LaSUD

LANDES **ATLANTIQUE** SUD

OFFICE DE TOURISME

LABEYRIE
FONDÉ EN 1946

Ateliers de Cuisine*

...autour du Foie Gras, des Produits du Terroir et du Saumon Fumé

Animation sur réservation

Un moment de partage & d'échanges en famille** ou entre amis
autour de la cuisine avec des recettes savoureuses à reproduire chez soi !
L'animation se termine autour d'un buffet.

Juillet et Août : Du Mardi au Vendredi le matin à 10 h & le Jeudi après-midi à 15h30

Avril / Mai / Juin et Septembre : Retrouvez nos dates sur www.boutiquelabeyrie.fr

**Dans le respect des règles sanitaires.*

***Les enfants de plus de cinq ans sont les bienvenus.*

FLASHEZ ET LAISSEZ VOUS GUIDER POUR TOUTE INFORMATION ET INSCRIPTION :

www.boutiquelabeyrie.fr

Boutique LABEYRIE-LFFF - 39, route de Bayonne - 40230 Saint-Geours-de-Maremne Tél.05 58 56 73 21

Ouverture du Lundi au Samedi : 09h30 à 12h30 et de 15h à 19h - Juillet & Août de 9h à 19h

Pour votre santé, pratiquez une activité physique régulière, www.manger-bouger.fr «Photographies non contractuelles. Tous droits réservés.»

ÉDITO

LA SUD, TERRE DE VITALITÉ ET D'ÉMOTIONS

L'ÉQUIPE DE L'OFFICE DE TOURISME A LE PLAISIR DE VOUS PRÉSENTER
LA DESTINATION LANDES ATLANTIQUE SUD, TERRE DE VITALITÉ, D'ÉMOTIONS ET DE GÉNÉROSITÉ.

NOTRE ENVIRONNEMENT RICHE DE SES FORÊTS IMMENSES, DE L'OCÉAN IMPÉTUEUX,
DE SES LACS ET RIVIÈRES, INCITE NATURELLEMENT À LA PRATIQUE
DE MULTIPLES SPORTS EN TOUTE LIBERTÉ, OU ENCADRÉE PAR NOS PARTENAIRES
QUI VOUS FERONT VIVRE DES EXPÉRIENCES EMPLIES DE VITALITÉ.

DE SES TERRES CHARGÉES D'HISTOIRES, NOUS VOUS INVITONS À DÉCOUVRIR
SON PATRIMOINE CULTUREL, FESTIF, DE SAVOIR-FAIRE ET DE TRANSMISSION,
SIMPLEMENT GUIDÉS PAR LES ÉMOTIONS DE TOUS VOS SENS.

AU-DELÀ DES SENTIERS PAS TOUJOURS BALISÉS, D'AUTRES LIEUX SE DÉCOUVRENT,
S'OFFRENT À VOUS POUR VIVRE DES MOMENTS PLUS SIMPLES, PLUS CALMES.

VIVEZ L'EXPÉRIENCE
TERRE DE JEUX 2024

LANDES **ATLANTIQUE** SUD
OFFICE DE TOURISME

Bio Sosta
devient

les comptoirs de la bio

Groupement de magasins indépendants

AB AGRICULTURE BIOLOGIQUE

- Un groupement de plus de 150 magasins indépendants
- 240 marques bio pour tous vos besoins
- 3 marques distributeur pour une bio à prix justes
- Un service de click and collect

Rue de Maoucout • 40140 Soustons
(Derrière Leclerc Sports)
Tél. 05 58 42 23 80

Du lundi au jeudi : 9h30-12h30 & 14h30-19h • Vendredi Samedi 9h30-19h
Juillet/Août : Du lundi au samedi de 9h30 à 19h

© www.d-clic.fr © 2021 - Crédit photo : Adobe Stock

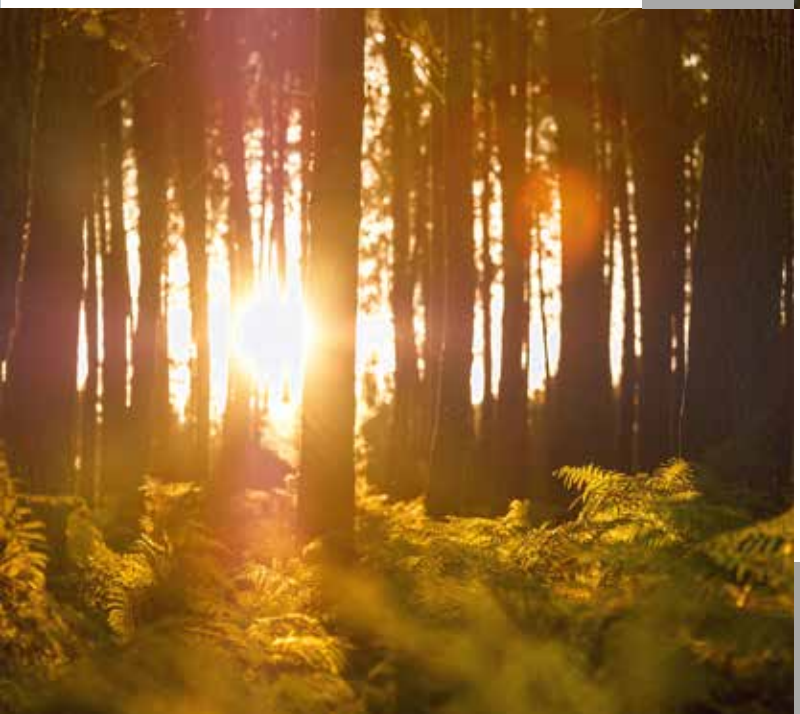
SOMMAIRE

La TERRE DE JEUX

PAGE 8

L'AVENTURE

PAGE 32



La PÉPITE

PAGE 90

LaSud est sur la plus haute marche du podium des vacances inoubliables, de la nature préservée, du bien vivre et bien manger.

Située au sud de la plus grande forêt artificielle d'Europe, elle propose une seule et même plage de 35 kilomètres, 3 parcours de golf de renommée internationale, 2 EuroVélos routes, 3 réserves naturelles, de nombreux lacs protégés en sites naturels ou classés et l'unique port du département des Landes.

Le territoire de LaSud fera de vous un **Champion** *toute catégorie.*

LaSud
TERRE D'ACCUEIL DES SPORTIFS

PLUS LIBRE
PLUS BEAU
PLUS SPORT

LA CÔTE SUD DES LANDES EST UNE TERRE D'ACCUEIL
DES CHAMPIONS TOUTES CATÉGORIES.
CERTAINS (LES PLUS CHANCEUX) DÉCIDENT DE VENIR Y VIVRE
POUR PROFITER D'UN TERRAIN DE JEUX OUVERT À TOUS LEURS CHALLENGES.
D'AUTRES VIENNENT Y PRÉPARER LEURS PROCHAINES ÉCHÉANCES
AVEC LA CERTITUDE D'Y FAIRE LE PLEIN D'ÉNERGIE POSITIVE.

ILS ONT TESTÉ, ILS ONT GAGNÉ !
MAINTENANT, À VOUS DE JOUER !

EQUIPE DE FRANCE DE RUGBY À VII

EQUIPE DE FRANCE FÉMININE DE GOLF

20 TERRE DE JEUX 24

EQUIPE DE FRANCE FÉMININE DE JUDO

EQUIPE DE FRANCE FÉMININE D'AVIRON

EQUIPE DE FRANCE FÉMININE DE HANDBALL

ÉQUIPE HOPE TEAM EAST

CAPBRETON SOUSTONS

CENTRES DE PRÉPARATION AUX JEUX

La TERRE DE JEUX

L'IMPORTANT, C'EST DE PARTICIPER !

METTRE UN PIED EN LANDES ATLANTIQUE SUD, C'EST DÉJÀ GAGNÉ !

plurielle

20
LE SKATEBOARD
sportif, créatif et artistique

14
LE SURF
pourquoi pas vous ?

12
LES GRAINES DE CHAMPION
de la glisse

I

24
LES GRAINES DE CHAMPION
les pieds sur terre

16
LE SAUVETAGE CÔTIER, L'AVIRON
de la rame à la glisse

T

V

26
LE GOLF
green et vert

A

30
LA COURSE D'ORIENTATION
à la poursuite de la balise

T

36
LA PELOTE BASQUE ET LA COURSE LANDAISE
Cap à Cap

32
LES BALADES ACCOMPAGNÉES ET CIRCUITS BALISÉS

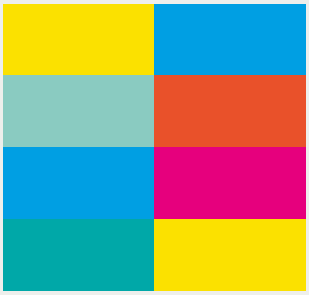
Les CHAMPIONS de LaSud

40
LES OLYMPIADES
les futures disciplines de 2054

I

L

É

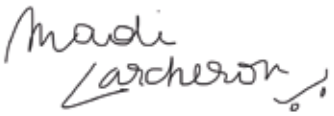


38
LES SPORTS PASSENT EN MODE ÉTÉ

34
L'ÉQUITATION
de la promenade à la compétition

Les graines de CHAMPION

Partagez le même terrain de jeu que nos graines de champions



15 ans

MADELEINE LARCHERON

Palmarès : *Championne de France bowl toute catégorie d'âge 2018 et 2020, 13ème aux Jeux Olympiques de Tokyo*
Le skate en 1 ou 2 mots: **FAMILLE, AMITIÉ, PERSÉVÉRANCE**
Un lieu, moment, un plat… en lien avec le territoire : *le park du Penon à Seignosse, le soir en été, un barbecue au Wharf*

15 ans

AGATHE BRICOUT

Son Surnom : *Gagathe*
Palmarès : *Championne de France (quatre de couple barré j14f)*
Aviron Landes (Nina Blain- Manon Ahyee-Labart- Agathe Bricout- Maylis Saludas- Emma Forrestier)
L'aviron en 1 ou 2 mots : **PLAISIR ET PARTAGE**
Un lieu, moment, un plat… en lien avec le territoire : *La pointe des Vergnes à Soustons*

17 ans

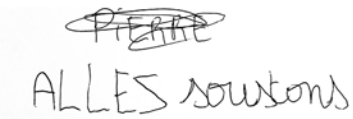
NAHIA MILHAU

Palmarès *Championne de France Junior Ondine, 5ème junior européenne*
Le surf en 1 ou 2 mots : **MA PASSION**
Un lieu, moment, un plat… en lien avec le territoire : *Aiguillette de canard*

18 ans

PIERRE MILHAU

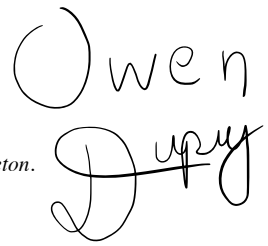
Surnom : *Peyo*
Palmarès *Champion de France de para surf adapté Espoirs*
Le surf en 1 ou 2 mots : **COOOOOOOL**
Un lieu, moment, un plat… en lien avec le territoire : *Confit de canard*



19 ans

OWEN DUPUY

Son Surnom : *Machinn'*
Palmarès : *Champion de France de beach flag's*
Le beach flag's en 1 ou 2 mots : **DIVERSITÉ ET PARTAGE**
Un lieu, moment, un plat… en lien avec le territoire : *j'aime les chipirons et les couchers de soleil au blockhaus de Capbreton.*



16 ans

MARLOU PAULIAC

Palmarès : *Championnats de France : 4ème au relais planche ; 5ème en planche*
Le sauvetage côtier en 1 ou 2 mots : **DIFFICILE, ENVIRONNEMENT INCROYABLE, ÉNORMÉMENT DE PLAISIR**
Un lieu, moment, un plat… en lien avec le territoire : *Ramer à côté des dauphins au Prévent*

13 ans

CLÉMENCE SCHORSCH

Palmarès : *Championne de France Ondines Minimes SURF*
Championne de la 100% filles en Open Ondines BODYSURF
Le surf en 1 ou 2 mots : **PLAISIR DE LA GLISSE**
Lieu préféré pour surfer : *HOME SPOT - Vieux-Boucau la vague de la digue hors saison. J'ai la chance d'être entourée de la foret, du lac et de l'océan. Je profite pleinement de la nature qui m'entoure et j'adore y faire du sport !*

Merci @oscarduszzzzer

Le SURF

Derrière la forêt de pins élancés, des plages de sable blond, des vagues à n'en plus finir... Voilà l'image un peu "cliché" des Landes, en grande partie façonnée par sa longue histoire d'amour avec le surf. La qualité des vagues landaises résonne depuis des décennies dans la tête des surfeurs comme un appel, une invitation. Des quatre coins du globe, les chasseurs de vagues viennent ici pour profiter de cette côte sauvage, préservée et cueillir des moments d'adrénaline. Entre le printemps et l'automne, c'est presque un pèlerinage. Avec un tel terrain de jeu, pas étonnant de voir les graines de champions locales s'épanouir et rivaliser avec les meilleurs surfeurs. D'ailleurs, malgré leur vie de voyage sur les meilleures vagues de la planète, leur constat reste unanime : nos spots sont justes incroyables.

Mais assez parlé d'élite, de performance... parce que l'on occulte un élément majeur : la variété des vagues. C'est une particularité souvent oubliée du sud des landes. Effectivement, ici l'on peut trouver ses limites, surfer des vagues de 4 mètres, chasser des tubes féroces et se faire sérieusement secouer le pin maritime (faute de cocotier).

La réalité est bien plus généreuse. Dans l'eau, vous avez toutes les chances de croiser votre dentiste proche de la retraite. Et si c'est mercredi, vous verrez les schtroumpfs du club local, encore équipés de leurs dents de lait. Alors élitiste le surf ?
Bien sûr pour se lancer il faut être un minimum en forme, évidement savoir nager évite les problèmes… mais pour qui veut du fun, aucune hésitation. Observez les parfaits débutants depuis le sable. Dites-nous combien ressortent de l'eau sans un sourire vissé jusqu'aux oreilles. Le surf c'est fun. Du début à la fin. Jouer avec les vagues, dans la mousse, allongé sur une planche, c'est fun. Tentez de vous lever, une fois, dix fois, toujours raté...c'est encore plus fun ! Vous savez quoi ? L'Océan n'a que faire de la performance. Il distribue la même énergie et la même expérience à tous ceux qui osent la saisir. Alors pourquoi pas vous ? Au pire vous ressortirez décoiffé (on s'en remet toujours) au mieux...et bien tentez, vous verrez... Et notez que l'on a aucun intérêt à vous mentir.

Et pour vivre pleinement l'expérience, pour appréhender complètement cette terre de jeu, on s'adresse à ceux qui ont de l'expérience. Autodidacte, c'est bien, mais se priver des meilleurs conseils de surfeurs aguerris, c'est dommage (sinon plus). Soyons clair, prof de surf dans les Landes c'est tout sauf de la glandouille. À la fois secouriste, pédagogue, forcément très bon surfeur et passionné, c'est en totale confiance que l'on se laissera guider.

LES BONNES ADRESSES
ÉCOLES DE SURF

Retrouvez-les toutes sur LOUSPOT.FR

Moliets-et-Maâ

ÉCOLE DE SURF DU GOLF
+33 6 74 36 54 67

ÉCOLE DE SURF MOLIETS SOONLINE SURF SCHOOL
+33 5 58 47 16 11

MAÂ SURF SCHOOL
+33 5 58 48 55 69

MOLIETS SURF SCHOOL
+33 5 40 77 14 84

SURFING COURANT D'HUCHET
+33 6 63 38 17 44

Messanges

DÉSERT POINT SURF SHOP & SCHOOL
+33 5 58 49 12 11

ÉCOLE DE SURF LA DUNE
+33 6 07 76 18 98

ENERGY SURF SCHOOL INTO YOGA
+33 6 75 59 30 64

MESSANGES SURF SCHOOL
+33 6 77 48 73 85

NAÉCO
+33 6 71 51 12 50

Vieux-Boucau

ALTERNATIVE SURF SCHOOL
+33 6 03 06 06 42

ATLANTIC SURF LODGE
+33 5 58 48 31 37

ASSOCIATION VIEUX-BOUCAU SURF CLUB
+33 5 58 48 30 70

ÉCOLE DE SURF DREAMLANDES
+33 6 19 40 98 04

ÉCOLE DE SURF PLANÈTE VACANCES
+33 6 50 23 72 18

ESCF VIEUX-BOUCAU
+33 5 58 41 66 74

QUIKSILVER ÉCOLE DE SURF
+33 5 58 43 83 69

SURF UNIVERS
+33 5 58 48 28 51

Soustons plage

PÔLE NAUTIQUE SOUSTONS PLAGE ÉCOLE DE SURF
+33 5 58 41 54 00

Soustons

ÉCOLE DE SURF CENTRE SPORTIF ET NAUTIQUE EVAD'SPORT
+33 6 45 62 81 00

SOONLINE

ÉCOLE DE SURF & SKATE MOLIETS

Let's make adventure !

Soonline, c'est d'abord l'accueil chaleureux et convivial d'Eric & Joke et toute leur équipe ! Tous passionnés de sports de glisse, de nature et avides de transmettre leur passion. Depuis la création de Soonline en 2004, les fans de glisse s'y retrouvent pour prendre des cours, tester les nouvelles boards, récupérer le matériel de surf, skate ou vélo pour surfer les vagues Landaises & explorer les alentours de Moliets... Ambiance garantie !

Une école Surf & Skate de qualité, doublement certifiée !

Par sa démarche qualitative et le professionnalisme de son équipe, Soonline a obtenu le label «Qualité de Tourisme» et la certification «Ecole Française de Surf».

Une adresse incontournable pour une bonne dose d'aventure sur la côte Landaise !

Welcome @Soonline !

Moliets-et-Maâ
6 Impasse de la Dune
40660 Moliets-et-Maâ
ecoledesurfetskate@gmail.com
www.ecoledesurfmoliets.com
+33 5 58 47 16 11

SKATE & SURF SCHOOL
SOONLINE MOLIETS 40

LES BONNES ADRESSES
ÉCOLES DE SURF

Retrouvez-les toutes sur LOUSPOT.FR

Seignosse

ÉCOLE DE SURF JERRY SURF SCHOOL
+33 6 59 14 02 24

Hossegor

DARRIGOOD SURF SCHOOL ESCF HOSSEGOR
+33 6 84 15 21 20

SURFTRIP SURFSCHOOL
+33 5 58 41 91 06

Capbreton

ADISHATS SURF SCHOOL
+33 6 74 38 23 57

CAPBRETON SURFER SCHOOL
+33 6 82 43 04 92

CAPSURF - ECOLE FRANÇAISE DE SURF
+33 6 03 63 41 48

Capbreton

ÉCOLE DE SURF SUPDIVISION
+33 5 58 72 09 11

KI SURF SCHOOL
+33 6 99 01 36 50

SANTOCHA SURF CLUB
+33 5 58 72 33 80

SPIRIT SURF SCHOOL
+33 6 26 65 32 35

SURF OCEANIDES ECOLE DE SURF
+33 6 41 68 61 59

TED SURF SCHOOL
+33 5 58 89 78 42

WASA SURF SCHOOL
+33 7 83 12 57 40

Labenne

GO AND SURF ATTITUDE
+33 6 12 14 51 99

SURF'LAB ECOLE DE SURF SURFSHOP
+33 5 59 45 71 09

TIKI SURF SCHOOL
+33 6 08 70 37 62

SAUVETAGE CÔTIER

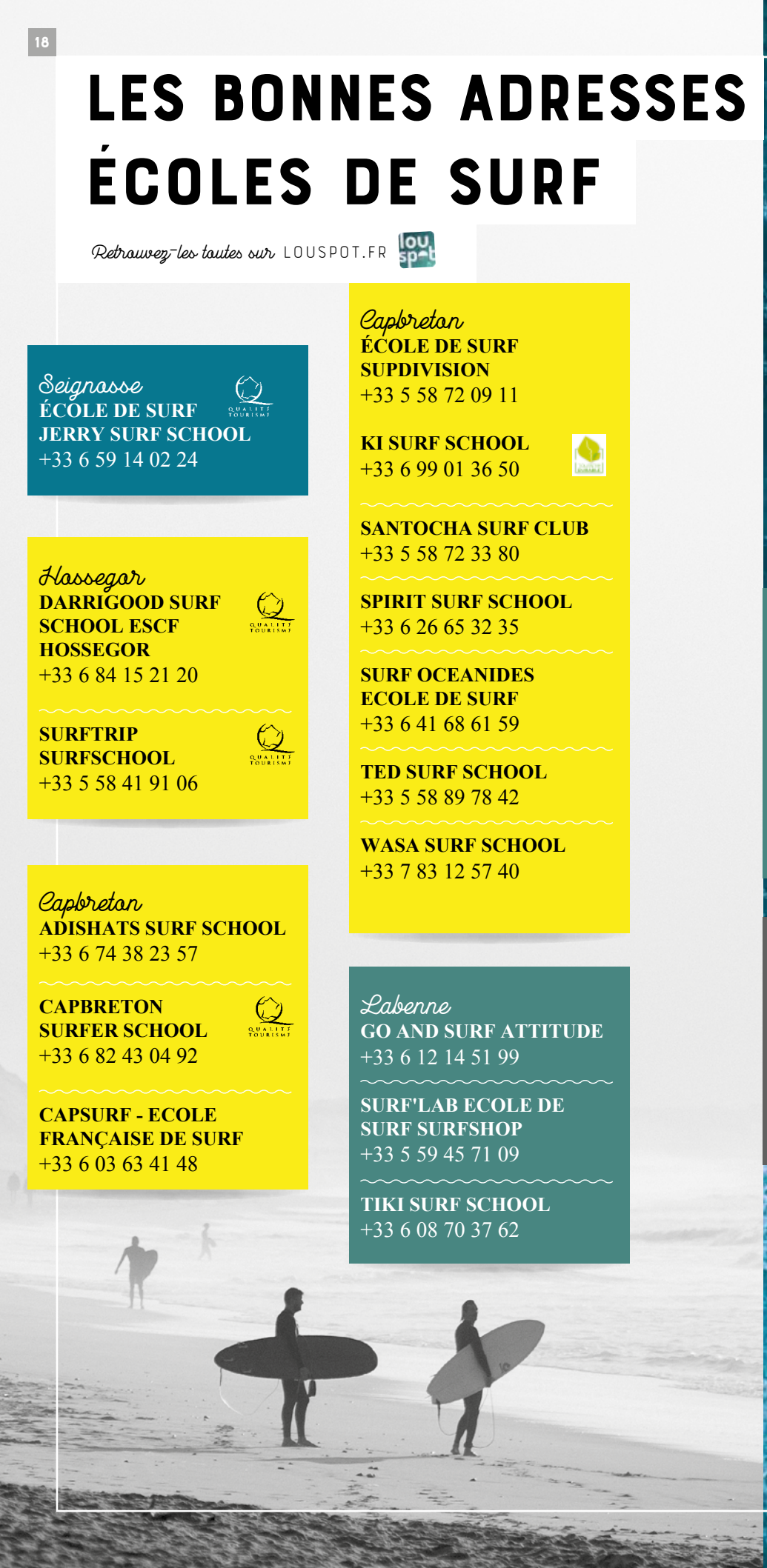
Capbreton

CAPBRETON SAUVETAGE CÔTIER
+33 6 71 32 58 50

AVIRON

Soutons

AVIRON CLUB SOUSTONNAIS
+33 5 58 41 37 87



Le SAUVETAGE CÔTIER

Le sauveteur ! Figure rassurante de vos plages ! Presque un membre de la famille à qui vous accordez la toute confiance de la surveillance de vos enfants ! Réconfortant n'est-ce pas ?
La majorité d'entre eux est issue des clubs locaux de Sauvetage Côtier. Par de la formation en secourisme ou, dès le plus jeune âge, par l'initiation au sauvetage sportif : sprint, nage, planche ou du kayak de sauvetage... Assurément un sport de pleine nature sensibilisant à cet environnement toujours imprévisible : l'océan.
Un matin, vous croiserez certainement des petits bouts en combinaison sur le sable s'entraînant pour prendre la relève. Ils forcent déjà l'admiration. Par le jeu, ils donnent le meilleur d'eux sur la plage comme dans l'eau. Les premiers gestes du sauveteur se mettent doucement en place.
C'est ainsi qu'ont débuté nombre de nos champions titrés au plus haut niveau mondial. Et c'est aussi le chemin parcouru par le maître-nageur sauveteur de votre plage préférée.
Alors vous aussi tentez l'expérience sauvetage côtier.

L'AVIRON

De la rame à la glisse... !

L'aviron, discipline olympique amateure et médiatiquement discrète, se révèle pourtant sur un de nos joyaux landais : le lac de Soustons qui accueille dès l'aube les passionnés de la rame mais avant tout de la glisse.

Quand le bateau chante du doux bruit de sa coque qui file, dans un décor magique, quoi de plus envoûtant !

Et oui, l'aviron est un sport de glisse, qui allie technique, physique et sensations. C'est aussi un sport complet qui se pratique seul ou à plusieurs, en loisir comme en compétition, en lac ou en mer.

De la yole au skiff, du quatre au huit, tous les bateaux sont très fins mais accessibles à tous en quelques leçons.

Alors venez décrocher les rames vous ne serez pas déçu.

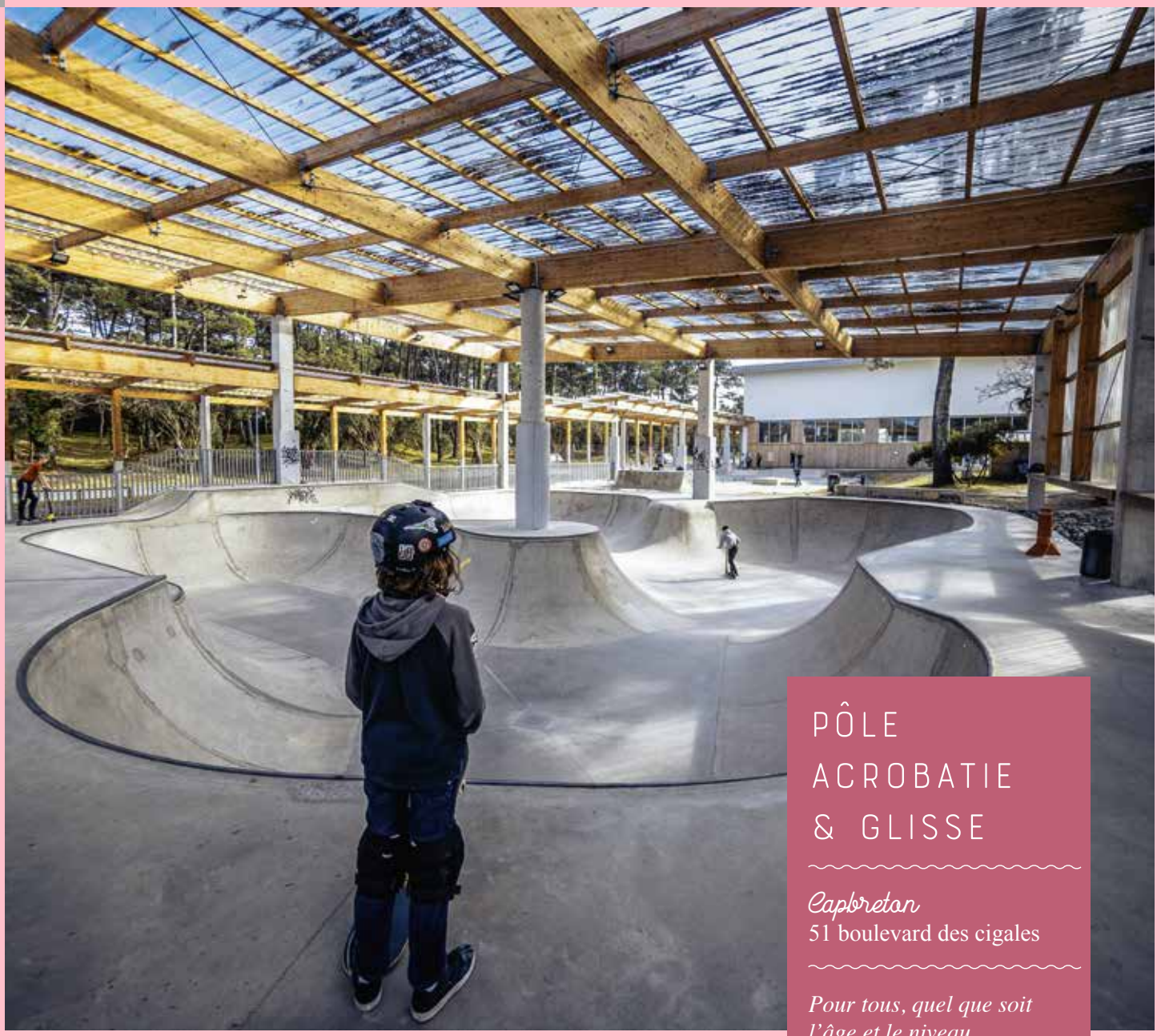
Merci à Sabine de l'Aviron Club Soustonnais

Madeleine Larcheron en backside air dans le skatepark Olympique de Tokyo, Ariake, le 2 août 2021

Le SKATEBOARD

Le Skateboard, activité physique et sportive pour certains, contre-culture créative et artistique pour d'autres, a fait une entrée remarquable et remarquée lors de sa toute première apparition aux Jeux Olympiques l'été dernier à Tokyo. Parfois perçus de manière négative, les skateurs ont pu à cette occasion montrer à la terre entière les valeurs partagées par les amateurs de planche à roulettes : performance bien sûr, mais également et surtout, abnégation, engagement, liberté et partage. Le CIO ne s'y est d'ailleurs pas trompé en décernant récemment le prix du Fair-Play Tokyo 2020 aux skateuses de l'épreuve de Park (pour avoir réconforté la grandissime favorite Misugu Okamoto qui après avoir chuté a vu ses espoirs de médaille s'envoler). C'est dans cette même épreuve de Park que la Landaise et benjamine de la délégation française, Madeleine Larcheron, s'est classée à une très belle 13e place. Un autre Landais a aussi brillé à Tokyo, Vincent Milou échoue au pied du podium en terminant 4ème de l'épreuve de Street, pas grave, il y a fort à parier que l'on retrouvera nos deux riders place de la Concorde en 2024, et quoi qu'il en soit l'essentiel était ailleurs, le skateboard est resté lui-même et Madeleine comme Vincent en ont été de très bons ambassadeurs !

Merci à Greg Poissonnier/Slappy agency pour le texte et la photo.



PÔLE ACROBATIE & GLISSE

Capbreton
51 boulevard des cigales

Pour tous, quel que soit l'âge et le niveau de pratique, vous pourrez y découvrir notamment :

• **UN BOWL COUVERT** *comprenant trois parties d'une profondeur moyenne de 1,7 m et une deep de 2,2m, plusieurs hips et extensions ainsi qu'un spine.*

• **UNE AIRE DE STREET** *partiellement couverte de 1000 m² dotée d'une vingtaine de modules tous niveaux et divisée en 4 zones : Wall-ride, curbs et apprentissage, gap et table, flow-park.*

SKATEPARKS

- Bénesse-Maremne
- Capbreton
- Labenne Océan
- Moliets-et-Maâ
- St-Jean-de-Marsacq
- St-Vincent-de-Tyrosse
- Saubion
- Seignosse
- Soustons
- Tosse
- Vieux-Boucau

PUMP TRACKS

- Labenne
- St-Geours-de-Maremne
- Tosse

LES BONNES ADRESSES SKATE

Retrouvez-les toutes sur LOUSPOT.FR

Capbreton
SANTOCHA CAPBRETON SKATE CLUB
+33 6 95 04 04 85

Labenne
SURF & SKATE OLIVIER ODÉRO
+33 6 62 15 07 81

Moliets-et-Maâ
ÉCOLE DE SKATE MOLIETS SOONLINE
+33 6 25 98 48 57

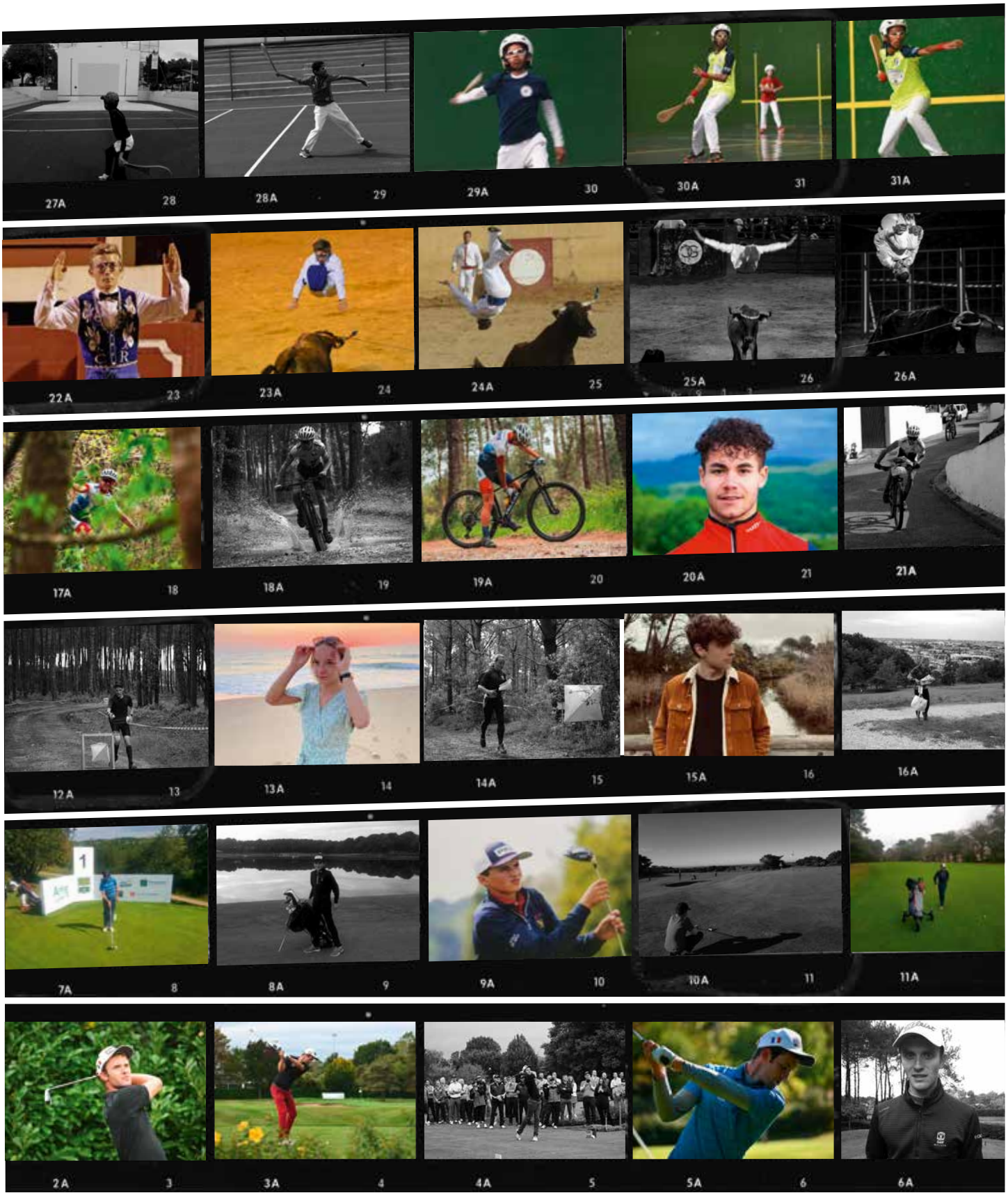
Vieux-Boucau
ÉCOLE DE SKATE PLANÈTE VACANCES
+33 5 58 97 33 42

SKATELANDES
+33 6 88 67 32 19

DANS LE PLUS PETIT DE NOS VILLAGES, IL Y A UNE PLACE POUR LE SKATE ! DES COURBES ENGAGÉES AU PUMPTRACK OU DES CREUX DU BOWL AUX RAMPES DU PARC, BIENVENUE AU PARADIS DU SKATE !

Les graines de CHAMPION

Partagez le même terrain de jeu que nos graines de champions



14 ans

DYLAN CAMIADE

Palmarès : 5 titres de champion des Landes, 4 titres de champion de France. Vainqueur catégorie Benjamin Tournoi international de Pau
Mon rêve : **ÊTRE CHAMPION DU MONDE AVC L'ÉQUIPE DE FRANCE EN PALETA CUIR ET À CORTA**
Un lieu, moment, un plat… en lien avec le territoire : Ma ville, Capbreton, l'Estacade au coucher du soleil. Magret aux pommes.

21 ans

CORENTIN REMON

Surnom : Coco
Palmarès : 2ème au championnat des secondes à Pomarez en 2021
La course landaise en 1 ou 2 mots : **ADRÉNALINE, FRISSONS**
Un lieu, moment, un plat… en lien avec le territoire : Premier saut dans les arènes de Soustons. La salade landaise.

18 ans

LOGAN LABARBE

Surnom : Toto Loco
Palmarès : Champion d'Europe et équipe de France séniors
La Course Orientation à VTT en 1 ou 2 mots : **VITESSE - SURCHARGE MENTALE**
Un lieu, moment, un plat… en lien avec le territoire : Forêt et pastis landais

16 ans

JULES MONTUS

Palmarès : Groupe Performance Nouvelle Aquitaine et champion des Landes
La course orientation en 1 ou 2 mots : **LE BONHEUR**
Un lieu, moment, un plat… en lien avec le territoire : forêt landaise

16 ans

ELSA JOUVE

Palmarès : Groupe Performance Nouvelle Aquitaine
La course orientation en 1 ou 2 mots : **NATURE, SPORT, RENCONTRES**
Un lieu, moment, un plat… en lien avec le territoire : Été à la plage

13 ans

LÉO-PAUL FINOS

Palmarès : Champion des Landes 2021, 9ème du GP majeur d'Albi
Le golf en 1 ou 2 mots : **MENTAL, CALME, ÊTRE PATIENT**
Un lieu : Le golf d'Hossegor

26 ans

VINCENT HELLY

Surnom : Vince
Palmarès : Champion de France para-golf 2020 / Vainqueur du Grand-Prix handi-valides de Périgueux 2021
Meilleur joueur européen en match-play série net
Le golf en 1 ou 2 mots : **LE GOLF, UN SPORT ACCESSIBLE A TOUS QUI REND ADDICT MAIS HEUREUX**
Un lieu, une personne… en lien avec le territoire : Le golf de Moliets, la Réserve Naturelle du Courant d'Huchet. Mon coach Michael HILL

2A

3

3A

4

4A

5

5A

6

6A

Le GOLF

Dans la famille, on pratiquait différents sports, et particulièrement le volley-ball et le tennis. Mais quand mon père, professeur d'EPS, s'est initié au golf pour l'enseigner à ses élèves, il nous a contaminé ma mère et moi ! C'était il y a une vingtaine d'années et nous avons tout de suite accroché. J'ai toujours été très sportif et j'ai apprécié cette discipline très exigeante à la fois mentalement et physiquement.
Pour autant, c'est seulement quand je me suis installé dans les Landes, il y a une quinzaine d'années que je m'y suis mis sérieusement, grâce à la proximité du golf de Moliets. Ce parcours entre forêt et océan est magnifique !
Mon père m'avait transmis sa passion. Je l'ai transmise à mon tour à mon fils. On lui a offert ses premiers clubs en plastique à l'âge de 2 ans et aussitôt il s'est mis à jouer dans le jardin. Depuis qu'il a 6 ans, il passe ses mercredis après-midi à l'école de golf. Et aujourd'hui qu'il en a 9, il prend plaisir à jouer sur le parcours avec ses grands-parents et moi-même. C'est là que nous voyons que le golf est idéal à pratiquer en famille. Comme chacun joue sa propre balle, tout le monde peut prendre du plaisir quel que soit son niveau.
Le golf tient vraiment une grande place dans nos vies. Pour ma part comme j'aime les défis, je me suis lancé dans la compétition amateur. Et si pour l'instant, ce sport n'est qu'un loisir, je n'écarte pas une évolution dans une éventuelle reconversion. Pourquoi pas dans l'enseignement, pour continuer à transmettre notre passion et notamment à mon fils.

Merci à Alexandre Bouvart et sa famille

Une anecdote : je n'ai pas gagné de titre en compétition. Mais une fois, j'ai réussi un trou en un coup. C'était le numéro 7 du petit parcours à Moliets… Malheureusement, j'étais tout seul et personne n'a été témoin de mon exploit !
Ton sport en 2 mots : plaisir et difficulté
Un lieu : le départ du trou numéro 13 sur le golf de Moliets, lorsque s'ouvre la vue sur l'océan
Un moment : le coucher du soleil sur la plage de Messanges
Un plat : une bonne plancha entre amis

Le golf de Pinsolle, situé en plein cœur de la pinède, à deux pas de l'océan et du lac marin, est apprécié pour son cadre et son calme en pleine nature.
L'école de golf, relancée au printemps 2021 grâce à l'implication de la direction et des bénévoles de l'Association Sportive, a constitué deux groupes par tranche d'âge : nos « petits écoliers » bénéficient ainsi d'une heure d'enseignement assurée par le pro Harold Noel et d'une heure complémentaire (pour les volontaires) encadrée par des bénévoles formés, directement sur le parcours ou en ateliers ludiques. Alors plus d'hésitation, rejoignez-nous.

LES BONNES ADRESSES GOLF

Retrouvez-les toutes sur LOUSPOT.FR

Moliets-et-Maâ
GOLF DE MOLIETS
+33 5 58 48 54 65

Soustons
GOLF DE PINSOLLE
+33 5 58 48 03 92

Saubusse
GOLF'INN IMMERSION
+33 6 07 49 06 60

Soorts-Hossegor
HILL GOLF CENTER HOSSEGOR
+33 5 58 73 63 51

MAIS QUEL RAPPORT ENTRE LE GOLF ET LE MUSÉUM NATIONAL D'HISTOIRE NATURELLE, ME DIREZ-VOUS ? ET SI ON VOUS RÉPOND LA BIODIVERSITÉ, VOUS COMMENCEZ À Y VOIR PLUS CLAIR ?

CQFD vous êtes bien en Landes Atlantique Sud où grands espaces naturels, biodiversité et préservation de l'environnement font partie de l'art de vivre.

Les golfs de Moliets et Pinsolle (Soustons), se sont engagés dans le programme National d'Études de la biodiversité des golfs français, basé sur une démarche volontaire d'amélioration continue de la connaissance, de la préservation et de la valorisation de leur patrimoine naturel. Ils s'attachent l'expertise d'acteurs du monde naturaliste qui ont la mission d'inventorier les différents habitats et certains groupes d'espèces dits bioindicateurs, d'évaluer le fonctionnement et la santé des écosystèmes des golfs, de préconiser des mesures de gestion et d'aménagement pour améliorer le potentiel d'accueil de biodiversité du golf étudié.

Bien entendu on pourrait aussi vous parler de la petite famille de chevreuils qui vient régulièrement faire son marché, et des écureuils qui jouent à cache-cache entre fairway et rough… mais on vous laisse le plaisir de le découvrir par vous-mêmes…

À découvrir également les golfs de Seignosse et Hossegor.

MOLIETS

Au golf de Moliets vous trouverez 2 parcours envoûtants entre forêt et océan où l'art de vivre se cultive au quotidien.
Outre le jeu, c'est une balade dont on ne se lasse jamais, où s'associent les effluves des pignes de pins et l'air iodé de l'océan. Certains vous diront qu'ils n'ont pas bien scoré, car ils ont été distraits par le bruit des vagues ou encore la rencontre inattendue d'un chevreuil.

Notre objectif : vous offrir de véritables moments de plaisirs golfiques pour vous revoir très vite.

Moliets-et-Maâ
GOLF DE MOLIETS
+33 5 58 48 54 65

PINSOLLE

Véritable parcours 9 trous et practice sur eau avec de nombreuses zones d'entraînement organisées autour de l'étang et du club house.

Le golf de Pinsolle offre aux joueurs débutants et confirmés toutes les conditions de jeu entre lac, forêt et océan.

Le manque de temps ne sera plus une excuse.

Soustons
GOLF DE PINSOLLE
+33 5 58 48 03 92

Les CIRCUITS

Labenne

Le Cydel
Départ depuis les Jardins du Bourg (derrière le Hall des sports à Labenne-Ville)

La Course océane
Départ depuis le parking du collège à Labenne Océan

Messanges

Côté village
parcours initiation

Côté forêt *pour les familles sportives*

St-Geours-de-Maremne

6 boucles d'orientation,
allant de 1,6 km à 3,4 km, Départ du complexe sportif

St-Vincent-de-Tyrosse

5 circuits d'orientation
de 1,2 à 5 km. Départ parking Bois de fontaine

Soustons

Parcours découverte
permanent de l'Isle Verte

Toutes les cartes sont en téléchargement gratuit sur landesatlantiquesud.com

La COURSE D'ORIENTATION

Je viens du raid multisport et j'ai adhéré au BROS (Balade randonnée orientation Soustons) il y a 7 ans pour m'améliorer en course d'orientation. Finalement, c'est devenu l'unique sport que je pratique, car il mêle à la fois réflexion et côté sportif.
La course d'orientation, c'est comme une chasse au trésor. À partir d'une carte avec un codage particulier, il faut trouver des balises dans un ordre précis. Comme au ski, il y a des circuits plus ou moins difficiles, identifiés par des codes couleurs : vert, bleu, jaune, orange et violet. C'est vraiment une activité ouverte à tous, de 7 à 77 ans. On peut y participer en loisir, pour le plaisir de se balader en forêt en cherchant les balises, ou en compétition. Il s'agit alors de courir, tout en faisant les meilleurs choix d'itinéraires, afin de réaliser le parcours le plus rapidement possible.
On pense souvent que la course d'orientation se fait uniquement à pied. Mais certaines épreuves peuvent se faire en VTT et on essaie de les développer dans les Landes. Il existe aussi la course d'orientation à ski… mais ça, ce n'est pas chez nous !

Ce qui me plaît vraiment dans cette discipline, c'est que c'est le sport nature par excellence. On évolue principalement en forêt, dans le plus strict respect des autres et de l'environnement. D'ailleurs, tous les événements labellisés par la Fédération française de course d'orientation sont organisés dans le plus strict respect de la nature, avec la mise en place de mesures citoyennes pour minimiser notre impact.

Merci à Sébastien Lachet

*Palmarès : **Champion des Landes 2020, participation au championnat du monde VTT vétéran en 2021, la CO c'est possible même quand on est daltonien.***
*La course d'orientation en 1 ou 2 mots ou expression : **La CO ou comment allier vitesse et réflexion.***
*Un lieu, moment, un plat en lien avec le territoire Landes Atlantique Sud : **L'océan et le pastis landais***

Tèrra AVENTURA

Envie de vous amuser tout en élargissant vos connaissances ? Nous avons ce qu'il vous faut ! Tèrra Aventura c'est découvrir le patrimoine d'une façon ludique en résolvant des énigmes tout au long d'un parcours. À la fin ? un trésor à trouver mais chut c'est un secret !
Téléchargez l'application sur votre smartphone et laissez-vous guider.
Troquez les tongs contre les baskets hop hop c'est parti ! Testez nos parcours à Moliets-et-Maâ, Soustons, Capbreton, Saubusse et Josse le petit dernier à faire à vélo !

TERRA-AVENTURA.FR

• • • *Sentier balisé de la dune - Capbreton*

Les CIRCUITS BALISÉS

Profitez des circuits de randonnées à pied balisés grâce auxquels la nature se révèle. Non, la forêt landaise n'est pas aussi « plate » qu'on peut l'imaginer... Gravir les « tucs » amène à dominer la canopée à, parfois, embrasser du regard l'océan lointain, à apercevoir les plus hauts clochers du coin et à s'imaginer maître du monde. Mais l'humilité nous rattrape quand on se retrouve au cœur de la verdure silencieuse, happé par les odeurs de résine et de sable chaud. Alors on se dit que la nature est bien belle et tellement généreuse envers nous. La preuve en est : le bien-être qui nous envahit à la fin de la balade.

BALADESUDLANDES.FR

C'est le bon compromis pour randonner ou promener léger à pied, à vélo ou à VTT. Connectez-vous, sélectionnez votre mode de déplacement, la ville ou le secteur géographique, la difficulté ou la durée et vous accédez à une liste de circuits et balades détaillés. Au choix, on imprime le circuit ou on télécharge les traces gpx et c'est parti !

LES BONNES ADRESSES BALADES

Retrouvez-les toutes sur LOUSPOT.FR

À ROULETTES

Capbreton
ÉCORIDE SKATE ÉLECTRIQUE
+33 6 63 32 30 16

Labenne
IZI RIDER SKATE ET TROTTINETTE ÉLECTRIQUES
+33 6 18 45 57 40

Messanges
ÇA ME TROTT'
+33 6 20 99 02 64

LANDPADDLE ROLLSWEET
+33 6 84 55 79 77

TROTT'IN LANDES
+33 7 67 45 25 05

Moliets-et-Maâ
ELECTRIC SKATE LAND
+33 6 38 43 22 99

St-Vincent-de-Tyrosse
TROTT'ODYSSÉE
+33 6 63 86 36 02

Vieux-Boucau
UHINA
+33 5 59 37 76 59

À VÉLO

Capbreton
RANDO ADVENTURES
+33 6 74 57 65 22

Labenne
TIKI SURF SCHOOL
E-FATBIKES
LOC & RANDO
+33 6 08 70 37 62

Soustons plage
FREELANDES
SORTIE DÉCOUVERTE 100% ELECTRIQUE
+33 5 58 48 09 81

SEGWAY

Capbreton

MOBILBOARD
+33 6 74 56 97 84

Les balades ACCOMPAGNÉES

Partons, avec des passionnés de nature si riche, si belle mais si fragile. À la découverte de la dune, de la forêt, des milieux naturels préservés, des lacs ou étangs, tendons l'oreille, ouvrons les yeux et apprenons à respecter nos richesses naturelles.

Les sorties accompagnées restent les plus indiquées pour profiter pleinement de mère Nature. Bain de forêt ou traversée désertique des sentiers sablonneux, on se prend pour un aventurier, tout en étant accompagné. On privilégie les visites à thèmes, adaptées aux grands et aux petits, accompagnés par des guides naturalistes ou des techniciens de l'Office National des Forêts ; les randonnées guidées permettent aussi de découvrir l'histoire, la faune et la flore locales.

À PIED

Labenne
LA BOT'A MARION
+33 7 80 50 39 25

Vieux-Boucau
DÉCOUVERTE
NATURE LANDAISE
MADEMOISELLE PLANTE
+33 6 24 75 30 27

EN CALÈCHE

Soustons
MA CALÈCHE
+33 6 61 40 95 13

EN BARQUE

Léon
LES BATELIERS
DU COURANT D'HUCHET
+33 5 58 48 75 39

L'ÉQUITATION

"J'ai créé l'école d'équitation du Menusé en 1999. En plus des disciplines classiques, telles que le concours complet et le dressage, j'enseigne des activités plus méconnues, de l'initiation au perfectionnement. Depuis une quinzaine d'années, je propose ainsi les « pony games ». C'est un sport d'équipe de 4 à 5 cavaliers, mêlant vitesse et adresse. Il est composé de 33 jeux qui permettent d'apprendre les techniques équestres de manière ludique. Passages de témoin, relais, slaloms… cette discipline demande une grande maîtrise de soi et une bonne entente entre les coéquipiers. Les compétitions se déroulent par classe d'âge, à partir de 6 ans. Avec ma femme, nous avons été champions de France trois fois. Et chaque année, nous avons des médaillés au club.
Dans la famille des disciplines atypiques, je propose également le tir à l'arc à cheval. L'objectif est de tirer des flèches sur des cibles disposées le long d'un couloir ou sur un parcours de chasse vallonné. En compétition, tout se fait au galop et les épreuves sont chronométrées. Mais pour les débutants que j'accueille au club, dès l'âge de 7 ans, on commence par travailler l'équilibre et la gestuelle. Et en un an, on peut atteindre un bon niveau, même si on n'est jamais monté à cheval avant.
Au-delà d'une passion, pour moi, l'équitation est vraiment un plaisir. Et comme le plaisir, ça se partage, je tiens à rendre la pratique accessible à tous. C'est pourquoi j'accueille aussi les publics handicapés en proposant du sport adapté et de l'équithérapie."

Merci à Lionel Orenga

Palmarès : 3 fois champion de France de pony games, champion de France de tir à l'arc à cheval en 2017, ex-membre de l'équipe de France de tir à l'arc à cheval et organisateur de la coupe d'Europe de la discipline en 2019 à Tartas.
Ton sport en 2 mots : Plaisir et dépassement de soi
Un lieu : les bords de l'Adour entre Saubusse et Saint-Jean-de-Marsacq
Un moment : le matin, quand le soleil se lève au-dessus des prés
Un plat : la salade landaise

LES BONNES ADRESSES À CHEVAL

Retrouvez-les toutes sur LOUSPOT.FR

CENTRES ÉQUESTRES

Angresse
ECURIES DU MOULIN DE SIS
+33 6 84 79 42 44

Capbreton
CENTRE ÉQUESTRE L'APPALOOSA
+33 5 58 41 80 30

Messanges
CENTRE ÉQUESTRE DE LA PRADE
+33 9 81 32 32 35

St-Jean-de-Marsacq
ÉCOLE D'ÉQUITATION DU MENUSÉ
+33 5 58 77 78 21

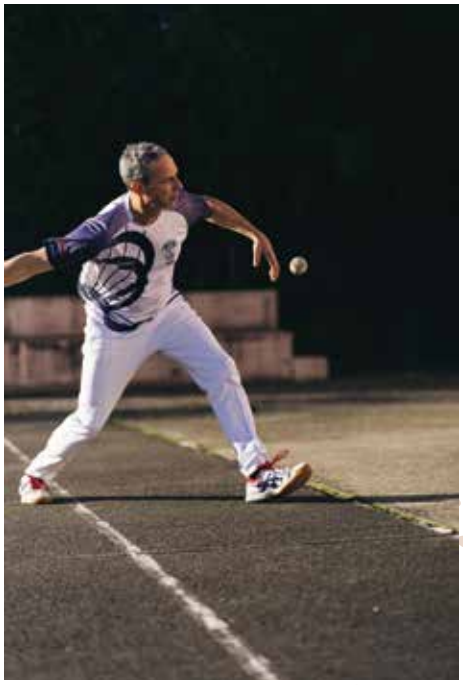
Vielle-Saint-Girons
CENTRE EQUESTRE LE CORRAL
+33 6 14 52 33 63

CENTRE EQUESTRE LES CENTAURES
+33 5 58 42 98 60

Merci à Christophe Dardy

Ton sport en 2 mots : **ÉLÉGANCE ET VALEURS**
Un lieu : *le village de Saubrigues*
Un moment : *une soirée entre amis*
Un plat : *des chipirons*

La PELOTE BASQUE



J'ai commencé la pelote basque à 5 ans. Mon père jouait, alors j'ai toujours baigné dedans. À 8 ans, on m'a inscrit à l'école de pelote de Saubrigues et à 10 ans j'ai commencé la compétition. J'ai toujours joué à main nue parce qu'à l'époque, on n'enseignait pas les instruments à l'école. Mais, entre nous, la main nue, c'est « la vraie » ! Le plaisir de frapper dans cette pelote, c'est une sensation très particulière.
J'ai atteint le très haut niveau. J'ai gagné tous les titres possibles et j'ai remporté deux fois la coupe du monde en tête à tête. Je suis même devenu professionnel. Mais ce milieu est très fermé, alors quand je suis repassé amateur à 33 ans, j'ai créé ma société Pelote Passion pour organiser des événements et des tournois. Mon ambition était de démocratiser la discipline pour permettre à plus de joueurs d'accéder au haut niveau.
Puis, j'ai glissé vers l'événementiel. Pour faire découvrir cette culture et ce sport au plus grand nombre, j'ai créé un fronton mobile que je déplace dans toute la France. Avec mon équipe, on recrée un village basque où on veut ! Dans le même esprit, on a créé le spectacle Rebota (le rebond en basque) en 2019. Signé par l'auteur dramatique Jean-Paul Alègre, il met en scène des chanteurs et des danseurs et raconte l'histoire de la pelote de ses origines à aujourd'hui, à travers la transmission d'un grand-père à sa petite-fille.
Mais l'aspect sportif de la discipline reste important pour moi. C'est pourquoi tous les ans, j'organise un tournoi international à Saubrigues. Prochain rendez-vous en octobre 2022 !

SPECTACLES ET TOURNOIS

Frontons
Moliets-et-Maâ
Vieux-Boucau

Trinquets
Saubusse
Saubrigues

Jaï Alaï
Hossegor

Merci à Dominique Larié

Palmarès : Champion de France des sauteurs, Trophée du Tursan pendant 11 ans d'affilée. Plus que les titres c'est d'avoir sauté des toros dans les plus grandes arènes d'Espagne qui constitue mon plus beau palmarès.

Ton sport en 2 mots : **COURAGE ET TRADITION**

Un lieu : les arènes de Soustons

Un moment : l'été et ses fêtes que l'on espère retrouver bientôt

Un plat : le magret de canard

La COURSE LANDAISE

C'est grâce à Christian Nieto, un ami de la famille, que j'ai découvert la course landaise. Il était écarteur et le jour où je suis allé le voir dans les arènes de Soustons, j'ai été époustouflé par les sauteurs. Je suis gymnaste depuis l'âge de 6 ans, alors j'ai adoré leurs performances. Christian m'a encouragé à essayer. J'ai relevé le défi. J'avais 16 ans, je me suis inscrit à l'école taurine et j'ai tout de suite attrapé le virus. La culture et de la tradition sont des composantes très importantes de la course landaise. Mais il ne faut pas oublier l'aspect sportif. Tous les hommes de pistes sont des athlètes. Rugby, basket, gym… c'est grâce à nos activités parallèles que nous nous maintenons en forme tout au long de l'année. Durant l'hiver, je m'entrainais 4 à 6 heures par semaine pour mes compétitions de gym. En fin d'entrainement, on gonflait une chambre à air de camion pour que je saute par-dessus. C'était important d'avoir un élément mobile pour travailler l'appréciation des distances d'appel et être prêt à se confronter aux animaux.

Une saison de course landaise est très éprouvante. En tant que sauteur, on peut être amené à participer à 70 ou 80 spectacles de mars à octobre. Durant l'été, c'est parfois tous les soirs. C'est compliqué à gérer physiquement parce que c'est une passion dont on ne vit pas. Il faut assurer le travail à côté !

Aujourd'hui, j'ai 37 ans et j'ai mis fin à ma carrière cette année. Mais je ne serai jamais loin des arènes. Ne serait-ce que pour transmettre à ma fille la culture et les traditions landaises.

LA COURSE LANDAISE

L'adrénaline gasconne !

SPECTACLES TAURINS ET COURSES LANDAISES

Arènes traditionnelles

St-Vincent-de-Tyrosse

Soustons

Vieux-Boucau

TENNIS

Capbreton
TENNIS CLUB CAPBRETON GAILLOU
+33 5 58 72 43 74

Moliets-et-Maâ
TENNIS DE MOLIETS
+33 5 58 48 54 65

ECOLES DE NATATION

Capbreton
LES DAUPHINS
+33 7 68 64 34 79

Moliets-et-Maâ
ÉCOLE DE NATATION DU MARENSIN
+33 6 83 17 65 44

Vieux-Boucau
ÉCOLE DE NATATION D'ALBRET
+33 6 45 16 06 15

ÉCOLE DE NATATION LOU MAYOUN
+33 6 79 70 07 28

St-Geours-de-Maremne
AYGUEBLUE
+33 5 58 56 92 34

Tennis

Revers, coup droit sur toutes surfaces à l'abri ou en plein air

Natation

Comme un poisson dans l'eau
Apprendre en douceur à tout âge

Pétanque

En mode festif ou
en mode compétition
à chacun son rythme

Événement

Mai
Swimrun en Landes Côte Sud

Juillet
8 et 9 • Tournoi de beach rugby et Drop'Adour à Capbreton
17 • Traversée du lac de Vieux-Boucau

Août
16 au 19 • Basket 3x3 Beach Tour 2022 à Vieux-Boucau
14 • Traversée du lac de Vieux-Boucau

Juillet/août
Envie de pétanque ou de tennis, nos champions locaux vous attendent sur tout le territoire

Du 2 juillet au 10 septembre
Tous les samedis
Beach-Sports initiations, découvertes, tournois Beach-rugby / Spike-ball à Vieux-Boucau

les Sports passent EN MODE ÉTÉ

Rugby

Le sable pour se faire plaquer en douceur

Basket

Un 3x3 face à l'océan, le rêve

Foot

Une partie improvisée entre copains

Volley

Go on défie ses voisins de serviettes

Les CHAMPIONS de LaSud

Partagez le terrain de jeu de l'équipe de l'office sans vous prendre au sérieux

LANDES ATLANTIQUE SUD
OFFICE DE TOURISME

la planch'à roulette

C'est quoi ce sport ? compétition créée pour des repas conviviaux, très conviviaux. 100% sourire, 100% dérision.
Palmarès commun : Médaille en chocolat aux JO 2054 du back flip de courgettes

	KARINE	FANNY	AURÉLIE
Surnom :	*"Tornadepoivrée"*	*"Pimenfanette"*	*"Ollie Ze Kid"*
Un moment, plat et lieu préférés :	*Au pied de l'estacade les jours de tempête*	*Chipirons à l'ail (ne pas oublier le persil)*	*PumpTrack de Tosse*

le kartsade

C'est quoi ce sport ? L'art de piloter un kart en maîtrisant le flow et les glissades, tout en vitesse et précipitation
Palmarès commun : Record de LaSud du nombre de pneus dispersés à la sortie du 3ème virage sud

	SANDRINE	HÉLÈNE	ISABELLE
Surnom :	*"Speedy"*	*"Satanas"*	*"Diabolo"*
Un moment, plat et lieu préférés :	*Sorbet aux asperges*	*Respirer le serpolet au pied de la dune et regarder les dauphins*	*Les rayons du soleil qui filtrent au travers de la forêt de pins*

le fallpaddle

C'est quoi ce sport ? Ne pas maîtriser la montée et la stabilité sur un paddle mais atterrir avec grâce dans 20 cm d'eau.
Palmarès commun : Championnes fédérale 1 par équipe lors des dernières coupes le 17 juillet 2021

Équipe des : Kimarties	CHRISTINE	MARTA	MARIE
Un moment, plat et lieu préférés :	*Ponton d'Azur*	*L'aube, au chant du canard !*	*Gratin de brochet aux herbes et à la crème de cacahuètes*

le babyroller

C'est quoi ce sport ? une course folle et délirante de poussette en roller sur l'autoroute de la rigolade.
Palmarès commun : Championne de Derby-poussette, objectif : médaille d'or aux JO 2054

Équipe des : Mimounett'	SABRINA	ANNE-SO	RÉGINE
Un moment, plat et lieu préférés :	*La sieste de Bébé*	*La daurade royale*	*La piste cyclable Alain Mimoun entre Azur et Messanges*

la glandouille active

C'est quoi ce sport ? choisir le spot idéal pour poser sa serviette et ne rien faire : analyse du sable , choix de la pente idéale pour mater sans être vu…
Palmarès commun : Experts de la serviette bien placée

Équipe des : 3 Laul'eau	LAURE	LAURÈNE	LAURENT
Un moment, plat et lieu préférés :	*Les plages de LaSud*	*à mi-marée*	*pâté de sable*

le cross food

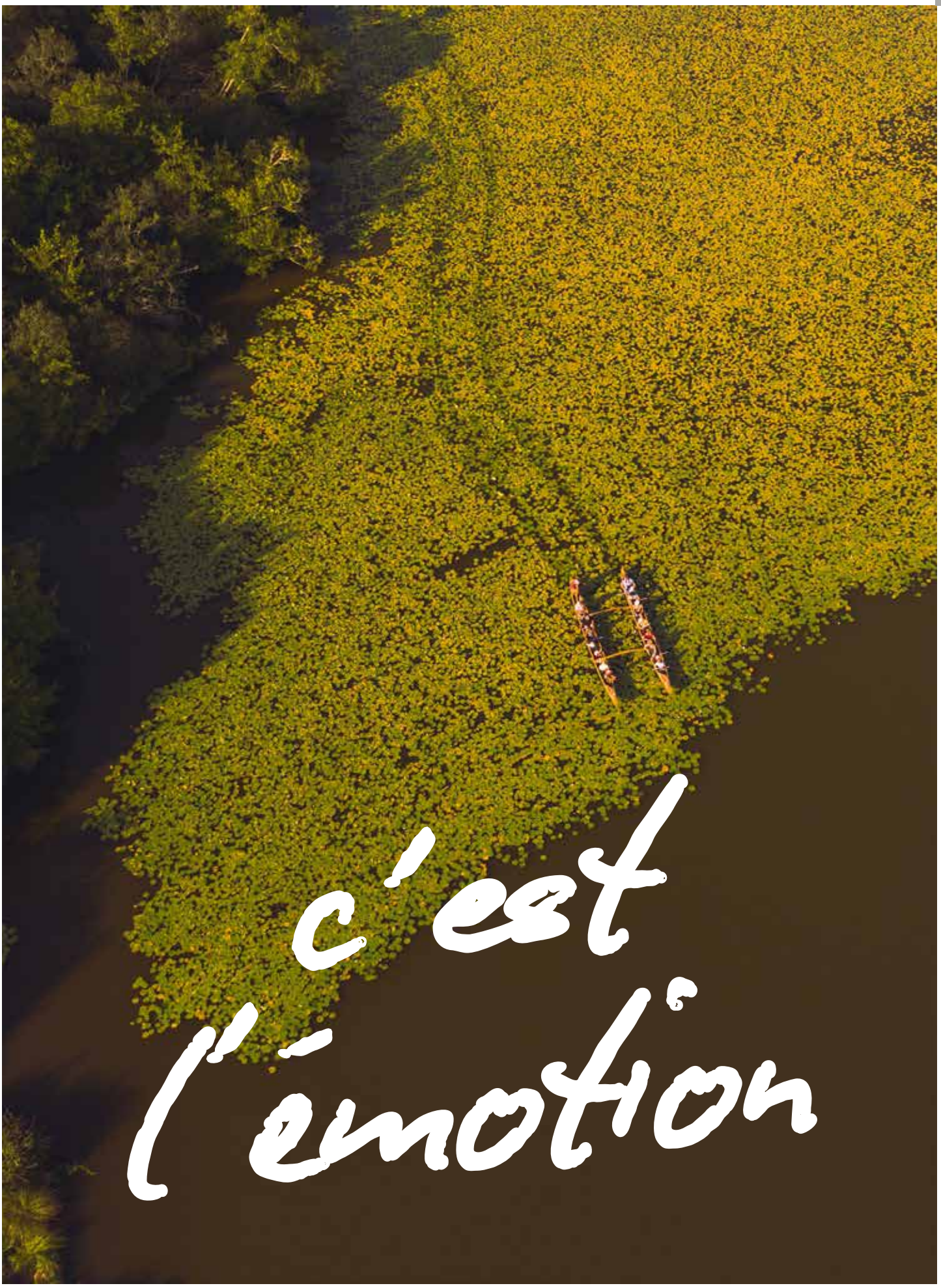
C'est quoi ce sport ? C'est LE sport qui mêle discipline, mental et bonne digestion mais aussi volonté et citrate de Bétaïne
Palmarès commun : Champions du monde en Développé, mangé, couché en Catégorie Duck Burger

	MAÏLIS	DENIS	CATHY
Surnom :	*Burger Queen*	*Bamba frites*	*Mon Ptit pain au sésame*
Un moment, plat et lieu préférés :	*sunset à Santocha*	*Midi 30*	*Les croupions au BBQ en famille*

L'AVENTURE

L'AVENTURE EST DANS
CHAQUE SOUFFLE DE VENT.

CHARLES LINDBERGH
THE SPIRIT OF ST-LOUIS


c'est
l'émotion

62
EN EAUX LIBRES
sur les courants et au large

48
ET POUR LES ENFANTS, ALORS ?
des idées pour les amuser

46
L'ÉCOLE BUISSONNIÈRE
le pouvoir aux enfants

64
JOURNAL INTIME D'UN GRAIN DE SABLE
les 4 saisons
les pieds dans l'eau

58
EN ROUES LIBRES
de la ville à la plage

66
LES PLAGES SURVEILLÉES
J'aime ma plage

T

68
UNE JOURNÉE SENSATIONNELLE
partage et bonne humeur

E

78
SILENCE

R

72
VOYAGES À SENSATIONS
adrénaline garantie

89
BILLETTERIE & TON ÉVÉNEMENT SUR MESURE

É

80
LES 4 SAISONS DE LA CULTURE
on s'éveille,
on s'embrase,
on prolonge

74
LA ROUTE DU BIEN ÊTRE
les routines beauté

L'ÉCOLE BUISSONNIÈRE

LE POUVOIR AUX ENFANTS

Ça y est c'est la récré !!
Et la récré en Landes Atlantique Sud,
c'est puissance 10…

Lâchez-vous, faites l'école buissonnière.

De balades en découvertes, de spots intimistes en grands espaces, de petites expériences en journées sensationnelles, d'activités pour soi en partage de groupe, le préau va être trop à l'étroit alors profitez de l'immensité de la cour de récré de Landes Atlantique Sud.

FABRIQUE TON

HÉRISSON

MATÉRIEL

QUELQUES BELLES PIGNES*
UN PETIT PAQUET D'AIGUILLES DE PIN
DE PETITS GLANDS DE CHÊNE AVEC CHAPEAU
FEUTRINE
COLLE
CISEAUX

FABRICATION

Organiser une petite balade en forêt pour trouver le matériel.
Placer les aiguilles de pin entre les écailles de la pigne et taillez-les pour égaliser la hauteur.
Découper dans la feutrine une forme de triangle et coller en forme de cône.
Coller ce cône sur la pointe de la pigne pour former le nez du hérisson.
Coller deux petits chapeaux de gland pour former les yeux.
Votre pigne-hérisson est terminé.

À toi de jouer et partage-nous ton œuvre.

FABRIQUE TON

CHÂTEAU DE SABLE

MATÉRIEL

DU SABLE BLANC DE LA PLAGE DES LANDES
DE L'EAU
UNE PELLE
UN SEAU
DES COQUILLAGES
DE LA PATIENCE
DE L'IMAGINATION

FABRICATION

Choisis un endroit, aplanis-le. Et c'est parti, des tours, des créneaux, des pont-levis, des douves et des murs tout ce que tu peux imaginer est à créer. Mais pour un château bien solide, voici quelques secrets: Bien doser l'eau que tu mélanges au sable, trop d'eau et ton château va s'écrouler. Vérifier la marée, trop près de l'océan, les vagues vont l'emporter. Tasser le sable avec tes mains, rien de mieux pour compacter le sable et se faire un gommage. Fais-toi aider par tes amis ou ta famille, le secret c'est le partage et le souvenir qu'on s'en fait.

FABRIQUE TON

CERF-VOLANT

MATÉRIEL

2 BAGUETTES DE BOIS (DE DEUX LONGUEURS DIFFÉRENTES)
TISSU AU CHOIX
FICELLE
CISEAU
FIL ET AIGUILLE

FABRICATION

Creuser des encoches à chaque extrémité des baguettes. Nouer les deux baguettes entre elles avec la ficelle, puis passer la ficelle autour de la structure. Couper le tissu autour de la structure en laissant quelques centimètres de marge. Coudre les extrémités du tissu sur le cadre de la structure. Attacher un cordage au cadre pour pouvoir maintenir le cerf-volant. Pour terminer, décorez-le avec des petits nœuds et accrochez un joli ruban à votre cerf-volant, ce qui lui permettra de voler au gré du vent.

ET POUR LES ENFANTS ALORS ?

Retrouvez-les toutes sur LOUSPOT.FR

BATEAUX ÉLECTRIQUES ET PÉDALOS

Soustons
PORT MINIATURE
+33 6 75 14 70 56

PÉDALOC
+33 6 71 00 33 63

Vieux-Boucau
LES PIEDS DANS L'O
+33 6 83 12 08 66

MINI-GOLFS

Capbreton
MINI-GOLF
+33 5 58 72 10 09

Vieux-Boucau
MINI GOLF
+33 5 58 48 24 36

ACTIVITÉS LUDIQUES

Capbreton
LE P'TIT CLUB
+33 5 24 89 30 14

LABYRINTHE DE MAÏS

Saubion / Soustons
POP CORN LABYRINTHE GÉANT DE MAÏS
+33 7 68 91 20 69
+33 7 68 81 89 22

PISCINES

Capbreton
CAMPING MUNICIPAL LA CIVELLE HORS JUILLET-AOÛT
+33 5 58 72 15 11

Labenne
CAMPING LES PINS BLEUS HORS JUILLET-AOÛT
+33 5 59 45 41 13

Messanges
PISCINE MUNICIPALE DE MI-JUIN À FIN AOÛT
+33 5 58 48 98 90

Soustons
AQUACLUB CAMPING L'AIRIAL HORS JUILLET-AOÛT
+33 5 58 41 19 36

TU VEUX MA PHOTO ?

BALADE SONORE

Saubusse, St-Vincent-de-Tyrosse Seignosse
VIRA & VASA
Balade sonore pour les 5/12 ans, un épisode de fiction à écouter, un parcours découverte à arpenter.
Suis les indices de Vira et Vasa et gagne ta carte collector.
Alors les Venturiers...
à la Venture !
www.viravasa.fr

NOUVEAUTÉ de l'été 2022

STRUCTURES GONFLABLES

Soustons
FUN PARK PLAGE
+33 6 35 19 50 36

MANÈGES

Capbreton
MANÈGE DE LA CAPITAINERIE
+33 6 88 67 79 90

Vieux-Boucau
MANÈGE ENFANTIN
+33 6 85 01 90 05

ENIGMES ET AVENTURE

Laàs
PARCOURS DE JEUX LE CHÂTEAU DES ENIGMES
+33 5 59 65 00 34

« CERTAINS D'ENTRE NOUS GAMBADERONT ENTRE TES JAMBES, D'AUTRES NAGERONT AU-DESSUS DE TA TÊTE ET POUR PARFAIRE LE TOUT, TU POURRAIS TENTER L'EXPÉRIENCE D'ÊTRE NOTRE SOIGNEUR D'UN JOUR.

À BIENTÔT AVEC NOTRE PLUS BEAU SOURIRE, NOS PLUS BELLES ÉCAILLES, NOTRE PLUS BEAU PLUMAGE ET NOTRE MERVEILLEUX RAMAGE. »

AQUARIUM

Biarritz
AQUARIUM DE BIARRITZ
+33 5 59 22 75 40

PARCS ANIMALIERS

Labenne
ZOO DE LABENNE
+33 5 59 45 43 93

Magescq
CONSERVATOIRE AVICOLE DU PUYOBRAU
+33 6 30 69 05 36

Des vacances ENGAGÉES

Savoir profiter de cette nature qui nous entoure tout en la préservant, faire vivre ce territoire en le développant de façon responsable et durable.

C'est le choix et le souhait de ces hébergements, restaurants ou activités de loisirs qui vous accueillent dans cette belle nature, vous la font découvrir, partagent avec vous des moments de plaisir et d'aventure en pensant à l'avenir.

C'est tout naturellement, par simple bon sens qu'ils ont initié ensemble des gestes simples, accessibles à tous, afin de réduire l'impact de leurs activités sur cet environnement ; ils sont impliqués dans cette démarche qui crée du lien et met en valeur les produits du terroir, les savoir-faire et leur transmission.

Vous pouvez leur faire confiance pour votre séjour chez nous : **ecotourisme-pays-alo.com**

En ROUES LIBRES

Ma ville À VÉLO

Et si le vélo était votre quotidien ?
La maison est endormie, le café coule… Deux coups de pédales et le pain frais, les CHOCOLATINES sont sur la table.

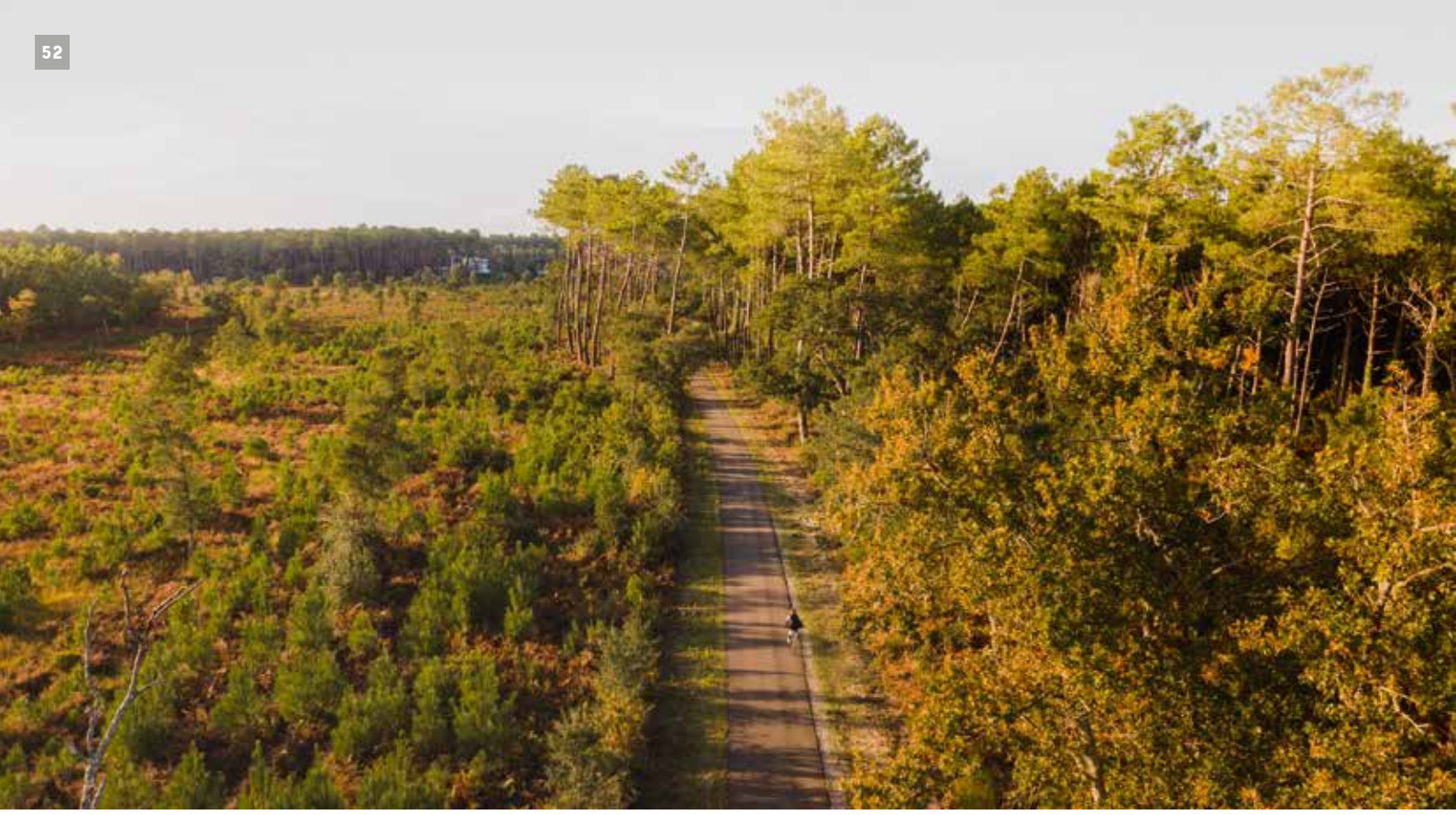
Tout le monde est en action mais toujours LA question. On mange quoi à midi ? Soleil à l'horizon alors à la plage et pique-nique ? Pas un souci.
Hop en deux coups de pédales, tout est à portée de mains, pas de bouchon, pas de place à chercher, le marché nous attend, les boutiques de producteurs. Chacun y va de son envie, à vélo c'est facile. Et on est reparti.

Hop deux coups de pédales et les serviettes sont installées sur le sable Capbretonnais. Marie et Sandrine papotent papotent "Dia t'as vu la dernière info sur Georges ?" "Non" Hop go à la librairie pour l'info people elle est à… trois coups de pédales.

On goûte ? Ou on fait du shopping ? Mais quel dilemme ! On fait les 2 : on est en vacances ou pas ? Allez petit vélo, amène-nous en 4 coups de pédales faire tout ça. On passe le long du port, on goûte et on file au shopping. Oui oui tout ça en 4 coups de pédales.

Et le shopping ça creuse, même si je dois rentrer dans ce fichu maillot tendance ! Et là encore LA question : On mange où ce soir ? Et bien messieurs qui dit soleil dit crustacés donc à vous de faire le tour et de nous trouver le spot… en quelques coups de pédales.

Ici on circule à vélo !



La VÉLODYSSÉE et SCANDIBÉRIQUE

Avis aux amateurs de vélo, de balades iodées et de grands espaces !
Les pistes cyclables en Landes Atlantique Sud sont des itinéraires généralement plats, donc faciles, et parfaitement sécurisés. Longue de plus de 40 kilomètres, la voie littorale suit la côte et relie toutes les villes de Moliets-et-Maâ à Labenne. Elle constitue une partie de la Vélodyssée, itinéraire de plus de 1200 kilomètres rattachant Roscoff à Hendaye. Elle est raccordée à de nombreuses pistes cyclables qui rejoignent les plages, bien sûr, mais aussi certains villages à l'intérieur des terres : Azur, Soustons, Tosse, St-Vincent-de-Tyrosse, Saubion, Angresse…
Plus au Sud, vous pouvez emprunter la Scandibérique qui relie Trondheim en Norvège à Saint-Jacques de Compostelle en Espagne.
Elle traverse la côte sud des landes sur plus de 27 kilomètres, et permet de découvrir les paysages de l'Adour, ses barthes et le joli village de Saubusse en empruntant le chemin de halage.

L'ITINÉ'RÊVE

PARCOURS ARTISTIQUE DE SOUSTONS CENTRE À LA PLAGE

Quelques tours de pédales et je quitte les dernières zones pavillonnaires habitées.
Et là, je dis « Au-revoir » à la civilisation… Bonjour la forêt landaise, le vert des pins, les fougères, les chênes mais aussi la callune et son entêtante odeur de miel. Pas un bruit, mon parcours vélo est ponctué de petites haltes pour admirer les stations d'art, les prendre en photos et profiter du moment. Parfois, un scarabée bleu m'accompagne sur quelques mètres, tours de roues contre coups d'ailes ! Inutile de dire qui a gagné la course !
Quant aux œuvres de l'Itiné'rêve, elles me mènent jusqu'à l'océan, chef-d'œuvre bien mérité qui marque le final du circuit.
De toutes les oeuvres rencontrées, ma préférée est l'arbre mort et ses libellules en vol, non… les Farfeuillus, non… l'Equilibre… Et vous, quelle sera la vôtre ?

Sept kilomètres en forêt sur une voie verte. Oui mais pas seulement ! L'Itinérêve est aussi un itinéraire artistique qui a vu le jour grâce à l'engagement d'une enseignante de l'école de l'Isle Verte et à l'imagination de ses élèves de CM2. Leur interprétation de la faune et de la flore, mais aussi leur collaboration avec des étudiants en BTS chaudronnerie et le soutien de la Ville de Soustons ont abouti à un périple artistique de 38 œuvres géantes chaudronnées.

LES BONNES ADRESSES LOCATIONS VÉLOS

Retrouvez-les toutes sur LOUSPOT.FR

Angresse
HEY DUDE
+33 6 09 80 08 79

Capbreton
JERRY BIKE
+33 6 59 14 02 24

JOE BIKE - *Centre ville*
+33 5 58 72 19 99

JOE BIKE - *Port*
+33 5 58 41 89 37

VÉLOS D'ALBRET
+33 5 58 43 15 27

PAIKIKALA
+33 6 19 11 19 37

RANDO ADVENTURES
+33 6 74 57 65 22

TED SURF SCHOOL
+33 5 58 89 78 42

Seignosse
JERRY BIKE
+33 6 59 14 02 24

VÉLO-LIVRÉ.COM
+33 6 09 99 48 97

Seignosse Océan
JOE BIKE
+33 5 58 41 63 05

Josse
BASE NAUTIQUE LA MARQUÈZE
+33 7 85 26 23 29

Hossegor
HOSSEGOR BIKE
+33 6 30 38 43 73

JOE BIKE
+33 5 58 41 91 81

Labenne
OCEAN BIKE LES VÉLOCÉANS
+33 6 85 96 88 10

Labenne océan
SURF'LAB LOCATION DE VÉLOS ET SURFS
+33 5 59 45 71 09

LOCATION DE SCOOTERS ÉLECTRIQUES

Capbreton
ZONE VERTE
+33 6 07 99 12 13

JERRY BIKE

LE SHOP

Une équipe de pro !!!

Thomas et son équipe vous conseillent dans vos choix, et entretiennent votre vélo.
Vous y trouverez aussi un large choix de casques, paniers, sacoches, éclairages...
Ils sont ouverts à l'année !!!

JERRY BIKE
Capbreton - Le Port
www.jerry-bike-rental.com

LOCATION DE VÉLOS

Les vélos qui mettent de bonne humeur sont chez Jerry Bike !
Des vélos pour partir à la découverte, faire du sport, s'oxygéner...
La Jerry Team sera là pour vous proposer ses bons plans balades, restos, sorties etc...
Ils aiment les Landes, ils le partagent avec vous.
Let'g go JERRY !!!

JERRY BIKE
Seignosse
Hossegor
Capbreton
www.jerry-bike-rental.com

LES BONNES ADRESSES LOCATIONS VÉLOS

Retrouvez-les toutes sur LOUSPOT.FR

Moliets-et-Maâ

JOE BIKE
+33 5 58 48 85 48

LOCATION DE VÉLOS MONTIER
+33 5 58 48 51 47

LOCATION VÉLO MOLIETS SOONLINE SURF SKATE
+33 5 58 47 16 11

LOCATION VÉLOS DU GOLF
+33 5 58 48 55 87

Messanges

LOUETONVELO.COM
+33 6 77 46 53 66

Vieux-Boucau

JOE BIKE
+33 5 58 35 55 40

VÉLOS D'ALBRET
+33 5 58 41 65 10

Soustons plage

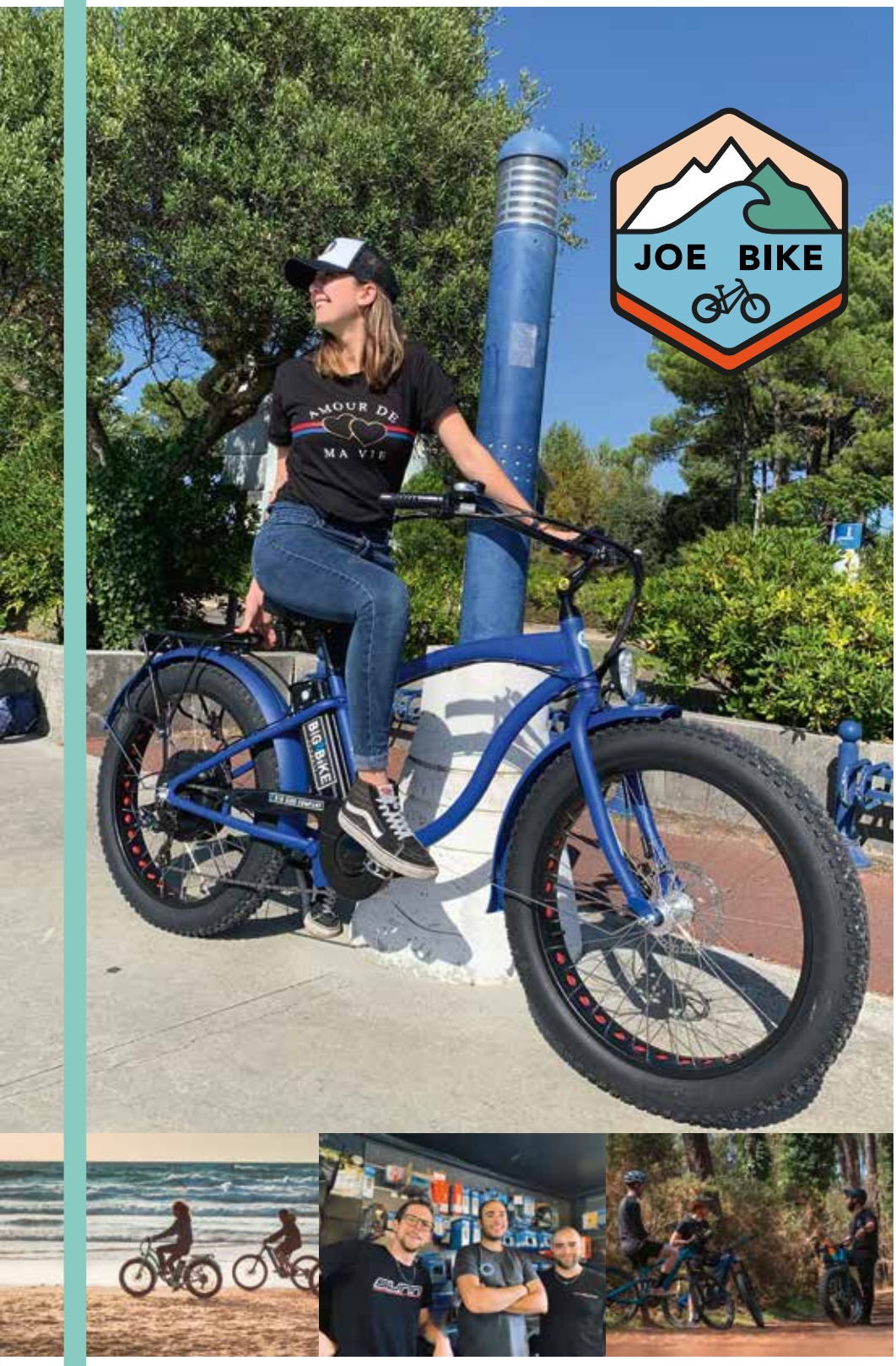
FREELANDES
+33 5 58 48 09 81

Soustons

BONY BIKE SHOP
+33 6 78 59 33 03

VÉLOS D'ALBRET
+33 5 58 48 20 61

JOE BIKE



JOE BIKE c'est aujourd'hui un réseau de professionnels de la location de vélos dans le Sud-Ouest avec 10 agences de location dans le Sud des Landeset 4 écoles de vélos dansles Pyrénées. Mais c'est avant tout,un engagement dans la mobilité douce sur vos lieux de vacances.
C'est une façon de repenser son mode de déplacement et profitez pleinement de son environnement !

JOE BIKE c'est également un gage de qualité de service.
Nos agences vous proposent du matériel récent et de qualité, développé par les plus grandes marques du Cycles français.
Avec une volonté commune de vous simplifier la vie et de vous accueillir dans les meilleures conditions possibles. Vous réservez votre matériel de vélo sur le site www.joebike.fr
Une fois arrivés à votre destination, vous retirez et essayez votre matériel de vélo dans la boutique sélectionnée lors de la réservation en ligne.

La découverte de nouvelles expériences : JOE BIKE c'est aussi, avec ses écoles de vélos, la découverte de nouvelles façons de se déplacer et de découvrir son environnement.

JOE BIKE
Location de vélos
www.joebike.fr

Capbreton
Hossegor Seignosse
Vieux-Boucau
Moliets-et-Maâ
Pyrénées

Courants en PADDLE & CANOE

Des canaux si apaisants. Je vous l'assure. Partie avec un a priori, je constate que les canaux d'ici ne sont pas des autoroutes à canoë. Seuls au monde serait un peu exagéré mais à peine. Ce côté intimiste est incroyable, bluffant et procure des émotions multiples :
De liberté, le pouvoir de vivre/partager un moment suspendu dans le temps.
De l'aventure, un rien vous émerveille donc difficile de garder le cap ; me voilà couchée dans le canoë sous une branche. Un martin-pêcheur s'envole d'un air bien moqueur.
De la curiosité, pourquoi autant de canaux ? pourquoi cette densité de flore ? Pourquoi je ne sais pas ramer droit ? Pourquoi les animaux sont si calmes ici ? Stop c'est l'heure du goûter : des châtaignes d'eau. Un délice, un goût d'amande. Le saviez-vous ? À chacun son Venise. Pour les canaux, nous c'est en Landes Atlantique Sud.

En PIROGUE

Bienvenue en terre inconnue ! Margot nous a prévu une surprise, rendez-vous ponton d'Azur.

Le point de vue sur le lac est incroyable, apaisant et rafraîchissant, il faut dire qu'aujourd'hui il fait très chaud. Le lac c'était la bonne alternative à la plage. Nous sommes attendus par…une pirogue tout droit venue des îles, énorme, magnifique.
Top départ dans 10 minutes, quelques explications par le moniteur et on embarque !

Un vrai voyage expérimental, il faut d'abord faire connaissance avec la pagaie, se mettre à l'unisson, nous ne sommes pas les meilleurs en la matière...désordre et fou rire n'arrangent rien, allez on se reprend, la pirogue est stable et semble avancer seule, on glisse facilement et on finit par le trouver, ce rythme !

Le moniteur nous guide vers les rives du lac et la magie opère… la végétation est dense, les marais sont habités, on s'y croirait presque : l'Amazonie intimiste et inaccessible…sauf en pirogue. D'herbes hautes en osmondes royales, d'aulnes en roselières, les paysages défilent à la lenteur de la cistude.

Un héron et une aigrette nous saluent, laissons-les à leurs occupations, cap vers l'intérieur du lac et son tapis flottant de nénuphars, poussés par la brise bienfaisante, une sensation de liberté nous envahit, il est déjà temps de rentrer ? On aurait bien pagayé jusqu'au bout de la nuit…

LES BONNES ADRESSES EN EAUX LIBRES

Retrouvez-les toutes sur LOUSPOT.FR

BASES NAUTIQUES

Azur
AZUR NAUTIQUE VOILE
+33 6 78 16 86 79

Hossegor
YACHT CLUB LANDAIS SAIL N'SUP SCHOOL
+33 5 58 43 96 48

Josse
BASE NAUTIQUE LA MARQUÈZE
+33 7 85 26 23 29

Soustons
CLUB DE VOILE SOUSTONS MARENSIN
+33 5 58 41 11 95

EVAD'SPORT VOILE
+33 6 45 62 81 00

Soustons plage
PÔLE NAUTIQUE SOUSTONS PLAGE ECOLE DE VOILE
+33 5 58 41 54 00

Vielle-Saint-Girons
AU FIL DE L'EAU BASE DE LOISIRS NAUTIQUES
+33 6 62 69 88 60

STAND-UP-PADDLE

Azur
SUPLAND
+33 6 73 51 26 49

Hossegor
LA PAGAYE
+33 6 23 60 34 40

HOSSEGOR LAKE PADDLE
+33 7 84 55 44 79

Labenne
GO AND SURF ATTITUDE
+33 6 12 14 51 99

Soustons
CENTRE STAND-UP-PADDLE
+33 6 52 63 59 80

EVAD'SPORT STAND-UP PADDLE
+33 6 45 62 81 00

Soustons plage
FREELANDES
+33 5 58 48 09 81

PÔLE NAUTIQUE SOUSTONS PLAGE STAND-UP PADDLE
+33 5 58 41 54 00

Vieux-Boucau
PADDLE CENTER VIEUX-BOUCAU
+33 5 58 41 66 74

LES BONNES ADRESSES EN EAUX LIBRES

Retrouvez-les toutes sur LOUSPOT.FR

CANOE-KAYAK

Labenne océan
BASE NAUTIQUE : PADDLE ET CANOË
+33 5 59 45 41 13

Soustons plage
PÔLE NAUTIQUE SOUSTONS PLAGE CANOÉ-KAYAK
+33 5 58 41 54 00

Soustons
EVAD'SPORT KAYAK
+33 6 45 62 81 00

PIROGUE HAWAÏENNE

Azur
NAÉCO PIROGUE HAWAÏENNE
+33 6 71 51 12 50

Hossegor
HOSSEGOR LAKE PADDLE
+33 7 84 55 44 79

Léon
CANOË SURFING
+33 6 87 70 65 55

St-Michel-Escalus
CANOË LAND
+33 5 58 72 61 78

Sarde-l'Abbaye
2X AVENTURES
+33 6 10 61 79 02

Vielle-St-Girons
AU FIL DE L'EAU BASE DE LOISIRS NAUTIQUES
+33 6 62 69 88 60

HOSSEGOR LAKE PADDLE
BASE NAUTIQUE DE LA MARQUÈZE
RESTAURANT LA GUINGUETTE

Hossegor Lake Paddle
(Location de Pirogue Hawaïenne, Canoë Canadien, Barques et Stand Up Paddle). Situé entre pinède et océan, découvrir le lac d'Hossegor, considéré comme le joyau de la station, de la manière la plus douce à bord de ses majestueuses pirogues hawaïennes, ses canoës canadiens, ses standup paddle et ses Step Paddle.
Réservation possible. De mi-avril à mi-octobre

Base Nautique de La Marquèze
(Location de bateaux électriques sans permis- canoës-kayaks- vélos)
À 20 minutes des plages hossegoriennes, découvrez de manière ludique et écologique, les berges de l'Adour en embarquant sur ses bateaux électriques sans permis, ses canoës-kayaks (parcours 6 kms ou parcours libre 2h), mais aussi en enfourchant ses vélos (traditionnels ou électriques) pour sillonner la voie verte baptisée « Scandibérique ».
Réservation possible. De mi-avril à mi-octobre.

Restaurant La Guinguette
Situé sur les bords de l'Adour, c'est l'endroit idéal pour un repas en famille ou entre amis, pour un apéro pétanque au boulodrome bordant la terrasse, ou encore pour un déjeuner-concert le dimanche midi.
Peut être privatisée à l'occasion, animations sur mesure, notamment en partenariat avec la base nautique de la Marquèze.
Établissement ouvert de 10h à 22h

Soorts-Hossegor

HOSSEGOR LAKE PADDLE
Plage du Rey
hossegor.lake.paddle@gmail.com
hossegor-lake-paddle.com
+33 7 84 55 44 79

Josse

BASE NAUTIQUE DE LA MARQUEZE
2535, chemin de Halage
base.nautique.lamarqueze@gmail.com
base-nautique-lamarqueze.com
+33 7 85 26 23 29

LA GUINGUETTE
226 route de l'Adour
+33 5 58 41 43 38
restaurant-guinguette-lamarqueze.com

Au large EN VOILIER

Me voilà bien installé, à l'abri dans un fier et beau voilier pour joindre le large. C'est une fin de journée d'été, et en longeant l'Estacade, mes pensées sont pour les pêcheurs d'hier et d'aujourd'hui qui ont emprunté par tous temps le même chenal. J'aperçois maintenant la Côte Basque, je me régale des anecdotes du skipper, baroudeur des Mers du monde qui m'assure que la nôtre est la plus belle. C'est vraiment mon ressenti.
Tout n'est que sens et émotions : celle de savoir les 3500 m. de profondeur du Gouf sous mes pieds, imaginez qu'au bout du bout ce sont les Amériques, se sentir petit et humble au milieu de cette immensité. Mon crédo est de profiter pleinement de l'instant présent avec une bière (landaise) pour trinquer avec les amis et le coucher de soleil en point de mire. Chaque remous me donne l'espoir d'apercevoir nos joyeux acrobates du Golfe de Gascogne : les gentils dauphins. Une sortie magique depuis le port de Capbreton que je vous recommande.

SORTIES VOILIERS

Capbreton

SKIPCOOL
LOCATION DE VOILIER ET CROISIÈRE
+33 6 62 03 38 67

SKIPCOOL
SORTIE EN VOILIER
+33 6 62 03 38 67

XCAT' VOILE
+33 6 34 33 27 74

SKIPCOOL
ÉCOLE DE CROISIÈRE HABITABLE
+33 6 62 03 38 67

YACHT CLUB LANDAIS
ÉCOLE DE PLAISANCE
SORTIE EN MER ET COACHING PLAISANCE
+33 5 58 43 96 48

L'OCÉAN AUTREMENT

Seul en famille ou entre amis quel que soit votre rapport avec l'océan.

Attiré par la beauté du littoral, passionné par l'observation des dauphins, pêcheur débutant ou expérimenté, ou simplement vouloir admirer le coucher du soleil tout en dégustant des tapas, XCAT' saura répondre à toutes vos attentes.

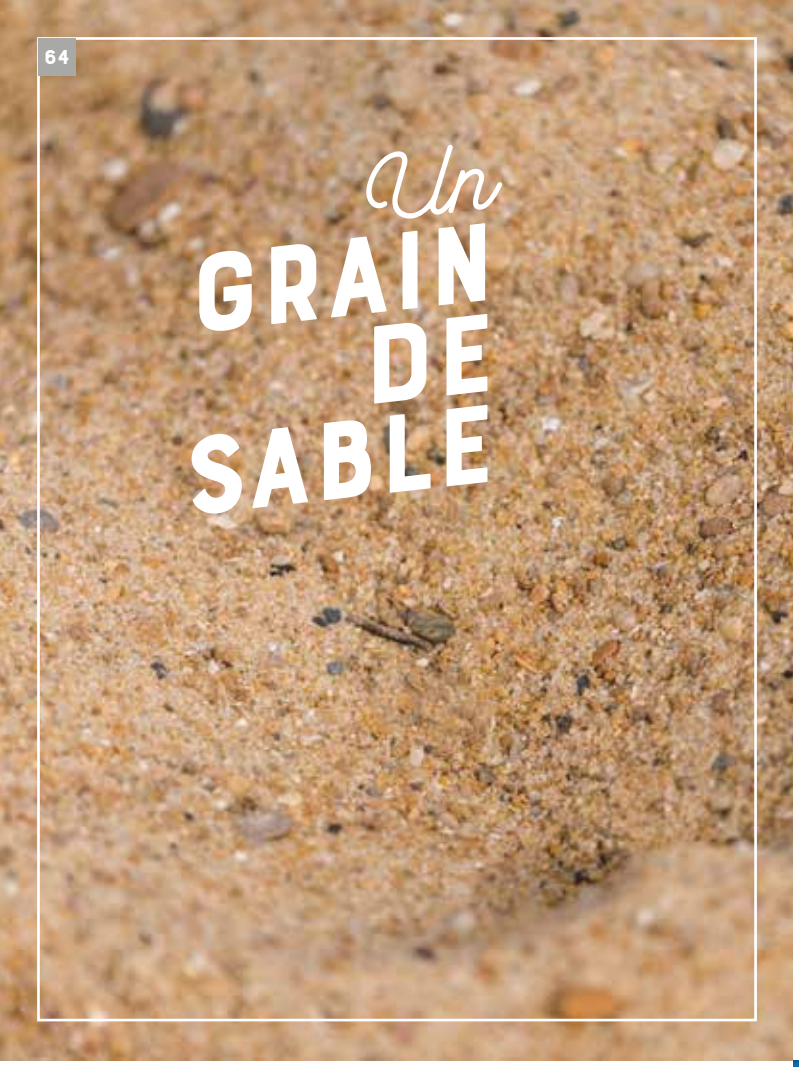
Deux coques sinon rien !
Franck et son équipe vous accueillent chaleureusement à bord d'un des deux catamarans XCAT', stabilité, espace, confort en navigation, à la voile ou au moteur à vous de choisir selon vos envies.

Échange et convivialité !
Une expérience authentique, loin de la foule. Le nombre réduit de passagers permet d'échanger avec l'équipage passionné et attentionné. Un moment rare et convivial comme on les aime pour construire ses plus beaux souvenirs de vacances.

Rien que pour vous !
Vous pouvez privatiser un des catamarans pour vous seul ou à l'occasion d'un anniversaire, d'un EVJF-EVJG ou d'un évènement d'entreprise.
En bon marin XCAT' sait anticiper et s'adapter à toutes vos demandes avec une formule sur mesure.

Embarquez, relaxez-vous et découvrez l'océan autrement à bord des catamarans XCAT'.
Ouvert d'avril à octobre.

XCAT'
Ponton B, avenue du président George Pompidou
40130 Capbreton
www.xcat.fr / contact@xcat.fr
+33 6 34 33 27 74



Un GRAIN DE SABLE

JOURNAL INTIME

PRINTEMPS

MÉTÉO
ENSOLEILLÉE
MAIS LE FOND
DE L'AIR EST FRAIS

TEMPÉRATURE DE L'EAU
TOUT JUSTE
POUR Y METTRE
LE GROS ORTEIL

Salut, moi c'est Aimable. Profession : grain de sable. L'océan, c'est chez moi. Cette étendue blanche, à perte de vue devant vos yeux, c'est ma famille, mes amis. A cette période, on fait comme vous, on reprend vie. Les oiseaux sont venus nicher sur la plage, le soleil commence à darder ses rayons sur nous. L'air est doux et sent bon l'iode. Fin mars, on vit les dernières grandes marées et ensuite, on apprécie de vous voir vous promener de plus en plus nombreux le long du rivage.

Bol d'air

JOURNAL INTIME

ÉTÉ

MÉTÉO
RADIEUSE

TEMPÉRATURE DE L'EAU
ELLE EST FRAÎCHE QUAND
ON S'Y MET MAIS APRÈS
ELLE EST BONNE !

C'est LA saison, pas de pitié pour vos petons ! Ça nous fait bien rire de vous voir sautiller en partant vous baigner. Et oui, moi et mes petits potes, on emmagasine la chaleur pour vous chatouiller le dessous des pieds. Je suis espiègle, me faufile sur votre serviette, me colle à votre peau enduite de crème solaire, voire dans votre goûter ! Très joueur également : me transformer en pâté, en château de sable me ravit. Je suis très romantique et ne peux m'empêcher de verser ma larme quand je fais partie du cœur, des traces de mains ou des mots doux dessinés par votre doigt. J'admire le coucher de soleil en essayant de capter le rayon vert.

Bon bain

JOURNAL INTIME

HIVER

MÉTÉO

FRAÎCHE
ET VENTEUSE

TEMPÉRATURE DE L'EAU

JUSTE ASSEZ
POUR NE PAS
VOULOIR Y ALLER

Du vent, des rouleaux, des embruns, difficile de rester en place ! Ces grandes marées, alors ! Pas le temps de se trouver bien à un endroit, de suite, je suis déplacé. Que dis-je ? transbahuté, catapulté… Une bonne rafale de vent et me voici dans les ganivelles protégeant les dunes. En me plaçant bien, en deux, trois souffles supplémentaires, je passerai la dune et la lisière forestière pour rejoindre les bords du lac et passer l'hiver à l'abri. Aux beaux jours, direction le fond du lac, le barrage et hop, en route pour de nouvelles aventures !

Bon vent

JOURNAL INTIME

AUTOMNE

MÉTÉO

DOUCE
ET LUMINEUSE

TEMPÉRATURE DE L'EAU

J'Y VAIS, J'Y VAIS PAS,
J'Y VAIS PAS, J'Y VAIS !

Quand vient la fin de l'été… sur la plage, il faut alors se quitter ! Mais non ! Chez nous, c'est souvent l'été indien. Et qui dit été indien dit douceur de vivre, lâcher prise... la chaleur douce du soleil, la caresse de la brise, la lumière si particulière de l'automne qui laisse l'horizon comme embrumé, c'est mon moment préféré, mon algue océane c'est-à-dire ma madeleine de Proust à moi !

Douceur de vivre

DÉCOUVRIR L'OCÉAN

Capbreton
BEACH FIT CAPBRETON
SAUVETAGE CÔTIER
+33 6 71 32 58 50

CLUBS DE PLAGE

Capbreton
LES DAUPHINS
+33 7 68 64 34 79

Vieux-Boucau
LOU MAYOUN
+33 6 79 70 07 28

Les PLAGES SURVEILLEES

Quelle belle grande plage nous attend ! La plus grande d'Europe, je vous rappelle.

Oui oui ça le fait ! On n'en voit pas le bout mais avouez, c'est magique !
Et Côte d'Argent s'il vous plait ! Allez, Un peu d'histoire, vite fait : Côte d'Argent est le nom de baptême que nous a attribué Maurice Martin lors de son périple de reconnaissance le long de la côte Aquitaine (l'ancienne) en 1905 !

On le comprend, comment ne pas succomber à ces reflets argentés sur l'immensité de l'océan ?
Voilà donc un terrain de jeux exceptionnel dont on va pouvoir profiter en toute sécurité et avec égards, oui car l'un ne va pas sans l'autre.
Sur l'océan comme sur les lacs, des plages sont surveillées par de vrais athlètes, j'ai nommé : nos Maîtres-Nageurs-Sauveteurs formés à l'école du sauvetage côtier. Et ils sont également là pour vous conseiller.

PLAGES-LANDES.INFO

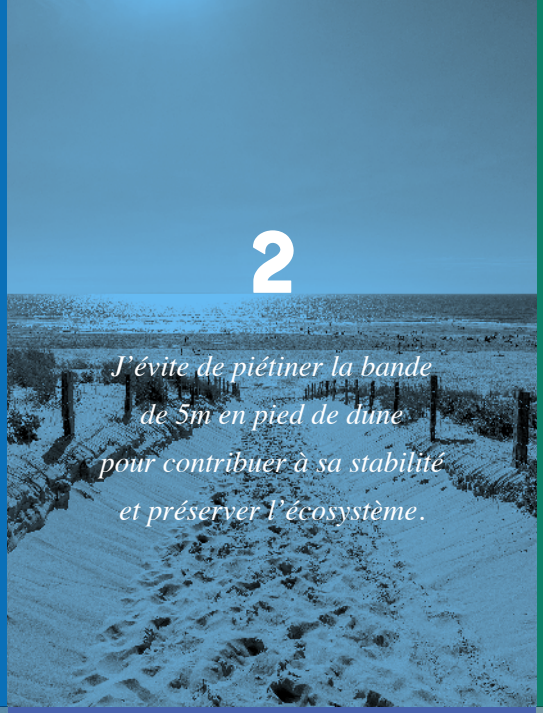
L'info pratique des plages landaises : conditions et conseils plages, météo...

« C'EST LÀ QUE JADIS CONTEMPLANT CE RIVAGE,
SÉDUIT PAR LES REFLETS DU FLOT TOUJOURS CHANGEANT,
POUR LA PREMIÈRE FOIS J'AI VU LA CÔTE D'ARGENT. »

Maurice Martin, journaliste et poète

1

Je prévois un emballage recyclable et je rapporte les déchets vers les poubelles de plage, les points tris ou à domicile.



2

J'évite de piétiner la bande de 5m en pied de dune pour contribuer à sa stabilité et préserver l'écosystème.

3

J'utilise un cendrier de poche pour éteindre et conserver les mégots de cigarettes.

4

J'emprunte les chemins aménagés qui guident jusqu'aux plages Les plantes, rares et souvent protégées, permettent de fixer la dune. Elles solidarisent les grains de sables et limitent l'érosion éolienne.

J'AIME MA PLAGE, JE LA RESPECTE

Merci au Syndicat mixte du Littoral Landais et à l'Office National des Forêts pour leurs précieux conseils.

QUALITÉ TOURISME

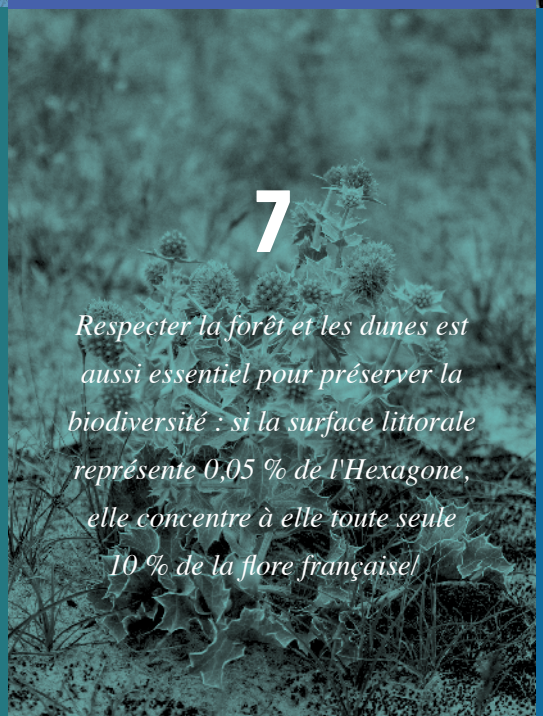
14 plages océanes et 3 plages lacustres labellisées

5

Je bannis les feux sur la plage. Les ganivelles sont essentielles pour piéger le sable, les brûler c'est déstabiliser la dune.

6

Je maintiens mon animal de compagnie en laisse. Les dunes abritent de nombreuses espèces (oiseaux, insectes, amphibiens…) sensibles aux dérangements.



7

Respecter la forêt et les dunes est aussi essentiel pour préserver la biodiversité : si la surface littorale représente 0,05 % de l'Hexagone, elle concentre à elle toute seule 10 % de la flore française!

8

Je gare mon véhicule sur les places de parkings. Le hors-piste entraîne l'écrasement des plantes servant à stabiliser les dunes et accélère l'érosion du cordon dunaire. Des chemins sont aménagés pour supporter le passage des véhicules.

Une journée SENSATION-NELLE

LES ENFANTS RAVIS ET LES GRANDS AUSSI :
VIVEZ DES ACTIVITÉS INTERGÉNÉRATIONS.
UN SLOGAN ANNÉE 70 ? ET ALORS !

SE CHALLENGER, SE DÉPASSER, JOUER,
JUSTE REGARDER, SE MARRER…
DES SOUVENIRS POUR TOUTE L'ANNÉE.

QUI VEUT PARTAGER CES MOMENTS
POUR LES VACANCES ? MOI JE SIGNE.
AMIS, ENFANTS, PARENTS,
GRANDS-PARENTS, COLLÈGUES.
MÉFIAT, TU POURRAIS EN DEMANDER ENCORE.

EVAD'SPORT

Evadez-vous à Soustons ! Partir pour une promenade en Kayak ou en Paddle sur le courant de Soustons, reliant le lac à l'océan. Apprendre à dompter les vagues et le vent avec nos Ecole de Surf et de Voile.

Venez découvrir votre côté aventurier grâce à nos parcours Accrobranche dans un décor idyllique et ombragé avec des vues sur le lac à vous couper le souffle ! Vous pourrez naviguer sur le lac avec nos Catamarans, Kayaks et Paddle et vivre plein d'expérience à Evad'Sport. Que l'on soit sportif ou juste un amoureux du grand air, seul ou en famille, nous vous accueillerons avec plaisir sur notre base de loisirs de plein air.

Evad'Sport
Avenue Labouyrie
Centre Sportif de l'Isle Verte
40140 SOUSTONS
www.centrenautique-soustons.com
+33 6 45 62 81 00

PARCS DE LOISIRS

Labenne
ACCROBRANCHE PARC ROBINSON
+33 6 30 36 43 25

Moliets-et-Maâ
ADRÉNALINE PARC AVENTURE
+33 5 58 48 56 62

Soustons
CENTRE EVAD'SPORT
+33 6 45 62 81 00

Saint-Lon-les-Mines
BIJE BOOTCAMP
+33 7 66 05 60 92

Urrugne
WOW PARK
+33 7 81 92 99 80

Saubion/Soustons
POP CORN LABYRINTHE GÉANT DE MAÏS
+33 7 68 91 20 69 Saubion
+33 7 68 81 89 22 Soustons

Biarritz
LA CITÉ DE L'OCÉAN
+33 5 59 22 75 40

Une journée SENSATIONNELLE

BASES DE LOISIRS AQUATIQUES

Labenne
AQUATIC LANDES
+33 5 59 45 60 40

Seignosse Océan
ATLANTIC PARK
ATLANTIC JUMP
+33 5 58 43 15 30

Guiche
BASE DE POP
+33 5 59 58 78 34

Sames
EXO64
TÉLESKI NAUTIQUE
+33 6 48 35 02 77

WATER PARK DE SAMES
+33 6 80 10 10 00

DANS LES AIRS

Benesse-Maremne
XL PARAMOTEUR
+33 7 55 67 46 02

Tasse
SARL CIGOGNES CHUTE LIBRE
+33 6 07 10 29 90

SUR L'EAU

Capbreton
ONLY FREEJET
BOUÉES TRACTÉES
+33 5 58 43 42 63

SUD LANDES
GLISSE TRACTÉE
+33 5 58 89 92 71

EAUX VIVES

Bidarray
ARTEKA - RAFTING ET CANYONNING
+33 5 59 37 71 34

UR EDERRA RAFTING
+33 5 59 37 78 01

Laruns
EXPÉRIENCE CANYON
+33 6 79 28 65 67

SOUS L'OCÉAN

Capbreton
APEX CETACEA
+33 7 78 29 12 67

LES AQUANAUTES
+33 6 02 36 87 96

JET

Capbreton
ONLY FREEJET
JET EVASION
+33 5 58 43 42 63

Anglet
JET SPORT 64
+33 6 78 25 37 31

Voyages à SENSATIONS

KITE / WINGFOIL

Hossegor
YACHT CLUB LANDAIS WINGFOIL
+33 5 58 43 96 48

Seignosse
SUD LANDES KITE
+33 5 58 89 92 71

KARTING

Capbreton
KARTING DU GAILLOU
+33 5 58 41 80 09

Magescq
KARTING DE MAGESCQ
+33 5 58 47 77 66

PAINTBALL

Angresse
PAINTBALL LANDES
+33 6 68 52 35 16

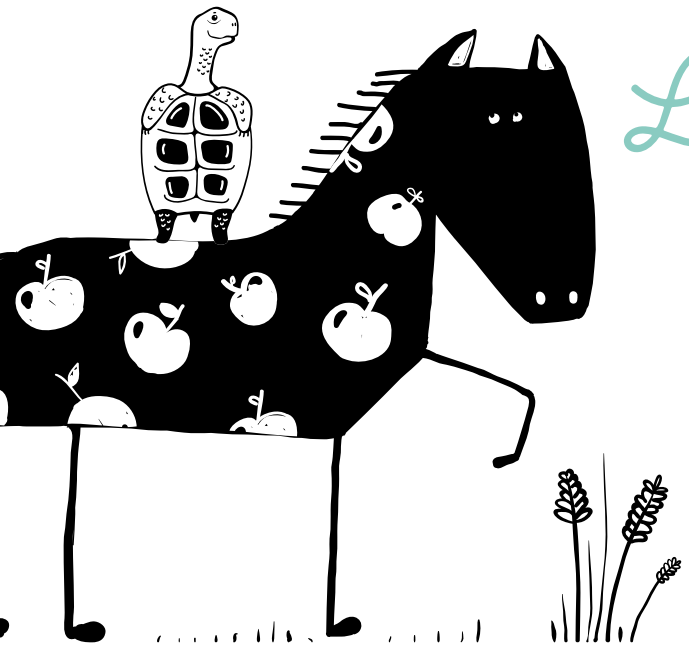
Moliets-et-Maâ
PAINT BALL ADRÉNALINE PARC
+33 5 58 48 56 62

ESCAPE GAME

Hossegor
TIME LAPSE
+33 5 58 35 30 24

Vieux-Boucau
SENS ISSUE
+33 6 28 05 47 83

Saint-Michel-Escalus
ESCAPE LAND
+33 5 58 72 61 78



La ROUTE DU BIEN-ÊTRE

SÉRÉNITÉ PONEY LANDAIS

Arrêtons de ruer et lâchons la bride : le bien-être et la beauté ici c'est le naturel. Ne dit-on pas que quand on le chasse, il revient au galop! Hiiiiiiiiii!
Alors oui, c'est un peu plus simple pour moi car je suis un poney des Barthes et que je n'ai qu'à profiter des bienfaits de la nature environnante.

Tout est dans le fourrage...

Les plantes des pâturages qui "pompent Adour" m'offrent les apports nutritifs de haute valeur, nécessaires à la brillance de ma robe.

...et dans le bouchonnage

Les dépôts d'alluvions et l'humidité de la terre qui gorgent le sol sont mon masque de beauté préféré. Il ne manquerait plus qu'on me bouchonne à la rafle de maïs pour que mon bonheur soit à son paroxysme.

Ne te soucie pas du temps qui passe

Rien ne sert de trop panser ! hiiiiii !
Je suis à l'unisson du temps et si vous m'observez bien, je vous indiquerai la météo prochaine.

Gambade dans les prés

C'est tout moi mais je m'illustre aussi volontiers en compétition en pony-games entre autres. Faudrait pas me prendre pour un baudet, OK ?

Alors suivez-mes conseils, rien ne vaut le naturel !

BÉATITUDE LA CISTUDE

Sérénité, tu me stresses, tu parles, tu parles et ça me déclenche des démangeaisons de la carapace. Heureusement que moi aussi j'ai mes petits secrets. Oh pardon, je me présente je suis Béatitude la cistude, mais mes amis me surnomment Béa… je sais pas pourquoi. Bref, je vais pas vous raconter ma vie, juste vous dire qu'ici la vie est belle et que s'adapter à son milieu naturel, c'est sûrement ça le secret de la longévité !!

Manger léger ! les insectes en tout genre, les vers, les mollusques sont un régal : des protéines à foison, des vitamines, des minéraux, des acides gras essentiels, des fibres de quoi rester légère et alerte.

Pas de rhumatisme : Comme je ne suis plus toute jeune, mon médecin m'a conseillé une cure de gadoue en bain, suivi d'une longue exposition au doux soleil landais posé sur ma branche ; en yoga, on appelle ça la position de la tortue. Et sans vouloir me vanter, c'est vrai que je le fais bien !

Ma sieste quotidienne : Je m'y hâte avec lenteur, bien tapie dans ma maison, j'y ai aménagé un petit coin tranquille au fond du couloir, où personne ne peut me déranger.

Bouger : J'adore patauger dans mes marais, je pratique la natation synchronisée, c'est bon pour mes petites pattes palmées et je trouve que ça me donne de l'élégance.

Je crois que je vous ai tout dit, allez, je vous salue et prenez le temps de vivre !!

SIBYLLINE LA VACHE LANDAISE MARINE

Mystérieuse, je me cache le long du littoral depuis bien longtemps. On me dit vive et alerte et de petite taille…tout ce qui est petit est mignon ; peut-être est-ce une légende urbaine ? Je ne crois pas !
J'ai toujours gagné ma copine Béatitude la cistude à la course, bon ok pas Sérénité le poney. Petit secret : je suis à l'origine de la course landaise. Maintenant je suis plus gestionnaire de grands espaces.

Mon alimentation

La salicorne avec pour le croquant un grain de sable. Rien de tel pour les apports nutritionnels et je finis toujours par un peu d'herbe verte fraichement assaisonnée par les embruns. Tout ce vert me donne un beau poil roux soyeux.

Mon masque de beauté préféré

Un mélange fait par mes soins avec les produits de dame nature. Une pincée de sel, une pincée de brume, une pincée d'embruns et le tour est joué.

Mon moment méditation

Le matin, toujours le matin. Pourquoi ? Parce que c'est mieux le matin. J'ai toujours aimé le matin. Mon surmon : la breugue.

Mon sport préféré

Le surf. Oui oui. D'abord, il me faut les bonnes conditions (pour ça je bigophone à mon pot' Sérinité le poney landais, pas mieux pour météo). Et là j'attends, j'attends et finalement je crois bien que mon sport préféré c'est le cluc au bord de l'océan

Chez moi, comme chez mes copines, tout est naturel !

LES BONNES ADRESSES ZEN

Retrouvez-les toutes sur LOUSPOT.FR

BIEN ÊTRE RELAXATION

Capbreton
RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE VIOLAINE COLIN-COSTEDOAT
+33 6 68 36 16 41

MAÏTRI - YOGA & AYURVEDA
+33 6 15 04 82 44

SOINS LUMIÈRE DE SHIN
+33 6 63 53 47 46

Hossegor
ZEN SHIATSU
+33 6 76 70 61 73

Labenne
OCEANOFORM
+33 6 79 84 14 83

Magescq
REIKI, BOLS TIBÉTAINS, MASSAGE AMMA MIREILLE DAUGAREIL
+33 5 58 47 73 09

Messanges
SPORT SANTÉ BIEN-ÊTRE NATURE
+33 6 71 56 12 44

Moliets-et-Maâ
SOPHRO BALADE
+33 6 83 17 65 44

YOGA

Capbreton
CAP YOGA CLUB
+33 5 58 77 94 25

Messanges
YOGA NATURE
+33 6 31 56 74 64

Moliets-et-Maâ
PUNKY YOGA SCHOOL
+33 6 34 22 49 95

Vieux-Boucau
FEEL GOOD YOGA
+33 6 61 76 75 42

SUP YOGA

Azur
ENERGY SUP SCHOOL INTO YOGA
+33 6 75 59 30 64

Hossegor
YACHT CLUB LANDAIS SAIL'N SUP SCHOOL- BIEN-ÊTRE- PADDLE
+33 5 58 43 96 48

LES BONNES ADRESSES ZEN

Retrouvez-les toutes sur LOUSPOT.FR

SPA HAMMAM

Capbreton
HAMMAM KAFANE
+33 5 58 48 14 58

Labenne
SPA DUNE & EAU
+33 5 59 59 05 90

St-Geours-de-Maremne
CENTRE AQUATIQUE AYGUEBLUE
+33 5 58 56 92 34

100 ans, ça se fête !
JOYEUX ANNIVERSAIRE

Saubusse, village du bord d'Adour, est également la station thermale landaise la plus proche de l'océan. Ses bains ont été acquis il y a tout juste 100 ans, par Bernard Laborde qui a alors œuvré à la construction de ce qui deviendra les Thermes que l'on connait aujourd'hui.

Depuis, 4 générations de Laborde se sont succédées, de père en fils, à la tête des Thermes de Saubusse.

Actuellement, ce sont Arnaud et son fils Arthur qui dirigent ce site historique, à la fois soucieux d'une qualité de soins irréprochable et d'une convivialité presque familiale, digne de l'hospitalité landaise.

COMPLEXE
SAUBUSSE THERMAL
+33 5 58 57 40 00

100 ans

LES THERMES DE SAUBUSSE

Des eaux bienfaisantes, un emplacement privilégié, une équipe aux petits soins : les atouts des thermes de Saubusse sont nombreux. Si ce complexe thermal accueille chaque année environ 2 300 curistes venus de la France entière, il propose également des soins bien-être et des prestations de remise en forme accessibles à tous.

L'établissement est spécialisé en rhumatologie et en phlébologie. L'arthrose et la fibromyalgie sont ainsi des exemples de pathologies prises en charge aux thermes de Saubusse. Vous y apprécierez également le Pélose, mélange de tourbe et de l'eau minérale naturelle du site, aux propriétés relaxantes, revitalisantes et antalgiques.

Les thermes de Saubusse se vivent de bien des manières : pour une cure de 1 à 3 semaines, à la journée ou lors d'une séance de soin à la carte. Une aubaine pour les habitants de la région qui ont ainsi la possibilité de s'offrir régulièrement un moment de détente grâce aux soins de remise en forme : aquabiking, couloir de marche, cryothérapie, dôme infra-rouges, massage landais, hammam, séance minceur, etc...

Les thermes de Saubusse
150 Avenue des Bains
40180 Saubusse
www.saubusse-thermes.com
+33 5 58 57 40 00

Un long **Silence** *s'installe,*
alors là, bouche bée,
mieux que des mots tous les sens entrent en éveil pour profiter de ce lieu...
L'imaginaire prend tout son sens.

Les 4 SAISONS DE LA CULTURE

De concerts en spectacles,
d'expos en saisons culturelles,
de férias en festivals,
attendez-vous à une année bien remplie
en Landes Atlantique Sud.

LES CINÉMAS

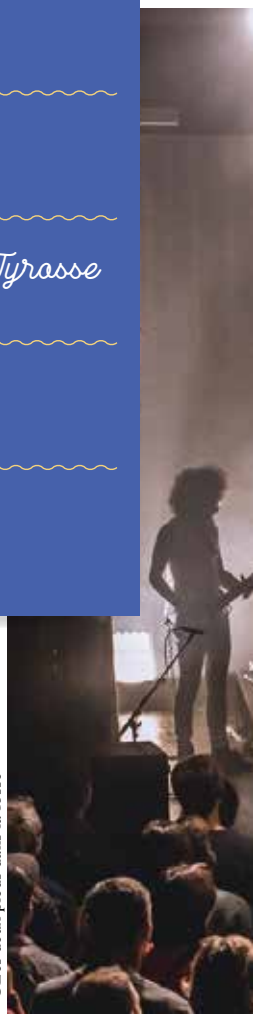
Capbreton
LE RIO

Hossegor
LE REX

St-Vincent-de-Tyrosse
GRAND ÉCRAN

Soustons
L'ATLANTIC

Vieux-Boucau
L'ALBRET



©Les deux pieds dans la fosse

CASINOS

Capbreton
LE CASINO
+33 5 58 72 13 75

Hossegor
LE SPORTING CASINO
+33 5 58 41 99 99

SALLES DE CONCERT, SPECTACLES ET ÉVÉNEMENTS

Messanges
L'ARENA DU VIEUX-PORT
+33 5 58 48 22 00

Moliets-et-Maâ
CENTRE DE SÉMINAIRES
+33 5 58 49 39 60

St-Vincent-de-Tyrosse
PÔLE SUD
CENTRE DE FORMATIONS MUSICALES
+33 5 58 41 46 60

LANDES MUSIQUES AMPLIFIÉES
+33 5 58 41 46 61

Saubrigues
LA MAMISÈLE
+33 6 88 59 28 18

Seignosse
LE TUBE
+33 7 49 11 29 79

Soustons
L'ESPACE CULTUREL ROGER HANIN

CENTRE D'ARTS CHORÉGRAPHIQUES LA MARENSINE

Vieux-Boucau
SCÈNE D'ALBRET

Le PRINTEMPS

LaSud S'ÉVEILLE

Les doudounes tombent,
la culture vous invite à la rejoindre
sur les places publiques et dans les rues,
un avant-goût de liberté et de bien-être,
un sentiment de douceur qui envahit
les têtes et les cœurs.

TEMPS FORTS

FIN MARS
• South Town Jazz Festival à Soustons

D'AVRIL À JUIN
• Les Landes au Printemps sur tout le territoire

D'AVRIL À NOVEMBRE
• Festiv'Adour sur les Berges de l'Adour

AVRIL
• Fête de Printemps à Soustons

MAI
• C'Rock Maïs Festival à Messanges
• Mai en Harmonie à Vieux-Boucau

JUIN
• Fête de la Mer à Capbreton et à Vieux-Boucau
• Music@Tyrosse
• Rendez-vous aux jardins à Saint-Vincent-de-Tyrosse
• Juin en Chœur à Vieux-Boucau
• Landeus Y tapas à Labenne

DE JUIN À AOÛT
• Maxi #4

L'ÉTÉ

LaSud S'EMBRASE

Les férias font leur retour,
la musique s'invite à tous les coins de rue,
les bandas défilent,
les sardines grillent, il fera chaud dans votre agenda !

TEMPS FORTS

EN JUILLET/AOÛT

• Les plages musicales à Labenne

JUILLET

• Festival de Jazz à Capbreton
• Salon du livre à Hossegor
• Festival Opéra des Landes à Soustons
• Festival Les rencontres enchantées (jeune public) à Saubrigues
• Festiv'Cornemuses à Soustons et Vieux-Boucau
• Ocean Film tour, plusieurs dates sur tout le territoire
• Basket 3x3 Beach Tour à Vieux-Boucau
• Festival Essentiel à Vieux-Boucau

AOÛT

• Little Festival à Capbreton
• Festival du Conte à Capbreton
• Latinossegor à Hossegor
• Semaine de la course landaise à Vieux-Boucau
• Banana festival à Labenne

SANS OUBLIER…

• Les fêtes locales
• Spectacles de pelote et folklore landais aux frontons de Moliets-et-Maâ et Vieux-Boucau
• Tournois de Pelote Basque aux trinquets de Saubusse et Saubrigues
ou au Jaï-Alaï d'Hossegor
• Spectacles taurins, courses landaises, dans les arènes traditionnelles
de Saint-Vincent-de-Tyrosse, Soustons et Vieux-Boucau

L'AUTOMNE ET L'HIVER

LaSud SE PROLONGE

En automne, LaSud se met au chaud,
les saisons culturelles font leur retour en grande pompe, les spectacles et concerts de renom viennent toquer à votre porte,
la culture vous est servie sur un plateau d'argent !

L'hiver, LaSud se cocoone,
pour réchauffer vos soirées quoi de mieux que de quitter votre canapé pour partager l'ambiance d'une scène survoltée.

TOUTE L'ANNÉE

SAISONS CULTURELLES
Saubrigues, Saint-Vincent-de-Tyrosse, Soustons et Vieux-Boucau

EXPOSITIONS ET ANIMATIONS
dans les médiathèques du territoire

TEMPS FORTS

SEPTEMBRE / OCTOBRE
• L'automne Gourmand sur tout le territoire

SEPTEMBRE
• Salon du Polar à Vieux-Boucau

OCTOBRE
• Festival Ici ou l'Art à Vieux-Boucau, Azur et Moliets-et-Maâ

FÉVRIER
• Fête de la Coustille à Vieux-Boucau

FÉVRIER/MARS
• Dimanche & Cie

MARS
• Chantons sous les Pins

La BILLETTERIE

SPECTACLES,
ANIMATIONS,
VISITES,
MUSÉES
ACTIVITÉS

VOS BILLETS EN LIGNE SUR
LANDESATLANTIQUESUD.COM

DANS LES AGENCES DE L'OFFICE DE TOURISME : CAPBRETON, LABENNE, MESSANGES, MOLIETS-ET-MAÂ, ST-VINCENT-DE-TYROSSE, SOUSTONS, VIEUX-BOUCAU

Ton ÉVÉNEMENT SUR MESURE

AJUSTÉ TEL UN COSTARD 3 PIÈCES ! QUAND ON ORGANISE UN ÉVÈNEMENT, ON LE VEUT HAUTE COUTURE.

C'est donc une question de confiance. Nos agences savent se retrousser les manches pour vous libérer de toutes contraintes. Il ne sera pas question de cravate et de soirée guindée. Un défilé d'idées originales et uniques habillera vos journées, vos soirées… quelle que soit votre demande, elle vous ira comme un gant !

MC BOX EVENTS
Hossegor
+33 5 58 43 73 66

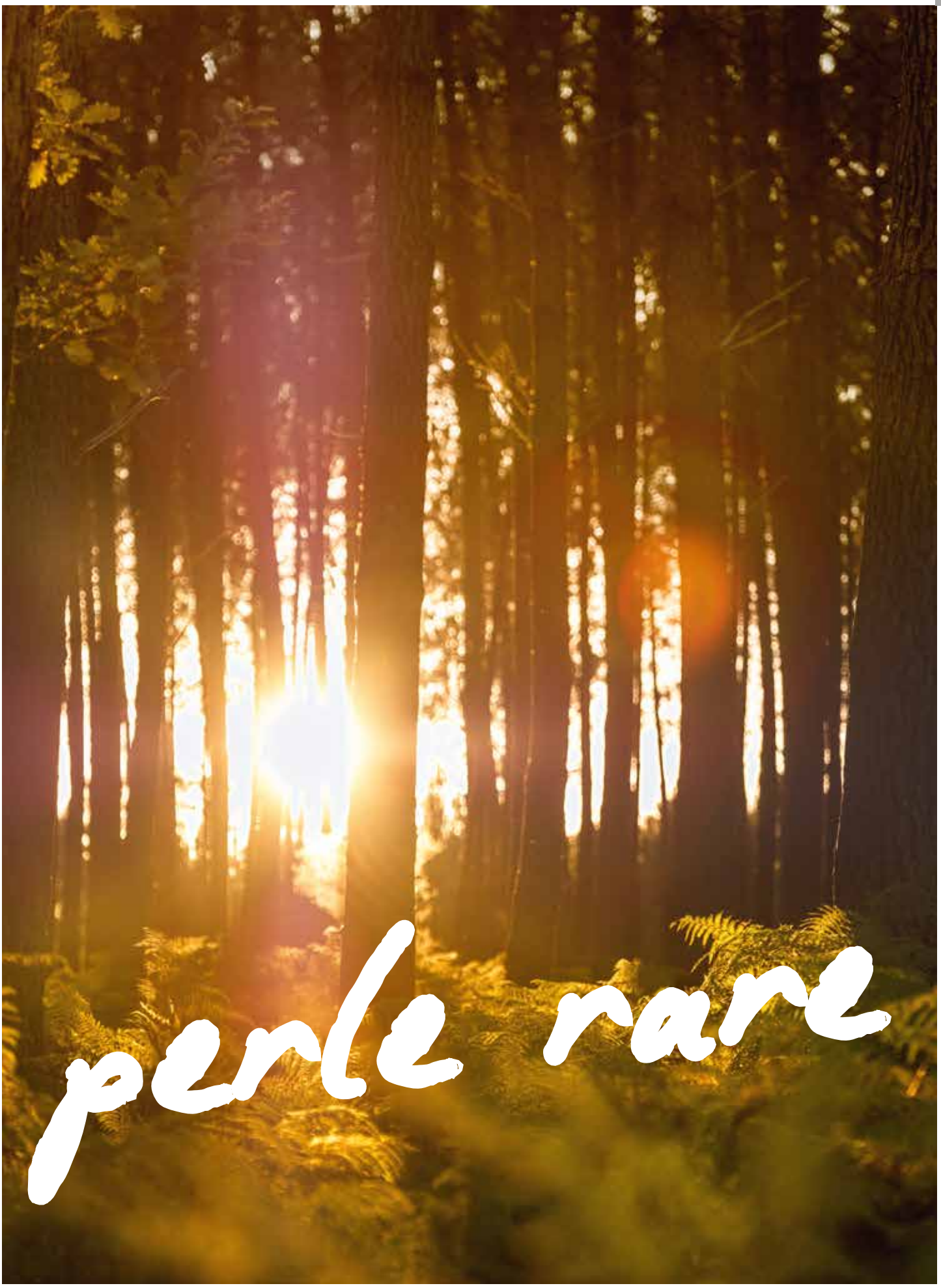
L'ARENA DU VIEUX PORT BY RESASOL
Vieux-Boucau
+ 33 5 58 48 22 00

LIVE MEETINGS
St-Vincent-de-Tyrosse
+33 5 58 73 93 64

CENTRE DE SÉMINAIRES
Moliets
+33 5 58 49 39 60

La PÉPITE

PÉPITE : NOM FÉMININ FIGURÉ.
CHOSE DONT L'EXCEPTIONNELLE QUALITÉ
ATTIRE L'ATTENTION. TRÉSOR.
ET POUR LES GOURMANDS,
ELLE PEUT MÊME ÊTRE AU CHOCOLAT.


perle rare

100
LES PRODUCTEURS
consommez local

96
VIS MA VIE
de pêcheur, la transmission de pères en fils

N

94
LE JOYAU
le port seul et unique

É

102
LES BOUTIQUES GOURMANDES
en avant la gourmandise

G

98
LES RECETTES D'ICI
à tester en toutes saisons

É

104
LES MARCHÉS
des senteurs, des couleurs, au fil des saisons

106
LES RESTAURANTS
ça bouillonne, ça mijotte

SOMMAIRE

121
ICI ON DIT CHOCOLATINE
mots, expressions, contes et légendes

116
PATRIMOINE
P de pierres, C de culturel et N de naturel

124
L'ESPRIT CRÉATEUR
LaSud, une pépinière de pépites à talents

118
LA NATURE
reste sur nos réserves

126
LES CONTACTS
de LaSud

Découvrir ou redécouvrir Capbreton c'est avant tout longer le Port, le seul des Landes.

C'est passer devant tous ces bateaux, petits ou immenses, à voiles ou à moteur. Rechercher le plus grand et s'imaginer à bord comme dans ses rêves d'enfant. C'est écouter le cliquetis des cordes que le vent fait danser sur les mâts. C'est aussi se presser devant les étals des pêcheurs. Se délecter par avance à la vue de tous ces poissons tout juste sortis des filets. Admirer le savoir-faire des vendeurs et des vendeuses qui n'hésitent pas à distiller précieux conseils et recettes secrètes. C'est ponctuer sa course sur L'Estacade, emblème de cette cité marine, depuis laquelle on contemple tout ce qu'est Capbreton : les coques colorées des bateaux de pêche, les plus petits qui saluent tous ceux qui franchissent la passe, les cannes à pêche qui se lèvent sur leur passage, un spectacle différent chaque jour.

**Entrée du Port de Capbreton*

Joyau

Au départ du port de Capbreton

PESCATOURISME

BATEAU LE TOUNE
+33 6 85 21 34 34

BATEAU P'TIT LOUP
+33 6 77 87 80 40

BATEAU AHALDENA
+33 7 80 00 29 92

PÊCHE EN MER

CAP PÊCHE LOISIRS
+33 6 75 73 72 51

WWW.BIGFISHS.FR
+33 6 24 35 11 47

XCAT'
+33 6 34 33 27 74

LE MARCHÉ AUX POISSONS

Conseils culinaires et petits secrets de spécialistes en direct du marché aux poissons tous les jours de 8h30 à 12h30 et de 14h30 à 18h30, selon les conditions météo, face à la capitainerie du port.

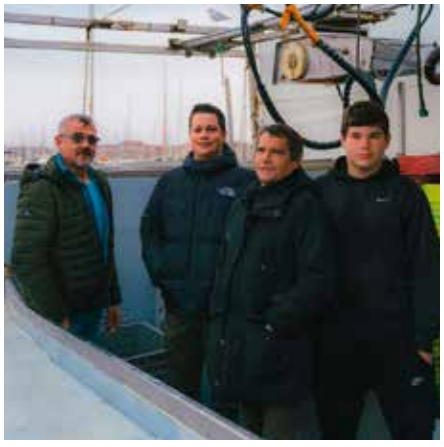
Vis MA VIE DE PÊCHEUR

Rien ne me prédestinait à devenir pêcheur professionnel. Mon père était carreleur… Mais à 19 ans, je suis devenu saisonnier sur le port de Capbreton. Je m'occupais de l'entretien, je vérifiais que tout allait bien sur les pontons. Et de voir tous ces bateaux, ça m'a donné envie de prendre le large. J'aurais pu continuer à jouer au rugby en haut niveau, mais l'appel de l'océan a été le plus fort.

Je suis devenu chef mécanicien et j'ai embarqué sur plusieurs bateaux de pêche au fil des années. Mon frère, Patrice, s'est lui aussi pris de passion pour l'océan. Il est devenu armateur. Depuis 5 ans, c'est sur son bateau, Le Gavroche, que je pars au large 15 à 20 jours par mois pratiquer la pêche artisanale, comme on la conçoit à Capbreton.

Dans mes filets, selon les saisons, je ramène soles, merlus, lottes, daurades, maigres et turbotins qui sont vendus sur notre étal, dès notre arrivée à quai.
Dans 5 ans, je serai à la retraite. Mais la relève du Gavroche est assurée. Mon frère et moi, nous avons transmis notre passion de l'océan à nos fils ! Yann, mon neveu de 26 ans, m'a déjà rejoint sur le bateau après avoir fait l'école maritime. Et mon fils Jules veut suivre le même chemin. Il n'a que 14 ans, mais il est déjà en prépa au collège de Biarritz pour pouvoir rentrer au lycée maritime de Ciboure l'année prochaine. Il est comme un gamin d'agriculteur qui veut monter sur le tracteur avec son père. Il adore m'aider à décharger le bateau, mais il n'a qu'une hâte : que je l'emmène pêcher avec moi. L'appel du large, c'est de famille !

Merci à Patrice, Laurent, Yann et Jules



Le
PRINTEMPS

Plus de recettes sur qualitelandes.com

ASPERGES DES SABLES DES LANDES

ET SA SAUCE MOUSSELINE À LA CIBOULETTE

4 PARTS | FABRICATION 30 MN. | CUISSON 15 MN.

INGRÉDIENTS

- 800 G D'ASPERGES DES SABLES DES LANDES IGP
- 1 ŒUF EXTRA-FRAIS
- 1 CUILLÈRE À CAFÉ DE MOUTARDE DE DIJON
- 20CL D'HUILE DE TOURNESOL
- 1 BOTTE DE CIBOULETTE
- LE JUS D'1/2 CITRON JAUNE
- SEL, POIVRE

RECETTE

• Pelez vos asperges de la pointe vers le talon à l'aide d'un économe. Coupez le talon à 1 cm. Disposez les délicatement dans une casserole d'eau bouillante et comptez 12 min de cuisson.

• Lavez, séchez et ciselez la ciboulette finement.

• Cassez l'œuf en séparant le blanc du jaune. Rajoutez une pincée de sel au blanc puis montez-le en neige ferme.

• Mélangez le jaune avec la moutarde, salez, poivrez. Puis montez une mayonnaise en ajoutant l'huile petit à petit, tout en fouettant.

• Incorporez ensuite le jus de citron et la ciboulette, puis le blanc en neige délicatement pour conserver une texture mousseuse. Réservez au frais jusqu'au moment de servir.

Bon appetit

PARILLADA DE CANARD FERMIER DES LANDES GRILLÉ

2 PARTS | FABRICATION 15 MN. | CUISSON 15 MN.

INGRÉDIENTS

- 300 G. DE MAGRET DE CANARD FERMIER DES LANDES IGP/LABEL ROUGE
- 4 AIGUILLETTES DE CANARD FERMIER DES LANDES IGP/ LABEL ROUGE
- 2 MANCHONS CONFITS
- 2 CUISSES CONFITES DE CANARD FERMIER DES LANDES IGP/LABEL ROUGE
- 2 TRANCHES DE FOIE GRAS FRAIS DE CANARD FERMIER DES LANDES IGP/LABEL ROUGE (100 G PIÈCE)

VINAIGRETTE AUX PIGNONS DE PIN

- 30 G. DE PIGNONS DE PIN
- 140 G. D'HUILE
- 80G DE VINAIGRE BALSAMIQUE
- 20G DE MOUTARDE
- 5G D'AIL BLANCHI
- 30 G. DE PÂTE DE COINGS OU CONFITURE DE FIGUE

RECETTE

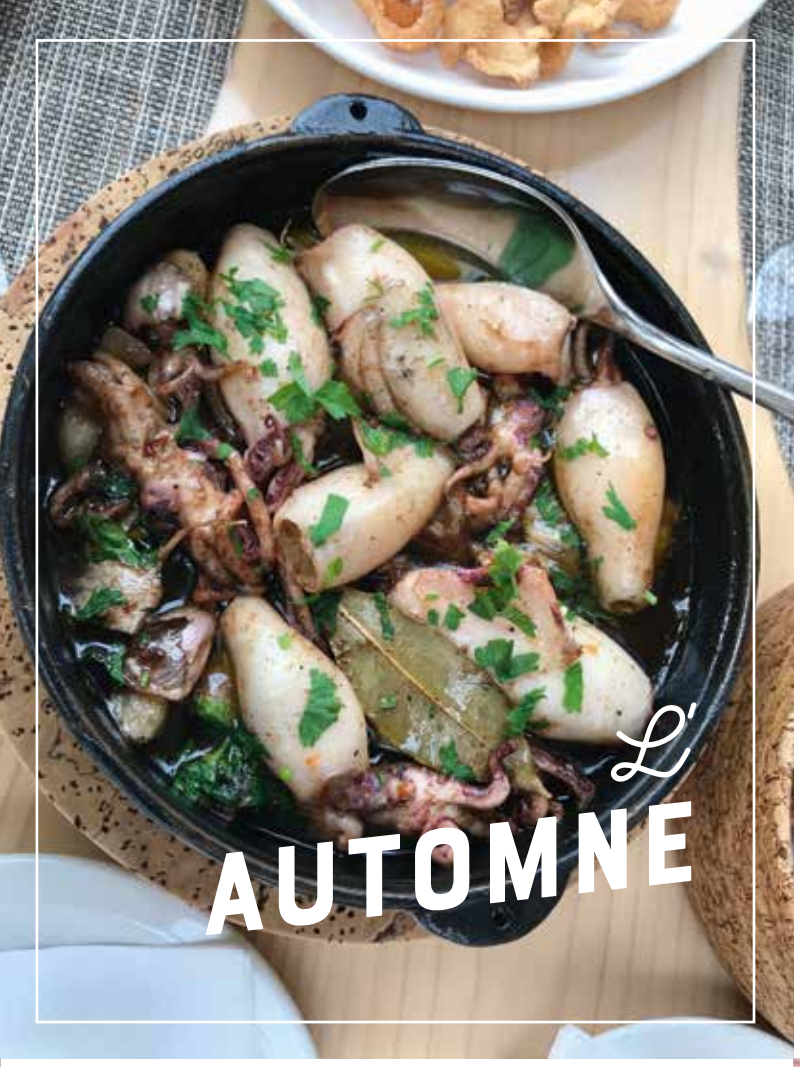
• Dans une poêle sans matière grasse, faites dorer les pignons de pin environ 5 min sur feu doux. Réalisez la vinaigrette en mélangeant tous les ingrédients qui la composent. Salez, poivrez.

• Coupez les morceaux de canard fermier des Landes et grillez-les au barbecue ou à la plancha.

• Lorsque les morceaux de canard sont cuits, badigeonnez-les de vinaigrette aux pignons grillés et servez aussitôt avec de la polenta au magret fumé.

Bon appetit

L'
ÉTÉ



L'AUTOMNE

CHIPIRON AU CHORIZO

6 PARTS | FABRICATION 15 MN. | CUISSON 5 MN.

INGRÉDIENTS

- 900 G. DE CHIPIRONS FRAIS
- 12 TRANCHES DE CHORIZO
- 3 PINCÉES DE PIMENT D'ESPELETTE
- SEL/POIVRE
- HUILE D'OLIVE
- USTENSILE : UNE GRANDE POÊLE OU UNE PLANCHA

Bon appetit

RECETTE

• Saisir les chipirons et le chorizo découpé en lamelles avec l'huile d'olive dans la poêle à feu vif 4 à 5 minutes en remuant régulièrement.

• Salez, poivrez...dégustez

Astuce : faire cuire les chipirons 8 minutes à la cocotte-minute avant ils seront plus tendres

MIASSON

6 PARTS | FABRICATION 15 MN. | CUISSON 40 MN.

INGRÉDIENTS

- 1 BOL DE FARINE
- 1 BOL DE SUCRE
- 4 ŒUFS ENTIERS
- 1 LITRE DE LAIT
- 1 LARME D'ARMAGNAC
- ARÔME VANILLE

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

RECETTE

• Dans un saladier, mélanger les œufs et le sucre puis la farine.

• Ajouter le lait chaud et parfumez avec la vanille.

• Mettre au four à 180° pendant 40 minutes.

• À déguster tiède ou frais.

• Pour les adultes à la mode landaise un soupçon d'armagnac.

Bon appetit

L'HIVER

LES BONNES ADRESSES PRODUCTEURS

Retrouvez-les toutes sur LOUSPOT.FR

BRASSERIES

Capbreton
BRASSERIE CATH'
+33 5 58 42 74 32

Seignosse
BRASSERIE ROSNY BEER
+33 5 47 80 08 60

VITICULTURE

Capbreton
DOMAINE DE LA POINTE
+33 5 58 73 81 57

Messanges
BERGERIE DES VIGNERONS DE TURSAN
+33 5 58 97 33 35

Bellocq
CAVE DE GAN JURANÇON SITE DE BELLOCQ
+33 5 59 65 10 71

Gan
CAVE DES PRODUCTEURS DE JURANÇON
+33 5 59 21 57 03

Parleboscq
CHAIS DE LABALLE
+33 5 58 73 81 57

ATELIERS DE CUISINE

St-Geours-de-Maremne
LABEYRIE BOUTIQUE
+33 5 58 56 73 21

St-Laurent-de Gosse
LES DÉLICES DE SAISON COURS À DOMICILE
+33 6 84 76 17 18

MARAÎCHER

Saubion
MATHIO VENTE À LA FERME
+33 5 58 43 02 42

PRODUITS RÉGIONAUX

Moliets-et-Maâ
L'AIRE DU TEMPS
Espace Régional,
Artisanal et Gourmand
+ 33 5 58 48 59 25

LA GRANGE AUX SAVEURS
+33 6 52 73 53 76

Soustons
LA BUTINERIE DU MOULIÉ
+33 5 58 41 51 70

LA FERME DARRIGADE
+33 9 77 73 60 56

SAS DUPÉRIER ET FILS
+33 5 58 41 15 12

St-Jean-de-Marsacq
LES RUCHERS DE BORDENAVE
+33 6 80 71 77 48

Sainte-Marie-de-Gosse
FERME LA BARTHOTE
+33 5 59 56 34 84

Vieux-Boucau / Marché
CAMPISTRON & GRIHON
+33 5 58 89 30 91

FERME DE BROUGNON
+33 6 82 26 65 52

Bayonne
PIERRE IBAIALDE ARTISAN DU JAMBON
+33 5 59 25 65 30

LA FERME DARRIGADE

ASPERGES | CANARDS | CACAHUÈTES

La Ferme Darrigade existe depuis 5 générations. Le terroir Landais nous offre des sols essentiellement sablonneux, propices à nos cultures. C'est avec passion que nous utilisons cet héritage, pour produire des asperges blanches, du maïs, mais aussi de la cacahuète (petite originalité de la Ferme). Également, nous élevons, gavons et transformons nous même nos canards.

Nous vous invitons à venir découvrir tous nos produits dans notre boutique. Vous trouverez tant du salé que du sucré.

En juillet-août, visites et dégustation de la Ferme, les mardi et vendredi à 10h30
(inscription auprès de l'Office de Tourisme de Soustons : 05 58 41 52 62)

Ferme Darrigade
36 chemin de Rouchéou
40140 Soustons

contact@ferme-darrigade.fr
www.ferme-darrigade.fr
+33 (0)9 77 73 60 56

LES BONNES ADRESSES BOUTIQUES GOURMANDES

Retrouvez-les toutes sur LOUSPOT.FR

CAVISTES

Benesse-Maremne
LE BOUCHON DE MAREMNE
+33 5 64 11 57 07

Capbreton
LA CAVE DES VIGNERONS DE TURSAN
+33 5 58 97 82 02

Labenne
LA CAVE DES BAÏNES
+33 5 59 48 75 40

Moliets-et-Maâ
BIÈRE DU HUCHET - LA GRANGE AUX SAVEURS
+33 6 52 73 53 76

St-Geours-de-Maremne
PUYOBRAU FRÈRES
+33 5 58 57 30 07

Soustons
LA CAVE DE PIERRE
+33 7 68 50 60 95

LA CAVE EN GASCOGNE
+33 5 58 90 27 96

Vieux-Boucau
CAVE DEMETER
+33 5 58 48 03 87

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. A consommer avec modération.

CHOCOLATERIES

St-Geours-de-Maremne
LA FABRIQUE DE TTOTTE
+33 5 58 57 81 56

St-Vincent-de-Tyrosse
CHOCOLATERIE KHAYER
+33 5 24 26 50 40

Saustons
PÂTISSERIE LC BOULANGERIE CHOCOLATERIE
+33 5 58 42 15 58

EPICERIES FINES

Capbreton
DE LA CAVE AU GARDE-MANGER
+33 5 58 42 55 49

PIERRE OTEIZA ELEVEUR ARTISAN
+33 5 58 72 42 58

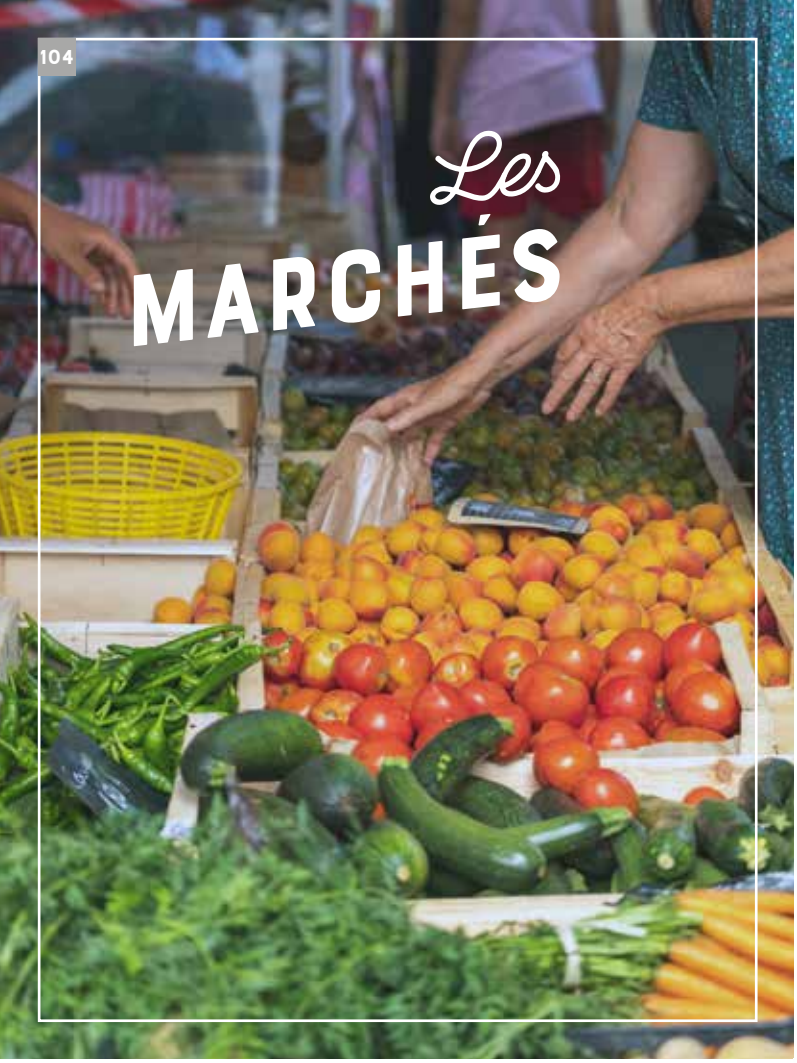
Labenne
LE DUE TORRI GOURMAND
+33 6 44 39 39 42

Messanges
PRODUITS DE LA FERME ET DU TERROIR
+33 6 72 65 28 18

Moliets-et-Maâ
CAMPISTRON & GRIHON
+33 5 58 41 84 39

LA GRANGE AUX SAVEURS
+33 6 52 73 53 76

Vieux-Boucau
ETXE PEIO
+33 9 71 04 30 47



Les MARCHÉS

LE MATIN

TOUTE L'ANNÉE

ALL YEAR LONG IN THE MORNING / TODO EL AÑO, POR LA MAÑANA / GANZJÄHRIG AM MORGEN

TOUS LES JOURS Capbreton, marché aux poissons 8h30-12h30 /14h30-18h30, selon les conditions météo, face à la capitainerie du port

LUNDI Soustons

MARDI Vieux-Boucau, Azur, Capbreton Saubion (à partir de 16h)

MERCREDI Messanges, Seignosse Bourg

JEUDI Labenne à partir de 16h30 (17h30 en été), Magescq (à partir de 16h30)

VENDREDI Tosse, St-Martin de Hinx à partir de 15h30

SAMEDI Capbreton, Moliets village, St-Vincent-de-Tyrosse, Vieux-Boucau

DIMANCHE St-Geours-de-Maremne, Hossegor (04/04 au 02/11)

Retrouvez tous les marchés nocturnes sur LOUSPOT.FR

LE MATIN

EN PLUS EN SAISON

SEASONAL IN THE MORNING / ESTACIONALES, POR LA MAÑANA SOMMERMÄRKTE AM MORGEN

LUNDI Vieux-Boucau (13/06 au 19/09)

MARDI Moliets plage, Vieux-Boucau, Capbreton (01/06 au 30/09), Seignosse Océan (01/07 au 31/08)

MERCREDI Vieux-Boucau (15/06 au 21/09), Messanges (01/07 au 31/08), Hossegor (15/06 au 15/09)

JEUDI Moliets plage, Vieux-Boucau (16/06 au 22/09), Capbreton, Seignosse Océan, Soustons (17/06 au 26/08)

VENDREDI Vieux-Boucau (17/06 au 23/09), Hossegor (15/06 au 15/09), Labenne-Océan, Messanges (01/07 au 31/08)

SAMEDI Capbreton, Vieux-Boucau

DIMANCHE Hossegor (15/06 au 15/09) Seignosse Océan

BRASSERIE CATH

Notre philosophie

Notre brasserie, nous l'avons conçue à la fois pour vous proposer des produits de qualité et pour créer des moments de partage autour de la bière, produit convivial par excellence. Nous souhaitons aussi prouver que celles-ci, par leur côté exhausteur de goût ont toute leur place à table !

Enfin, sachez que l'équilibre et l'élégance de nos produits est le fruit de nombreux essais, mais également de débats passionnés et de compromis réfléchis entre nos deux visions, récompensé de plusieurs médailles d'or et d'argent lors du célèbre concours.

Cathy et Rudy

Immersion dans la brasserie

La visite guidée de notre brasserie est une formidable expérience à vivre. Au milieu des cuves, nous vous expliquerons le déroulement de chaque étape, de la conception à la mise en bouteilles en passant par le brassage, la fermentation et la maturation. Une dégustation de différentes bières vous permettra d'apprécier le soin que nous apportons à leur qualité gustative !

La visite payante se déroule
sur réservations au 05 58 42 74 32
ou sur le planning en ligne
www.brasserie-cath.com

Notre boutique est ouverte à l'année (horaires à consulter sur Facebook).

N'hésitez pas à nous suivre

Capbreton
2 rue des Galips
40130 Capbreton
www.brasserie-cath.com
+33 5 58 42 74 32

R

Dans nos

Restaurants,

toutes les facettes
de la gastronomie vous tendent
les fourchettes.

100 tables à découvrir

É étoilés

Magescq
RELAIS DE LA POSTE
+33 5 58 47 70 25

Saint-Vincent-de-Tyrosse
LE HITTAU
+33 5 58 77 11 85

Seignosse
VILLA DE L'ETANG BLANC
+33 5 58 72 80 15

A vous de choisir votre envie et votre moment. Une table soignée aux saveurs gastronomiques aux recettes traditionnelles landaises, des repas pris sur le pouce en front de mer, aux couchers de soleil des cabanes de plages. Chaque instant culinaire restera ici un souvenir à part entière.

B bistronomiques

Capbreton
LA CUISINE
+33 6 41 75 22 61

LA PETITE TABLE
+33 5 58 72 36 72

LE PERCHOIR
+33 5 58 43 42 64

MA CABANE SUR LE PORT
+33 5 58 72 13 42

MAISON GOUSTUT
+33 5 58 42 18 38

Soustons
AUBERGE BATBY
+33 5 58 41 18 80

Saint-Jean-de-Marsacq
L'EXPRESSION
+33 5 58 43 67 96

R

Restaurants et brasseries

Capbreton

AHOY
+33 5 58 56 08 25

CAP'EAT'N
+33 6 19 70 24 95

LA CACHETTE
+33 5 58 43 76 80

LE MARIN BAR BRASSERIE
+33 5 58 72 97 06

ESCAPADE GOURMANDE
+33 5 58 49 17 60

O PETITS OIGNONS
+33 5 58 72 21 98

Labenne

LA CASA RESTAURANT
+33 6 14 99 29 13

Moliets-et-Maâ

CAFÉ LA PLAGE
+33 5 58 47 16 15

RESTAURANT TI BOU
+33 5 58 43 12 25

Saint-Vincent-de-Tyrosse

LE BISTRO KANTXA
+33 5 58 77 88 91

Soustons

LA STORIA
+33 5 58 41 22 66

LE GRILL DU LAC
+33 5 58 41 31 32

Vieux-Boucau

LE BISTROT
+33 5 58 48 14 08

Z'OCÉANE
+33 9 54 97 40 65

LE TIVOLI
+33 5 58 48 27 75

T

Du toupin à l'assiette

Angresse
LE TUQUET
+33 5 58 77 03 49

Capbreton
LA PERGOLA
+33 5 58 72 11 34

Moliets-et-Maâ
LE CHILL
+33 5 58 70 05 30

Saint-Geours-de-Maremne
LE BON GEOURS
+33 5 58 57 46 05

Saint-Vincent-de-Tyrosse
LA GARGOUILLE
+33 5 58 77 02 80

Saubrigues
AUBERGE D'UGNE
+33 5 58 77 94 10

Saubusse
LOU TOUPÏNG
+33 5 58 57 40 00

Seignosse
LES ROSEAUX
+33 5 58 72 80 30

Soustons
DEHIOU
+33 5 58 41 57 02

MMAÂMM À LA FERME DE BATHURT
+33 7 54 36 40 64

S

Snacking
Sur le pouce

Capbreton
PIZZ'BURG
+33 5 58 41 01 91

FLO ET GINO À LA PLAGE
+33 9 83 88 63 37

Messanges
LOU PIOC ROSTIT
+33 5 24 26 10 57

LE MACHACUU
+33 7 67 45 25 05

Moliets-et-Maâ
TITINE
+33 5 58 74 79 83

Soustons
LA PLAGE
+33 6 75 92 55 46

Vieux-Boucau
LE SURF
SNACKING PREMIUM
+33 5 58 48 11 64

L'EMPORTÉ
+33 5 58 48 34 04

B

Burgers

Benesse-Maremne
SB ARTISANS BURGER
+33 5 58 55 56 36

Capbreton
BURGER BAR
+33 5 58 42 29 48

Messanges
LE LOCAL
+33 9 54 97 52 72

C

Crêperies

Capbreton
CHEZ ETCHE
Pause sucrée

Soustons
LE PEKOE
+33 5 58 41 14 15

Vieux-Boucau
LA CRÊPERIE SAINT JOURS
+33 5 58 48 15 62

O

vues Océan

Capbreton

BISTRO'BAYA LE RESTAURANT PANORAMIQUE DU BAYA HOTEL
+33 5 58 41 80 00

CAFÉ BRASSERIE L'ESTACADE
+33 5 58 72 71 46

BELHARRA CAFÉ
+33 5 58 42 59 22

MUNDA K'FÉ
+33 5 58 72 10 20

Messanges

SNACK BAR DE LA PLAGE
+33 5 58 48 98 84

Vieux-Boucau

BAR RESTAURANT CÔTÉ SABLE
+33 5 58 48 17 10

P

sur le Port

Capbreton

CHEZ MINUS
+33 5 58 41 74 81

LE BARRIO
+33 5 58 72 61 71

LE BON CAP
+33 5 58 41 00 42

VA & VIN RESTAURANT
+33 5 58 91 30 57

P

Poissons

Capbreton

PÊCHERIE DUCAMP
+33 5 58 72 11 33

LES HALLES DUCAMP
+33 5 58 72 35 17

LA TÉTRADE CÔTÉ PORT
+33 5 58 72 64 45

Moliets-et-Maâ

LA BALISE DU SAINT MARTIN
+33 5 24 26 61 63

LES TRÉSORS DU BANC D'ARGUIN
+33 6 81 95 89 00

M

Saveurs métissées

Messanges
MAMASÉ
+33 5 58 48 92 05

Saint-Vincent-de-Tyrosse
BOSPHORE KEBAB
+33 5 58 77 36 75

KOH THAÏ & CO
+33 9 52 97 32 44

RESTAURANT NEW JIN FU
+33 5 58 41 81 61

Vieux-Boucau
SUSHI LAND
+33 5 58 42 29 62

P

Pizzerias trattorias

Labenne
LES AFFRANCHIS
+33 5 59 45 06 88

Soustons
LA PIZZETTA
+33 5 58 41 21 80

Vieux-Boucau
NOOLIE'S PIZZA
+33 5 58 41 09 18

PIZZA DE LAGO
+33 9 82 59 51 80

PIZZA GOURMANDE
+33 5 24 26 80 18

PIZZERIA SUR PLACE OU À EMPORTER LA PIZZAÏOLETTE
+33 5 58 48 53 68

CHEZ COCO
+33 5 58 72 90 01

T

Tendances

Capbreton
MAMBO DELIZIE ITALIANE
+33 9 73 23 34 13

MONSIEUR MOUETTE
+33 5 58 73 62 02

Hossegor
JO&JOE
+33 5 58 35 68 55

Josse
LA GUINGUETTE
+33 5 58 41 43 38

Moliets-et-Maâ
LE MATOU TIMBRÉ
+33 5 58 48 62 11

Seignosse
70 HECTARES... ET L'OCÉAN
+33 5 58 45 76 16

Vieux-Boucau
LUMAÂ
+33 5 58 48 14 15

C

Cabanes de plage

Capbreton
LES P'TITS BOUCHONS
+33 6 36 37 37 67

SOWETO CABANE SOUTH WEST CAPBRETON
+33 6 82 17 42 40

TERRAMAR
+33 6 15 81 51 23

Les DÉBUTS DE SOIRÉE

Capbreton
ROSNY'S ROCKIN' BAR
+33 5 58 97 62 46

Moliets-et-Maâ
LA BAÏNE À VINS
+33 6 83 21 29 69

LE MELTIN' RESTAURANT BAR DISCOTHÈQUE
+33 5 58 48 53 78

THE BEACH BREAK BAR-PUB
+33 5 40 77 56 99

Vieux-Boucau
BAR DU CENTRE
+33 5 58 41 89 31

LA FRÉGATE
+33 5 58 48 38 33

LE CALICOBA CAFÉ
+33 6 17 01 19 78

Les PIEDS SOUS LA TABLE

Moliets-et-Maâ
BREAK IN LANDES
PIQUE-NIQUES INSOLITES
+33 6 74 32 76 57

Saint-Laurent-de-Gosse
LES DÉLICES DE SAISON
CHEF À DOMICILE
+33 6 84 76 17 18

Saint-Martin-de-Hinx
ZÉLIA BEGARDS
CUISINIÈRE À DOMICILE
+33 6 85 45 08 05

Saint-Vincent-de-Tyrosse
LES BARS GOURMANDS ÉPHÉMÈRES
+33 5 58 73 93 64

LE MAMASÈ

RESTAURANT BAR TABAC

Mamy, c'est la patronne : un parcours hors norme ! Pour les rares qui ne la connaissent pas ou pour les étrangers ; c'est un personnage haut en couleurs, de par son origine Sénégalaise. Ici transpire la joie de vivre. Un accueil chaleureux et une bonne humeur légendaire.

L'établissement à la décoration colorée, profite d'une belle terrasse couverte et d'une confortable tente berbère, le côté cosy du jardin.

À l'intérieur une salle de restauration pour ceux qui souhaitent la tranquillité.

Le Mamasè se distingue aussi par ses recettes traditionnelles, mais aussi du Sud-ouest.

Plutôt envie de tapas ?
Nous vous conseillons de partager le grand plateau exotique qui illustre parfaitement l'esprit de la maison.

Comptez sur le chef Amidou pour vous transporter avec ses plats exotiques : tajines, couscous Royal, poulet yassa, poulet curry banane, carry de crevettes...
La présentation est digne des meilleurs gastros et c'est copieux.

Côté bar : Spécialiste des bières Belges. Et en été, c'est des concerts et soirées dansantes.

Messanges
5 avenue de la Côte d'argent
40660 Messanges
restaurant-mamase.com
+33 5 58 48 92 05

P de Patrimoine, de parler, de pierres...

C de Culturel, de créations, de contes...

N de Naturel, de nous...

Que l'on parle de cours d'eau, de réserves naturelles, de vieilles pierres ou de musées, de contes et légendes ou d'expressions locales, façonnés par le temps ou par l'homme, c'est notre âme qui se dévoile dans les moindres recoins du territoire.

Nos trois RÉSERVES NATURELLES

01

LA RESERVE NATURELLE DU MARAIS D'ORX

Ancien polder créé sous Napoléon III et asséché à des fins agricoles, le site est aujourd'hui une vaste zone humide protégée, d'importance internationale, européenne et nationale qui accueille une grande diversité d'oiseaux d'eau et une faune diversifiée inféodée aux zones humides (Cistude d'Europe, Spatules blanches, Balbuzard pêcheur, canards...). Accès libre au "circuit découverte". Visites guidées sur rendez-vous. Expositions permanente et temporaires.

Labenne
RÉSERVE NATURELLE DU MARAIS D'ORX
+33 5 59 45 42 46

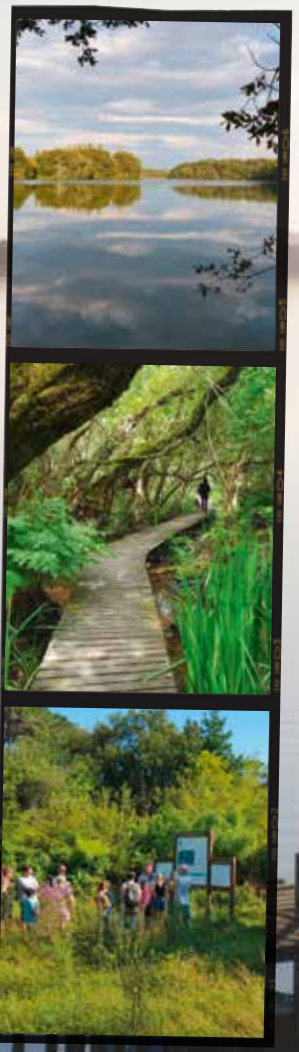
02

LA RESERVE NATURELLE DE L'ETANG NOIR

Protégeant 52 ha de zones humides, la Réserve Naturelle abrite des habitats caractéristiques des Landes accessibles par un sentier sur caillebotis : forêt marécageuse, tourbière, étang, ruisseau… L'Étang Noir qui donne son nom à la réserve se singularise par ses eaux profondes et ses fonds vaseux. La forêt marécageuse qui la ceinture génère un fort ombrage renforçant l'atmosphère mystérieuse des lieux. Au bout de la passerelle, vue imprenable sur l'Étang Noir. Visites guidées sur réservation uniquement.

Seignosse
LA RÉSERVE NATURELLE DE L'ETANG NOIR
+33 5 58 72 85 76

Nous sommes tous sensibles à la préservation de ces milieux fragiles qui abritent une si riche biodiversité, tellement essentielle à notre bien vivre au quotidien : Réserves naturelles, Barthes de l'Adour, Barthes de Monbardon, zones Natura 2000…
A l'heure des enjeux climatiques qui nous attendent, continuons à les protéger et à les respecter, ici et ailleurs, pour notre bien-être présent et à venir et pour l'avenir de notre belle planète.



03

LA RESERVE NATURELLE DU COURANT D'HUCHET

Dotée de paysages exceptionnels, d'une faune et d'une flore remarquables, la Réserve naturelle du Courant d'Huchet constitue le dernier ensemble d'étang et de courant d'Aquitaine ayant préservé son caractère naturel. Visites guidées pédestres au départ du pont de Pichelèbe, près du chalet d'accueil sur la D328 à Moliets. 2 heures, 2 km.

Léon
RÉSERVE NATURELLE DU COURANT D'HUCHET
+33 5 58 48 73 91

LES BATELIERS DU COURANT D'HUCHET

Une balade insolite au fil de l'eau : une autre manière de découvrir la réserve naturelle du Courant d'Huchet , son histoire, sa faune et sa flore.

Léon
LES BATELIERS DU COURANT D'HUCHET
+33 5 58 48 75 39 / +33 6 27 82 19 36

La SAUVAGINE PINASSE BOUCALAISE

Les pinasses tirent leur nom du bois de PIN avec lequel elles sont majoritairement fabriquées. Ce sont des bateaux de pêche spécialement destinés à la « pêche côtière » pratiquée sur tous les littoraux sablonneux ; à fond plat, pour permettre d'accoster sur les plages et d'en repartir facilement. De nombreuses pinasses ont évolué dans les eaux boucalaises jusque dans les années 1970 mais la création du lac de Port d'Albret a provoqué leur disparition à Vieux-Boucau.

Redonner vie à ce bateau légendaire : voilà le défi que s'est lancé Michel Laboille Moresmau en créant l'association « La Pinasse Boucalaise » pour construire une pinasse. Avec le soutien de la municipalité de Vieux-Boucau et grâce au talent et aux conseils du charpentier de marine Philippe Saint Aroman une équipe de joyeux bricoleurs a construit de ses mains et de toutes pièces, dans la plus pure tradition, « La Sauvagine » baptisée en grande pompe le 7 septembre 2013.

Vous avez peut-être eu la chance de l'apercevoir en mer pour une partie de pêche à la senne ou lors de ses périples le long de l'Atlantique. Même l'Hermione l'a cotoyée de près !

Mais la joyeuse équipe de vaillants bricoleurs ne s'est pas arrêtée là et a également construit une petite sœur à la Sauvagine : "La pinassote Lo Mayoun" une version modernisée pour sortir en mer plus facilement.

Un bâtiment, le « Chiouleben » abrite désormais les deux pinasses ainsi qu'un espace muséographique qui retrace l'histoire maritime de Vieux-Boucau du 15ème siècle à nos jours.

Gardez un œil toujours vers le large, vous nous apercevrez sûrement dès le printemps depuis la plage.

La pinasse boucalaise a une sœur cadette capbretonnaise. Classée "bateau d'intérêt patrimonial", on peut l'admirer au bout du Ponton M du port de Capbreton.

Capbreton

La Pinasse Capbretonnaise
81 av. George Pompidou
lapinasse.capbretonnaise@gmail.com
Profitez de sortie en pinasse lors des grandes manifestations

Vieux-Boucau

La Pinasse Boucalaise
6 rue des Pibaleurs
lapinasseboucalaise40480@gmail.com
Espace ouvert à la visite le mercredi matin en saison estivale et balades en pinasse proposées d'octobre à juin.

Les CONTES ET LÉGENDES

Les légendes, les contes, les hitillières (sorcières) et autres monstres étoffent aussi notre patrimoine !! Dans notre Petit musée des horreurs et autres choses qui font peur, voici le portrait de deux d'entre eux :

« Je rôde le soir…. autour des métairies…. pour attaquer les enfants…et les dévorer dans la nuit. Je suis une jambe seule munie de crocs et d'un œil au genou ! telle est ma représentation ! Je suis la Came-Crude (Cama-Cruda)

E cric, e crac… La came cruda que m'a trobat

« Je suis Le Becut ! Je suis un ogre à l'oeil unique au milieu du front. Inutile d'ajouter que mes mets préférés sont les enfants. Pas moyen de m'échapper ! Ah si, le seul moyen de se sauver sera de crever mon œil »

De nos jours, le Becut est toujours aussi gourmand mais beaucoup moins impressionnant puisque c'est le nom donné au moustique de la région.

Et dans notre cabinet de curiosités, retrouvez des objets un peu particuliers :

Le château du Baron sorcier de Seignosse qui une fois vaincu a laissé place à l'Etang Noir

La barque de Cadet, pêcheur de Capbreton empruntée les nuits de pleine lune par les sorcières,

Le pin parleur de Tosse, et les fleurs d'Huchet, immortelle et hibiscus, apportées par une jeune princesse égyptienne

Les MOT D'ICI

- **Adishatz :** La base de la base bonjour ou au revoir
- **Sibouplèt :** L'autre base de la base S'il vous plaît
- **Antchoubi :** Interjection spontanée marquant l'étonnement, on s'étonne d'un rien ici donc tu peux utiliser aussi Dia / Ebé / OH ENQUI
- **Breugue :** oui je l'ai dit trois fois et alors ?
- **Bringuer :** tout l'art de faire la fête ici
- **Chocolatine = chocolatine** (aucun débat)
- **Chicaner :** faire en sorte que la fin de la partie soit en ta faveur
- **Patac :** peut ponctuer certaines rencontres lors de derbys sportifs en mettant des pét ou des pignes
- **Pigne :** pomme de pin
- **Méfiat :** un rien peu vous émerveiller donc Méfiat (faire attention)
- **Toupin :** marmitte landaise

Les EXPRESSIONS

- **A biste de nas :** mesure favorite des grand-mères pour les ingrédients à mettre dans les recettes
- **A hum de Calhau :** à fond les ballons
- **Qu'es aquo :** tout élément inconnu sur le territoire
- **T'as pris des poches pour les courses ? :** pas de traduction, une poche pour les courses

LES BONNES ADRESSES

Retrouvez-les toutes sur LOUSPOT.FR

ENTREZ DANS LES GROTTES

St-Martin-D'arberoue
GROTTES PRÉHISTORIQUES D'ISTURITZ ET D'OXOCELHAYA
+33 5 59 29 64 72

Sare
GROTTES PRÉHISTORIQUES DE SARE
+33 5 59 54 21 88

VISITEZ ACCOMPAGNÉS

Moliets-et-Maâ
LANDES TOURS
+33 6 44 15 99 79

JARDIN BOTANIQUE

St-Vincent-de-Tyrosse
LES JARDINS DE L'HUMANITÉ
Ferme Pédagogique
+33 6 83 56 32 16

ENTREZ DANS L'HISTOIRE

Capbreton
LA MAISON DE L'ORALITÉ ET DU PATRIMOINE
+33 5 58 72 96 05

Soustons
LE MUSÉE DES TRADITIONS ET DES VIEUX OUTILS
+33 5 58 41 39 09

Hastingues
ABBAYE D'ARTHOUS
+33 5 58 73 03 89

Montfort-en-Chalosse
MUSÉE DE LA CHALOSSE
+33 5 58 98 69 27

Sabres
ECOMUSÉE DE MARQUÈZE
+33 5 24 73 37 40

Sorde-L'abbaye
ABBAYE DE SORDE
+33 5 58 73 09 62

Cambo-les-Bains
LA VILLA ARNAGA, UNE DEMEURE D'EXCEPTION
+33 5 59 29 83 92

BALADE SONORE

Saubusse, Seignosse
St-Vincent-de-Tyrosse
VIRA & VASA
Balade sonore pour les 5/12 ans, un épisode de fiction à écouter, un parcours découverte à arpenter.
Suis les indices de Vira et Vasa et gagne ta carte collector.
Alors les Venturiers...
à la Venture !
www.viravasa.fr

NOUVEAUTÉ de l'été 2022

ABBAYE D'ARTHOUS

De cette abbaye fondée au XIIe siècle, vous retiendrez la beauté des pierres dans un écrin de verdure, le plaisir d'une pause dans un lieu qui respire la présence de ceux qui ont fait son histoire, ainsi que les sculptures d'un des plus beaux décors romans de Gascogne.
Vous y trouverez aussi des espaces dédiés aux collections préhistoriques exceptionnelles, des expositions d'art contemporain, des concerts et des animations en familles.

Abbaye d'Arthous
785, route de l'abbaye
40300 HASTINGUES
+33 (0)5 58 73 03 89
www.landes/abbaye-arthous.fr

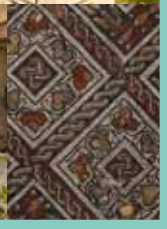
PASS PATRIMOINE : 1ERE ABBAYE PAYANTE = 2EME ABBAYE À TARIF RÉDUIT !

ABBAYE DE SORDE

Venez explorer un site occupé depuis l'Antiquité et découvrez sa transformation au fil des siècles, des restaurations en cours et des récentes fouilles archéologiques !
Visites et animations 2022 : mosaïques romaines, parcours autour de la vie des moines, concerts dans le cloître, expositions, ateliers famille, etc.

Abbaye inscrite sur la Liste du Patrimoine mondial de l'Unesco au titre des Chemins de Saint-Jacques-de-Compostelle en France.

Abbaye de Sorde
232, place de l'Eglise
40300 Sorde-l'Abbaye
+33 (0)5 58 73 09 62
www.abbaye-sorde.fr



MÉTIERS D'ART

Magescq
ARTIGA TOILES BASQUES
+33 5 58 47 62 34

MAISON BARIA
+33 6 07 43 25 94

XAVIER CARRÈRE
SCULPTEUR PLASTICIEN
+33 5 58 73 79 50

Messanges
POTERIE RIVAGES LOINTAINS
+33 5 58 48 91 15

GALERIES D'ART

Magescq
ISABELLE GELI
ARTISTE PEINTRE
+33 6 76 73 77 98

Moliets
GALERIE REG'ARTS EN MARENSIN
+33 5 58 48 50 13

Seignosse
FONDS LABÉGORRE
+33 5 58 43 10 15

Vieux-Boucau
GALERIE DU MOÏSAN

LES SENTIERS ARTISTIQUES

A la découverte de Saubusse autrement, à pied ou à vélo, un circuit unique, des découvertes artistiques, culturelles, naturelles, patrimoniales et ludiques.

L'ESPRIT CRÉATEUR

J'ai créé Artiga en 1999 en reprenant un atelier de confection installé à Magescq. À l'heure où tout le monde délocalisait, je voulais montrer qu'il était possible de conserver l'intégralité de la chaîne de création et de production en France, pour fabriquer des produits «made in chez nous»! D'ailleurs, l'entreprise est labellisée Origine France Garantie depuis 2012.

Avec cette marque, j'ai voulu redonner une nouvelle vie aux toiles basques en leur apportant une touche créative contemporaine. Traditionnellement rouge et verte, elles ont pris des teintes plus actuelles sans perdre leur identité. Et entre les doigts de fée de mes couturières, elles se transforment en linge de maison, linge de lit, accessoires de mode et de décoration.

J'aime allier tradition et modernité. Produire de façon artisanale n'empêche pas d'innover. Nous utilisons des cotons enduits pour notre collection pour l'extérieur et le jardin. Et pour limiter notre impact environnemental, nous sélectionnons des matières premières plus respectueuses. C'est de cette volonté que sont nées nos gammes en coton biologique et en coton recyclé. Pour cette dernière, nous favorisons aussi le travail à vocation sociale dans le cadre de la collecte des tissus à recycler par des personnes en réinsertion.

Notre inspiration, nous la puisons dans les montagnes, l'océan et la forêt, tous ces paysages variés et colorés qui font les Landes et le Pays basque. D'ailleurs, pour leur rendre hommage, chacun de nos tissus porte le nom d'une ville ou d'un village d'ici.

Merci à Quitterie Delfour

BOUTIQUES CRÉATEURS

Benesse-Maremne

LES BOBINEUSES
Atelier de couture tissu et cuir
+33 6 69 08 67 20
+33 6 50 74 23 68

Moliets-et-Maâ

L'AIRE DU TEMPS,
"Espace Régional, Artisanal et Gourmand"
+33 5 58 48 59 25

St-Vincent-de-Tyrosse

HIRICA
Création de chaussures
+33 5 58 77 19 10

St-Vincent-de-Tyrosse

LA HALLE AUX GRAINS DES LANDES
Décoration
+33 7 66 45 10 16

OÈST
Objets en voile recyclée
+33 6 14 80 07 16

Seignosse

ARTISAN SHAPER
World Shapes by Alessandro Pierre
+33 5 35 65 96 72

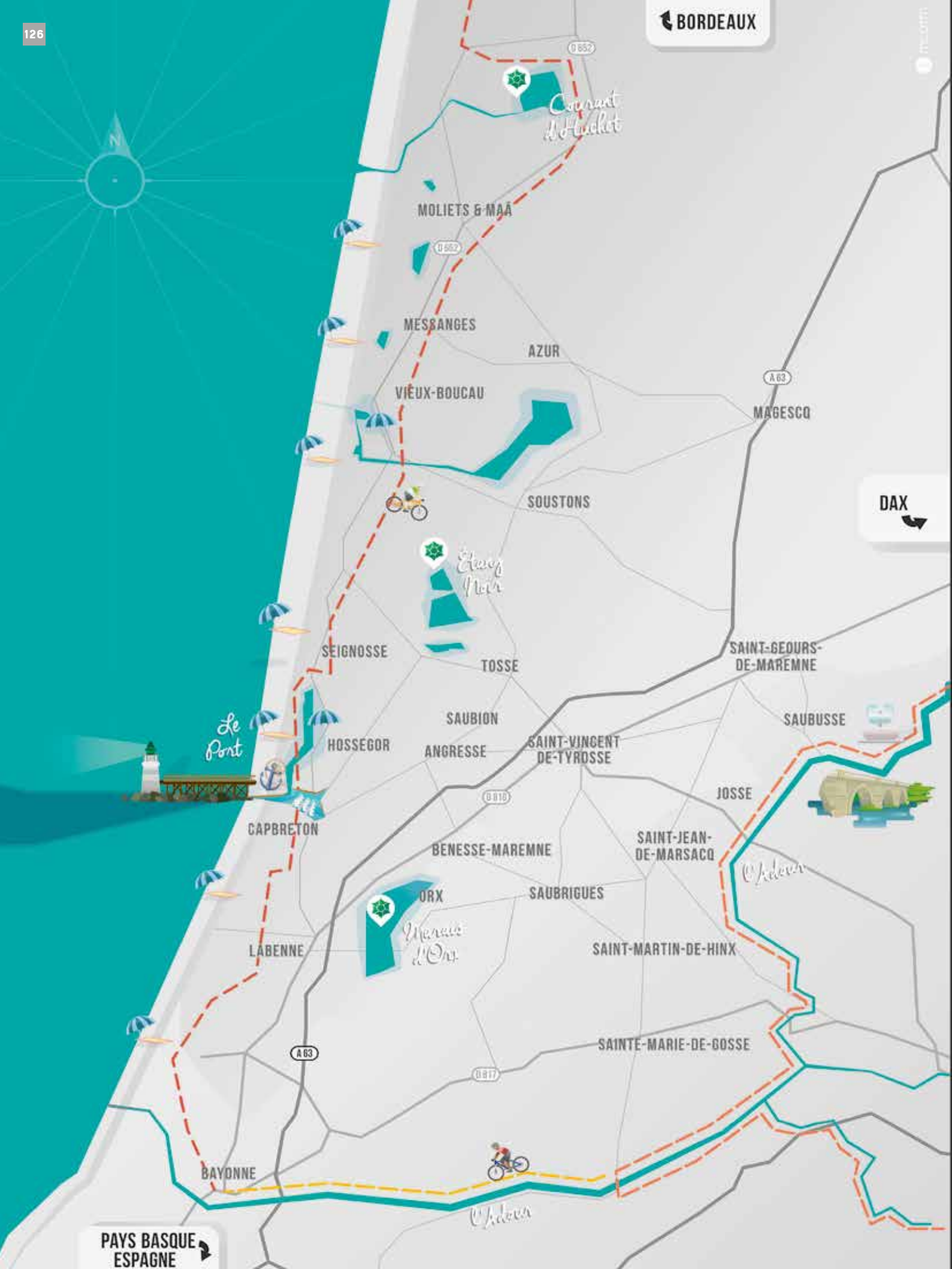
Soustons

L'EFFET MER
Boutique de créateurs locaux
+33 9 81 62 23 17

Vieux-Boucau

EMPREINTE
Concept Store Made in Landes
+33 6 07 74 60 80

BIBIZI
Accessoires en matériaux recyclés
+33 7 72 02 83 86


BORDEAUX
D652
Courant d'Huchet
MOLIETS & MAÂ
D652
MESSANGES
AZUR
VIEUX-BOUCAU
A63
MAGESCQ
SOUSTONS
DAX
Étang Noir
SEIGNOSSE
TOSSE
SAINT-GEOURS-DE-MAREMNE
SAUBION
SAUBUSSE
Le Port
HOSSEGOR
ANGRESSE
SAINT-VINCENT-DE-TYROSSE
D810
JOSSE
CAPBRETON
BENESSE-MAREMNE
SAINT-JEAN-DE-MARSACQ
L'Adour
ORX
SAUBRIGUES
Marais d'Orx
LABENNE
SAINT-MARTIN-DE-HINX
A63
SAINTE-MARIE-DE-GOSSE
D817
BAYONNE
L'Adour
PAYS BASQUE ESPAGNE

LANDES **ATLANTIQUE** SUD
OFFICE DE TOURISME

QUALITÉ TOURISME CATÉGORIE I

1

Tout pour préparer vos vacances
HÉBERGEMENT, ACTIVITÉS, AGENDA...
LANDESATLANTIQUESUD.COM

2

Prenez le CHEMIN VERS
L'ODEUR DES PINS & LE BRUIT DES VAGUES

Vos déplacements sur place

- **YEGO PLAGE** : navettes plages gratuites de début juillet à début septembre.
- Horaires disponibles dans les agences et sur MOBI-MACS.ORG
- Tout un réseau de pistes cyclables, liaisons douces ou voies vertes.
  Carte disponible dans nos agences

3

Rencontrez LES COMPLICES **DE VOS VACANCES**

En bon hôte, nous vous souhaiterons la bienvenue.
Nous vous chuchoterons quelques secrets avec notre carte touristique et nos plans.

Agence de Moliets-et-Maâ	**+33 5 58 48 56 58**
Agence de Messanges	**+33 5 58 48 93 10**
Agence de Vieux-Boucau	**+33 5 58 48 13 47**
Agence de Soustons	**+33 5 58 41 52 62**
Agence de St-Vincent-de-Tyrosse	**+33 5 58 77 12 00**
Agence de Capbreton	**+33 5 58 72 12 11**
Agence de Labenne	**+33 5 59 45 40 99**

4

Bonus POUR VOTRE **SÉJOUR**

Partagez les plus beaux moments de vos vacances SUR LOUSPOT.FR
Toute la bonne info, au bon moment en fonction de vos envies.

Office de Tourisme Landes Atlantique Sud Avenue Georges Pompidou 40130 Capbreton
Pardi Création, 20 rue des Sables, 40200 Mimizan.

Véronique Brevet Directrice de la publication et Denis Dupouy Responsable de la rédaction.

Imprimeur : Sud-Ouest Service's, Zone Artisanale Atlantisud, rue du Pays d'Orthe 40230 Saint-Geours-de-Maremne.
Document réalisé par une imprimerie « Imprim vert » certifiée PEFC.

Distribution : Distri express

Date de la parution : Avril 2022

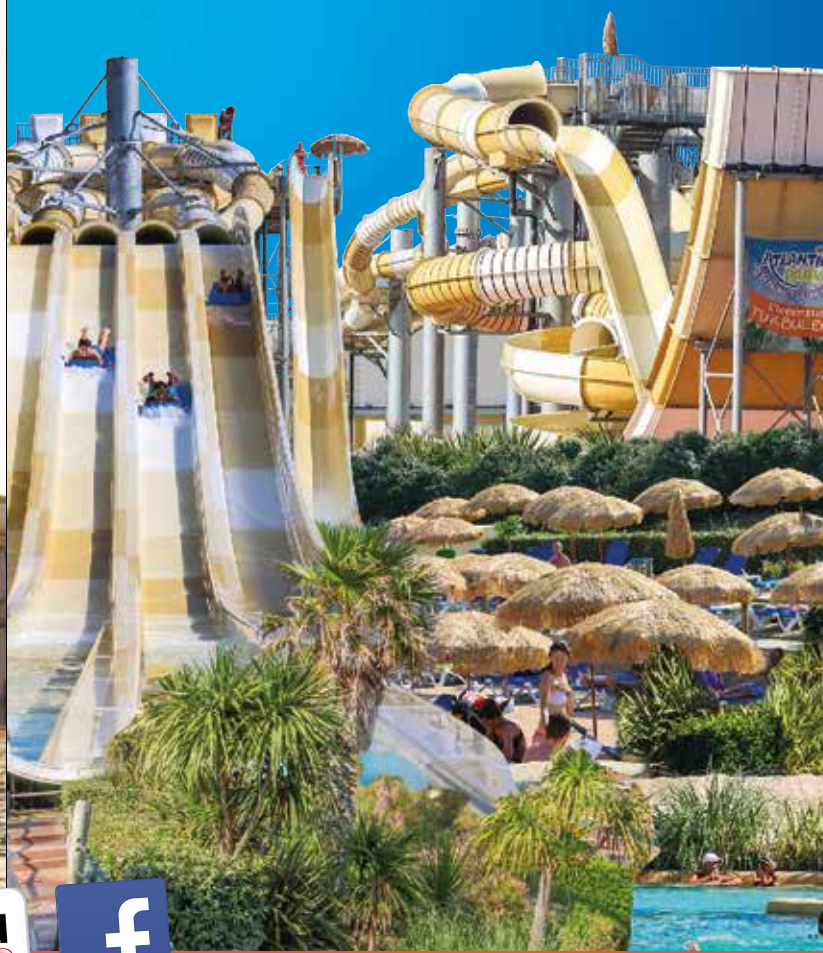
70 000 exemplaires
Copyright ©, Pardi Création, 2022
Toute représentation ou reproduction intégrale, ou partielle, des articles et illustrations est interdite.

Page de couv : Pardi & Mum's
Crédit photos : CC MACS - OTI LAS - FFR - Golf de Moliets - Partenaires OTI LAS - Eric B. - Eric Marie FFA - Ville de Capbreton - Hope Team East - Capbreton sauvetage côtier - Madeleine Larcheron et Greg Poissonnier - Logan Labarbe - B.R.O.S. Soustons orientation - Agathe Bricout - Aviron club Soustonnais - Nahia et Pierre Milhau - FF Surf - Xavier Renaudin - We_creative - Owen Dupuy - Marlou Pauliac - Clémence Schorsch - Benoit Aumont - Dylan Camiade - Corentin Remon -Pickwick Photographies - Jules Montus - Elsa Jouve - Léo-Paul Finos - Vincent Helly - EDGA (European Disabled Golf Association) - Famille Bouvart - M. Dupouy - Maindru Photos - Istock - Fédération française de course landaise - Agence Elow - Mairie de St Vincent de Tyrosse - Swim Run Rémi Blanc - FFR Ligue régionale Nouvelle Aquitaine - Pierre Froustey - Ville de Vieux-Boucau - Comité d'animation Vieux-Boucau - Sébastien Chebassier; CDT Landes - Elegant Design - Studio 255 - Céline Hamelin - Arewen - Thomas Humpage - Compagnie Illicite - Bernard Mora - Compagnie la main s'affaire - Mamisèle - Dimanche & Cie - Qualité Landes - Lous Crabots de Semisens - Réserves naturelles : Marais d'Orx - Etang noir - Courant d'Huchet - Michel Laboille Moresmau - La pinasse boucalaise - Alex Gallosi - M-COMM.

Atlantic Jump
SEIGNOSSE

ATLANTIC PARK
SEIGNOSSE OCÉAN

LE + GRAND PARC AQUATIQUE
DE LA CÔTE SUD AQUITAINE



Les jumps extrêmes vous attendent sur la Côte Atlantique

YouTube

SEIGNOSSE

atlantic-park.com

Spectacle Landes émotions

Unique au monde !

échassiers chants festifs gascons
vaches landaises poney landais ganadéria
ambiance féria feux d'artifices gemmeur
taureaux show équestre
tradition taurine landaise bandas...

A partager en famille !

2h d'expérience
100% Landaise

Spectacle aux arènes à 21h30

13/07 Soustons
20/07 Soustons
27/07 Soustons
28/07 Mimizan
03/08 Tyrosse
10/08 Soustons
11/08 Mimizan
17/08 Soustons
24/08 Soustons
25/08 Tyrosse

Chaque MERCREDI de l'été !

LANDES Terre des possibles

+ d' infos

Entrée générale (à partir de 15 ans): 19€ • Tarif réduit (6-14 ans inclus): 8 € • Pack famille (2 adultes + 2 enfants - 15 ans) : 50€

Tarifs indiqués hors frais de location

www.landes-emotions.fr

Toiles Basques. Déco Maison. Cuisine. Bain. Accessoires. Outdoor.

MAGASIN D'USINE - OUVERT TOUTE L'ANNÉE - MAGESCQ - TEL : 05 58 47 62 34

www.artiga.fr