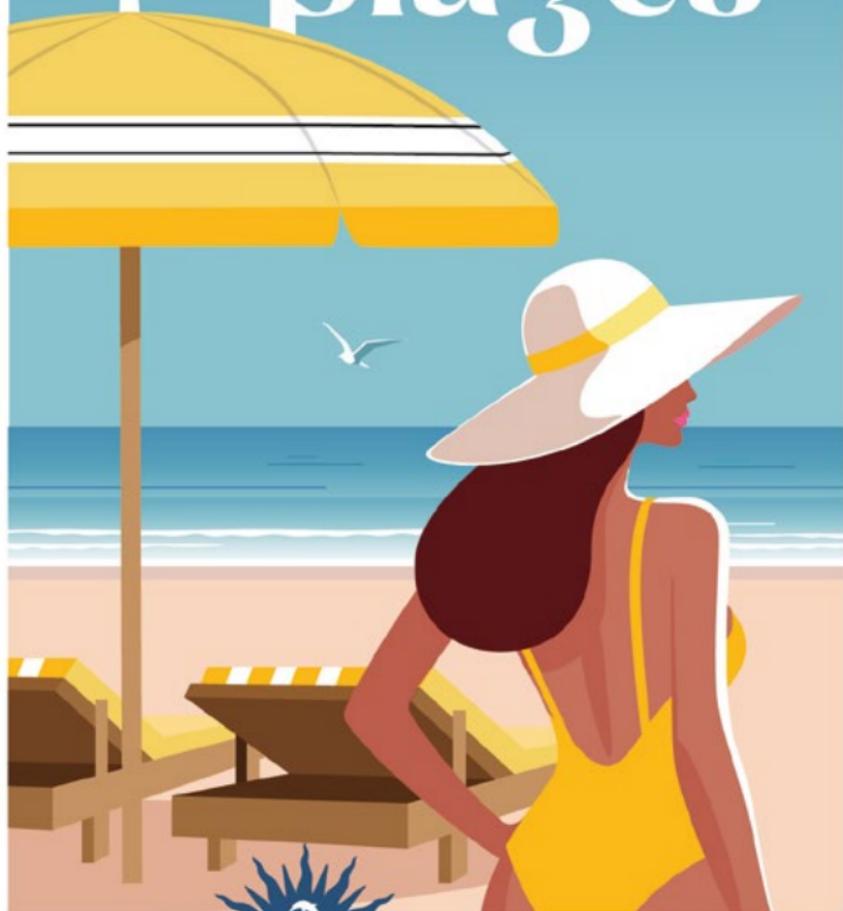


CARNET 12 DES plages



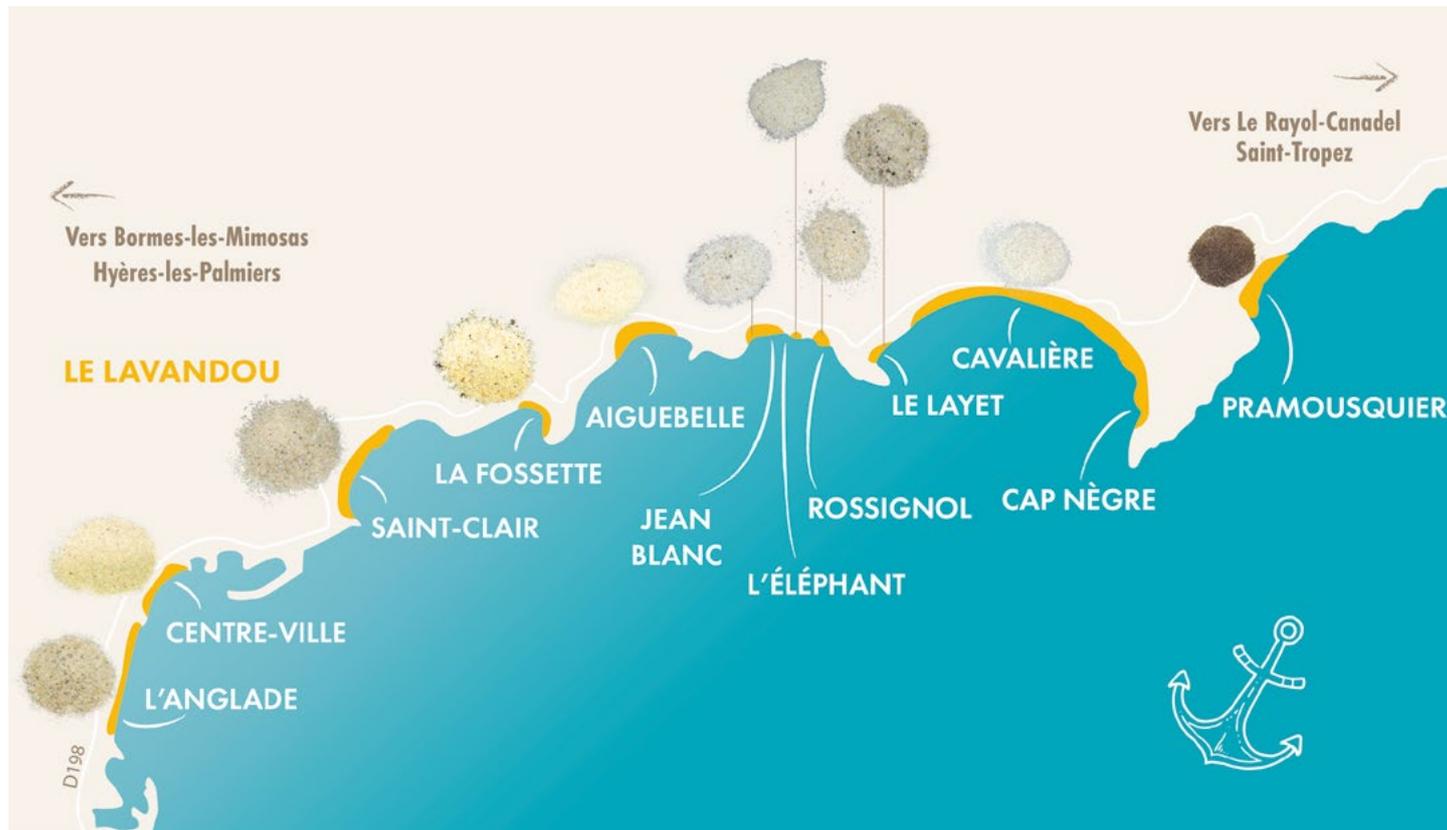
Le Lavandou

LA CARTE DES 12 plages

THE MAP OF 12 BEACHES

12 noms qui sentent bon le Sud, 12 plages qui font la joie des vacanciers, 12 sables de couleur et de granulométrie différentes synonymes de liberté et de farniente.

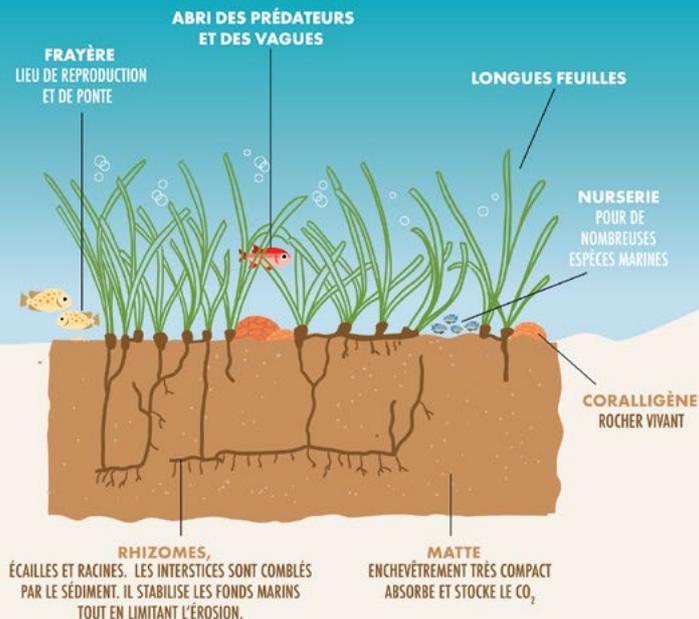
12 names with an unmistakable southern tang to them and 12 beaches tailor-made for holidaymakers an open invitation to relax and enjoy yourself. Use this leaflet today to book your place in the sun.



LE CYCLE DE LA **posidonie**

PLANTES À FLEURS MARINES

Plante endémique de Méditerranée, la posidonie est une espèce protégée en Europe, qu'elle soit vivante ou morte. Présente jusqu'à 40 mètres de profondeur, elle produit 2 fois plus d'oxygène au m² qu'une forêt de même surface. C'est le poumon de la Méditerranée.



BANQUETTE DE POSIDONIE

BANQUETTE,
FEUILLES SÈCHES DE POSIDONIE
SE DÉPOSANT NATURELLEMENT SUR LA PLAGE.

PELOTES DE MER (Aegagropile)
FIBRES ISSUES DES FEUILLES MORTES ET DES RACINES
DE LA POSIDONIE, S'AGGLOMÈRENT SOUS L'EFFET
DES MOUVEMENTS DE LA MER.

ABRI ET SOURCE D'ALIMENTATION POUR
DE NOMBREUSES ESPÈCES.
ENGRAIS ET SUPPORT POUR LA VÉGÉTATION DUNAIRE.

LE LAVANDOU ENGAGÉ POUR DES PLAGES DE CARACTÈRE

Une plage avec des feuilles de posidonie témoigne d'une bonne qualité des eaux et d'un fonctionnement naturel de la plage.

Outil indispensable de lutte contre l'érosion des plages, les banquettes de posidonie stabilisent les plages.

1 m³ de banquette peut contenir plusieurs dizaines de kilos de sable !

Le Lavandou engagé

POUR DES PLAGES SANS DÉCHET PLASTIQUE !

En signant la charte *Plages sans déchet plastique*,
les communes littorales s'engagent



pour des plages
plus propres et plus
accueillantes,



pour préserver
l'environnement
et notre santé,



pour protéger la
biodiversité marine
et littorale.

Moi aussi, j'aime ma plage et je m'engage !



DICOM-BOCAL/MAT/190921 - Juin 2021

ecologie.gouv.fr
biodiversite.gouv.fr

CHARTÉ PLAGE sans déchet plastique

Entre deux châteaux de sable et un parasol,
il n'est malheureusement pas rare de trouver un
mégot, une bouteille de crème solaire ou un sac
plastique abandonné. Ces déchets terminent trop
souvent à la mer, c'est pour cette raison que

**Le Lavandou a signé la charte
Plages sans déchet plastique le 9 juillet 2019**
pour des communes littorales éco-exemplaires.

**Son objectif : sensibiliser, prévenir et mettre
en place des dispositifs liés au nettoyage,
ramassage ou tri des déchets.**

Quinze gestes autour de trois grandes thématiques
(prévention ; sensibilisation ; ramassage, nettoyage,
collecte et tri) ont été identifiés, allant de l'affichage
d'information à l'organisation du ramassage des
poubelles ou encore la formation des agents.



12 PLAGES EN TOUTE LIBERTÉ

THE FREEDOM OF 12 BEACHES

Muni de ce carnet, réservez dès aujourd'hui
votre place au soleil.

Use this leaflet today to book your place under the sun.

Offres commerciales réservées au porteur de ce carnet
et valable une seule fois.

Horaires valables pour juillet et août 2025.



Document non contractuel n'engageant en aucun cas la responsabilité de l'office de tourisme de Lavandou. Informations susceptibles d'être modifiées. Les informations indiquées dans ce carnet ont été communiquées en mai 2025 et ne sont qu'indicatives. La reproduction même partielle des textes, cartes, illustrations, photos est interdite.

Ne pas jeter sur la voie publique.



CRÉDIT PHOTOS
Sylvie Pinto, Christelle Gândolphe,
Jeff Habourdin
CONCEPTION Studio Dots
IMPRESION CCI (6000 exemplaires)

LÉGENDE PLAGE

BEACH KEY

- Poste de secours | First Aid // Du 15/05 au 29/09
- Borne d'appel d'urgence | Emergency call station // Du 15/05 au 29/09
- Plagistes (WC accessibles au public) | Beach restaurants (WC)
- Parking | Car park
- Parking pour personnes à mobilité réduite | Disabled parking
- Accès mer pour personnes à mobilité réduite | Disabled person's sea access
- Toilettes publiques | WC
- Ecole de voile | Sailing school
- Activités nautiques | Water activities
- Promenade / Sentier du littoral | Coastal path
- Label Pavillon Bleu
- Démarche Qualité Eaux de baignade

LÉGENDE ÉTABLISSEMENT DE PLAGE

BEACH ATTENDANTS KEY

- Partenaire de l'Office de tourisme | Tourist Office Partner
- Restaurant
- Accès pour personnes à mobilité réduite | Disabled access
- Wifi
- Location matelas | Sun loungers
- Location Nautique | Nautical rental



www.ot-lelavandou.fr
#MYLAVANDOU



1 L'ANGLADE

la branchée

TRENDY BEACH



Première plage de la station, L'Anglade vous plonge tout de suite dans l'ambiance. Ici, sur le sable, farniente et bain de soleil ont vraiment la couleur des vacances.

L'Anglade, the first of the 12 beaches, puts you in a holiday mood straightaway.

Sand, sea and sunshine, what else would you need?



ETABLISSEMENTS DE PLAGE

BEACH ESTABLISHMENTS

BEAU RIVAGE

1137 Av. Vincent Auriol

→ +33 (0)4 94 05 98 38

→ +33 (0)6 27 22 56 62

*Pour un repas acheté sur présentation de ce carnet



Midi



BEAU RIVAGE



WELCOME BEACH

Av. Vincent Auriol

→ +33 (0)4 94 15 03 17



Midi

WELCOME BEACH



L'EFFET MER

Av. Vincent Auriol

→ +33 (0)7 86 25 89 47

*pour la location de 2 matelas sur présentation de ce carnet



Midi



L'EFFET MER





LA SIESTA

Av. Vincent Auriol

→ +33 (0)4 94 71 46 26



Midi

ESCUMA

34 Av. Vincent Auriol

→ +33 (0)6 95 73 27 11



Midi



LA SIESTA



2 PLAGES DU CENTRE-VILLE

la familiale

FAMILY BEACH



Long ruban de sable doré, la plage du Lavandou est la plus vaste de la station. Une dimension qui en fait la plage familiale par excellence. Colorée et animée dès les beaux jours, il y règne une atmosphère particulière qui rappelle les grandes vacances d'antan.

The Lavandou beach, with its long ribbon of golden sands, is the largest of the twelve and a great family favourite. As soon as the summer season arrives, the beach immersed in a special, colourful atmosphere reminiscent of old-style holidays.



ETABLISSEMENTS DE PLAGE

BEACH ESTABLISHMENTS

EDEN PLAGE

Av. Général Bouvet

→ +33 (0)6 23 42 82 19

* pour la location de 2 matelas à la journée sur présentation de ce carnet



Midi



ECOLE DE VOILE MUNICIPALE



ACTIVITÉS NAUTIQUES

WATER SPORTS



ECOLE DE VOILE MUNICIPALE DU LAVANDOU

Plage du centre-ville

→ +33 (0)6 26 58 39 55

Cours et location : Planche à voile, catamaran, paddle, kayak | Lessons and equipments rental : windsurf, catamaran, paddle board, kayak



3 SAINT-CLAIR la perle THE PEARL



Perle nichée aux pieds des pinèdes, Saint-Clair bénéficie d'un climat particulier qui fait d'elle une plage à part. Moins grande que sa voisine du Lavandou, elle est plus secrète.

Merveilleusement exposée, le soleil y darde ses rayons dès l'aube pour le plus grand bonheur de ceux qui aiment les têtes-à-têtes avec la nature.

Nestling quietly at the foot of pinewoods, Saint-Clair is blessed with a special climate that sets it apart from the other beaches. It is smaller and more secretive than the neighbouring beach of the Lavandou.



ETABLISSEMENTS DE PLAGE

BEACH ESTABLISHMENTS

PARAISO BEACH

Bd de la Baleine

→ +33 (0)6 32 75 67 76

*pour toute addition supérieure à 50€, sur présentation de ce carnet.



Midi



SUNSEA PLAGE



SUNSEA PLAGE

Bd de la Baleine

→ +33 (0)6 09 56 56 43

*à emporter ou sur place après 16h, pour toute addition supérieure à 30€ sur présentation de ce carnet



Midi



LE 5 BEACH



LE 5 BEACH

Bd de la Baleine

→ +33 (0)4 94 06 22 06

→ +33 (0)6 44 79 82 57



Midi



LA PINÈDE



LA PINÈDE

Bd de la Baleine

→ +33 (0)4 94 64 81 53

→ +33 (0)6 25 45 69 14

*pour l'achat d'un menu



Midi



LA FOSSETTE la souriante

SMILING



Petite bande de sable fin lovée entre deux pointes rocheuses, La Fossette a le charme discret de ces îles paradisiaques qui font rêver. Plus proche que ses grandes sœurs pacifiques, elle met le rêve à portée de tous. Un vrai bonheur que de s'y prélasser bercé par le bruit des vagues.

A little strip of sand tucked in between two rocky headlands, La Fossette possesses the discreet charm of the desert islands of our dreams, but is far more accessible than its counterparts in the Pacific. What a bliss to lounge on the beach, lulled by soothing sound of the waves.



ETABLISSEMENT DE PLAGE

BEACH ESTABLISHMENTS

COCO BEACH

Bd du Levant

→ +33 (0)4 94 64 84 98

Location Paddle - Pédal'eau

Paddle and pedal boat rental



Midi
& soir

COCO BEACH





5 AIGUEBELLE

la charmeuse
CHARMING



Aiguebelle (« belle eau ») tire son nom de la mer. Aussi transparent que l'eau, le sable s'y confond avec la mer dans un étonnant jeu de miroirs. Un jeu qui vous fait entrer dans une autre dimension, celle du bonheur et du charme. Celle d'Aiguebelle la charmeuse...

Aiguebelle (literally « beautiful water ») takes its name from the sea. The sand is as transparent as the water and merges with the sea in an astonishing game of mirrors – a game that ushers you into a world of happiness and charm.



ETABLISSEMENTS DE PLAGE

— BEACH ESTABLISHMENTS

PAZZI PLAGE

Av. des Trois Dauphins

→ +33 (0)4 94 05 81 20

* pour l'achat d'un repas au restaurant,
sur présentation de ce carnet



Midi
& soir



PAZZI PLAGE



LE COMMODORE

Av. des Trois Dauphins

→ +33 (0)4 94 05 83 73

* pour l'achat d'un repas
sur présentation de ce carnet



Midi



VENICE PLAGE

466 Av. des Trois Dauphins

→ +33 (0)6 85 09 35 28

Location Paddle - kayak/canoë - Pédal'eau | Paddle board and pedal boat rental



Midi



6 JEAN BLANC

l'écrin d'argent

SET A SILVER CASE



Petit écrin d'argent niché au cœur d'une crique, Jean Blanc s'offre aux plus intrépides. Légèrement en retrait, elle concentre ce que la nature Méditerranéenne a de plus beau : les pins, le soleil et la mer... En somme, les vrais ingrédients des vacances et du farniente.

A little setting in silver nestling in the heart of a creek, the beach of Jean Blanc awaits the adventurous. Set slightly back it is a condensed version of the most beautiful ingredients of the Mediterranean: pine trees, sun, sea... The perfect recipe for a summer holiday.



L'ÉLÉPHANT

la sauvage

WILD BEAUTY



Petite crique sauvage, à laquelle on accède par les rochers ou par la mer, l'Éléphant semble comme sortie d'une carte postale.

Insolite et solitaire, elle a le caractère des îles désertes dont elle cultive l'éloignement. Intime et sereine, elle séduit les amoureux.

Small wild cove, accessible by rocks or by the sea. The beach seems to come out of a postcard. Unusual and solitary, it has the character of deserted islands and cultivates remoteness. Intimate and serene, this beach charms lovers.



LE LAYET

l'anse du boucanier

SMUGGLER'S COVE



A l'écart, cachée dans une anse, Le Layet est une petite plage discrète permise aux adeptes du naturisme. Une vraie exception à l'abri des regards...

Tucked away in a cove, Le Layet is a little beach tolerated for naturist. An exceptional site well away from prying eyes...



Plage textile,
naturisme toléré



ROSSIGNOL

la secrète

THE SECRET



Cette plage honore à merveille le chant de l'oiseau dont elle porte le nom. Au Rossignol, on plonge totalement dans l'intimité d'une crique sauvage où bronzer rime avec liberté. La plage de Rossignol est un véritable petit coin de paradis.

This beach pays handsome tribute to the song of the bird after which it is named. Holidaymakers at Rossignol beach, set in the intimacy of a wild creek, may enjoy sunbathing in conditions of total freedom. A veritable paradise.

ETABLISSEMENT DE PLAGE

BEACH ESTABLISHMENTS



LE LAYET «CHEZ JO»

Av. du Professeur Paul-Emile Duroux

→ +33 (0)4 94 05 85 06



Midi



LE LAYET "CHEZ JO"



CAVALIÈRE

la sportive

FOR THE SPORTS MINDED



Longue plage de sable fin bordée de pins, Cavalière, La Sportive, est le terrain de tous les plaisirs.

Planches à voile, badminton, pédal'eau, volley-ball, plongée, parachute ascensionnel, ski nautique, jet-ski, catamaran, paddle...à vous de choisir au rythme de vos envies.

This long stretch of fine sand fringed by the pine trees of Cavalière caters to all tastes: windsurfing, badminton, volleyball, diving, parascending, water skiing, jet-skiing, catamaran, paddle etc....

The choice is yours !



ETABLISSEMENTS DE PLAGE

BEACH ESTABLISHMENTS

LA VOILE DE CAVALIÈRE

512 Av. du Cap Nègre

→ +33 (0)4 94 05 86 78

→ +33 (0)6 46 81 81 02



Location paddle, pedal'eau, kayak/canoë,
en vente à l'Office de tourisme | Paddle, canoe
 and pedal boat rental, **on sale at the tourist office**
 Catamaran, planche à voile, dériveur | Catamaran,
 windsurf, sailing dinghy

*pour une location d'1h de stand-up paddle ou kayak sur présentation de ce carnet



Midi
& soir

LA VOILE DE CAVALIÈRE



LES SABLES D'OR

576 Av. du Cap Nègre

→ +33 (0)4 94 05 86 80

*pour la consommation d'un plat à partir de 20€ ou
 d'un plat et d'un dessert sur présentation de ce carnet



Midi
& soir*

*Soir : Apéro / Tapas en juillet et août



LES SABLES D'OR





HÔTEL LE CLUB DE CAVALIÈRE & SPA

820 Av. du Cap Nègre

→ +33 (0)4 98 04 34 30



Midi & soir



HÔTEL LE CLUB DE CAVALIÈRE & SPA

LES CANETONS

356 Av. du Cap Nègre

→ +33 (0)4 94 05 87 33



Midi & soir



LES CANETONS

ACAMPA PLAGE

452 Av. du Cap Nègre

→ +33 (0)4 94 05 76 51

Location Pédal'eau | Pedal boat rental

*pour l'achat d'un repas au restaurant, sur présentation de ce carnet



Midi & soir



ACTIVITÉS NAUTIQUES

WATER SPORTS



JET 007

Av. du Cap Nègre

→ +33 (0)6 15 46 28 36

Location jet ski, **en vente à l'Office de tourisme** | Jetski rental, **on sale at the tourist office** - *Valable sur la randonnée en jet-ski d'une heure, 145€ au lieu de 150€



JET 007



LAVANDOU WATERSPORTS CAVALIÈRE

Ponton de la plage de Cavalière

→ +33 (0)7 86 85 09 75

Parachute ascensionnel, ski nautique, jeux nautiques, Efoil, location bateaux skipper | Parasailing, water ski, watersports games, Efoil, skipper boat rental



LAVANDOU WATERSPORTS

11 CAP NÈGRE

la paisible

A PEACEFUL, RESTUL BEACH



À la pointe d'une presqu'île, Cap Nègre regarde vers le large. Sur cette petite crique, l'essentiel est une deuxième nature.

Cap Nègre looks out the sea from its vantage point on the headland of a peninsula. Enjoy the simple pleasure of life on this little creek.



12 PRAMOUSQUIER

la mystérieuse

SHROUDED BEACH IN MYSTERY



Dernière plage du Lavandou, nichée entre deux pointes rocheuses, Pramousquier garde un je ne sais quoi de mystérieux.

Est-ce son sable aux reflets bleu, vert et or ou la mer qui prend ici des teintes turquoise ?

Sur cette plage une alchimie étrange captive le regard et les passions.

Snugly ensconced between two rocky headlands, Pramousquier is the last of the beaches of the Lavandou. It has a certain mysterious air about it, perhaps something to do with the blue, green or glint of the sand or almost turquoise colour of the sea.



ETABLISSEMENTS DE PLAGE

BEACH ESTABLISHMENTS



TAMARIS PLAGE

Chemin de la plage

→ +33 (0)4 94 62 09 87

→ +33 (0)7 56 15 31 98

Location Paddle | Paddle rental



Midi
& soir



TAMARIS PLAGE



LA CAFÉ DE LA PLAGE

Plage de Pramouquier

→ +33 (0)6 83 52 09 27



Midi
& soir



LE CAFÉ DE LA PLAGE

AKWABÔ BEACH

Chemin de la plage

→ +33 (0)4 94 41 76 75

Location Paddle, pédal'eau, Kayak | Paddle, pedal boat and kayak rental

*pour toute addition supérieure à 30€

sur présentation de ce carnet



Midi
& soir



LAVANDOU BEACH sport

DU 1^{ER} JUILLET AU 31 AOÛT

From the 1st of July until the 31st of august

Des cours de sport dispensés sur les plages du centre-ville
et de Cavalière, gratuits et ouverts à tous ! *

Free sports courses open to all !

PLAGE DU CENTRE-VILLE

Aquagym → lundi et vendredi de 11h à 12h | monday & friday at 11:00 am

Mobilité & stretching → mardi de 8h30 à 9h30 | tuesday at 8:30 am

Yoga → mercredi de 8h30 à 9h30 | wednesday at 8:30 am

Gym douce | **Mobilité** → jeudi de 8h30 à 9h30 | Thursday at 8:30 am

PLAGE DE CAVALIÈRE

Gym Douce | **Mobilité** → mardi de 8h30 à 9h30 | tuesday at 8:30 am

*sous réserves de modifications

SE Baigner en sécurité





OFFICE DE TOURISME DU LAVANDOU

153 Quai Gabriel Péri - 83980 Le Lavandou
+33 (0)4 94 00 40 50 - info@ot-lelavandou.fr
www.ot-lelavandou.fr

Rejoignez nous !

