



Guide des spots de kitesurf

Marées, orientations de vent, niveaux et réglementation, spot par spot, d'Hendaye à Tarnos.

● Autorisé / non réglementé

● Restrictions horaires / saisonnières

● Interdit

● Non adapté à la pratique

SPOT	MARÉE	N	NE	E	SE	S	SO	O	NO	NIVEAU	RÉGLEMENTATION	SPÉCIFICITÉS & DANGERS
HENDAYE												
Sokoburu	Toutes	✓	✓							Tous	INTERDIT Interdit du 1er mai au 30 septembre.	—
Plage des 2 Jumeaux	Mi/basse	✓							✓	Interméd. / confirmés	INTERDIT Interdit du 1er mai au 30 septembre.	Rochers à marée basse. Grosses vagues au fond selon la houle.
SAINT-JEAN-DE-LUZ												
Baie de Saint-Jean-de-Luz	Toutes								✓	Confirmés	INTERDIT (SURVEILLANCE) Interdit sur la Grande Plage pendant la période de surveillance.	Baie très encaissée, plage courte à marée haute. Accident mortel en 2010 : beaucoup font l'impasse.
Erromardie, Lafitenia, Mayarco, Cenitz	Mi/basse	✓							✓	Confirmés	AUTORISÉ HORS SURVEILLANCE Autorisés en dehors des heures de surveillance.	Rochers et petites plages. Grosses vagues au fond selon la houle.
GUÉTHARY / BIDART												
Plages de Guéthary et Bidart (hors Embruns)	Mi/basse	✓						✓	✓	Interméd. / confirmés	RESTRICTIONS HORAIRES Hors-saison : autorisé à l'Uhabia du 1er oct. au 31 mai. En saison : 6h-10h du 1er juin au 30 sept.	Rochers à marée basse. Grosses vagues au fond selon la houle.

SPOT	MARÉE	N	NE	E	SE	S	SO	O	NO	NIVEAU	RÉGLEMENTATION	SPÉCIFICITÉS & DANGERS	
Plage des Embruns	Mi/basse	✓						✓	✓	Confirmés	NON RÉGLEMENTÉE Départ possible toute l'année. Ne pas rester à moins de 300 m ni dériver sur l'Uhabia.	Rochers à marée basse et sortie du fleuve. Grosses vagues au fond selon la houle.	
BIARRITZ													
Toutes plages	Aucune									—	INTERDIT (ÉTÉ) Interdit toute la saison estivale.	Plages non adaptées à la pratique du kitesurf / kitefoil.	
ANGLET													
Madrague / Corsaires / Cavaliers	Mi/basse	✓						✓	✓	✓	Tous	RESTRICTIONS HORAIRES Interdit en période de surveillance, sur les horaires de surveillance.	Digue de la petite Madrague visible à marée basse. Grosses vagues. Marée basse conseillée.
Chambre d'Amour, Club, Sables d'Or, Marinela, La Barre	—									—	DÉCONSEILLÉ Interdit en période de surveillance, sur les horaires de surveillance.	Proximité des digues (et de la falaise pour la Chambre d'Amour).	
Océan / Dunes	Mi/basse	✓						✓	✓	✓	Tous	ZONE DÉDIÉE Interdit en période de surveillance sur les horaires de surveillance. Zone/chenal dédié au kitesurf permettant de se mettre à l'eau après 19h en période de surveillance. Zone comprise entre le blockhaus de la plage l'Océan et le tunnel de la plage des Dunes. Tolérance avec accord préalable des MNS : la zone/chenal peut être utilisé avant 19h.	Grosses vagues au fond selon la houle. Marée basse conseillée.

SPOT	MARÉE	N	NE	E	SE	S	SO	O	NO	NIVEAU	RÉGLEMENTATION	SPÉCIFICITÉS & DANGERS
TARNOS												
Plage du Métro	Toutes	✓					✓	✓	✓	Tous	ZONE DÉDIÉE Zone de décollage dédiée au sud du blockhaus. Kitesurf autorisé au sud du blockhaus et de la zone réglementée.	Idéal juillet/août toute la journée. Shore break et grosses vagues selon la houle. Parking gratuit.

Bon à savoir

- Les parkings des plages peuvent être payants : se référer à la réglementation sur place.
- Respectez les réglementations en vigueur pour ne pas se faire interdire définitivement les spots.
- Demandez conseil aux MNS et aux kitesurfeurs locaux en cas de doute.
- Respectez les autres activités nautiques (écoles de surf, surfeurs, nageurs, pêcheurs...) et maintenez une distance de sécurité.
- Respectez les règles de priorité à la voile.

EN CAS D'URGENCE

Contactez les secours en cas d'accident ou de kitesurfeur en difficulté : le CROSS via le **196** (depuis un téléphone portable) ou le **112**. Signalez au CROSS tout matériel perdu en mer (voiles et planches), et signalez-vous si vous êtes rentrés par vos propres moyens après une difficulté.

