

medoc-atlantique.com

# Das Magazin für Ihren Urlaub



**MÉDOC**  
**ATLANTIQUE**  
TOURISME



**VÉLODESSÉE**

EuroVelo 1



**PORT AUX HÛITRES**

Oysters Port - Austernhafen



**PHARE**

Lighthouse - Leuchtturm



**ANCIEN PORT DE PÊCHE**

Old fishing harbour  
Alter Fischereihafen



**ACCUEIL TOURISTIQUE**

Visitor information center  
Tourist-Information



**PLAGE SURVEILLÉE**

Supervised beach  
Überwacher Strand



**VIGNOBLES**

Vineyards  
Weinberge



# Wasser | Zwischen Der Ozean...

Segeln Sie auf dem Meer, um den Leuchtturm von Cordouan und die Küste zu entdecken oder für einen Angelausflug.

## LE VERDON-SUR-MER

BOOTSTOUREN

### · VEETTES LA BOHÈME

Port Médoc - Le Verdon-sur-Mer  
+33 (0)5 56 09 62 93 / +33 (0)6 09 73 30 84

### · LA GALANTAISE DE CROISIÈRES

Port Médoc - Le Verdon-sur-Mer  
+33 (0)6 33 58 78 01

JET-SKI

### · FLY JET 33

(Jet-Ski, Funtubes, Flyboard)

Port Médoc - Le Verdon-sur-Mer  
+33 (0)6 66 52 38 26

## SAINT-VIVIEN-DE-MÉDOC

JET-SKI

### · ST VIVIEN JET SKI

Port de Saint-Vivien  
Saint-Vivien-de-Médoc  
+33 (0)6 16 57 07 90

## JAU-DIGNAC-ET-LOIRAC

BOOTSTOUREN

### · AU FIL DE L'EAU

Port de Richard  
Jau-Dignac-et-Loirac  
+33 (0)6 35 50 81 82

## VALEYRAC

BOOTSTOUREN

### · EXTRÈME SENS

Port de Goulée - Valeyrac  
+33 (0)6 09 57 30 91



3



# LE VERDON-SUR-MER

SAINT-VIVIEN-DE-MÉDOC, JAU-DIGNAC-ET-LOIRAC, QUEYRAC, TALAIS, VALEYRAC  
DAS LEBEN AN DER FLUSSMÜNDUNG

# Wasser | und an der Flussmündung

Testen Sie das Surfvergnügen auf einem außergewöhnlichen Gewässer: der Flussmündung!

## 📍 SAINT-VIVIEN-DE-MÉDOC

Entdecken Sie Feuchtgebiete, während Sie die Ruhe und Schönheit der Gegend mit dem Kanu genießen.

KANUFAHREN

### • MÉDOC EXPLORER

Ecluse Port de Saint-Vivien  
Saint-Vivien-de-Médoc: +33 (0)6 88 77 53 29

### • KAYAK ET DÉCOUVERTE

Port de Saint-Vivien  
Saint-Vivien-de-Médoc: +33 (0)6 49 27 30 05

## 📍 LE VERDON-SUR-MER

SURFEN IM RHYTHMUS  
DER FLUSSMÜNDUNG

### • CERCLE NAUTIQUE DU VERDON

(Segeln, Katamaran, Paddle, Windsurfen...)

Plage de la Chambrette  
Le Verdon-sur-Mer: +33 (0)5 56 09 64 66

### • PADDLE CENTER

Port Médoc  
Le Verdon-sur-Mer: +33 (0) 7 84 53 60 92

## BEACH CLUB

### • CLUB ARC EN CIEL AB 3 JAHREN

Plage de la Chambrette  
Le Verdon-sur-Mer: +33 (0)6 09 57 30 91



### Unser Tipp

#### DER STRAND "PLAGE VON LA CHAMBRETTE"

Als einziger Strand an der Mündung ist dieser Strand ideal für Familien geeignet! Vor der Strömung und den großen Wellen geschützt, bietet er eine sehr schöne Umgebung, die zum süßen Nichtstun einlädt!

# Im Freien | zu Fuß

FÜR NATURLIEBHABER

Folgen Sie den verschiedenen Routen, um die einzigartigen und wunderschönen Landschaften des Mündungsgebiets zu entdecken!

## LE VERDON-SUR-MER

### DAS SUMPFGEBIET "MARAIS DU LOGIT"

 **AUSGANGSPUNKT**

Parkplatz "Marais du Logit", an den Allées Brémontier

 **4 km**  **LEICHT**

Vom Ozean durch die Küstendüne getrennt, wird das Marais du Logit von einem Wald aus jahrhundertealten Steineichen begrenzt. Als letzte Küstenetappe vor der Gironde-Mündung ist der Logit aufgrund seines Brackwassers ein bevorzugter Zwischenstopp für Zugvögel. Dieser Spaziergang wird selbstständig mit einem Entdeckungsheft durchgeführt, das beim CPIE (Ständiges Zentrum für Umweltinitiativen) erhältlich ist.

### WANDERWEG "LA VERDONNAISE"

 **AUSGANGSPUNKT**

Alter Austernhafen

 **6,7 km**  **LEICHT**

Von der Mündung der Gironde bis zum Atlantik ist diese Route eine ideale Naturwanderung für die ganze Familie in Le Verdon-sur-Mer. Nur wenige Kilometer von Soulac-sur-Mer entfernt, bietet diese Strecke eine Vielfalt an Landschaften: maritime Kiefernwälder, Sümpfe...

FRAGEN SIE NACH DER KARTE AM EMPFANG DER FREMDENVERKEHRSBÜROS ODER FOLGEN SIE DEM RATGEBER DANK DER GPX-STRECKE VERFÜGBAR AUF DER WEBSEITE MEDOC-ATLANTIQUE.COM

### NATURWANDERUNG MIT FÜHRER

#### • CPIE MÉDOC

15 bis route de Soulac - Le Verdon-sur-Mer  
+33 (0)5 56 09 65 57

Das CPIE bietet weitere begleitete Ausflüge an. Fragen Sie uns nach dem Programm oder kontaktieren Sie es direkt.

### RESERVIERUNG IM FREMDENVERKEHRSBÜRO

#### • MITTWOCHS SÜMPFE ENTDECKEN IN LE VERDON-SUR-MER

Jede Woche wird ein anderer Ausflug organisiert: Land'Art, Besichtigung in der Abenddämmerung, Fahrradausflug.

Mittwochs vom 7. Juli bis zum 25. August

Preis: 2€/Person

#### • DER SUMPF "MARAIS DU CONSEILLER" IN VERDON-SUR-MER

Freitags von 10 Uhr bis 12:30 Uhr vom 16.07. bis zum 20.08.

Preis: 2€/Person

## TALAIS

### DIE WANDERSTRECKEN VON TALAIS

 **AUSGANGSPUNKT** Parkplatz der Kirche von Talais

 **6,1 km**

 **13,2 km**

 **LEICHT**

Eine von zwei Wanderrouten an den Ufern der Gironde-Mündung, die reich ist an bemerkenswertem Naturerbe ist und Ihnen die Möglichkeit gibt, das Sumpfgebiet von Talais und seinen Austernhafen zu entdecken. Und warum nicht auch eine kleine Austernverkostung? Auf Ihrem Spaziergang können Sie auch die "mattes" entdecken, jene Kulturlandschaften, die unter dem Niveau der höchsten Gezeiten liegen.

FINDEN SIE ALLE GPX-STRECKEN DIESER RUNDWEGE AUF UNSERER WEBSEITE MEDOC-ATLANTIQUE.COM

## DIE RUNDWEGE VON JAU-DIGNAC-ET-LOIRAC

Entdecken Sie die Gemeinde Jau-Dignac-et-Loirac, eine ehemalige Insel im Mündungsgebiet der Gironde. Unterwegs können Sie die Smaragdeidechse *Lacerta Viridis* sehen, die sich in der Sonne aalt oder die Europäische Sumpfschildkröte *Emis Orbicularis*... Eine Naturwanderung über die Deiche mit Blick auf die Gironde-Mündung, die "mattes" (Polder), die Sümpfe, die Kanäle und den Hafen von Richard.

### RUNDWEG DER KAPELLE

 AUSGANGSPUNKT

Parkplatz des Phare de Richard.

 3 km  LEICHT

### DER LEUCHTTURM "PHARE DE RICHARD"

 AUSGANGSPUNKT

Parkplatz des Phare de Richard

 10,7 km  LEICHT

### RUNDWEG "LES TROIS PAROISSES"

 AUSGANGSPUNKT

Parkplatz des Phare de Richard

 11,4 km  LEICHT

## DIE RUNDWEGE "LES BOUCLES DE QUEYRAC"

Zwischen Weinbergen und Sümpfen ein Spaziergang oder eine Fahrradtour in Queyrac. Nur wenige Kilometer von Vendays-Montalivet entfernt, ist Queyrac eine dynamische Gemeinde mit sehenswerten Landschaften je nach Jahreszeit. Entdecken Sie eine vielfältige Flora und Fauna inmitten der Weinberge und Sümpfe! Der Rundweg "Les Palus" ist schattig und damit im Sommer sehr angenehm.

### DER RUNDWEG "LES PALUS"

 AUSGANGSPUNKT

Ortszentrum von Queyrac,  
neben dem Rathaus

 6,7 km  LEICHT

### RUNDWEG IN WEINBERGEN UND SÜMPFEN

 AUSGANGSPUNKT

Ortszentrum von Queyrac,  
neben dem Rathaus

 10,7 km  LEICHT

FRAGEN SIE NACH DEN KARTEN  
DIESER RUNDWEGE AM EMP-  
FANG DER FREMDENVERKEHRS-  
BÜROS ODER FINDEN SIE DIESE  
AUF DER WEBSEITE  
[MEDOC-ATLANTIQUE.COM](http://MEDOC-ATLANTIQUE.COM)

## DIE RUNDWEGE "BOUCLES DE VALEYRAC"

Eine Wanderung zwischen Weinbergen und Sümpfen, bei der Sie die Landschaften des Mündungsgebiets entdecken können!

### RUNDWEG "LE PORT DE GOULÉE"

 AUSGANGSPUNKT

Ortszentrum von Valeyrac

 6,1 km  LEICHT

### RUNDWEG "GRAND TOUR DE L'ESTUAIRE"

 AUSGANGSPUNKT

Ortszentrum von Valeyrac

 10,4 km  LEICHT

# Im Freien | mit dem Fahrrad

## FAHRRADWEGE

### TALAIS

 AUSGANGSPUNKT

An der Kreuzung der Departementstraße und der Route du Pont



5 km



LEICHT

Dieser Weg ist der einzige auf der Mündungsseite. Er führt Sie durch Sümpfe bis zur Gironde! Es gibt keinen Radweg, der mit dem in Talais verbunden ist.

### FAHRRADVERLEIHE

- **CYCLES DUMAS**  
2 cours du Dr Jacques Noël  
Saint-Vivien-de-Médoc  
+33 (0)5 57 75 00 70



### Einigartig

#### HEISSLUFTBALLON ZUSAMMEN MIT O FIL DE L'AIR

Lassen Sie sich vom Wind treiben, indem Sie sich eine Heißluftballonfahrt gönnen.  
45 route de Valeyrac - Jau-Dignac-et-Loirac  
+33 (0)6 35 50 81 82

## | Reitsport

Lassen Sie sich von Ihrem Pferd führen und entdecken Sie die Ufer der ausgedehntesten Flussmündung Europas!

### SAINT-VIVIEN-DE-MÉDOC

REITSPORTZENTREN

- **HARAS DE SAINT-VIVIEN**  
12 route du Port  
Saint-Vivien-de-Médoc  
+33 (0)6 16 57 07 90

### JAU-DIGNAC-ET-LOIRAC

REITSPORTZENTREN

- **ÉCURIE TODOR LIGHT**  
Chemin de la Brasserie  
Jau-Dignac-et-Loirac: +33 (0)6 51 29 27 03
- **HARAS DE LA MELLERIE**  
3 chemin du Port de Richard  
Jau-Dignac-et-Loirac: +33 (0)5 56 41 37 90

# Know-how

# lokale Produkte

Machen Sie bei einem Spaziergang mit Familie oder Freunden einen Zwischenstopp bei den Austern- und Krabbenproduzenten der Flussmündung. Neben der Möglichkeit, sie vor Ort zu verkosten, werden Sie gerne ihre leidenschaftlichen und engagierten Produzenten kennenlernen.

## AQUAKULTURBETRIEBE

### • LA GAM'GUETTE

6 impasse des Gabarres - Le Verdon-sur-Mer  
+33 (0)5 56 09 67 55

### • PALADON MÉDOC

Port de Neyran - Soulac-sur-Mer  
+33 (0)7 70 12 56 13

### • MARAIS DU BALUARD

Au bout du chenal - Talais  
+33 (0)6 25 24 04 31 / +33 (0)6 44 05 49 53

### • EAU MÉDOC

Port de Saint-Vivien - Saint-Vivien-de-Médoc  
+33 (0)5 56 09 58 32

### • LA PETITE CANAU

Port de Saint-Vivien - Saint-Vivien-de-Médoc  
+33 (0)5 56 09 49 66

## ANDERE PRODUKTE

### • LA POINTE D'ARGENT SPIRULINE

(Meeresalgen mit vielfachen Vorzügen)  
24 bis route du Port - Saint-Vivien-de-Médoc  
+33 (0)6 37 80 82 79

### • ARMONY & CRÉATION

Geschäft (vorher anrufen)  
42 rue du 11 novembre - Talais  
+33 (0)6 02 18 15 17



## RÉSERVATION IM FREMDENVERKEHRSBÜRO

### VOM PRODUZENTEN AUF DEN TELLER

Besuch des Hafens von Saint-Vivien, gefolgt von einer Verkostung von Austern und Garnelen  
Montags und freitags von 10:30 Uhr bis 12 Uhr  
von Juli bis September  
Preis: 18€/Erwachsener et 12€/Kind



# Kulturerbe

Lassen Sie sich von den Spuren eines starken Kulturerbes mitreißen, insbesondere von der Entdeckung der zahlreichen Leuchttürme. Lüften Sie die Geheimnisse des Médoc und treffen Sie Geschichtsfans! Liebhaber von weiten Flächen werden dieses außergewöhnliche Naturerbe zu schätzen wissen!

## LE VERDON-SUR-MER

### DER LEUCHTTURM VON CORDOUAN

---

Der Leuchtturm von Cordouan ist der einzige französische Hochseeleuchtturm, der noch bemannt ist, der älteste, der noch in Betrieb ist und der einzige auf der Welt, der für Besucher geöffnet ist. Dieser Leuchtturm ist ein Muss bei diesem Reiseziel. Er ist ein absolut einzigartiger Ort, der einen außergewöhnlichen Blick auf die Gironde und die Küste des Médoc bietet.

Bei Ebbe empfangen die Wächter die Besucher, die aufgefordert sind, diese magische Welt zu entdecken. Während dieses unvergesslichen Erlebnisses werden sie Ihnen die Geschichte des Gebäudes und seine kleinen Geheimnisse erzählen.

**Ihn besichtigen? Nur die Unternehmen "La Bohème" und "La Galantaise de Croisières" bringen Sie dorthin!**

### DER LEUCHTTURM DER POINTE DE GRAVE

---

An der Landesspitze von Grave in Verdon-sur-Mer gelegen, ist der Leuchtturm von Grave sehr charakteristisch mit seinem quadratischen schwarz-weißen Turm. An der Spitze des Leuchtturms erlaubt eine Orientierungstafel die umliegenden Sehenswürdigkeiten und Naturgebiete einfacher zu entdecken.

Am Fuße des Leuchtturms beherbergt ein Museum eine Sammlung von alten und modernen Objekten im Zusammenhang mit dem Leuchtturm von Cordouan und im Dienste der Leuchttürme und Baken sowie Modellen aller Leuchttürme der Gironde.



# Kulturerbe

## JAU-DIGNAC-ET-LOIRAC

### DER LEUCHTTURM "PHARE DE RICHARD"

---

Dieser "Puppenleuchtturm" ist der ideale Ort für Kinder. In der Nähe finden Sie Picknicktische für einen sehr angenehmen Moment mit der Familie.

Dieser Leuchtturm beherbergt ein Museum über das Leben an der Flussmündung seit dem 19. Jahrhundert, die Austernzucht, die Fischerei und das Bojenlegen. Genießen Sie von der Spitze des Leuchtturms aus den Panoramablick über die Flussmündung, die Küste der Charente und die holländisch anmutenden Polder am linken Ufer.

### DIE FISCHNETZE

---

Hier finden Sie auch die für die Flussmündung so typischen Fischerhütten. Sie werden sie überall entlang des Ufers antreffen: vor allem in der Nähe des Leuchtturms von Richard. Sie können diese sogar besuchen!

## DAS MÜNDUNGSGEBIET

(LE VERDON-SUR-MER, TALAIS, SAINT-VIVIEN-DE-MÉDOC, JAU-DIGNAC-ET-LOIRAC, VALEYRAC)

### DIE KLEINEN HÄFEN

---

Lassen Sie sich von diesen alten Austern- und Fischereihäfen verzaubern ! Sie sind typisch für das Mündungsgebiet und wurden saniert. Am Rande der Fahrrinne finden Sie Restaurants und Ausflugslokale - ein erholsamer und zeitloser Ort.

Stoßen Sie auch die Tür der Künstlerhütten des Vieux Port aux Huîtres von Verdon-sur-Mer auf.



# Weinschlösser

## WEINBERGE

 10 MINUTEN

VON SAINT-VIVIEN-DE-MÉDOC

- **CHÂTEAU NOAILLAC**    
6 chemin du Sable des Pins  
Jau-Dignac-et-Loirac  
+33 (0)5 56 09 52 20
- **CHÂTEAU HAUT GRAVAT**   
5 chemin du Clou  
Jau-Dignac-et-Loirac  
+33 (0)5 56 09 41 20
- **CHÂTEAU POITEVIN**   
14 rue 19 mars 1962  
Jau-Dignac-et-Loirac  
+33 (0) 7 60 99 19 73
- **CHÂTEAU SAINT HILAIRE**    
13 rue de la Rivière- Valeyrac  
+33 (0)5 56 59 80 88
- **CHÂTEAU LA HOURCADE**   
7 chemin de Noaillac  
Jau-Dignac-et-Loirac  
+33 (0)6 10 26 41 89
- **CHÂTEAU HAUT BRISEY**   
14 chemin de Sestignan  
Jau-Dignac-et-Loirac  
+33 (0)5 56 09 56 77
- **CHÂTEAU CARMÉNÈRE**    
2 chemin de Lourlet - Queyrac  
+33 (0)6 52 70 63 28

### BOOKINGS AT THE TOURIST OFFICE

#### FÜHRUNG DURCH DEN WEINBERG IM CHÂTEAU TOUR CASTILLON

In Saint-Christoly-Médoc  

Freitags vom 9. Juli bis zum 29. August von 10:30 Uhr bis 13:30 Uhr.

- Mit Imbiss: 20€/Erwachsener und 17€/Kind von 6 bis 14 Jahren  
Familienpauschale 60€ [2 Erwachsene + 2 Kinder]  
und 70€ [2 Erwachsene + 3 Kinder]
- Ohne Imbiss: 9€/Erwachsener und 6€/Kind von 6 bis 14 Jahren  
Familienpauschale 30€ [2 Erwachsene + 2 Kinder]  
und 35€ [2 Erwachsene + 3 Kinder]

#### TOUR AND TRADITIONAL PICNIC AT CHATEAU LOUDENNE















In Saint-Yzans-de-Médoc  

Dienstags und donnerstags von April bis September von 11 Uhr bis 13 Uhr

Preis: 22€/Erwachsener et 13€/Kind von 5 bis 16 Jahren

 30 MINUTEN

VON SAINT-VIVIEN-DE-MÉDOC

- **CHÂTEAU L'INCLASSABLE**   
4 chemin des Vignes  
Prignac -en-Médoc  
+33 (0)5 56 09 02 17
- **CHÂTEAU TOUR CASTILLON**    
3 route du Fort Castillon  
Saint-Christoly-Médoc  
+33 (0)6 64 80 00 98  
+33 (0)5 56 41 54 98
- **CHÂTEAU SAINT CHRISTOLY**    
1 impasse de la Mairie  
Saint-Christoly-Médoc  
+33 (0)5 56 41 82 01
- **CLOS DE GRANGE VIEILLE**   
2 route de Breuil  
Saint-Christoly-Médoc  
+33 (0)6 20 71 79 68  
+33 (0)7 67 70 63 75
- **CHÂTEAU L'EDEN**   
13 route de Lesparre  
Saint-Christoly-Médoc  
+33 (0)6 85 68 24 79
- **CHÂTEAU LOUDENNE**   
Saint-Yzans-de-Médoc  
+33 (0)5 56 73 17 88
- **CHÂTEAU DE LA CROIX**    
6 chemin de la Croix  
Ordonnac: +33 (0)5 56 09 04 14
- **CHÂTEAU CASTERA**    
Rue du Bourg  
Saint-Germain d'Esteuil  
+33 (0)5 56 73 20 60
- **CHÂTEAU CROIX DU TRALE**    
4 route du Trale  
Saint-Seurin-de-Cadourne  
+33 (0)6 03 61 14 29  
+33 (0)5 56 59 72 73
- **CHÂTEAU MOULIN DE BLANCHON**   
3 rue des Casailons  
Saint-Seurin-de-Cadourne  
+33 (0)5 56 59 38 66
- **CHÂTEAU SIGOGNAC**    
Saint-Yzans-de-Médoc  
+33 (0)5 56 09 05 04



### **i** FREMDENVERKEHRSBÜRO LE VERDON-SUR-MER

Port-Médoc

Montags bis samstags im Juli und August von 10 Uhr bis 13 Uhr und von 15 Uhr bis 19 Uhr Mittwochs und sonntags geschlossen

### **i** FREMDENVERKEHRSBÜRO SAINT-VIVIEN-DE-MÉDOC

1 place de la Brigade Carnot

Montags bis samstags im Juli und August von 10 Uhr bis 13 Uhr und von 15 Uhr bis 19 Uhr Sonntagsvormittags von 10 Uhr bis 13 Uhr

## Mehr info

☎ +33 (0)5 56 09 86 61

@ info@oceanesque.fr

🌐 medoc-atlantique.com

## Mehr Service

📶 KOSTENLOSER  
WLAN-ZUGANG

🏠 VERFÜGBARKEIT VON  
UNTERKÜNFEN

🎫 RESERVIERUNGEN  
BESICHTIGUNGEN  
& AUSFLÜGE

🌟 AKTUELLE TIPPS

## FOLGEN SIE UNS

Entdecken Sie die schönsten Spots von Médoc Atlantique

@medocatlantique

📱

📌

@MedocAtlantique  
@vendaysmontalivet  
@grayanethospital  
@soulacsurmer  
@leverdonsurmer  
@stvivienmedoc  
@LacanauMedocAtlantique  
@CarcansMaubuissonMedocAtlantique  
@HourtinMedocAtlantique



Produktion und Redaktion: Studio Palace  
Bildnachweise: Médoc Atlantique Tourisme,  
Unsplash.

Bitte nicht auf die Straße werfen

## BADEFLAGGEN

Die Farbe der Flagge, die über der Rettungsschwimmerstation weht, zeigt Ihnen an, ob das Baden beaufsichtigt, erlaubt, gefährlich oder verboten ist.

Beaufsichtigtes Baden  
Abwesenheit von Gefahr

Beaufsichtigtes,  
aber gefährliches Baden

Baden verboten

## DIE MUST-HAVES

Das nehme ich immer mit zum Strand:

☀️ SONNENCREME

💧 WASSERFLASCHE

👒 SONNENHUT  
🕶️ SONNENBRILLE

👛 MÜLLTÜTE

👉 STRANDASCHENBECHER

📖 MEINEN OZEANFÜHRER

👨‍👩‍👧‍👦 MIT DER FAMILIE ZU TUN

☁️ BEI REGENWETTER MACHEN



# Vorsicht, baines!



## SICHERHEITSREGELN

### WAS IST EINE "BAÏNES"?

Neben den Wellen am Ufer sind "baïnes" die Hauptgefahrenquellen beim Schwimmen im Ozean. Es handelt sich um ein Wasserloch, das sich im Sand des Strandes unter der Einwirkung der Strömung, des Windes und des Wellengangs bildet.

### WIE ERKENNT MAN EINE "BAÏNES"?

Eine "baïnes" ist wie ein natürlicher Pool, der zwischen dem Strand und einer Sandbank entsteht. Sie bilden Becken, in denen das Wasser scheinbar ruhiger ist als anderswo, die Abwesenheit von Wellen lockt oft Badegäste und Kinder an, also Vorsicht!

### WIE FUNKTIONIERT DAS?

Wenn die Flut kommt, fließen die Wellen über die Sandbänke und füllen die "baïnes". Ihr Wasserspiegel liegt dann über dem Meeresspiegel. Die "baïnes" leeren sich mit der Ebbe durch ihren Trichter und erzeugen eine starke Strömung zum offenen Meer hin.

### WELCHE VORSICHTSMASSNAHMEN SOLL MAN ERGREIFEN?

Blieben Sie innerhalb der mit blauen Flaggen gekennzeichneten Schwimmbereiche. Achten Sie darauf, dass Sie niemals bei Flut in einer "baïnes" schwimmen, da die Gefahr besteht, dass Sie aufs offene Meer hinausgezogen werden.

### WAS TUN, WENN MAN IN EINE "BAÏNES"-STRÖMUNG GERATEN IST?

#### BLEIBEN SIE RUHIG.

Versuchen Sie nicht, gegen die Strömung anzukämpfen und geben Sie den Rettungsschwimmern oder Surfern Zeichen. Versuchen Sie, parallel zum Strand, nach Norden oder Süden zu schwimmen, um der Strömung der "baïnes" zu entgehen.

### WAS IST ZU TUN WENN SIE ZEUGE EINES SCHWIMMERS SIND, DER SICH IN EINER BAÏNE STRÖMUNG BEFINDET?

Versuchen Sie nicht selbst Hilfe zu leisten und rufen Sie einen Rettungsschwimmer oder die 18.

