines mers

basses mers

Date	Matin	Haut.	Coef.	Soir	Haut.	Coef.	Matin	Haut.	Soir	Haut.
1 V	06h22	5,30	110	18h36	5,65	112	00h06	0,20	12h25	0,30
2 S	07h00	5,30	112	19h15	5,60	110	00h51	0,15	13h10	0,30
3 D	07h35	5,20	107	19h52	5,35	101	01h35	0,25	13h54	0,45
4 L	08h07	4,95	95	20h27	4,95	87	02h18	0,55	14h39	0,75
5 M	08h39	4,65	79	21h05	4,50	70	03h03	0,95	15h27	1,20
6 M	09h16	4,30	61	21h51	4,10	52	03h50	1,40	16h20	1,60
7 J	10h10	3,95	44	23h20	3,70	37	04h43	1,85	17h24	2,00
8 V	12h34	3,75	32	—	—	—	05h50	2,20	18h47	2,20
9 S	01h45	3,65	30	14h28	3,85	31	07h17	2,30	20h16	2,15
10 D	03h01	3,80	35	15h24	4,10	40	08h40	2,15	21h22	1,90
11 L	03h48	4,05	47	16h02	4,35	53	09h38	1,90	22h09	1,60
12 M	04h21	4,30	59	16h32	4,55	64	10h20	1,60	22h46	1,35
13 M	04h50	4,50	69	16h58	4,75	73	10h55	1,40	23h18	1,15
14 J	05h16	4,70	77	17h24	4,90	80	11h26	1,20	23h48	1,00
15 V	05h42	4,85	83	17h50	5,00	85	11h56	1,05	—	—
16 S	06h08	4,90	86	18h16	5,05	87	00h17	0,95	12h25	0,95
17 D	06h34	4,95	87	18h43	5,05	87	00h46	0,90	12h54	0,95
18 L	07h02	4,90	85	19h10	4,95	83	01h15	1,00	13h24	1,05
19 M	07h30	4,80	80	19h39	4,75	77	01h45	1,10	13h57	1,15
20 M	08h01	4,65	72	20h12	4,55	67	02h17	1,30	14h33	1,35
21 J	08h37	4,40	61	20h51	4,20	56	02h55	1,50	15h16	1,60
22 V	09h26	4,10	49	21h52	3,90	43	03h41	1,80	16h11	1,90
23 S	11h04	3,90	38	—	—	—	04h41	2,05	17h23	2,05
24 D	00h11	3,70	35	13h07	3,95	35	06h04	2,20	18h54	2,05
25 L	01h59	3,90	39	14h26	4,30	47	07h39	2,05	20h20	1,70
26 M	03h06	4,30	55	15h23	4,70	65	08h52	1,65	21h22	1,20
27 M	03h56	4,70	75	16h10	5,15	84	09h47	1,20	22h13	0,75
28 J	04h39	5,00	93	16h52	5,45	100	10h35	0,75	22h58	0,40
29 V	05h18	5,25	105	17h32	5,65	110	11h19	0,45	23h42	0,20
30 S	05h55	5,40	112	18h09	5,70	112	12h03	0,30	—	—

Lignes en rouge = grandes marées (coefficient supérieur à 90).

© SHOM

Octobre

pleines mers

basses mers

Date	Matin	Haut.	Coef.	Soir	Haut.	Coef.	Matin	Haut.	Soir	Haut.
1 D	06h29	5,35	111	18h45	5,55	108	00h25	0,20	12h45	0,35
2 L	07h00	5,25	104	19h18	5,25	98	01h07	0,40	13h28	0,55
3 M	07h31	5,00	91	19h51	4,85	83	01h49	0,75	14h12	0,90
4 M	08h03	4,70	75	20h27	4,40	66	02h31	1,15	14h58	1,30
5 J	08h40	4,35	57	21h11	4,00	48	03h16	1,60	15h48	1,75
6 V	09h33	4,00	40	22h37	3,60	33	04h08	2,05	16h51	2,15
7 S	11h45	3,75	28	—	—	—	05h15	2,35	18h15	2,35
8 D	01h20	3,60	26	13h54	3,85	28	06h43	2,45	19h48	2,25
9 L	02h32	3,80	32	14h51	4,10	38	08h08	2,25	20h52	1,95
10 M	03h15	4,05	44	15h30	4,30	50	09h05	2,00	21h36	1,70
11 M	03h48	4,30	57	15h59	4,55	62	09h47	1,70	22h11	1,40
12 J	04h16	4,55	68	16h26	4,75	73	10h21	1,45	22h43	1,20
13 V	04h43	4,75	77	16h53	4,95	81	10h53	1,20	23h13	1,05
14 S	05h09	4,90	84	17h19	5,05	86	11h23	1,05	23h42	0,95
15 D	05h36	5,00	88	17h47	5,10	89	11h54	0,95	—	—
16 L	06h04	5,05	89	18h15	5,10	88	00h12	0,90	12h25	0,95
17 M	06h33	5,05	87	18h44	5,00	85	00h43	0,95	12h57	1,00
18 M	07h04	4,90	82	19h16	4,80	78	01h15	1,10	13h33	1,10
19 J	07h39	4,75	73	19h52	4,55	68	01h51	1,30	14h13	1,35
20 V	08h20	4,50	62	20h37	4,20	56	02h33	1,55	15h00	1,60
21 S	09h20	4,20	50	21h55	3,90	44	03h24	1,85	15h58	1,85
22 D	11h06	4,05	40	—	—	—	04h29	2,10	17h13	2,00
23 L	00h14	3,80	38	12h51	4,15	40	05h54	2,15	18h43	1,90
24 M	01h45	4,05	45	14h05	4,45	52	07h22	1,95	20h01	1,60
25 M	02h46	4,40	60	15h01	4,80	69	08h30	1,60	21h00	1,20
26 J	03h34	4,75	77	15h48	5,15	85	09h24	1,20	21h49	0,85
27 V	04h14	5,00	91	16h29	5,35	97	10h12	0,85	22h35	0,60
28 S	04h52	5,20	101	17h08	5,50	103	10h57	0,60	23h18	0,45
29 D	04h27	5,30	104	16h44	5,45	104	10h40	0,50	23h00	0,55
30 L	05h00	5,30	102	17h19	5,30	99	11h23	0,55	23h41	0,70
31 M	05h33	5,15	95	17h53	5,05	90	12h06	0,75	—	—

Lignes en rouge = grandes marées (coefficient supérieur à 90).

© SHOM

Novembre



© Pierre Mouly

17

pleines mers

basses mers

Date	Matin	Haut.	Coef.	Soir	Haut.	Coef.	Matin	Haut.	Soir	Haut.
1 M	06h05	4,95	84	18h27	4,70	77	00h22	1,00	12h49	1,05
2 J	06h41	4,70	71	19h05	4,35	63	01h04	1,35	13h34	1,45
3 V	07h21	4,40	56	19h50	4,00	48	01h49	1,70	14h23	1,80
4 S	08h14	4,10	42	21h04	3,70	36	02h39	2,05	15h20	2,10
5 D ●	09h43	3,85	31	23h16	3,65	29	03h39	2,30	16h31	2,30
6 L	11h42	3,85	29	—	—	—	04h55	2,40	17h53	2,30
7 M	00h38	3,75	31	12h54	4,00	35	06h14	2,35	19h01	2,10
8 M	01h28	4,00	40	13h42	4,20	45	07h15	2,10	19h50	1,85
9 J	02h05	4,25	51	14h18	4,40	56	08h01	1,85	20h28	1,60
10 V	02h37	4,45	62	14h50	4,60	66	08h40	1,60	21h03	1,35
11 S	03h07	4,70	71	15h20	4,80	75	09h15	1,35	21h36	1,20
12 D	03h37	4,85	79	15h50	4,95	82	09h49	1,20	22h09	1,05
13 L ●	04h07	5,00	84	16h22	5,00	86	10h24	1,05	22h42	1,00
14 M	04h40	5,05	87	16h55	5,00	87	11h00	1,00	23h17	1,05
15 M	05h14	5,05	86	17h30	4,95	84	11h38	1,00	23h55	1,15
16 J	05h51	5,00	82	18h08	4,75	79	12h19	1,10	—	—
17 V	06h33	4,85	75	18h52	4,55	71	00h37	1,30	13h04	1,25
18 S	07h24	4,60	66	19h48	4,25	61	01h24	1,50	13h56	1,45
19 D	08h31	4,40	56	21h11	4,05	52	02h19	1,75	14h55	1,65
20 L ●	09h58	4,30	49	22h55	4,00	48	03h25	1,90	16h04	1,75
21 M	11h23	4,35	49	—	—	—	04h40	1,95	17h21	1,70
22 M	00h16	4,15	52	12h35	4,50	56	05h56	1,80	18h32	1,55
23 J	01h18	4,40	61	13h34	4,75	67	07h02	1,55	19h32	1,30
24 V	02h07	4,65	72	14h24	4,90	77	07h59	1,30	20h25	1,10
25 S	02h50	4,85	81	15h08	5,05	85	08h50	1,05	21h12	0,95
26 D	03h29	5,00	88	15h49	5,10	89	09h37	0,90	21h57	0,90
27 L ●	04h06	5,10	90	16h27	5,10	90	10h23	0,85	22h40	0,90
28 M	04h41	5,10	89	17h03	5,00	87	11h07	0,90	23h21	1,05
29 M	05h17	5,00	85	17h40	4,80	82	11h50	1,00	—	—
30 J	05h53	4,90	78	18h16	4,60	74	00h03	1,20	12h33	1,20

Lignes en rouge = grandes marées (coefficient supérieur à 90).

© SHOM

Décembre

pleines mers

basses mers

Date	Matin	Haut.	Coef.	Soir	Haut.	Coef.	Matin	Haut.	Soir	Haut.
1 V	06 h 31	4,70	69	18 h 54	4,35	64	00 h 44	1,45	13 h 16	1,45
2 S	07 h 12	4,50	60	19 h 37	4,15	54	01 h 27	1,70	14 h 00	1,70
3 D	07 h 58	4,30	50	20 h 29	3,95	45	02 h 12	1,90	14 h 48	1,90
4 L	08 h 53	4,10	41	21 h 40	3,80	38	03 h 03	2,10	15 h 42	2,10
5 M ●	10 h 04	3,95	36	23 h 08	3,75	35	04 h 01	2,25	16 h 44	2,20
6 M	11 h 25	3,95	35	—	—	—	05 h 05	2,25	17 h 49	2,15
7 J	00 h 19	3,90	36	12 h 34	4,00	39	06 h 08	2,20	18 h 48	2,05
8 V	01 h 11	4,05	43	13 h 26	4,15	47	07 h 04	2,05	19 h 37	1,85
9 S	01 h 54	4,30	51	14 h 10	4,35	56	07 h 52	1,80	20 h 20	1,65
10 D	02 h 32	4,50	61	14 h 49	4,55	65	08 h 36	1,60	21 h 00	1,45
11 L	03 h 09	4,70	70	15 h 27	4,70	73	09 h 18	1,40	21 h 39	1,25
12 M	03 h 46	4,90	77	16 h 06	4,85	80	09 h 59	1,20	22 h 19	1,15
13 M ●	04 h 25	5,00	82	16 h 45	4,90	84	10 h 42	1,05	23 h 01	1,10
14 J	05 h 06	5,10	85	17 h 27	4,90	86	11 h 26	0,95	23 h 44	1,10
15 V	05 h 50	5,10	85	18 h 12	4,85	84	12 h 12	0,95	—	—
16 S	06 h 38	5,05	83	19 h 00	4,70	80	00 h 31	1,15	13 h 00	1,00
17 D	07 h 30	4,90	77	19 h 55	4,50	74	01 h 20	1,25	13 h 51	1,10
18 L	08 h 28	4,75	71	20 h 58	4,35	67	02 h 14	1,40	14 h 46	1,25
19 M ●	09 h 33	4,60	64	22 h 13	4,20	61	03 h 12	1,55	15 h 45	1,45
20 M	10 h 43	4,50	59	23 h 32	4,20	57	04 h 16	1,65	16 h 50	1,55
21 J	11 h 55	4,45	57	—	—	—	05 h 24	1,70	17 h 58	1,60
22 V	00 h 42	4,25	57	13 h 03	4,45	59	06 h 31	1,65	19 h 02	1,55
23 S	01 h 42	4,40	61	14 h 03	4,55	63	07 h 34	1,55	20 h 01	1,45
24 D	02 h 33	4,55	66	14 h 55	4,60	69	08 h 32	1,40	20 h 55	1,35
25 L	03 h 17	4,70	71	15 h 40	4,70	74	09 h 25	1,30	21 h 43	1,30
26 M	03 h 58	4,80	75	16 h 20	4,75	77	10 h 14	1,20	22 h 28	1,25
27 M ●	04 h 35	4,90	78	16 h 58	4,75	78	10 h 58	1,15	23 h 10	1,25
28 J	05 h 11	4,90	78	17 h 33	4,70	78	11 h 40	1,15	23 h 49	1,30
29 V	05 h 47	4,90	77	18 h 08	4,65	75	12 h 20	1,20	—	—
30 S	06 h 22	4,80	73	18 h 42	4,50	71	00 h 28	1,35	12 h 58	1,30
31 D	06 h 57	4,70	68	19 h 16	4,40	65	01 h 06	1,50	13 h 36	1,45

© Jean-Michel Paillet

© SHOM

Éco-naviguer à Belle-Île

Belle-Île-en-Mer fait partie d'une aire marine protégée de 13 210 hectares qui abrite une faune et une flore exceptionnelles. Parmi les espèces et habitats sous-marins d'intérêt communautaire, figurent des bancs de maërl, des herbiers de zostère, des champs de laminaires, ainsi que des estrans rocheux favorables aux pouce-pieds.

Pour préserver nos richesses sous-marines, voici quelques gestes simples à adopter :

Sur la plage

- J'utilise des crèmes et laits solaires écolabellisés plutôt que des huiles.
- Je n'enterre aucun déchet dans le sable, en particulier les mégots de cigarette ou les bâtons de sucettes.

À la pêche

- Je coupe la nageoire caudale des poissons capturés.
- Je respecte la réglementation concernant la taille et les quantités de captures autorisées.
- Je ne prélève que ce que je vais consommer.

Mes activités nautiques

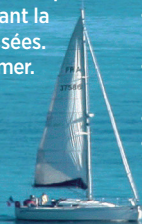
- Je rince mon matériel à l'eau de pluie.
- Pour ma planche de surf, j'utilise de la wax biodégradable.

En plongée

- J'admire le milieu sans le perturber et je veille à ne pas le dégrader.
- Je respecte les quotas de pêche (ex.: 6 araignées par plongeur).

À bord de mon bateau

- Je ne jette aucun déchet à la mer.
- J'effectue le tri de mes déchets à bord et j'utilise les containers dans les ports.
- J'utilise des produits écolabellisés sans impact sur le milieu marin.
- J'évite les fuites d'huiles et d'hydrocarbures dans l'eau.
- J'effectue le carénage dans des zones dédiées à cet effet et je ramasse les déchets toxiques.





Le sauvetage en mer

La Société Nationale de Sauvetage en Mer (SNSM) assure la surveillance des plages de Donnant et Herlin en juillet et août, et toute l'année, le canot de sauvetage de Belle-Île est présent pour porter assistance aux personnes en difficulté en mer, mais aussi permettre le transport, quelles que soient les conditions météo, de ceux dont l'état de santé nécessite une hospitalisation sur le continent.

**Numéro d'urgence
pour les secours
en mer (CROSSA Étel)**

196 ou
VHF canal 16

Découvrez la station de sauvetage
de Belle-Île-en-Mer sur le site

snsm-belleile.org

