

Année 2023

# Le manuel du parfait saisonnier



© Farid Makhoul / Office de tourisme Bisca Grands Lacs

# INDEX

**LES LANDES PRATIQUES** ..... 2  
Carte, Offices de Tourisme, Chiffres clés

**LES INCONTOURNABLES** ..... 4  
Culture / Patrimoine

**LES INCONTOURNABLES** ..... 6  
Nature

**LES INCONTOURNABLES** ..... 8  
En famille

**ET QUAND IL PLEUT ?** ..... 10

**NAGER AU CALME** ..... 12  
Nos plages de lac

**LA GASTRONOMIE** ..... 14

**FAQ** ..... 16  
Les traditions landaises

# LES LANDES



Création : Landes Attractivité ; Photo de couverture : Landes Attractivité  
Réalisation : mai 2023 - Imprimé par : Copytel

# LES OFFICES DE TOURISME SONT LÀ POUR VOUS AIDER !

- AIRE-SUR-L'ADOUR**  
Tél. 05 58 71 64 70
- AMOÛ**  
Tél. 05 58 89 02 25
- BISCARROSSE**  
Tél. 05 58 78 20 96
- CAPBRETON**  
Tél. 05 58 72 12 11
- DAX**  
Tél. 05 58 56 86 86
- EUGÉNIE-LES-BAINS**  
Tél. 05 58 71 64 70
- GABARRET**  
Tél. 05 58 03 40 31
- GRENADE-SUR-L'ADOUR**  
Tél. 05 58 45 45 98
- HAGETMAU**  
Tél. 05 58 79 38 26
- HOSSEGOR**  
Tél. 05 58 41 79 00
- LABASTIDE-D'ARMAGNAC**  
Tél. 05 58 03 40 31
- LABENNE**  
Tél. 05 59 45 40 99

- LÉON**  
Tél. 05 58 48 63 36
- LIT-ET-MIXE**  
Tél. 05 58 42 72 47
- MESSANGES**  
Tél. 05 58 48 93 10
- MIMIZAN**  
Tél. 05 58 09 11 20
- MOLIETS-ET-MAÛ**  
Tél. 05 58 48 56 58
- MONT-DE-MARSAN**  
Tél. 05 58 05 87 37
- MONTFORT-EN-CHALOSSE**  
Tél. 05 58 98 58 50
- MORCENX-LA-NOUVELLE**  
Tél. 05 58 04 79 50
- MUGRON**  
Tél. 07 68 06 47 87
- ONDRES**  
Tél. 05 59 45 19 19
- PARENTIS-EN-BORN**  
Tél. 05 58 78 20 96
- PEYREHORADE**  
Tél. 05 58 73 00 52

- SAINT-JULIEN-EN-BORN**  
Tél. 05 58 42 89 80
- SAINT-JUSTIN**  
Tél. 05 58 03 40 31
- SAINT-PAUL-LÈS-DAX**  
Tél. 05 58 56 86 86
- SAINT-SEVER**  
Tél. 05 58 76 34 64
- SAINT-VINCENT-DE-TYROSSE**  
Tél. 05 58 77 12 00
- SANGUINET**  
Tél. 05 58 78 20 96
- SEIGNOSSE**  
Tél. 05 58 43 32 15
- SOUSTONS**  
Tél. 05 58 41 52 62
- TARTAS**  
Tél. 05 58 73 39 98
- VIEUX-BOUCAU**  
Tél. 05 58 48 13 47

# LES LANDES EN CHIFFRES

**405 000**  
HABITANTS EN 2022

**38**  
SPOTS DE SURF RÉPUTÉS

**106 km**  
DE LITTORAL

**3 500 km**  
ITINÉRAIRES DE RANDONNÉES

**1er** DÉPARTEMENT  
FORESTIER DE FRANCE  
(avec un taux de boisement de 67%)

**4**  
ITINÉRAIRES JACQUIAIRES  
(440 km en tout)

**1er** DÉPARTEMENT  
THERMAL DE FRANCE

**9**  
GOLFS

**Plages surveillées en saison :**  
41 PLAGES OCÉANES  
ET 22 PLAGES LACUSTRES

**10** MUSÉES LABELLISÉS  
« MUSÉE DE FRANCE »

**690 km**  
DE PISTES CYCLABLES  
ET VOIES VERTES

**8** CHEFS ÉTOILÉS &  
MAÎTRES RESTAURATEURS

## Culture & Patrimoine

### LA VILLE AUX TROIS RIVIÈRES ET AUX STATUES

Mont-de-Marsan



Préfecture des Landes. Grand choix de boutiques, bars et restaurants. Musée Despiau-Wlérick, sculptures figuratives. Visites guidées de la ville et visites Greeters.

Actuellement fermé pour travaux.  
[www.montdemarsan-tourisme.fr](http://www.montdemarsan-tourisme.fr)

**LE+**

Depuis le lavoir, la très belle vue sur la ville et la confluence de ses 3 rivières.

### LABASTIDE D'ARMAGNAC ET SA PLACE ROYALE

Labastide d'Armagnac



Bastide médiévale de la fin du 13<sup>e</sup> siècle. Elle présente un patrimoine riche et authentique, dont sa remarquable place Royale qui inspira Henri IV pour construire la place des Vosges à Paris. Profitez-en pour découvrir une autre jolie bastide de l'Armagnac landais à 4 km : Saint-Justin.

[www.tourisme-landesdarmagnac.fr](http://www.tourisme-landesdarmagnac.fr)

**LE+**

La chapelle des cyclistes dans le quartier Géou, unique chapelle dédiée aux cyclistes en France

### LE MUSÉE DE LA CHALOSSE

Montfort-en-Chalosse



Ce musée retrace la vie quotidienne au 19<sup>e</sup> siècle. Au gré de la visite, découvrez la maison de maître, le chai et son pressoir romain, le four à pain, la maison et le jardin du métayer... sans oublier Yoan et Martin, les Bœufs de Chalosse, et la truie gasconne couverte de ses soies noires ! Visites guidées, tablettes multimédias.

[www.museedelachalosse.fr](http://www.museedelachalosse.fr)

**LE+**

La vue depuis le porche de la maison de Maître sur le paysage vallonné de la Chalosse

### LA PREMIÈRE DESTINATION THERMALE DE FRANCE

Dax



Première destination thermale de France, la ville est très marquée par ses eaux chaudes curatives et sa boue thermale, le fameux péloïde. Le fleuve Adour, une riche architecture Art Déco et une culture gasconne modelée par ses ferias et ses arènes.

[www.dax-tourisme.com](http://www.dax-tourisme.com)

**LE+**

Déguster des produits locaux aux Halles de Dax. Bonne ambiance assurée !

### PRÉHISTOSITE DE BRASSEPOUY

Brassempouy



Cet espace muséographique retrace l'histoire des découvertes archéologiques effectuées sur le site préhistorique de Brassempouy, la grotte du Pape. Des démonstrations de taille de silex et de production de feu, ainsi que des ateliers thématiques, sont régulièrement proposés.

[www.prehistoire-brassempouy.fr](http://www.prehistoire-brassempouy.fr)

**LE+**

C'est là qu'on a découvert une des plus anciennes représentations réalistes de visage humain (- 26.000 av JC) : « La dame à la Capuche ». **NOUVEAUTÉ** : la grotte est ouverte à la visite. Sur RV.

### MUSÉE DÉPARTEMENTAL DE LA FAÏENCE ET DES ARTS DE LA TABLE

Samadet



À Samadet, charmant petit village du Tursan, le musée de la faïence et des arts de la table dévoile l'histoire et les secrets de fabrication de la faïence, patrimoine unique dans les Landes. Exposition permanente sur les Arts de la Table d'hier et d'aujourd'hui.

<https://www.landés.fr/musee-faïence-samadet>

**LE+**

Chasse aux trésors et jeux pour des enfants de 5 à 7 ans.

### MUSÉE DÉPARTEMENTAL D'HISTOIRE ET D'ARCHÉOLOGIE :

Hastingues



L'Abbaye d'Arthous est l'un des plus beaux ensembles d'art roman des Landes. Elle a conservé son décor de 59 modillons et de 9 chapiteaux sculptés. Ce musée ludique et interactif est situé dans les anciens bâtiments conventuels de l'Abbaye.

[www.landés.fr/abbaye-arthous](http://www.landés.fr/abbaye-arthous)

**LE+**

Visiter la petite bastide de Hastingues, qui domine la plaine de la vallée du kiwi. Magnifique vue sur les Pyrénées en prime !

### ARCHITECTURE BASCO-LANDAISE

Hossegor



Découvrez l'architecture basco-landaise avec les villas, souvent habitées autrefois par des artistes et écrivains, autour du lac, le golf ou bord de mer. Boutiques branchées avec toutes les marques de surf. Plages mythiques qui accueillent chaque année des grandes compétitions internationales de surf.

[www.hossegor.fr](http://www.hossegor.fr)

**LE+**

Déguster des huîtres toutes fraîches du lac dans une des cabanes ostréicoles au bout du lac. Se rendre à Capbreton, à 1 km pour découvrir le seul port des Landes, où vous pourrez acheter votre poisson directement sur le quai.

### PHARE DE CONTIS

Contis



Avec sa tour de 38 mètres, l'unique phare des Landes hisse sa lanterne à 50 mètres au-dessus du niveau de la mer. Longtemps habité par des gardiens, il fonctionne désormais seul, de façon automatique. Pour accéder à la coupole, empruntez l'escalier en fonte de 183 marches.

Du 1<sup>er</sup> juillet au 4 septembre, ouvert tous les jours (sauf le lundi) de 10 h à 18 h. D'avril à fin juin et septembre les vendredis, samedis et dimanches de 14 h à 18 h.

**LE+**

La vue panoramique sur l'océan de mer et l'océan de forêt.

### LE MONASTÈRE SAINT-JEAN-DE-SORDE

Sorde l'Abbaye



Ancienne abbaye bénédictine construite au Moyen-Âge sur les vestiges d'une villa gallo-romaine. Découvrez sa majestueuse terrasse en bordure du gave d'Oloron et sa galerie souterraine, unique en France !

<https://www.abbaye-sorde.fr>

**LE+**

La suite de l'histoire du Saumon de l'Adour à la Maison Barthouil, au bord du gave à Peyrehorade

### LE PATRIMOINE DE

Saint-Sever



La ville est dominée par la présence majestueuse de l'abbaye bénédictine fondée en 988 (patrimoine de l'UNESCO des chemins de Compostelle). Les fortifications furent agrandies au XV<sup>e</sup> siècle (tours, échauguette, porte) en intégrant le couvent des Jacobins.

<https://www.landés-chalosse.com/sinformer/plan-patrimoine-de-saint-sever>

**LE+**

Le circuit découverte sur tablette sur les traces de Guilhem, petit moine du 11<sup>e</sup> siècle. A faire avec les enfants !

### LE DOMAINE D'OGNOAS

Arthez d'Armagnac



Propriété publique du Département qui s'étend sur 650 ha en terroir Bas-Armagnac. Visites guidées pour découvrir l'histoire et la production de cette célèbre eau-de-vie. Et apprendre à déguster avec modération !

<https://www.domaine-ognoas.com>

**LE+**

Aller voir le chai antique où trône le plus vieil alambic de Gascogne (1804) encore en fonctionnement.

Ma sélection Culture et Patrimoine :

### LE MARAIS D'ORX

Labenne



Vaste zone humide protégée et site ornithologique majeur, le Marais d'Orx a été récemment aménagé : observatoire, platelages et passerelles, sentier d'interprétation, exposition permanente. Pour apprécier et respecter ces lieux préservés, bien penser à rester sur les chemins balisés et emporter ses déchets. [www.reserve-naturelle-marais-orx.fr](http://www.reserve-naturelle-marais-orx.fr) 05 59 45 42 46

**LE+**

La jolie boutique pour ramener un souvenir nature des Landes.

### LA RÉSERVE DU COURANT D'HUCHET

Léon



Dotée de paysages exceptionnels, d'une faune et d'une flore remarquables, cette réserve appelée « La Petite Amazonie » constitue le dernier ensemble d'étang et de courant d'Aquitaine ayant préservé son caractère naturel. Belles balades et visites guidées commentées. Pour apprécier et respecter ces lieux préservés, bien penser à rester sur les chemins balisés et emporter ses déchets. [www.reservenaturelle-couranthuchet.org](http://www.reservenaturelle-couranthuchet.org) 05 58 48 73 91

**LE+**

Parcourir le courant et sa forêt galerie, en barque à fond plat, avec un des bateliers de la Réserve.

### SENTIER DE DÉCOUVERTE «L'ÉTANG DE LA MAILLOUEYRE»

Mimizan



En empruntant ce sentier, vous traversez une réserve biologique dirigée et un site Natura 2000. Ce sentier serpente à travers des arbres tortueux, l'étang de la Mailloueyre et son observatoire. Distance : 3,6 km - Durée : 2h - Accessible à tous.

[www.mimizan-tourisme.com](http://www.mimizan-tourisme.com) 05 58 09 11 20

**LE+**

Un belvédère offre un très beau point de vue sur l'océan et la forêt.

### LA RÉSERVE NATURELLE NATIONALE D'ARJUZANX

Arjuzanx



Ancien site minier aujourd'hui réaménagé, la Réserve offre de belles balades et baignades dans un environnement exceptionnel. Egalement un des sites majeurs d'hivernage de la grue cendrée. [www.reserve-arjuzanx.fr](http://www.reserve-arjuzanx.fr) 05 58 08 11 52

**LE+**

Amener son pique-nique et profiter de la belle aire de pique-nique ombragée.

### LA RÉSERVE NATURELLE DE L'ÉTANG NOIR

Seignosse



Ce site admirable offre un paysage caractéristique des Landes humides. Un marécage dense et luxuriant, peuplé d'arbres aux troncs penchés et aux branches entremêlées, parsemé de majestueuses fougères primitives et d'osmondes royales. [www.reserves-naturelles.org/etang-noir](http://www.reserves-naturelles.org/etang-noir) 05 58 72 85 76

**LE+**

Les visites guidées régulières proposées au départ du nouveau pavillon d'accueil à l'entrée de la Réserve.

### BALADE EN BARQUE SUR LE LAC DE BISCARROSSE

Biscarrosse



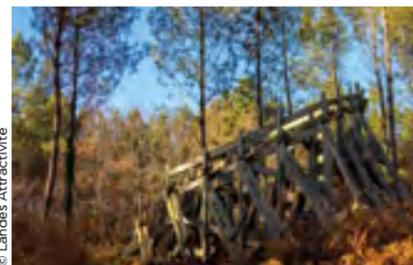
Embarquement avec les bateliers de Biscarrosse à la découverte du lac Sud. Découverte de la faune et de la flore de ce lieu riche en surprises que les bateliers connaissent par cœur.

<https://www.biscagrandslacs.com> 05 58 78 77 37 / 06 76 39 14 74

**LE+**

Juste à côté se trouve le Musée des traditions

### LA FORÊT D'ART CONTEMPORAIN



La Forêt d'Art Contemporain compte aujourd'hui plus de 20 œuvres d'art de différents artistes. Elles se trouvent dans des lieux familiers, secrets ou insolites du Parc Naturel Régional des Landes de Gascogne, et mérite une petite balade. [www.laforetdartcontemporain.com](http://www.laforetdartcontemporain.com) 06 78 11 23 31

**LE+**

Exposition à ciel ouvert et à visiter toute l'année.

### LES BARTHES DE L'ADOUR



Les Barthes de l'Adour sont des prairies marécageuses du fleuve Adour et offrent un moment de pure détente et de découverte sur les sentiers autour de PONTONX, DAX et SAUBUSSE. [www.dax.fr/la-maison-de-la-barthe](http://www.dax.fr/la-maison-de-la-barthe) 05 58 89 77 08

**LE+**

La Maison de la Barthe à Dax, exposition permanente sur les Barthes et ses espèces protégées.

### CPIE

St Martin de Seignanx



Au cœur du Centre Permanent d'Initiative à l'Environnement se trouve le Jardin des Sens, lieu de découverte et d'éveil à la nature par les sens à travers un parcours dévoilant plusieurs massifs de plantes. [www.cpie-seignanx.com](http://www.cpie-seignanx.com) 05 59 56 16 20

**LE+**

Les animations et ateliers organisés toute l'année pour toute la famille.

### LE PLANTARIUM DE GAUJACQ

Gaujacq



Ce jardin botanique de conservation végétale rassemble plus de 3000 espèces et variétés différentes. Il est situé sur les hauteurs, tout autour de remparts et d'un camp gallo-romain. Vous y trouverez des collections nationales de glycines, hortensias...

<https://www.pepiniere-botanique.com> 05 58 89 06 62

**LE+**

La découverte du Château de Gaujacq, un château unique en Europe construit à l'image d'un palais italien du 17ème siècle.

### LA VÉLODYSSÉE

L'Atlantique en roue libre



La Véloodyssée longe le littoral Atlantique de Roscoff à Hendaye. Majoritairement parcourue par les itinérants, elle peut être empruntée aussi pour une balade à la journée. Idéale pour traverser les différentes stations balnéaires landaises, de Biscarrosse à Tarnos. [www.lavelodysee.com](http://www.lavelodysee.com)

**LE+**

Parfait pour les familles (plus de 90% se font sur des voies sans voitures).

### LA SCANDIBÉRIQUE

Le chemin qui vous emmène loin



Découvrir l'intérieur des Landes à vélo, c'est possible grâce à l'Euro-Vélo 3 qui va de Gabarret à St Laurent de Gosse, en passant par Mont-de-Marsan et Dax. Tout comme La Véloodyssée, elle est idéale pour l'itinérance mais il est possible d'en profiter via des balades à la journée. [www.scandiberique.fr](http://www.scandiberique.fr)

**LE+**

Connexion avec la nature grâce à la voie verte du Marsan et de l'Armagnac, aux Barthes de l'Adour et à la partie sud longeant l'Adour.

## En famille

### L'ÉCOMUSÉE DE MARQUÈZE

Sabres



Au cœur du Parc Naturel des Landes de Gascogne, uniquement accessible par un petit train, plongez dans les Landes du 19ème siècle. Paysages, maisons d'époque meublées, animaux, jeux, démonstrations de savoir-faire...

[www.marqueze.fr](http://www.marqueze.fr)  
05 58 08 31 31

**LE+**

Les jeux de piste spécialement conçus pour les enfants de 4-6 ans et de 7-12 ans + les jeux d'enfants en bois du 19<sup>e</sup> siècle.

### LE CENTRE DE DÉCOUVERTE GRAINE DE FORÊT

Garein



Un centre de découverte du pin avec un espace muséographique original qui permet de tout comprendre de l'histoire de la forêt landaise et de l'industrie liée au pin. Côté ludique et interactif pour les enfants.

[www.grainedeforet.fr](http://www.grainedeforet.fr)  
06 30 67 60 76

**LE+**

Un sentier forestier pédagogique à parcourir jusqu'à la pépinière où les enfants pourront semer une graine de pin maritime.

### LE ZOO DE LABENNE

Labenne



Plus de 200 animaux et 60 espèces sur 5 ha, grande volière, enclos semi-ouvert wallabies et mini ferme.

<http://zoo-labenne.com>  
05 59 45 43 93

**LE+**

Possibilité de devenir le soigneur d'un jour et être en contact direct avec les animaux.

### TERRA AVENTURA

Toutes les Landes



Quoi de plus fun que de partir à la découverte d'un territoire tout en s'amusant ? C'est ce que propose Terra Aventura, chasse au trésor 2.0. Se promener (à pied ou à vélo), répondre aux énigmes, chercher la cache finale et les Poi'z, personnages rigolos à collectionner. Activité 100% gratuite pour toute la famille.

<https://www.terra-aventura.fr>

**LE+**

42 parcours thématiques et 19 Poi'z différents à collectionner dans les Landes.

### ATELIERS DE LA PRÉHISTOIRE AU PRÉHISTOSITE

Brasempouy



Durant tout l'été, organisation d'ateliers pour les enfants pour sculpter sa figurine de la Dame, peindre comme un Cro-Magnon, fabriquer sa parure préhistorique, faire des fouilles, faire du feu et chasser comme un homme préhistorique, l'ArchéoParc et son mégacéros.

[www.prehistoire-brasempouy.fr](http://www.prehistoire-brasempouy.fr)  
05 58 89 21 73

**LE+**

Vivez la Préhistoire à l'ère du numérique avec l'application pour tablettes et smartphones.

### FERMES DÉCOUVERTES

notre sélection...



Pour mieux connaître la vie du monde rural, les métiers de la ferme et les nombreux animaux d'élevage des Landes, rien de tel qu'une ferme...

- Ferme découverte de l'Éco-lieu JEANOT à Rion des Landes
- CAMDELAN - La ferme fantastique ! à Saint Julien en Born
- Ferme découverte et sentier ludique Ducazau à Donzacq

**LE+**

Ferme Ducazau : à la fin de la visite, possibilité de jouer avec les jeux d'antan en famille.

## LES PARCS AVENTURE

### BISC'AVENTURE

Biscarrosse

Tyroliennes, Saut de Tarzan, la Catapulte Géante, Le Free Jump, Le Mur d'Escalade... : + de 180 jeux dans les arbres à faire dès 4 ans.

<https://biscaventure.fr> - 05 58 82 53 40

**LE+** En haut du parcours, la vue panoramique sur l'océan !

### ADRENALINE PARC

Moliets

200 ateliers de 3 à 15m. 250 équipements à partir de 5 ans, 20 circuits différents. Paint Ball : 2 aires de jeux, 60 équipements, à partir de 8 ans. Quad, Mini-motos, à partir de 6 ans.

[www.adrenalineparc.fr](http://www.adrenalineparc.fr) - 05 58 48 56 62

**LE+** Les 5 parcours adaptés à toute la famille.

### PARC ROBINSON

Labenne

Sur une superficie de 2ha, plus de 150 jeux répartis sur 15 parcours de difficulté croissante. Pour tous à partir de 3 ans.

[www.parc-robinson.fr](http://www.parc-robinson.fr) - 06 30 36 43 25

**LE+** Le mini parcours pour les enfants de 3-5 ans.

### PARC LANDES AVENTURE

Mimizan

Le parc propose 120 ateliers adaptés à tous les âges. Il bénéficie également d'un Kid Parc pour les enfants de 2 à 5 ans.

<http://www.landesaventure.fr> - 06 49 59 00 08

**LE+** La plus grande tyrolienne du Sud-Ouest pour les aventuriers

### JUNGLE PARC

Saint-Julien-en-Born

Un parcours aventure de 118 ateliers jusqu'à 18 m de haut : 5 parcours adultes dont un parcours spécial tyroliennes, 3 parcours enfants à partir de 4 ans.

<http://www.junglepark.fr> - 06 32 65 16 81

**LE+** Sur site aire de paintball en forêt de 3000 m<sup>2</sup>.

### BIAS AVENTURE

Bias

Neuf parcours d'accrobranche, tyrolienne, quad électrique, sentier découverte, canoë-kayak, tir à l'arc, jeux gonflables, aire de pique-nique...

<https://www.bias-aventure.com> - 06 16 51 81 99

**LE+** Accrobranche nocturne à la lampe frontale

### LES PERCHÉS DU MOUN

Mont-de-Marsan

Plus de 100 jeux de difficultés : tuyaux, cabanes, tunnels de filets et tyroliennes dont une de 350 mètres au-dessus du lac ! Mini parcours à partir de 4 ans.

07 83 01 02 04

**LE+** Après l'effort, profitez de l'espace de restauration et du lac de baignade situés à proximité.

### ADOUR AVENTURE

Théthien

À 10 mn de Dax, à l'ombre des pins, un tout nouveau parc avec des parcours acrobatiques en hauteur, une tyrolienne géante et 3 parcours en trottinettes électriques tout terrain.

<https://adouraventure.fr>

**LE+** Plus de 100 jeux sécurisés dans les arbres et des chasses au trésor pendant les vacances !

### PARENTIS AVENTURE

Parentis

Un Parcours Acrobatique en Hauteur (PAH) situé au bord du lac de Biscarrosse et de Parentis, dans la ville de Parentis-en-Born.

Les parcours sont accessibles à partir de 3 ans.

<https://www.parentis-aventure.fr> - 06 30 62 39 60

**LE+** Un parcours familial, esthétique, offrant une magnifique vue sur le lac.

### EVAD'SPORT

Soustons

Plusieurs parcours de différents niveaux pour différents âges et tailles au bord du lac.

Pistes kids pour les enfants de 3 à 6 ans.

<https://www.centrenautique-soustons.com> - 06 45 62 81 00

**LE+** Ils proposent 4 autres activités : surf, voile, paddle, kayak.

## LES PARCS AQUATIQUES

### AQUATIC LANDES

Labenne

Piscines à vagues géantes, maxi-pataugeoire et jeux d'eau pour enfants, plus de 800m de glisse (toboggan à virages, kamikaze, boomerang, rivière rapide à bouées etc.).

[www.aquatic-landes.com](http://www.aquatic-landes.com) - 05 59 45 60 40

**LE+** Ses grands toboggans, idéal pour les ados.

### ATLANTIC PARK

Seignosse

Le plus grand parc aquatique et ludique des Landes avec 2800 m<sup>2</sup> de bassins chauffés à 27°. Les toboggans : L'Aquapiste, l'Aqualoop, le Chama l'eau, le Super Kamikaze de 9 m de haut, la pyramide à grimper etc...

<http://atlantic-park.com> - 05 58 43 15 30

**LE+** Situé juste derrière la plage et les dunes.

### ATLANTIC JUMP

Seignosse le Penon

Pour les amateurs de sensations et de grands toboggans en plein air, ce Water Jump propose 7 glisses dont 1 spéciale BMX, des trottinettes, rollers et skate-board pour faire le plein de sensations et d'adrénaline !

<https://www.landesatlantiquesud.com/loisir/atlantic-jump/>

**LE+** Différents niveaux de progression pour la famille ou les potes mais qui aura le courage de "s'envoler" grâce au saut du BUNGY jusqu'à 18m de hauteur ?

### AQUAPARK

Biscarrosse

Un parc aquatique dernière génération avec un grand nombre de jeux et structures gonflables sur le site de Port Maguide.

[www.aquapark.fr](http://www.aquapark.fr) - 08 92 49 01 02

**LE+** La catapulte géante pour s'envoyer en l'air !

## LE MUSÉE DE L'AVIATION LÉGÈRE DE L'ARMÉE DE TERRE

Dax



Une collection d'appareils anciens sans équivalent en Europe. Sur près de 6 000 m<sup>2</sup> de surfaces couvertes, plus de 40 aéronefs.

[www.museehelico-alat.com](http://www.museehelico-alat.com)  
05 58 74 66 19

**LE+**

La possibilité de monter dans certains hélicoptères.

## MUSÉE DE L'HYDRAVIATION

Biscarrosse



Situé sur le lieu mythique de l'ancienne base Latécoère, ce musée raconte l'histoire de l'hydraviation mondiale. Les supports et pièces de collection vous invitent à vivre une expérience unique sur les traces de: Latécoère, Saint-Exupéry, Mermoz...

[www.hydravions-biscarrosse.com](http://www.hydravions-biscarrosse.com)  
05 58 78 00 65

**LE+**

À partir du musée vous pouvez faire l'unique parcours Terra Aventura à réalité augmentée des Landes

## MUSÉE D'ART ET D'HISTOIRE DU CAP DE GASCOGNE

Saint-Sever



Dans l'ancien Couvent des Jacobins, ce musée labellisé « Musée de France » retrace l'incroyable destin de la cité de Saint-Sever de l'Antiquité à nos jours, rencontre les Ducs de Gascogne et les moines bénédictins. Promenez vous à travers les époques, participez à des ateliers numériques et des animations à la mise en scène moderne et ludique.

**LE+**

L'actualité du Musée est à surveiller de près car des animations originales sont souvent proposées : escape games, nocturnes monstrueuses, ateliers moulage ou initiation yoga et patrimoine..

## LE MUSÉE DU LAC

Sanguinet



Ce musée présente une collection de 450 objets qui témoignent de la vie quotidienne des humains et leur environnement depuis le néolithique jusqu'à nos jours.

[www.musee-lac-sanguinet.fr](http://www.musee-lac-sanguinet.fr)  
05 58 78 02 33

**LE+**

Découvrir le lac de Sanguinet à 10 minutes à pied du musée.

## MUSÉE DE BORDA

Dax



Labellisé « Musée de France », le musée de Borda est une des plus anciennes institutions culturelles des Landes. Objets archéologiques, historiques, œuvres d'art sont exposés suivant les thèmes traités par la société savante de Borda qui gère le Musée.

[www.museedeborda.fr](http://www.museedeborda.fr)

**LE+**

Courrez voir l'exposition « D-Génération : Gischia et ses amis, 1930-1963 », labellisée exposition d'intérêt national (2 seulement en Aquitaine cette année !). Elle met à l'honneur le peintre dacquois Léon Gischia (1903-1991). Du 7 février au 30 décembre 2023.

## LES CHAPELLES DÉDIÉES



Dans les Landes existent 3 chapelles uniques en France, dédiées au sport :

- La Chapelle des cyclistes à Labastide d'Armagnac
- La Chapelle du Rugby à Larrivière
- La Chapelle de la Course landaise à Bascons

## LES BOWLINGS

### BOWLING

Saint-Paul-lès-Dax

Bowling de 8 pistes situé sur le complexe de loisirs avec un Casino, deux restaurants, des jeux d'arcades, une salle de billards...

[www.joa-casino.com/Casinos-Loisirs/CASINO-JOA-DE-ST-PAUL-LES-DAX](http://www.joa-casino.com/Casinos-Loisirs/CASINO-JOA-DE-ST-PAUL-LES-DAX)  
05 58 91 52 72

**LE+** : La formule spéciale anniversaire pour vos enfants.

### BOWLING

Capbreton

Ce bowling possède 8 pistes et est équipé de barrières enfants, de boules légères et de toboggans (rampe de lancement pour les plus petits). Accessible à partir de 3 ans.

<http://bowlinglasercapbreton.fr>  
05 58 72 33 72

**LE+** : La possibilité d'aller faire une partie de Laser Quest ou Escape game en famille ou entre amis.

### LE GARAGE

Mont de Marsan

Plutôt team #Bowling (8 pistes équipées de bumpers pour les enfants) ou team #LaserQuest où équipé d'un harnais cible et d'un pistolet laser, tu te bats en héros contre ta famille, tes amis :) ?

[www.bowlinglegaragemontdemarsan.com](http://www.bowlinglegaragemontdemarsan.com)

**LE+** : La déco « Ambiance garage » très sympa !

## LES ESCAPE GAMES

### ESCAPE GAME AU DOMAINE OGNOAS

Arthez d'Armagnac

À LA RECHERCHE DU TESTAMENT PERDU La légende raconte que le propriétaire et 1er distillateur du Domaine d'Ognoas, avait caché un testament... à ce jour, il est toujours introuvable. Trouvez, décryptez, dénichiez, lisez, écoutez... et vous sortirez !

[www.domaine-ognoas.com/actualites/escape-game-la-recherche-testament-perdu](http://www.domaine-ognoas.com/actualites/escape-game-la-recherche-testament-perdu)  
05 58 45 22 11

**LE+** : À l'issue du jeu, une dégustation vous sera offerte

### ESCAPE GAME

Soorts-Hossegor

Jeu d'évasion et d'aventure grande nature où la logique et la rapidité sont les maîtres mots afin de résoudre toutes les énigmes en moins de 60 minutes.

<http://www.timelapse-hossegor.com>  
05 58 35 30 24

**LE+** : Activité située dans la Zone Pédébert de Soorts-Hossegor où se rendent les amoureux des sports de glisse pour faire leur shopping

### FUNROOM

Mont de Marsan

Enfermés dans une pièce, à vous de chercher des indices, résoudre des énigmes, fouiller ou encore ouvrir des cadenas afin de trouver le moyen d'en sortir et d'accomplir la mission en 60 minutes chrono ...

<https://funroom-escapegame-mont-de-marsan.fr/>

**LE+** : La possibilité d'envoyer un message à vos amis, familles pour toute occasion sous forme d'escape game postal. Original !

## PARCS DE JEUX

### ROYAL KIDS LANDES

Mont-de-Marsan

Parc d'attraction indoor, de 2000 m<sup>2</sup>, une structure géante pour les 4-12 ans avec 3 toboggans, tyrolienne, piste de luge, espace Lego Géant, piscine à balles, Power Tower, etc.

[www.royalkids.fr/parcs/mont\\_de\\_marsan](http://www.royalkids.fr/parcs/mont_de_marsan)  
05 58 52 97 92

**LE+** : possibilité de garderie pour les enfants de 6 à 12 ans par des animateurs diplômés.

### PARC PLANÈTE'N KIDS

Tarnos

Parc de loisirs pour enfants de 1 à 12 ans de 1800 m<sup>2</sup> Intérieur & Extérieur. Jeux gonflables, mini-golf, trampolines.

[www.planetenkids.fr](http://www.planetenkids.fr)  
05 59 64 52 77

**LE+** : des espaces parents très conviviaux dont un à l'étage avec bar et restauration rapide

### LA FABRIQUE LUDIQUE

Roquefort

Avec un espace de 6 000 m<sup>2</sup> dédié aux loisirs et sports en intérieur, La Fabrique Ludique propose une dizaine d'activités : karting électrique, bowling, espace de jeux, tennis tennis padel, baby-foot humain, salle de sport ...

[www.lafabrieludique.fr](http://www.lafabrieludique.fr)

**LE+** : On est sûr que vous n'avez jamais lancé de haches ! À tester ... En toute sécurité !

## LES CENTRES AQUATIQUES

### CENTRE AQUATIQUE AYGUEBLUE

St-Geours-de-Maremmes

Espace aquatique comprenant 5 bassins intérieurs, un bassin de loisirs extérieur et 60 000 m<sup>2</sup> d'espaces verts et d'aires de jeux.

[www.vert-marine.com/aygueblue](http://www.vert-marine.com/aygueblue)  
05 58 56 92 34

**LE+** : l'espace bien-être, avec saunas, hammams et jacuzzi.

### L'ESPACE SOURCÉO

Saint-Paul-lès-Dax

Espace aquatique remise en forme avec spa-massages. 3 piscines (intérieur et extérieur) d'eau minérale chaude (30°/34°). Jacuzzis, cols de cygne, sièges et bains bouillonnants, hydrojets, rivière rapide, etc.

[www.thermes-dax.com/sourceo](http://www.thermes-dax.com/sourceo)  
05 58 90 66 66

**LE+** : Au bord du lac de Christus et ses sentiers de balade

### LA CITÉ VERTE

Hagetman

Une piscine olympique couverte au cœur de la Chalosse avec bassin ludique. Vous profiterez en famille d'un toboggan, d'un jacuzzi, d'une rivière, d'un solarium et de banquettes hydromassantes.

<https://www.complexe-sportif-hagetman.fr>

05 58 79 79 79

**LE+** : Situé en centre-ville avec tous commerces à proximité

### AQUAE LE CENTRE AQUATIQUE DU GRAND DAX

Dax

Espace de loisirs aquatique, grâce à ses 2 bassins dédiés à la natation avec 4 lignes intérieures et 6 lignes extérieures ouvertes toute l'année.

<https://aquaie.grand-dax.fr>  
05 58 35 68 68

**LE+** : de l'eau minérale locale, naturellement chauffée à 28 degrés

# 5 NAGER AU CALME

## Plages de lac

Pour ceux qui ne souhaitent pas se baigner dans l'océan, il y a des alternatives avec de jolies plages surveillées en bord de lac partout dans les Landes.

### SUR LA CÔTE - DU NORD AU SUD

#### Cazaux et Sanguinet

##### 2 PLAGES

**Plage de Caton** et **plage du Pavillon**. Kite surf, Voile, Stand Up Paddle, bateaux promenade, Ski nautique et tractage bouée, Canoë kayak, Pirogue Hawaïenne.

##### LE+

Découvrez le **Stand up Paddle Yoga**

#### Biscarrosse-Lac

##### 2 PLAGES

**Plage du lac Maguide** et ses activités (parc aquatique, bateaux à pédales, oxoon, planches à voile, toboggans, trampolines, location de bateaux, ski nautique, bouée, parachute ascensionnel, club de plage, restaurants) et **Plage du lac Navarrosse**, plus calme. Eau peu profonde. Paradis des familles.

#### Parentis - Biscarrosse

##### 4 PLAGES :

**Montéou Pipiou** à Parentis : bateau à moteur, planche à voile,

**Plages de la Réserve** et **Plage du Port** à Gastes

**Plage du Lac** à Ste-Eulalie-en-Born. Balades en bateau, pédalos, wake board, Catamaran, Planche à voile, Stand Up, Airstream, Ski nautique

##### LE+

*Fly fish, attention frissons garantis, cette bouée a tendance à s'envoler au-dessus des flots*

#### Aureilhan

**Plage du Ponton** à Aureilhan : Pirogue Hawaïenne, Canoë Kayak, Pédalo, Stand Up, Voile, Wave ski

##### LE+

*La promenade fleurie située dans une anse du lac rattachée à la terre par un pont de bois, elle compte plus de 300 variétés de plantes*

#### Léon

**Plage du lac** à Léon : aire de jeux pour enfants, pédalos, voile, Stand Up Paddle, canoë kayak, catamaran :

##### LE+

*Aire de pique-nique ombragée.*

**Plage du lac** à Vielle Saint Girons : pédalos, voile, Stand Up, bateaux électriques

##### LE+

*Balade en canoë kayak (famille) entre Lac, marais, rivière*



© Y. Espiaube / Landes Attractivité

© Y. Espiaube / Landes Attractivité



### LACS MARINS

#### Port d'Albret

**Plage du lac** à Soustons et à Vieux Boucau : planches à voile, Canoë Kayak, Stand Up Paddle, pédalos

##### LE+

*Côté Soustons Port miniature avec des bateaux électriques pour enfants*

#### Hossegor

##### 4 PLAGES AUTOUR DU LAC :

**Plage du Parc, Plage des Chênes liège, Plage du Rey et Plage blanche.**

Stand Up Paddle, Voile, planches à voile

##### LE+

*La proximité de l'océan et du centre-ville*

### À L'INTÉRIEUR DES LANDES

#### Arjuzanx

##### LAC D'ARJUZANX

Plage – bateaux solaires - espace boutique et snack - location de canoës ou de bateaux à pédales - aire de pique-nique - circuits de promenade - Centre équestre.

#### Labouheyre

##### LE DOMAINE DU PARC DE PEYRE

Gîtes forestiers aire de jeux enfants.

#### Mont de Marsan

##### LA BASE DE LOISIRS DE MENASSE

restauration, accrobranche aux portes de la ville de Mont de Marsan

##### LES+

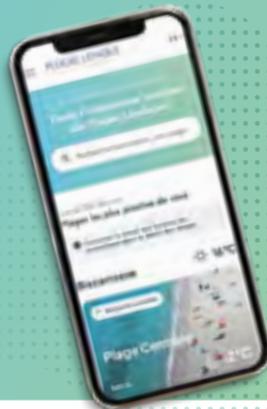
*Visiter le patrimoine intérieur des Landes et pouvoir prendre un bain dans la même journée.*



Plages Landes a fait peau neuve !  
Trouvez votre plage idéale et toutes les infos pratiques sur :  
[www.plages-landes.info](http://www.plages-landes.info)

## PLAGES LANDES .info

Toute l'info  
des plages  
en temps réel !



- ACCESSIBLE SUR MOBILE
- PRÉVISIONS MÉTÉO
- ☰ HORAIRES DE MARÉES
- 🚩 DRAPEAUX
- 🌡️ TEMPÉRATURES DE L'EAU
- 🔧 ÉQUIPEMENTS & SERVICES

[www.plages-landes.info](http://www.plages-landes.info)

© Y. Espiaube / Landes Attractivité

## PRODUITS GOURMANDS À RAPPORTER DES LANDES ET/OU À TESTER PENDANT SES VACANCES

### CANARD FERMIER DES LANDES

Foie gras, confit, magret, pâtés, rillettes, gratons... Ici le canard se décline de toutes les façons ! À tester absolument !

### ARMAGNAC ET FLOC DE GASCOGNE

En apéritif ou en digestif, l'Armagnac est un incontournable des tables landaises. Chaque maison en a à minima une bouteille dans le placard.

### ASPERGES DES SABLES DES LANDES

En bœufs, puisque la récolte se fait uniquement de mars à juin. Mais parole de Landais, elles auront tout de même gardé toutes leurs saveurs.

### VINS DU TURSAN

Existent en rouge, blanc et rosé pour vous accompagner tout au long de votre repas !

### VOLAILLES FERMÈRES DES LANDES

Poulets, chapons, poulardes, dindes ou caillies... Dans les Landes, les volailles fermières sont toutes élevées en plein air et en totale liberté. Au milieu des pins, elles peuvent ainsi s'ébattre sans contraintes.

### TOURTIÈRE

Gâteau à base de pâte feuilletée très fine garnie de pommes ou de pruneaux et parfumée à l'Armagnac. Avec une boule de glace vanille c'est une tuerie !

### PASTIS LANDAIS

Gâteau brioché traditionnel des Landes parfumé à la vanille, au rhum, à l'anis ou à la fleur d'oranger, le pastis landais se déguste ici tout au long de l'année !

### POISSONS FRAIS

Directement du bateau du pêcheur au port de Capbreton (vente des glaçons pour transport). Ouvert toute l'année. Une expérience à vivre absolument pendant vos vacances.

### BŒUF DE CHALOSSE

Indication Géographique Protégée et label Rouge, le Bœuf de Chalosse se déguste au restaurant ou autour d'un barbecue après l'avoir acheté dans une boucherie landaise.

### KIWI DE L'ADOUR

Fruit d'hiver, le kiwi de l'Adour pourra se déguster en confiture ou en jus de fruits ! Grâce à ses vertus hydratantes, apaisantes et générantes, il se décline également autour d'une gamme de cosmétiques (shampooing, savon, crème visage...).



Retrouvez les produits "label" des Landes sur : [www.qualitelandes.com](http://www.qualitelandes.com)

"Les ambassadeurs gourmands"

Ils sont 150 Landais (restaurateurs, producteurs, artisans de métiers de bouche, commerçants de produits du terroir, commerçants ambulants et hébergeurs) à promouvoir au quotidien les produits landais et les circuits-courts auprès de leurs clients. Sélectionnés via une grille de critères assurant l'origine locale des produits, ils s'engagent dans la préservation du terroir et des savoir-faire landais.

Retrouvez toutes leurs adresses gourmandes au dos de la carte touristique départementale ou via ce QR code !



© Y. Espjaube / Landes Attractivité

### LES ÉTOILÉS

*Eugénie-les-Bains*

#### LES PRÉS D'EUGÉNIE

Chef : Michel Guérard  
\*\*\* Guide Michelin

*Magèsca*

#### LE RELAIS DE LA POSTE

Chef : Jean Coussau  
\*\* Guide Michelin

*Mont-de-Marsan*

#### LA TABLE MIRASOL

Chef : Philippe Lagraula  
\* Guide Michelin

### LES CLÉS D'ARGENT

Chef : Christophe Dupouy  
\* Guide Michelin

*Saint-Vincent-de-Tyrosse*

#### LE HITTAU

Chef : Yannick Duc  
\* Guide Michelin

*Seignosse*

#### LA VILLA DE L'ÉTANG BLANC

Chef : David Sulpice  
\* Guide Michelin

## Escapades gourmandes en Terres landaises

### 5 ROAD TRIPS INSPIRANTS...

#### #1 - ROAD TRIP DU BEAU, DU BIEN, DU BON

DURÉE : 3 JOURS

AU DÉPART DE : BISCARROSSE

En passant par : Vieux Boucau, Hossegor, Capbreton, Dax, Bougue et Mont-de-Marsan

Sur la route : découverte de l'Ail noir, visite d'une brasserie, balades digestives à pied ou à vélo, bonnes tables, dégustations de tourtière et madeines, plages paradisiaques, boutiques de créateurs et adresses intimistes, apéro chill, spa...



© Landes Attractivité



#### #2 - ROAD TRIP PATRIMOINE & GASTRONOMIE DANS LES LANDES

DURÉE : 3 JOURS

AU DÉPART DE : DAX

En passant par : Saint-Paul-lès-Dax, Castel-Sarrazin, Brassempouy, Saint-Sever, Mont-de-Marsan, Hontanx, Saint-Justin, Labastide d'Armagnac

Sur la route : architecture locale, adresses gourmandes, ferme auberge, randonnée autour d'un lac, repas gastronomique, visite de producteurs, plongée dans l'histoire chalossaise, rencontre avec les habitants, balade en Armagnac, bastides de charme, dégustation d'Armagnac, balade à vélo électrique.



© Landes Attractivité



#### #3 - ROAD TRIP GOURMAND EN ARMAGNAC : RÉVÉLATION DE NOS TRÉSORS CACHÉS

DURÉE : 1 JOUR

AU DÉPART DE : VILLENEUVE DE MARSAN

En passant par : Le Frêche, Saint Justin, Labastide d'Armagnac, Hontanx, Mauvezin d'Armagnac

Sur la route : marché traditionnel, magasin de producteurs, petit patrimoine local, découverte du Pastis Landais, villages de charme et bastide médiévale, artisanat d'art, bonnes tables, découvertes surprenantes, visite de chai d'Armagnac.



© Landes Attractivité



#### #4 - ROAD TRIP GOURMAND DANS LE SUD DES LANDES : SAUMON, CANARD ET VIN LANDAIS À LA FRONTIÈRE DU PAYS BASQUE

DURÉE : 1 JOUR

AU DÉPART DE : PEYREHORADE

En passant par : Orthevielle, Hastingues, Gaas, Pouillon

Sur la route : marché traditionnel, Maison du saumon de l'Adour, ferme auberge, nature, villages de charme, culture locale, visite à la ferme, visite de domaine viticole, artisanat d'art.



© Landes Attractivité



#### #5 - ROAD TRIP GOURMAND EN CHALOSSE, APRÈS LA RANDONNÉE... LE FOIE GRAS

DURÉE : 1 JOUR

AU DÉPART DE : HAGETMAU

En passant par : Brassempouy, Donzacq, Montfort-en-Chalosse, Mugron, Saint-Sever

Sur la route : randonnée pédestre dans les vallons chalossais, ferme découverte, musée des traditions locales, table gourmande, visite à la ferme, villages de charme.



© Landes Attractivité





# Les traditions landaises

## Qu'est-ce-que c'est ?

### MAIS QU'EST-CE QUE C'EST LA COURSE LANDAISE ? C'EST COMME LA CORRIDA ?

Et bien non. La course landaise est à la fois un sport, un art et une tradition. Ici, pas de mise à mort pendant ou après le spectacle, mais un combat loyal, à mains nues, entre l'intelligence de l'homme et la force brute de l'animal.

Il s'agit d'une tradition ancestrale, née du besoin de se défendre face au bétail sauvage qui peuplait alors les Landes de Gascogne.

Les toreros landais se relaient sur la piste au cœur de l'arène pour effectuer des écarts et des sauts face à des coursiers (des vaches élevées spécialement pour cet usage) lancées au galop. Des points sont délivrés pour chaque figure exécutée et sont comptabilisés pour le classement officiel des écarteurs et sauteurs, ainsi que pour le challenge récompensant les meilleures ganaderias.

#### LA COURSE LANDAISE EN CHIFFRES

- 200 toreros (sauteurs et écarteurs)
- 16 ganaderias (élevage de vaches landaises). Chaque ganaderia possède, en plus de son bétail, sa propre cuadrilla composée des écarteurs, des sauteurs et des hommes en blanc
- 1200 vaches
- 450 courses par an
- 250 clubs organisateurs

#### POUR EN SAVOIR +

- Visiter une ganaderia
- Assister à une course landaise (calendrier des courses sur le site de la Fédération française : <http://www.courselandaise.org>)
- Rencontrer un Greeter passionné de course landaise (voir ci-contre)
- Assister à une des représentations du spectacle Landes Emotions Plus de renseignements sur : [www.land-es-emotions.fr](http://www.land-es-emotions.fr)

### QU'EST-CE QUE C'EST CES ARBRES DÉCORÉS QUE L'ON VOIT AU BORD DES ROUTES ?

Il s'agit d'une tradition bien ancrée dans les Landes, qui veut que, dans la nuit du 30 avril au 1er mai, les Landais honorent leurs élus, voisins, amis ou les nouveaux arrivés au village... avec un pin fleuri, qu'on appelle « le Mai ».

On appelle cette tradition la Mayade (ou Maillade).

De nos jours, on peut voir des mais à toute période de l'année, pour fêter un anniversaire exceptionnel, un mariage ou une retraite...



© Landes Attractivité



© Plassin

### NOS AMBASSADEURS : RENDEZ-VOUS AVEC UN GREETER LANDAIS

Pour en savoir plus sur toutes ces traditions landaises, ne pas hésiter à partir à la rencontre d'un Greeter. Les Greeters sont ces ambassadeurs landais qui ont à cœur de faire découvrir un coin (parfois méconnu) des Landes, des traditions landaises, une passion, l'architecture locale, l'histoire...

Ils sont près de 60 passionnés, répartis sur tout le territoire landais, à proposer des balades gratuites pour des petits groupes de 6 personnes maximum. De quoi partir à la découverte de trésors landais en mode VIP, pour un moment riche en partage et en découverte. C'est simple, avec eux, on vient en visiteur et on repart généralement en amis !

Pour connaître les ambassadeurs et leurs thèmes de balade, rendez-vous sur : [www.greeters-landes.com](http://www.greeters-landes.com) !



© Landes Attractivité

### MAIS QU'EST-CE QUE C'EST LE GEMMAGE ? C'EST QUOI UN GEMMEUR ?

Le mot gemmage provient du nom de « gemme » donné à la résine du pin maritime. Le gemmage consiste à « blesser » le pin par une petite entaille, afin de faire couler la résine. Le pot planté sous l'encoche est là pour récolter la résine. Le gemmeur, ou résinier, est celui qui pratique cette opération et qui récolte la résine.

La résine est composée à 70 % de colophane, 20 % d'essence de térébenthine, et 10 % d'eau. Elle était massivement utilisée comme produit de base dans de nombreux domaines (produits d'entretien, peintures et vernis, produits de synthèse, industrie pharmaceutique), avant d'être remplacée par des dérivés de l'industrie chimique.

#### POUR EN SAVOIR +

De nombreux Offices de Tourisme proposent des démonstrations de gemmage tout au long de la saison (à Mimizan, Biscarrosse, Léon, Saint-Julien en Born). Vous pouvez également découvrir l'histoire du gemmage à l'écomusée de Marquèze.



© Landes Attractivité

### MAIS QU'EST-CE QUE C'EST UNE BANDA ?

Les bandas sont des fanfares ambulatoires, qui ont pour rôle d'animer les défilés de rue lors des fêtes de village ou ferias.

On en trouve dans tout le Sud-Ouest, mais le phénomène est particulièrement développé sur le territoire landais, dont elles sont originaires.

Le répertoire de ces groupes de musique est fait de musiques d'origine navarraise, basque et landaise, parfois sud-américaine. Les instruments sont principalement des cuivres (trompettes, trombones, tuba), des bois (saxophones, clarinette, flûte piccolo), et des percussions (casse claire, grosse caisse et cymbales).



© Landes Attractivité

### EST-CE QUE LES LANDAIS SE DÉPLACENT ENCORE AVEC DES ÉCHASSES ?

Contrairement aux idées reçues, les Landais n'utilisaient pas les échasses pour aller dans les marécages, car ils s'y seraient immédiatement enfoncés.

Ils pouvaient ainsi surveiller d'en haut les troupeaux qui s'épalaient sur de grandes distances. Les échassiers landais avaient mis au point un principe de fixation au-dessous du genou, permettant, tout en gardant les troupeaux, d'avoir les mains libres (pour filer la laine ou jouer d'un instrument de musique).

Quelle surprise pour les voyageurs traversant les Landes de voir, de loin, ces étranges créatures humaines !

#### ET AUJOURD'HUI ?

La plantation généralisée des pins au XIX<sup>e</sup> siècle a fait disparaître les pacages et espaces de vie des moutons, et du même coup leurs bergers échassiers...

La pratique des échasses se fait désormais de façon ludique ou sportive.



© Landes Attractivité



4 avenue Aristide Briand - 40 000 MONT-DE-MARSAN

05 58 06 89 89 - [contact@landesattractivite.com](mailto:contact@landesattractivite.com)

**[www.tourismelandes.com](http://www.tourismelandes.com)**