

Année 2026

# LE MANUEL du parfait saisonnier

LANDES  
Terre des possibles



LANDES  
Attractivité

# 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 lacustres

**VACANCES POUR TOUS** ..... 14

**LA GASTRONOMIE** ..... 16

**LES ÉVÈNEMENTS** ..... 18

**FAQ** ..... 20  
Les traditions landaises

**NOS OUTILS  
PENSÉS POUR VOS TOURISTES** ..... 22

# LES LANDES



# LES OFFICES DE TOURISME SONT LÀ POUR VOUS AIDER !

## AIRE-SUR-L'ADOUR

Tél. 05 58 71 64 70

## AMOU

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-MAÂ

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



**433 570**

HABITANTS AU 1<sup>ER</sup> JANVIER 2026



**106 km**

DE LITTORAL



**1er** DÉPARTEMENT  
FORESTIER DE FRANCE

(avec 562 000 ha de forêt)



**5** STATIONS  
THERMALES

**Plages surveillées** en saison :



**38** PLAGES OCÉANES  
ET **23** PLAGES LACUSTRES



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

**1**



SPOT DE SURF DE RENOMMÉE  
MONDIALE À HOSSEGOR

**3 500 km**



ITINÉRAIRES DE RANDONNÉES

**4**



ITINÉRAIRES JACQUAIRES  
(440 km en tout)



**9**

GOLFS



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



**6** TABLES ÉTOILÉES

**8** MAÎTRES RESTAURATEURS

## Culture &amp; Patrimoine

LA VILLE AUX TROIS RIVIÈRES  
Mont-de-Marsan

© Teddy Bear

En attendant la réouverture du Musée Despiau-Wlérick, qui se refait une beauté, les expositions temporaires restent accessibles. En ville, de nombreuses œuvres sont présentes dans l'espace urbain mêlant fresques murales, street-art et sculptures de la collection du musée. Mais aussi : des visites guidées et visites avec des Conteurs des Landes (voir p.21). [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

© Y. Esplaube / Landes Attractivité

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. À 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

© Landes Attractivité

Ce musée retrace la vie quotidienne au 19<sup>e</sup> siècle. À découvrir : la maison de maître, le chai et son pressoir romain, le four à pain, la maison et le jardin du métayer... 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.*

DESTINATION  
THERMALE  
Dax

© Landes Attractivité

Une ville qui présente de nombreux atouts : des eaux chaudes curatives, une boue thermique reconnue (le fameux péloïde), une riche architecture Art Déco, des lieux culturels et une identité gasconne modelée par ses ferias et ses arènes.

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

**LE +**

*Se régaler aux Halles. Bonne ambiance assurée !*

**NOUVEAUTÉ :** Profitez des nombreuses visites guidées aux thématiques sympas que propose l'Office de Tourisme

PRÉHISTOSITE  
DE BRASSEPOUY  
Brassempouy

© Landes Attractivité

Cet espace muséographique retrace l'histoire des découvertes archéologiques effectuées sur le site préhistorique de Brassempouy. C'est ici qu'on a découvert une des plus anciennes représentations réalistes de visage humain (- 28 000 av JC) : « La dame à la Capuche ».

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

**LE +**

*La grotte du pape est désormais ouverte à la visite sur rdv.*

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

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

© Landes Attractivité

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.land.es.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

© Landes Attractivité



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.land.es.fr/abbaye-arthous](http://www.land.es.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

© Landes Attractivité



Habités autrefois par des artistes et écrivains, les villas à l'architecture basco-landaise sont à observer autour du lac, près du golf et en bord de mer. Hossegor, c'est aussi : des boutiques branchées, des surf shops, des plages mythiques et un spot de surf connu mondialement.

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

**LE +**

*Les huitres toutes fraîches à déguster dans une des cabanes ostréicoles au bout du lac d'Hossegor. Le port de Capbreton, à 1 km, pour acheter du poisson directement auprès des pêcheurs.*

## PHARE DE CONTIS Contis

© Landes Attractivité



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.

**LE +**

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

## ABBAYE DE SORDE Sorde l'Abbaye

© OTPOA



Ancienne abbaye bénédictine construite au Moyen-Âge sur les vestiges d'une villa gallo-romaine. À découvrir : sa majestueuse terrasse au bord des Gaves Réunis et sa galerie souterraine, unique en France !

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

**LE +**

*À proximité, à Peyrehorade : l'histoire du Saumon de l'Adour à la Maison Barthouil.*

## LE PATRIMOINE DE Saint-Sever

© Y. Espiaube / Landes Attractivité



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

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

**LE +**

*Le circuit découverte sur tablette sur le voyage de Guilhem, petit moine du XI<sup>e</sup> siècle. À faire avec les enfants !*

## LE DOMAINE D'OGNOAS Arthez d'Armagnac

© OTPOA



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 +**

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



### À SAVOIR

Dans les Landes, **4 sites sont inscrits sur la liste du patrimoine mondial de l'UNESCO au titre des chemins de Saint-Jacques-de-Compostelle** : l'abbaye de Sorde, l'abbaye de Saint-Sever, le clocher-porche de Mimizan et l'église Sainte-Quitterie à Aire-sur-L'Adour.

## Nature

Pour apprécier et respecter ces lieux préservés, bien penser à rester sur les chemins balisés et emporter ses déchets.

### LE MARAIS D'ORX Labenne

© S. Chebassier / Landes Attractivité



Vaste zone humide protégée et site ornithologique majeur, le Marais d'Orx a été aménagé pour faciliter la visite : observatoire, platelages et passerelles, sentier d'interprétation, exposition permanente.  
[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

© CLINT



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.  
[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

© Landes Attractivité



En empruntant ce sentier, vous traversez une réserve biologique 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 FORÊT D'ART CONTEMPORAIN Parc Naturel Régional des Landes de Gascogne

© Landes Attractivité



La Forêt d'Art Contemporain compte aujourd'hui plus de 25 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 méritent 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. Télécharger sur le site la carte très bien faite pour repérer le lieu exact de chaque oeuvre.

### LES BARTHES DE L'ADOUR Le long de l'Adour (de Mugron à Bayonne)

© Landes Attractivité



Les Barthes de l'Adour sont des prairies marécageuses du fleuve de l'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.

### CENTRE PERMANENT D'INITIATIVES POUR L'ENVIRONNEMENT St Martin-de-Seignanx

© CPIE Seignanx



Le CPIE recèle un Jardin Buissonnier, véritable lieu de découverte et d'éveil à la nature de 2,5 ha. Déambulez à travers un parcours dévoilant massifs de plantes, sentier pieds-nus, potager, mare aux libellules et amphibiens...

[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.

## LA RÉSERVE NATURELLE NATIONALE D'ARJUZANX Arjuzanx



© Landes Attractivité

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 +**

*Le tour du lac à faire en empruntant le sentier de randonnée de 7km (2h) .*

## LA RÉSERVE NATURELLE DE L'ÉTANG NOIR Seignosse



© Seignosse Tourisme

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.

<https://etang-noir.fr>  
05 58 72 85 76

**LE +**

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

## BALADE EN BARQUE SUR LE LAC DE BISCARROSSE Biscarrosse



© Landes Attractivité

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*

## LE PLANTARIUM DE GAUJACQ Gaujacq



© Landes Attractivité

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



© 1 duvet pour 2 / Landes Attractivité

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 voiture).*

## LA SCANDIBÉRIQUE

Le chemin qui vous emmène loin



© Y. Espiaube / Landes Attractivité

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

© Landes Attractivité

Au cœur du Parc Naturel des Landes de Gascogne, uniquement accessible par un petit train, plongez dans les Landes du 19<sup>e</sup> siècle. Paysages, maisons d'époque meublées, animaux, jeux, démonstrations de savoir-faire... **INSOLITE** : du 9 mai au 17 juillet, découvrez Marquèze grâce à Terra Aventura avec un parcours exclusif et un trésor à la clé.

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

**LE +**

*Pour les enfants : une box multi-sensorielle et ludique, des ateliers sur le jardin, les abeilles, les animaux de la ferme mais aussi les jeux d'antan, l'écriture à la plume...*

LE CENTRE DE DÉCOUVERTE  
GRAINE DE FORÊT  
Garein

© PNRLG

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

© Zoo 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 seigneur d'un jour et être en contact direct avec les animaux.*

TÈRRA  
AVENTURA  
Toutes les Landes

© Y. Espiaube / Landes Attractivité

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 +**

*45 parcours répartis sur l'ensemble du territoire avec des Poi'z à collectionner. Et pour vivre pleinement l'expérience, la micro z'aventure "Adiu, les landais" à faire dans les Landes intérieures*

ATELIERS DE LA PRÉHISTOIRE  
AU PRÉHISTOSITE  
Brassempouy

© Landes Attractivité

Ateliers pour les enfants : sculpter sa figurine de la Dame, peindre comme un Cro-Magnon, fabriquer sa parure préhistorique, faire des fouilles, faire du feu ...  
[www.prehistoire-brassempouy.fr](http://www.prehistoire-brassempouy.fr)  
05 58 89 21 73

**LE +**

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

FERMES DÉCOUVERTES  
notre sélection...

© M. Renaud ; Camélian ; Landes Attractivité

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
- Ferme découverte et sentier ludique Ducazaux à Donzacq
- Ferme découverte Taris Tourisme à Moustey

<https://www.tourismelandes.com/preparer-mon-sejour/visiter/fermes-de-decouvertes/>

**LE +**

*Ferme Ducazaux : 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 et Mâa

200 ateliers de 3 à 15m. 250 équipements à partir de 5 ans, 25 pistes tous niveaux. 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 160 ateliers sur 11 parcours. 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 PARK

#### 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.

### ADOUR AVENTURE

#### Téthieu

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

<https://adouraventure.fr> - 06 47 16 95 82

**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.

### ACCRORANCHE

#### Amou

Une toute nouvelle activité de parcours dans les arbres.

12 parcours pour tous les niveaux et tous les âges (dès 5 ans).

[www.accrochebrancheamou.fr](http://www.accrochebrancheamou.fr) - 07 88 98 97 94

**LE+** Il faut découvrir les 2 parcours 100% tyrolienne et pour les plus téméraires, un saut dans le vide !

### BASE DE LOISIRS DE TESTAROUMAN

#### Pissos

Au bord de la Leyre, un cadre naturel exceptionnel pour de multiples activités : parcours accrobranche, vélo en forêt, tir à l'arc, course d'orientation.

**LE+** La descente en canoë et la proximité immédiate du camping familial

## 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 3000 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> - 07 68 01 29 85

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

### ATLANTIC JUMP

#### Seignosse

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://atlantic-jump.com>

07 68 01 29 85

**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 de Maguide.

[www.aquapark.fr](http://www.aquapark.fr) - 06 51 50 25 65

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

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



© Landes Attractivité

Une collection d'appareils anciens sans équivalent en Europe. Sur près de 6000m<sup>2</sup> de surfaces couvertes, plus de 40 aéronefs.

[museealathelicopteredax.fr](http://museealathelicopteredax.fr)  
05 58 35 95 24

**LE +**

*La possibilité de monter dans certains hélicoptères.*

## MUSÉE DE L'HYDRAVIATION Biscarrosse



© Landes Attractivité

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



© Y. Espjaube / Landes Attractivité

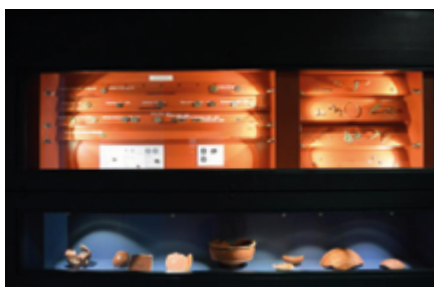
Dans l'ancien Couvent des Jacobins, ce musée labellisé « Musée de France » retrace l'incroyable destin de la cité de Saint-Sever de l'Antiquité à nos jours. Promenez vous à travers les époques, participez à des ateliers numériques et des animations à la mise en scène moderne et ludique.

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

**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



© Musée du lac

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

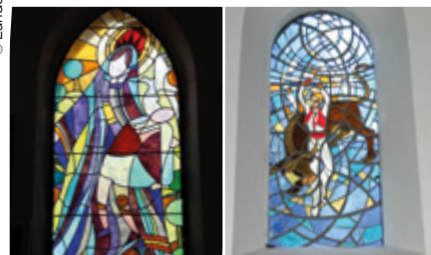
**LE +**

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

## LES CHAPELLES DÉDIÉES



© Landes Attractivité



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

## NOUVEAU ! L'ESCALADE DANS LES LANDES



© Gravity Bouldering Event2 - William Desse

Entre forêt et océan, les Landes se vivent aussi à la verticale. Et si vous profitez des vacances pour faire une session escalade, en famille ou entre amis pour se lancer des défis ?

NOS ADRESSES :

**BLOCAST** à Hossegor : [05 58 97 71 53](tel:0558977153)

**GRAVITY BOULDERING** à Labenne :  
[05 24 33 09 41](tel:0524330941)

**ROC AND WALL** à Biscarrosse :  
[09 85 14 87 2](tel:098514872)

**PADEL.NBLOCK** à Saint-Avit :  
[05 58 76 17 92](tel:0558761792)

**ALTISSIMO LANDES** à  
St-Geours-de-Maremne : [05 58 56 11 25](tel:0558561125)  
(ouverture 21 Mars 2026)

## 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 les 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 de faire une partie de Laser Quest ou Escape game en famille ou entre amis.

### LE GARAGE

#### Mont-de-Marsan

Au choix : Le bowling et ses 8 pistes équipées de bumpers pour les enfants ou le laser quest et ses harnais cible et pistolets laser.

[www.bowlinglegaragemontdemarsan.com](http://www.bowlinglegaragemontdemarsan.com)  
05 58 44 86 22

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

## LES ESCAPE GAMES

### ESCAPE GAME

#### Soorts-Hossegor

Jeu d'évasion et d'aventure grandeur 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 Pédebert 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>  
07 87 18 28 48

**LE+** La possibilité d'envoyer un message à vos amis, familles pour toute

occasion sous forme d'escape game postal. Original !

### SENS ISSUE

#### Vieux-Boucau

[www.sens-issue-escapegame.com/](http://www.sens-issue-escapegame.com/)  
06 28 05 47 83

**LE+** La malle apéro : une version mobile d'un escape game avec un objectif gourmand : libérer de savoureux produits locaux enfermés dans la malle !

### LA MUTINERIE DU VICTORIEUX

#### Biscarrosse

[www.biscagrandslacs.com/activites/sites-de-visites-musees-culture/escape-game-la-mutinerie-du-victorieux](http://www.biscagrandslacs.com/activites/sites-de-visites-musees-culture/escape-game-la-mutinerie-du-victorieux)  
06 41 25 03 76

**LE+** Un plongeon dans l'univers palpitant des pirates

### APÉRI BOX, L'ESCAPE GAME DES BONS VIVANTS

#### Sanguinet

<https://www.aperibox-sanguinet.fr/>  
07 44 83 33 49

**LE+** Les joueurs récupèrent progressivement tout le nécessaire pour leur apéritif dinatoire (tire bouchon, verre, opinel, ouvre-boîte, planche...)

### LA PIÈCE MANQUANTE

#### Biscarrosse

[www.cine-bisca.fr](http://www.cine-bisca.fr)  
05 58 78 88 76

**LE+** L'emplacement idéal au cœur du centre-ville de Biscarrosse (bourg)

## PARCS DE JEUX

### CAPTAIN KIDS

#### Mont-de-Marsan

Parc d'attraction indoor, de 2000m<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.captainkids.fr](http://www.captainkids.fr)  
05 58 52 97 92

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

### PLANÈTE PARCS

#### Tarnos

Complexe de loisirs indoor familial de 3000m<sup>2</sup> doté du Planète N'Kids, parc de jeux pour enfants de 2 à 12 ans, du Planète Jump, parc de trampolines dès 6 ans, et d'un mini-golf. Espaces intérieurs/ extérieurs de détente et restauration. Événements, anniversaires...

[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

### LE CAMPUS

#### Roquefort

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

[www.lafabriqueludique.fr](http://www.lafabriqueludique.fr)  
05 62 69 81 05

**LE+** Le lancé de haches, à tester... En toute sécurité :)

## LES CENTRES AQUATIQUES

### CENTRE AQUATIQUE

#### AYGUEBLUE

#### St-Geours-de-Marenne

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.ca-aygueblue.fr](http://www.ca-aygueblue.fr)  
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

#### Hagetmau

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

<https://www.complexe-sportif-hagetmau.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.

## Plages lacustres

*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

#### Sanguinet

##### 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

**Plage de 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 de Navarrosse**, plus calme. Deux plages aux eaux peu profondes. Un paradis pour les familles.

#### Parentis

##### Montéou Pipiou

Bateau à moteur, planche à voile.

**LE +**

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

#### Gastes

##### Plages de la Réserve et Plage du Port

#### Ste-Eulalie-en-Born

##### Plage du Lac

Balades en bateau, pédalos, wake board, catamaran, planche à voile, stand up, airstream, ski nautique.

#### Aureilhan

##### Plage du Ponton à Aureilhan :

Pirogue hawaïenne, canoë kayak, pedalo, 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 Giron : pédalos, voile, stand up, bateaux électriques.

**LE +**

*Balade en canoë kayak en famille entre lac, marais, rivière.*



© Landes Attractivité



© Landes Attractivité



© 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 un port miniature avec des bateaux électriques pour enfants.*

### Hossegor

**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.

**LE +**

*Des eaux cristallines et chaudes en été, un vrai paradis pour les tout-petits !*

### Labouheyre

#### LE DOMAINE DU PARC DE PEYRE

Un parc aquatique, un terrain de beach volley, un parcours santé et un chemin de promenade.

### Mont-de-Marsan

#### LA BASE DE LOISIRS DU MARSAN

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)**

# www.plages-landes.info

TOUTE L'INFO DES PLAGES  
EN TEMPS RÉEL !



LANDES

Terre des possibles

- 🌤️ MÉTÉO
- 🚩 DRAPEAU
- 🌡️ TEMPÉRATURES EAU/AIR
- 🌊 MARÉES
- 📺 WEBCAMS
- 📍 ACTIVITÉS



Un site proposé par LANDES ATTRACTIVITÉ

**POUR PLUS DÉTAILS SUR PLAGES LANDES,  
RENDEZ-VOUS PAGES 22-23**

## Accueillir une personne à besoins spécifiques

L'accueil des personnes à besoins spécifiques dépend à la fois de **l'engagement du personnel et d'un lieu bien adapté**. Cela passe par une bonne signalisation, des aménagements du bâtiment et du mobilier, ainsi qu'un accès facile aux services et contenus proposés. Il est très important que le personnel établisse un bon contact avec ces personnes. Une écoute attentive permet de mieux comprendre leurs besoins et d'améliorer leur confort. Pour cela, il est essentiel de former le personnel afin qu'il connaisse les bases d'un accueil adapté.



### ACCUEILLIR UNE PERSONNE AVEC UNE DÉFICIENCE AUDITIVE

#### Principales difficultés rencontrées par ces personnes

- × La communication orale.
- × La **compréhension** des consignes et des informations.
- × L'accès aux **informations sonores**.
- × Le **manque d'informations écrites**.

#### Comment y répondre ?

- × **Assurez-vous que la personne vous regarde** pour commencer à parler.
- × **Parlez face à la personne**, distinctement, en adoptant un débit normal, sans exagérer l'articulation et sans crier.
- × Privilégiez les **phrases courtes** et un **vocabulaire simple**, « facile à lire, facile à comprendre ».
- × Utilisez le **langage corporel** pour accompagner votre discours : pointer du doigt, expressions du visage...
- × Proposez **de quoi écrire** pour communiquer.



### ACCUEILLIR UNE PERSONNE AVEC UNE DÉFICIENCE MOTRICE

#### Principales difficultés rencontrées par ces personnes

- × Les déplacements.
- × La **station debout** et les attentes prolongées.
- × La **préhension** des objets et parfois la parole.

#### Comment y répondre ?

- × Assurez-vous que les **espaces de circulation** sont suffisamment larges et dégagés
- × **Informez la personne du niveau d'accessibilité** de l'environnement afin qu'elle puisse juger si elle a besoin d'aide ou pas.
- × Pour échanger avec une personne en fauteuil, **mettez-vous, dans la mesure du possible, à sa hauteur**.



### ACCUEILLIR UNE PERSONNE AVEC UNE DÉFICIENCE INTELLECTUELLE OU COGNITIVE

#### Principales difficultés rencontrées par ces personnes

- × La **concentration**.
- × Le **déchiffrage** des informations et de la signalisation.
- × Le **repérage dans l'espace**.

#### Comment y répondre ?

- × Faites preuve de **patience, d'écoute** et de **disponibilité**, montrez-vous **rassurant**, tout en gardant une posture naturelle. Sourire peut aider à mettre en confiance.
- × **Adressez-vous directement à la personne** et non à son accompagnateur, s'il y en a un. Faites des **phrases simples**, sans négation. Évitez les longs raisonnements.
- × Vérifiez la bonne compréhension en **répétant** les informations et/ou en invitant à la **reformulation**.
- × Recourez à l'image et à la **gestuelle**, en utilisant un catalogue, un plan, un dessin.
- × Posez **une seule question à la fois** et privilégiez les **questions fermées** (réponses par « oui » ou « non ») si la communication est compliquée.
- × Proposez votre aide et **ne faites pas à la place de la personne**.
- × Utilisez une **signalétique adaptée** « facile à lire, facile à comprendre ».
- × **Laissez faire**, même si c'est long.





## ACCUEILLIR UNE PERSONNE AVEC UNE DÉFICIENCE VISUELLE

### Principales difficultés rencontrées par ces personnes

- ✗ L'usage de l'écriture et de la lecture.
- ✗ Le repérage des lieux et des entrées.
- ✗ Les déplacements et l'identification des obstacles.

### Comment y répondre ?

- ✗ Présentez-vous **oralement** : nom et fonction, ainsi que tous les interlocuteurs qui vont échanger avec la personne. Si l'environnement est bruyant, **parlez bien en face d'elle**.
- ✗ **Adressez-vous à la personne** et non à son accompagnateur, s'il y en a un.
- ✗ **Informez la personne** des actions que vous réalisez.
- ✗ **Précisez si vous vous éloignez** et si vous revenez.
- ✗ S'il faut se déplacer, **ne prenez pas le bras de la personne. Proposez votre coude et marchez un peu devant pour guider, en adaptant votre rythme.**  
Si la personne a un chien guide ou une canne, placez-vous de l'autre côté. **Prévenez** de tout changement dans l'environnement.
- ✗ Indiquez précisément et clairement **les changements de direction**.
- ✗ **Ne dérangez pas le chien** guide en l'appelant, le caressant, le distrayant, en saisissant son harnais : il travaille.
- ✗ Les personnes, malvoyantes comme aveugles, **peuvent signer des documents**. Dans ce cas, il suffit de placer leur doigt à l'endroit où elles vont apposer leur signature.
- ✗ Si la personne est amenée à s'asseoir, **guidez sa main sur le dossier** et laissez la personne s'asseoir.
- ✗ Si de la documentation est remise (menu, catalogue, ...), proposez d'en **faire la lecture ou le résumé**.
- ✗ **Concevoir une documentation adaptée** en braille ou en gros caractères. Si vous disposez d'un site internet qui détaille ces informations, vous pouvez y renvoyer via un QR code.
- ✗ **N'hésitez pas à proposer votre aide** si la personne semble perdue.



## LE LABEL

### TOURISME ET HANDICAP

Tourisme & Handicap est la seule marque d'État attribuée aux professionnels du tourisme qui s'engagent dans une démarche de qualité ciblée sur l'accessibilité aux loisirs et aux vacances pour tous. La marque Tourisme & Handicap a défini des critères d'accessibilité et d'accueil pour garantir le tourisme à tous dans la plus grande autonomie possible.

#### OBJECTIFS :

- Identifier les adaptations aux principaux types de handicap (moteur, visuel, auditif, mental), et bénéfiques à toutes les clientèles, dont les seniors et les familles avec poussettes.
- Développer une offre touristique française, accessible et innovante.
- Promouvoir les produits des professionnels du tourisme qui favorisent l'accueil des personnes handicapées et leur intégration parmi les clientèles traditionnelles.

Retrouvez toutes les informations sur l'accessibilité des commerces, services et activités sur votre territoire :  
<https://acceslibre.beta.gouv.fr>



Pour télécharger la liste de tous les établissements et sites labellisés « Tourisme et Handicap » dans les Landes : Hébergements, restaurants, activités, plages, loisirs, thermes, offices de tourisme, Handi Pêche...



## 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 bocaux, 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

Existents en rouge, blanc et rosé pour vous accompagner tout au long de votre repas.

### VOLAILLES FERMÈRES DES LANDES

Poulets, chapons, poulardes, dindes ou cailles... 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 traditionnelle (liste présente sur Qualité Landes).

### 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...).



© Y. Espiaube / Landes Attractivité

## LES ÉTOILÉS

### Eugénie-les-Bains

#### LES PRÉS D'EUGÉNIE

Chef : Hugo Souchet  
\*\*\* Guide Michelin

#### L'ORANGERIE

Chef : Hugo Souchet  
\* Guide Michelin

### Mageseq

#### LE RELAIS DE LA POSTE

Chef : Jean Coussau  
\* Guide Michelin

### Mont-de-Marsan

#### LA TABLE MIRASOL

Chef : Philippe Lagrula  
\* Guide Michelin

### St-Vincent-de-Tyrosse

#### LE HITTAU

Chef : Yannick Duc  
\* Guide Michelin

### Seignosse

#### LA VILLA DE L'ÉTANG BLANC

Chef : David Sulpice  
\* Guide Michelin



Retrouvez les produits sous signes officiels de qualité (Label Rouge, IGP, AOC) 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 via ce QR code !



Suivez Baptiste, Anaël et Paola sur leurs itinéraires gourmands landais !

# 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 madeleines, 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 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, Hastings, 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



### #4 - 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



**NOUVEAU !**

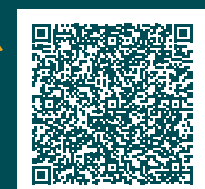
## SUR LES ROUTES GOURMANDES DE L'ARMAGNAC ET DU FOIE GRAS

11 routes sur les thèmes de l'Armagnac et du Foie Gras guident les visiteurs à la découverte des Landes. Munis de leur smartphone, ils se laissent guider sur les routes landaises à la découverte de producteurs, villages de charme, bonnes tables et sites patrimoniaux. Chacune des 11 routes propose une thématique différente pour que chacun selon ses goûts ou envies trouve LA route gourmande à suivre !

Retrouvez les 5 Routes de l'Armagnac !



Retrouvez les 6 Routes du foie gras !



## Dans Les Landes



© Bisca Grands Lacs

### RASSEMBLEMENT INTERNATIONAL D'HYDRAVIONS Biscarrosse

Prochaine édition en 2027

Tous les deux ans à Biscarrosse, capitale française de l'hydravation, se tient le Rassemblement International d'hydravions, un show aérien spectaculaire d'hydravions et d'avions de légende qui émerveille petits et grands.

<https://www.hydravions-biscarrosse.com/rassemblement-international-d-hydravions.php>



© Arte Flamenco

### ARTE FLAMENCO Mont-de-Marsan

du 30 juin au 4 juillet 2026

Des spectacles Flamenco de haut niveau, des spectacles dans la rue. Même les commerçants et restaurateurs jouent le jeu.

<https://festivalarteflamenco.fr>



© OT Grands lacs

### JAZZ IN SANGUINET Sanguinet

du 13 au 19 juillet 2026

Le jazz sous toutes ses formes (blues, gospel, jazz fusion...), alliant tradition et modernité.

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



© F. Ferranti

### FÊTES DE LA MADELEINE Mont-de-Marsan

du 22 au 26 juillet 2026

5 jours et 5 nuits de fête pour tous les âges dans toute la ville. 100 % convivialité landaise, dress code : bleu et blanc !

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



© F. Espinasse

### MUSICALARUE Luxey

du 31 juillet au 2 août 2026

Lieu unique au milieu de la forêt landaise qui se transforme pour 3 jours en un spectacle vivant : plus de 50 groupes, troupes et compagnies, musiques, chanson, théâtre, humour, danse, cirque...

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



© S. Chebassier / Landes Attractivité

### LA FERIA Dax

du 12 au 16 août 2026

5 jours et 5 nuits de fête pour tous les âges dans toute la ville. 100 % convivialité landaise, dress code : rouge et blanc.

<https://www.daxlaferia.fr/la-feria>



© OT Hossegor

### LATINOSSEGOR Hossegor

le 4, 5 et 6 septembre 2026

Trois jours de salsa, reggaeton, rumba, bachata pour refermer l'été en beauté. C'est le principe de Latinossegor qui accueille sur la Place des Landais, face à l'océan, les plus grands groupes latinos du moment pour des concerts entièrement gratuits, initiations de danses, sets de DJ latinos.

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



© Toros y salsa

### TOROS & SALSA Dax

du 11 au 13 septembre 2026

Village de casetas, corridas, de nombreux concerts gratuits et des cours de salsa pour les amateurs dans le Parc Théodore Denis autour des arènes de Dax.

<http://feria.dax.fr/toros-y-salsa>



© Laurent Wangermetz / Landes Attractivité

### GRANDS LACS AÉRO, L'AÉRODROME FAIT SON SHOW ! Biscarrosse

le 4 Octobre 2026

À l'aérodrome des Grands Lacs entre Biscarrosse et Parentis-en-Born. Show aérien de 14h30 à 17h (ULM, hydravions...). Village d'exposants et animations.

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

## ÉVÉNEMENTS GOURMANDS

Tout au long de l'année, les Landes vivent au rythme des fêtes, marchés et repas gourmands.

PRINTEMPS

- Fête de l'asperge à Pontonx-sur-l'Adour - EN MAI
- Fête du pain au Musée de la Chalosse à Montfort-en-Chalosse - EN MAI
- Trail des étangs à Hontanx - EN MAI

ÉTÉ

- Landeaus y tapas à Labenne - JUIN
- Fête traditionnelle de la battère à Ousse-Suzan (repas traditionnel landais) - EN JUILLET
- Festival Oreille en Place à Labastide d'Armagnac - FIN JUILLET / DÉBUT AOÛT
- Apéritifs Fermiers - EN JUILLET ET AOÛT
- Jeudis d'été à Tartas - EN JUILLET ET AOÛT
- Mardis en Harmonie à Pontonx-sur-l'Adour - EN JUILLET ET AOÛT
- Arènes en guinguette à St-Gein début août - DÉBUT AOÛT
- Festival Musique en Bas-Armagnac - EN AOÛT

AUTOMNE

- Transhumance en Armagnac - EN SEPTEMBRE
- Fête du Chipiron à Capbreton - EN SEPTEMBRE
- Semi-Marathon de l'Armagnac et chai ouvert - EN SEPTEMBRE
- La cuisine d'automne à l'écomusée de Marquèze - EN SEPTEMBRE
- Portes ouvertes de la Ferme du Haza à Saint-Aubin - EN OCTOBRE
- Vinoferia à Dax - EN OCTOBRE
- Salon du livre / vendange à Geaune - EN OCTOBRE
- Armagnac en fête à Labastide-d'Armagnac - EN OCTOBRE
- LugaTrail à Vielle-Soubiran - EN OCTOBRE
- Distillation de l'Armagnac en Armagnac - EN NOVEMBRE

HIVER

- Marchés de Noël Gourmand à Dax - EN DÉCEMBRE
- Distillation de l'Armagnac en Armagnac - EN DÉCEMBRE
- Les grues gourmandes - EN DÉCEMBRE

MAIS AUSSI

- Les Marchés de Producteurs de Pays  
🌿 ☀️ 🍂 DE MAI À OCTOBRE
- Le Marché au gras de Villeneuve-de-Marsan  
🍂 ❄️ 🌿 D'OCTOBRE À AVRIL (tous les mercredis matin)

Retrouvez toutes ces dates sur :  
[www.tourismelandes.com/agenda](http://www.tourismelandes.com/agenda)



# 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 coursières (des vaches élevées spécifiquement 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 Conteur landais passionné de course landaise (voir ci-contre)
  - Assister à une des représentations du spectacle Landes Emotions
- Plus de renseignements sur : [www.landes-emotions.fr](http://www.landes-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...



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

Pour en savoir plus sur toutes ces traditions landaises, ne pas hésiter à partir à la rencontre d'un Conteur landais. Les Conteurs landais sont ces ambassadeurs 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 10 personnes maximum. De quoi partir à la découverte de trésors 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.tourismelandes.com/preparer-mon-sejour/visiter/conteur-landes](http://www.tourismelandes.com/preparer-mon-sejour/visiter/conteur-landes)



© 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 +

Plusieurs 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 ou à La Maison de la gemme à Lesperon.



© 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 (caisse 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'étaient étalés 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.

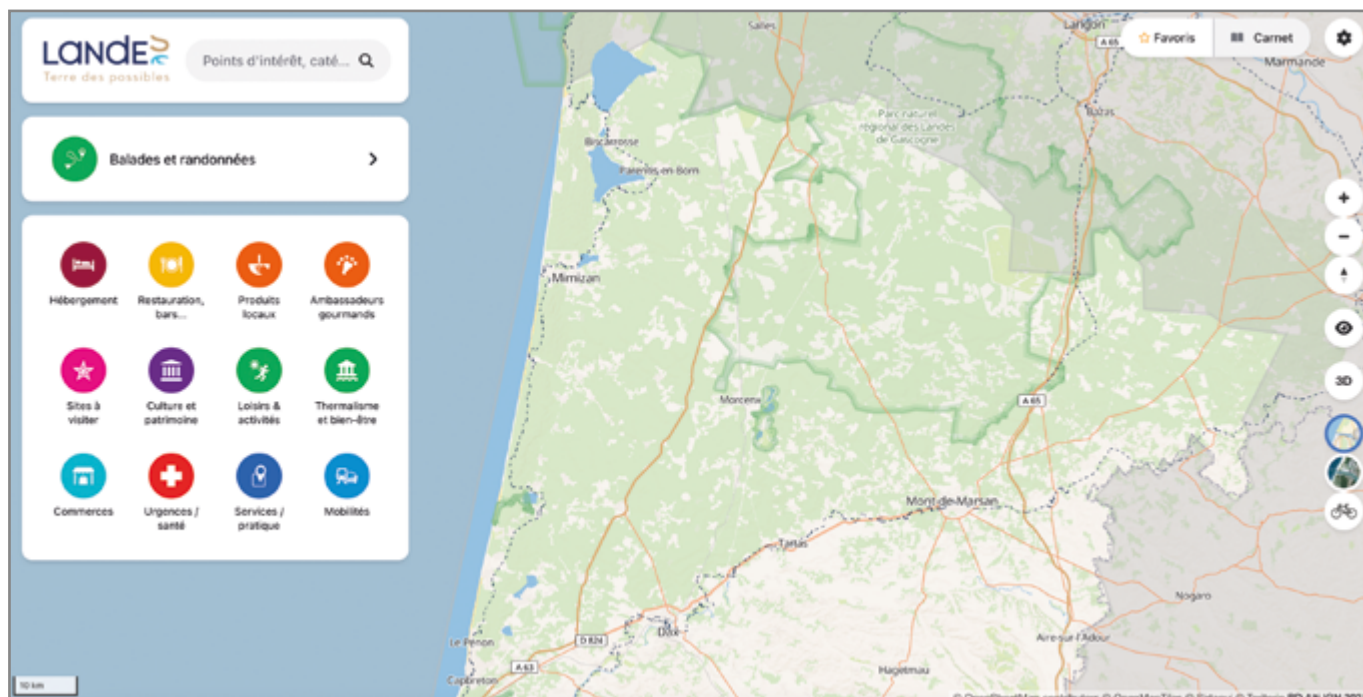


© Landes Attractivité

# 10 DES OUTILS PENSÉS POUR VOS TOURISTES

## Des "compagnons de séjour" à conseiller à vos clientèles touristiques.

### CARTE LANDES : UNE CARTE INTERACTIVE POUR TOUT TROUVER DANS LES LANDES !



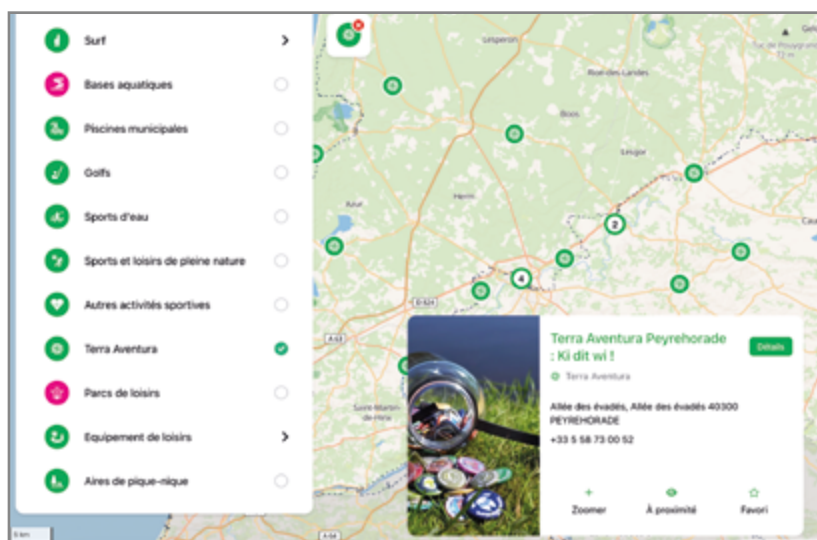
Disponible sur [www.cartelandes.com](http://www.cartelandes.com), cette carte collaborative utilisant à la fois les contributions des utilisateurs sur Open Street Map et la remontée de points d'intérêt disponibles sur la base de données touristiques régionales, offre **une multitude d'infos indispensables pour les touristes en vacances dans les Landes** :

- × toilettes,
- × distributeurs de billets,
- × bornes de chargement pour voitures électriques,
- × services d'urgences,

mais aussi:

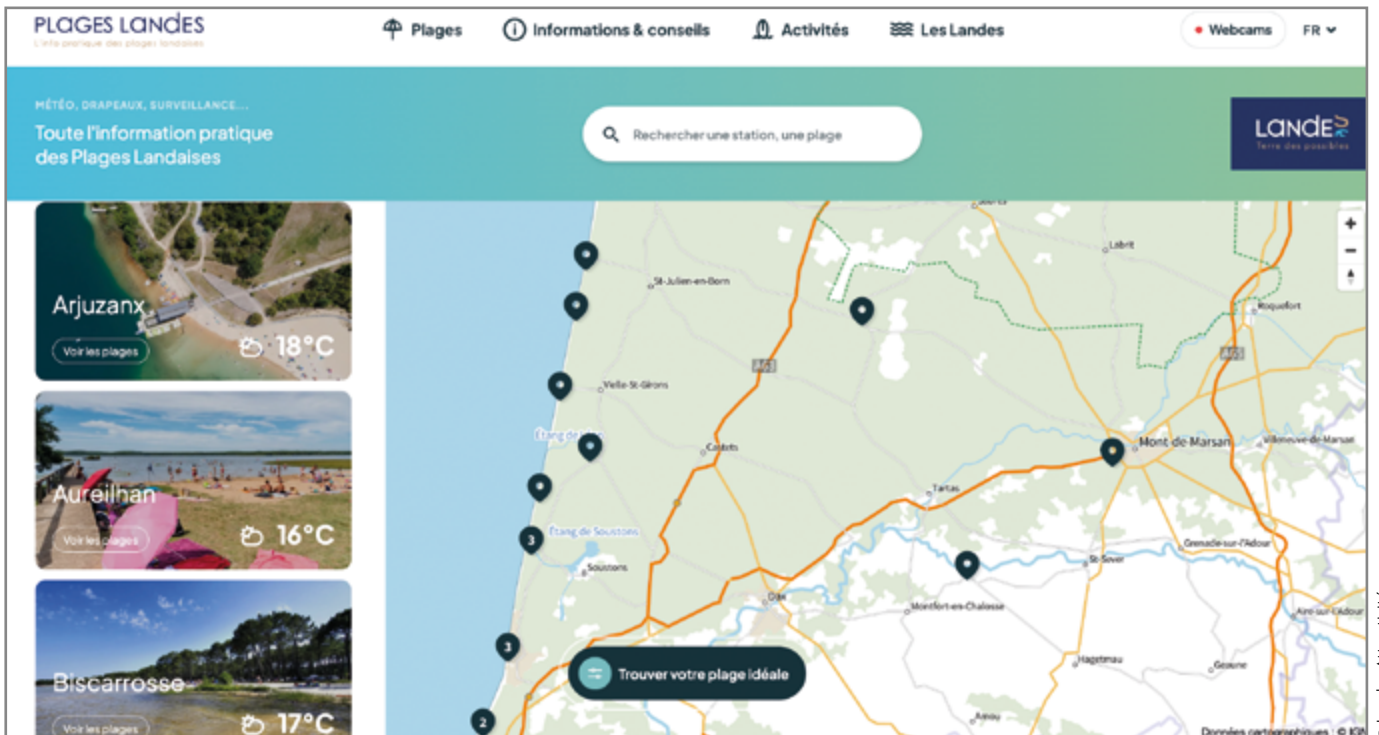
- × les restaurants,
- × les sites,
- × les sentiers de randonnées

Et bien plus encore.



Pour découvrir  
[cartelandes.com](http://cartelandes.com)

## PLAGES LANDES : UN SITE AVEC TOUTES LES INFOS PRATIQUES DES PLAGES !



[www.plages-landes.info](http://www.plages-landes.info) est un site pratico-pratique développé par Landes Attractivité pour donner **en temps réel toutes les infos des plages landaises** :

- × températures air / eau
- × marées
- × houle
- × indice UV
- × conditions de surf
- × couleur du drapeau / / ouverture des plages
- × services et activités à pratiquer

Un moteur de recherche, riche de 19 critères, **permet aux vacanciers de trouver leur plage idéale.**

Il est aussi possible de s'inscrire à la newsletter de sa ou ses plages préférées **pour recevoir, 2 fois par jour, les infos actualisées.**

**Des webcams** permettent également de voir des images en temps réel des plages landaises.

Le site Plages Landes est **consultable depuis un smartphone** et permet d'avoir, avant de partir pour un après-midi de plage, toutes les infos des plages actualisées.

*Projet en partenariat avec le Syndicat Mixte de Gestion des Baignades Landaises (SMGBL), les Offices de Tourisme et les nageurs sauveteurs.*



Rendez-vous sur :  
**[www.plages-landes.info](http://www.plages-landes.info)**



La vidéo de présentation  
de **Plages Landes**



# J'achète landais

Pour encourager et faciliter la consommation locale, pensez à :  
**J'ACHÈTE LANDAIS !**

Un site qui rassemble des produits gourmands,  
déco, cosmétiques, textiles... garantis **made in Landes**.

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

**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)



Les Landes



les\_landes

Pour suivre l'actualité touristique des Landes,  
suivez-nous sur nos réseaux sociaux