

# Les Sports de glisse - Les spots de La Palme

## Sport sensation

Kite-surfeurs, véliplanchistes, pratiquants de sport de glisse... dans un cadre aussi magnifique qu'exceptionnel venez pratiquer votre sport favori sur la mer, l'étang ou le sable de La Palme... Idéal pour la pratique des sports de glisse, La Palme vous propose des spots de navigation quel que soit votre niveau et par toutes les orientations de vent.

A la fermeture du Salin de La Palme et jusqu'à la réouverture du site, libre accès au spot de l'étang de La Palme (Voir plan « Sports et nature à La Palme »

### Kitesurf



Le principe de ce sport est de se faire tracter debout sur une planche à l'aide d'un cerf-volant. On manœuvre l'aile avec une barre accroché à un harnais. Il est nécessaire d'apprendre les bases de sécurité dans une école de kite.



à partir de 8/10 ans

**À La Palme :** DEUX SPOTS 1) Pratique sur le bassin nord de l'étang. Accès à la base nautique depuis le Salin de La Palme où une navette gratuite vous mène jusqu'au spot. 2) Pratique sur le spot du Rouet sur la plage de La Palme. En été la plage est surveillée et la pratique réglementée (bouée).

### Windsurf - Planche à Voile & Funboard



La planche à voile est un sport aquatique permettant d'avancer sur l'eau à l'aide d'un flotteur (aussi appelé planche), propulsé

par une voile. Deux types de planche à voile : La planche à voile à dérive (idéal pour l'apprentissage). Et le funboard (réservé aux initiés, adeptes de vitesse et de figures acrobatiques en tout genre).



à partir de 8 ans

**À La Palme :** DEUX SPOTS 1) départ du Sud de l'[étang](#) plus profond (côté camping, "spot des vignes" *Camping sauvage interdit*) accès depuis le chemin après le camping naturaliste "[Le Clapotis](#)". 2) Spot du Rouet sur la [plage de La Palme](#) (plage de sable fin entre Port La Nouvelle et La Franqui)

### Char à voile



Le char à voile est une activité ludique accessible à tous. Techniquement, il s'agit d'un engin constitué d'un châssis muni de 3

roues et d'une voile plus ou moins grande adaptée en fonction de la force du vent.



à partir de 6 / 8 ans jusqu'à 77 ans



activité adaptée aux personnes à besoin spécifique. Plus d'infos sur les sites adaptés. **À La Palme :** sur [la plage du Rouet](#), une large étendue de sable dur permet de le pratiquer.

Création d'une piste vitesse et record chars à voile sur [la plage](#).

## Kite Mountain-Board



Gros skate board avec des roues gonflables et une aile terrestre pour la traction. Sport facilement accessible

à tous. Il constitue une bonne première approche de l'activité « kitesurf ».



à partir de 8/10 ans

À La Palme : Se pratique sur [la plage](#).

## Le stand up paddle ou Sup



Sport qui consiste à ramer debout sur une grande et large planche, style surf, avec une pagaie. Idéal pour se

balader, fait travailler tous les muscles en douceur.



de 7 à 77 ans

À La Palme : Se pratique sur la mer ou l'étang.

## Char à cerf-volant



Véhicule sur trois roues évoluant grâce à la traction d'un cerf-volant. Conception proche de celle du char à voile. Sa pratique peut prendre la forme d'un loisir calme pour faire des balades ou d'une activité plus



sportive avec recherche de sensations.



à partir de 8 ans

À La Palme : Se pratique sur [la plage](#).

## Surf / Sup / Body Board



Le surf : C'est un sport qui consiste à glisser sur les vagues debout sur une planche.

Le Body Board :

Monté à plat ventre sur la planche ramer avec les bras / pieds et se laisser entrainer par la vague.

Non le surf en Méditerranée n'est pas une légende ! Les vagues peuvent être très belles, on peut trouver de très belles conditions sur [la plage du Rouet de La Palme](#), à condition d'être patient et de savoir quel est le bon moment. Le spot fonctionne par houle de Sud à Sud-Est, cette orientation de vague et de vent est généralement accompagnée de mauvais temps. Il faut souvent attendre la fin de la dépression, voire même la bascule du vent en Off Shore, pour trouver des vagues propres, sans vent et parfois même creusées par le vent pour avoir les bonnes dispositions pour la pratique de ce sport.



à partir de 7/ 8 ans (il faut savoir nager)

## Chenal de vitesse



au [Salin de La Palme](#).

[Voir la vidéo vitesse de Pierre](#)

[Mortefon](#) (véliplanchiste né à Narbonne, membre de l'Equipe de France de funboard). Plus d'infos sur la première course de vitesse [LA PALME SPEED CHALLENGE 2017](#).

## Accès et stationnement

De l'A9, sortie 40 Leucate puis Narbonne/ La Palme sur la D 6009. Au 1er rond-point, à droite direction La Palme vous êtes alors sur la D709.

**Pour vous garer sans gêner et naviguer en toute sécurité**, demandez conseils aux écoles de kites qui sont sur place. Chacun doit partager au mieux cet espace afin de passer de bons moments. **Attention stationnement réglementé !**

**L'étang** : Accès et stationnement réglementé (voir plan « Sports et nature à La Palme »)

**La plage** : 2 km après le village de La Palme (direction Port La Nouvelle), tournez à droite au 1er virage après les salins. Panneaux "Ville de La Palme - Plage du Rouet".

## Écoles de voile

L'étang de la Palme est un spot privilégié pour les écoles de voile.

**CHAR EXPERIENCE Char à voile** (06 07 63 99 92  
[charexperience@gmail.com](mailto:charexperience@gmail.com) - [www.char-experience.com](http://www.char-experience.com) - [www.facebook.com/Char-Expérience](https://www.facebook.com/Char-Expérience) -

**EBKITE** Les cabanes de la palme - 11480 LA PALME -  
Arnaud : ☎ 06 13 83 10 43 - [www.ebkite.com](http://www.ebkite.com) -  
[eolebuissonniere@hotmail.com](mailto:eolebuissonniere@hotmail.com) - Kite-surf

**WINDYKITE** 4 bis rue Roumanille - 11480 LA PALME -  
Brice : ☎ 06 84 85 16 10 - [www.windykite.fr](http://www.windykite.fr) -  
[infowindykite@gmail.com](mailto:infowindykite@gmail.com) - Kite-surf

**CHINOOK** Centre commercial - route LEUCATE PLAGE -  
☎ +33 630 820 952 - [www.chinook-leucate.com](http://www.chinook-leucate.com) -  
[contact@chinook-leucate.com](mailto:contact@chinook-leucate.com) - Kite-surf.

**BASE NAUTIQUE DU SALIN** 11480 LA PALME - ☎ 04 68  
46 26 91 - [www.salindelapalme.fr](http://www.salindelapalme.fr) - [Page Facebook du Salin](#)

Les Associations nautiques palmistes :

- **LA PALME KITESURFING** 189 lieu-dit les Cabanes de La Palme 11480 LA PALME - Eric : ☎ 06.47.87.72.48 – Laurent : ☎ 06.15.25.30.73  
[www.facebook.com/LaPalmeKitesurfing](https://www.facebook.com/LaPalmeKitesurfing) -  
[la.palme.kitesurfing@gmail.com](mailto:la.palme.kitesurfing@gmail.com)  
Le but de cette association est de :
  - Promouvoir le kitesurf sur l'étang de La Palme et sur la plage du Rouet dans le respect des règles de sécurité et le respect des lieux de pratique.
  - Organiser et participer à des manifestations.
  - Encadrer, fédérer et licencier les pratiquants désirants intégrer une structure active.
- **FUNBOARD LA PALME** (Défense & promotion de la pratique du windsurf sur l'étang de La Palme) ( 06 62 56 39 51 -  
[funboardlapalme@gmail.com](mailto:funboardlapalme@gmail.com) -  
[www.funboardlapalme.fr](http://www.funboardlapalme.fr)

**Les Fédérations :**

- Pratique du Kite-surf & Kite Mountain-Board & Char à cerf-volant... Fédération Française de Vol Libre : [kite.ffvl.fr](http://kite.ffvl.fr)
- Pratique de la Planche à voile - Fédération Française de Voile : [www.ffvoile.fr](http://www.ffvoile.fr)
- Pratique du Stand Up Paddle (SUP) et du Surf - Fédération Française de Surf : [www.surfingfrance.com](http://www.surfingfrance.com)
- Fédération Française de Char à Voile : [www.ffcv.org](http://www.ffcv.org)

## Consignes de sécurité

Afin de garantir l'équilibre entre préservation du patrimoine naturel et activités humaines, et d'améliorer les conditions de sécurité, un zonage est mis en place sur l'étang de La Palme :

- **S'informer** sur la zone de navigation et sur les consignes de sécurité de l'activité.
- **Attention aux coquillages coupants** ; Pour les sports dans l'eau pensez à vos chaussons en néoprène !
- Un **casque** est **obligatoire**.
- Pour la sécurité de tous, il est bon de commencer en passant par une école pour **apprendre le pilotage, les règles de roulages et les règles de sécurité**.
- **Attention aux bancs de sable** et prévoyez votre aileron anti-algues en été.
- Pour le Paddle, si vous faites de longues balades en mer ou de la pêche il vous faut ; un **gilet de sauvetage, une pochette étanche avec un téléphone portable, de l'eau et des barres de céréales**. En cas d'eau froide, une combinaison pour prolonger le plaisir.

**Attention** le spot de l'étang peut être dangereux : peu d'eau et attention aux débutants.

# ATTENTION AUX VENTS

**Restez toujours vigilants car le vent de Nord Ouest "La tramontane" très rafaleuse vous pousse vers le large.**

- **Tramontane (NO)** : l'orientation est "on shore". Pensez à vous éloigner de la plage pour votre waterstart.
- **Vent marin (S.E.)** : c'est un excellent spot de freestyle avec un plan d'eau lisse et un vent régulier. Préparez-vous à de belles sessions de vagues ! Attention si vous vous éloignez trop de la plage, vous sortirez de la zone autorisée.
- **Jours sans vent** : idéals pour les excursions en mer avec les Paddles. L'étang sur le bas du village est idéal pour la pratique des débutants, en toute sécurité. Il est même possible de prendre des cours avec des moniteurs agréés.

*L'Agence française pour la biodiversité a réalisé un partenariat avec la Région Occitanie sur les sports de glisse et la protection de la nature sur le littoral. Plus d'infos : [reseau-languedocmer.n2000.fr](http://reseau-languedocmer.n2000.fr)*

**Usagers de l'étang** : « Pour une meilleure connaissance de la qualité de l'eau de l'étang de La Palme, nous disposons dans l'eau, 3 fois par an, pendant 3 semaines, un mouillage (cf photo ci-dessous) servant à mesurer les pesticides présents. Un suivi également réalisé sur d'autres lagunes de la région. Inerte pour l'Homme et l'environnement, ce mouillage est repéré en surface par une bouée verte (lorsque le niveau d'eau est bas) ou par 2 flotteurs (lorsque le niveau d'eau est plus haut), et contient un matériel fragile. Il est situé au nord de la zone règlementée de navigation de l'étang de La Palme. Merci, si vous le trouvez, de laisser ce mouillage au fond de l'eau svp, sans le toucher, ni le déplacer ».

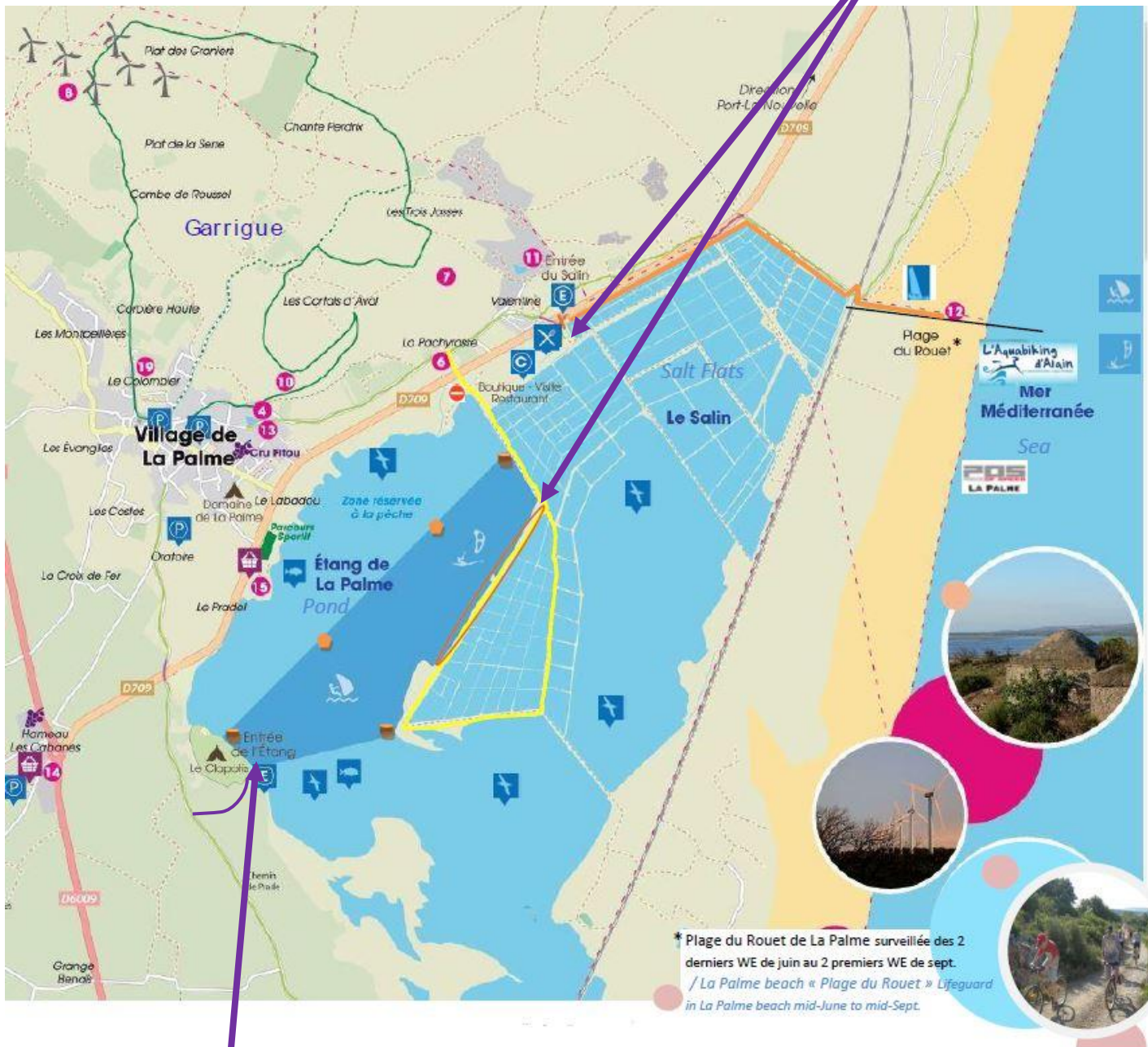


# Les spots de La Palme

Les spots de La Palme sont à certaines zones réglementées et classées "Natura 2000" (panneau d'information sur place). Les spots se situent à la fois sur l'étang où l'on a pied presque partout (idéal pour les débutants) mais aussi sur la plage sauvage protégée. En mer et sur la plage, les bons navigateurs pourront profiter de la Tramontane et du vent marin avec une vue imprenable sur les Corbières. La zone de navigation pour le kitesurf et la planche à voile est balisée à terre par 4 poteaux et sur l'eau par des bouées marquant la limite ouest.

## \* Le spot de l'étang du Salin

Accès depuis le [Salin de La Palme](#) (parking gratuit et navette gratuite d'avril à octobre).



## \* Le spot des vignes

Pour la pratique de la planche à voile uniquement

Accès depuis le côté Sud-Ouest de l'étang, après l'accès au camping "[Le Clapotis](#)" (voir [tracé violet](#) sur la carte). Accès et stationnement réglementé.

Voir plan « Sports et nature » à La Palme