



## Ile d'Oléron : notre top 10 des plus belles plages + carte et photos

By Floriane

Nous adorons nous baigner pendant nos séjours à l'île d'Oléron, l'île est réputée pour la diversité de ses grandes plages sauvages, soit **coté océan** ou **coté continent** avec une belle vue sur le célèbre Fort Boyard. Avec 100 kilomètres de côte, vous trouverez un espace pour poser votre serviette et profiter !

Vous aurez l'embarras du choix, pour vous aider à choisir votre plage, nous avons répertorié sur une carte les plus **belles plages sauvages et pittoresques** de l'île, loin des stations balnéaires.

Après plusieurs années à l'île d'Oléron, nous vous dévoilons ci-dessous nos **plages préférées**, ainsi que toutes les informations utiles afin de vous aider à faire votre choix.

## Où se baigner sur l'île d'Oléron ?

Vous aurez le choix, entre les plages face à l'**océan Atlantique** (côté ouest), plus exposées au vent ou les plages **face au continent** (coté est), plus familiales et plus tranquilles avec des belles vues sur Fort Boyard, l'île de Ré et La Rochelle.

Côté nord-ouest, nous vous conseillons de vous baigner au niveau des **plages surveillées**, surtout avec vos enfants, entre les drapeaux bleus, car les baïnes (c'est une petite cuvette souvent accompagnée de courants importants) peuvent être très fortes.

Les plages sont surveillées, entre **juillet et aout**, de 11h à 19h. Sur place, pensez à consulter le plan de la plage afin de prendre connaissance des zones à risques (forts courants, baïnes, zones rocheuses...).

Nous vous conseillons de vous éloigner des villes côtières du **Château** et de la **Cotinière** pour profiter de belles et grandes plages sauvages situées à seulement quelques kilomètres.

***Nos recommandations pour dormir pendant votre séjour à Oléron :***

- ***Avec piscine et vue mer :*** [info et réservation pour l'hôtel île de](#)

[Lumière à côté du port Cotinière](#)

- **Camping familial** : [Le camping Ostrea](#) situé au sud de l'île sur la route des huîtres
- **Hôtel familial avec piscine + accès plage** : [voir les prix pour l'Hôtel le Vert Bois](#)

## Quand se baigner à Oléron ?

Nous vous conseillons de venir en plein été pour profiter d'une eau agréable entre **19 et 21 degrés**. Effectivement, on vous l'accorde, ce ne sont pas non plus les températures de la mer méditerranéenne, cela reste tout de même très agréable pour se baigner. Personnellement, nous nous baignons de mai à septembre !

Les **surfeurs** se baignent quasiment toute l'année, équipés de bonnes combinaisons. Pour voir les conditions en temps réel, vous pouvez regarder les consulter les images en direct des différentes webcams sur ce [site](#).

## Notre carte des plages sur l'île d'Oléron

## 1. Plage de Boyardville : face au mythique Fort Boyard + croisière

Située sur la côte est de l'île, c'est la plage à ne surtout pas manquer ! Après avoir traversé la forêt des **Saumonards**, les dunes recouvertes de plantes basses et de pins se dresseront devant vous, puis au loin, vous apercevrez le mythique **Fort Boyard**.

C'est tout de même un panorama très agréable pour se baigner. La plage est idéale en **famille**, surveillée avec peu de vague. C'est une immense plage avec de la place pour toutes les serviettes même en haute saison. Bref, foncez-y en chantonnant le célèbre générique de l'émission **TV Fort Boyard** (ne nous remerciez pas si vous l'avez dans la tête pour le reste de la journée)!

*Plage de sable, surveillée et accès facile depuis le parking gratuit*

Nous vous conseillons de vous arrêter déjeuner au **Café de la plage**, c'est l'un de nos restaurants préférés sur l'île, d'excellentes huîtres chaudes et de très bonnes moules marinières, au **Pineau**, à la **fourme d'Ambert** ...

Avec une terrasse extérieure sous les pins et devant les dunes. C'est un endroit « **kids Friendly** », notre fille adore y aller, car les enfants peuvent jouer dans le sable ou dans la petite cabane en bois avec plein de jeux de plage, située à côté de la terrasse. Pensez à réserver !

Ile d'Oléron : notre top 10 des plus belles plages + carte et photos

## Croisière

**Coup de coeur ♥**: Si vous souhaitez vous approcher **au plus près du célèbre fort Boyard**, nous vous conseillons de partir en **croisière depuis le petit port paisible de Boyardville**. Nous avons embarqué à bord d'un beau voilier, avec seulement 11 passagers maximum en direction du célèbre Fort Boyard !

L'équipage, passionné et accueillant, nous a partagé de nombreuses anecdotes sur le fort et sur la navigation dans le pertuis d'Antioche. Faire le tour de Fort Boyard depuis la mer, est une expérience impressionnante : le bâtiment semble surgir des flots.

Ce qu'on a adoré :

- Le rythme tranquille de la sortie
- Une sortie hors des sentiers battus
- S'approcher au plus près du fort.

La compagnie [Compagnie Interîles](#), qui opère la croisière, a une excellente réputation.

→ **On vous recommande vraiment de réserver cette excursion à l'avance** (environ 29 € par personne -durée 1h30). C'est une activité très demandée, surtout pendant les vacances, et les places sont limitées.

Et le gros plus via [GetYourGuide](#) : **annulation gratuite jusqu'à 24 heures avant**, avec remboursement intégral. Une vraie tranquillité d'esprit, surtout quand on connaît les caprices de la météo sur la côte Atlantique.

## 2. Plage de Vert Bois : ses beaux couchers de soleil

Nous adorons l'immense et sauvage plage de **Vert Bois**, qui est située sur la côte ouest de l'île d'Oléron.

C'est le paradis des **surfeurs**, **kitesurfeurs**, des **baigneurs** et des **marcheurs** qui aiment longer la magnifique côte, vous pouvez même apercevoir le **port de la Cotinière** qui se dessine au loin. À marée basse, lorsque l'océan se retire, les vagues laissent place à une immensité d'eau calme, c'est idéal pour les nageurs et/ou les familles.

De ce côté de l'île, vous serez happé par l'immensité de l'océan et vous pourrez observer de magnifiques coucher de soleil. C'est le lieu idéal pour les **apéros** de fin de journée, nous avons testé et approuvé de nombreuses fois !

## Ile d'Oléron : notre top 10 des plus belles plages + carte et photos

Plusieurs accès possibles, en saison, nous vous recommandons de vous garer sur le **parking des Écossais** puis d'emprunter le chemin forestier qui vous mènera jusqu'à la plage en 15 minutes ou d'emprunter la piste cyclable qui se termine au niveau de l'école de **Surf take off**. C'est également sur cette plage que nous avons appris à surfer.

En voiture, vous pouvez vous garer au parking gratuit au niveau de la route du large, puis vous accédez à la plage surveillée.

*Cet hôtel est idéalement situé à deux pas de la plage de Vert Bois : [plus d'infos et réservation pour l'Hôtel le Vert Bois](#)*

Ile d'Oléron : notre top 10 des plus belles plages + carte et photos

Ile d'Oléron : notre top 10 des plus belles plages + carte et photos

Ile d'Oléron : notre top 10 des plus belles plages + carte et photos

## Ile d'Oléron : notre top 10 des plus belles plages + carte et photos

Pour la petite histoire, quelques blockhaus étaient parsemés sur cette immense étendue de sable, suite à l'érosion et à l'avancée de l'océan, ils ont été détruits.

Une dernière anecdote sur cette plage, vous pouvez observer un Moaï taillé dans du bois, point gps Google (approximatif) 45.860545157987204, -1.2541769711314812  
Nous avons passé quelques jours à l'Île de Pâques en 2016, donc ça nous rappelle des souvenirs ! N'hésitez pas à nous taguer sur les réseaux sociaux si vous le trouvez !

Pour le surf, nous vous conseillons l'école [Tiny Surf School](#). Vincent est un super prof, vraiment sympa et pédagogue ! Avec du bon matériel comme neuf.

*Plage de sable, surveillée et accès facile depuis le parking voiture gratuit*

### 3. Plage des Saumonards : son paysage de carte postale

Cette plage sauvage, entièrement bordée par la forêt de pins des **Saumonards**, vous offrira une très belle vue sur l'île de Ré, La Rochelle et bien sûr, sur Fort Boyard !

De ce côté de l'île, la plage est **abritée des vagues**, donc c'est une bonne option pour les familles, attention, car la plage n'est pas surveillée.

*Plage de sable, non surveillée (plage de la Gautrelle surveillée qui se situe juste à côté) et accès facile depuis le parking voiture gratuit.*

## 4. Plage de Gatseau : au sud de l'île et idéale en famille

Cette plage, la **plus au sud de l'île**, vous offrira une vue imprenable sur **Ronce-Les-Bains** située juste en face sur le continent.

De nouveau, c'est une plage idéale en famille, elle est abritée des vagues, située dans une **baie** et bordée par une belle forêt de pins !

*Plage de sable, surveillée et accès facile depuis le parking voiture gratuit.*

## 5. Plage de la Boirie : ses belles cabanes colorées

C'est la plage la plus **photogénique** de l'île, avec ses **36 cabanes colorées** qui font tout le charme du lieu et le plaisir des photographes, ici de belles photos sont faciles à faire même pour des photographes amateurs !

Cette plage est située à **Saint Denis**, dans le nord est de l'île, elle offre un

## Ile d'Oléron : notre top 10 des plus belles plages + carte et photos

panorama exceptionnel sur l'île de Ré, le continent, [la Rochelle](#), l'île d'Aix, encore et toujours sur le Fort Boyard.

C'est une plage idéale pour les familles et les passionnés de paddle, abritée des vagues. À marée basse, c'est un endroit idéal pour la pratique de la pêche à pied. Un peu plus au sud la plage de **Brée les Bains** offre également le même panorama ainsi que de jolies cabanes.

*Plage de sable, surveillée et accès facile depuis le parking situé à côté de la guigette « La Buvette ».*

## 6. Plage du Douhet : son petit port de plaisance

Située à côté du petit port du **Douhet**, au nord-est de l'île, cette plage vous offrira également un décor de carte postale, avec une vue sur le joli petit **port du Douhet** et sur l'**île de Ré** ainsi que La **Rochelle** en face.

C'est une plage idéale avec les enfants, car il faut plusieurs dizaines de mètres

avant d'avoir de l'eau au-dessus de la taille.

*Plage de sable, surveillée et accès facile depuis le parking*

## **7. Plage de l'Ecuissière : idéale pour la pêche à pied**

Située sur la côte ouest, à marée basse, l'océan laisse place à des rochers, c'est un lieu idéal pour la **pêche à pied**, crevettes grises, crabes, telline, coques... et toujours pour les couchers de soleil !

La pêche à pied est réglementée, pour plus d'informations sur les quantités autorisées, les tailles, les périodes autorisées, nous vous conseillons de consulter le site de l'[IODDE](#) (Ile d'Oléron Développement Durable Environnement)

*Plage avec des rochers et parking gratuit*

Ile d'Oléron : notre top 10 des plus belles plages + carte et photos

Ile d'Oléron : notre top 10 des plus belles plages + carte et photos

Ile d'Oléron : notre top 10 des plus belles plages + carte et photos

## 8. Plage des Huttes : le paradis des surfeurs

Située au **nord-ouest de l'île**, cette plage est battue par les vents de l'océan Atlantique. Ainsi, ici, les vagues s'en donnent à cœur joie, pour le plus grand plaisir des passionnés de **sport de glisse**, c'est un endroit renommé pour pratiquer le surf, kitesurf, le bodyboard ainsi que le windsurf ! En haute saison, le kite surf est autorisée sur la plage de la Perroche.

D'ailleurs, plusieurs écoles de surfs se sont installées sur cette côte, pour aider les novices à se lancer et les experts à se perfectionner.

Cette plage est idéal pour les familles lorsque l'océan se retire et pour les marcheurs qui aiment longer la côte, qui borde l'océan pendant plusieurs kilomètres dépaysement garanti.

*Plage de sable et galets, surveillée et parking gratuit à proximité*

## 9. La grande plage de Saint-Trojan : son trésor à marée basse

À marée basse, y réside tout le charme de cette plage, car l'épave du bateau **Presidente Viera** se dévoile. Nous aimons particulièrement les plages montrant des vestiges du temps.

Nous vous conseillons fortement de vous baigner dans la zone de baignade surveillée, même si elle peut sembler étroite, car c'est un endroit propice aux courants marins. Au sud de la plage, se trouve la plage naturiste.

Vous pourrez profiter de jolies vues sur le bras d'océan entre l'île et le continent, la plage est située sur la côte ouest donc de beaux couchers de soleil s'offrent à vous.

Attention de ne pas confondre « **la grande plage de ST Trojan** » surveillée et accessible en voiture et en vélo avec la « **plage de St Trojan** » qui elle n'est pas accessible en voiture ou vélo bien que Google map propose des itinéraires.

Ile d'Oléron : notre top 10 des plus belles plages + carte et photos

*Plage de sable, surveillée et accès facile depuis le parking voiture gratuit*

## **10. Plage vigne américaine : la secrète**

Nous l'appelons la **plage secrète**, car c'est l'une des plages les plus tranquilles

d'Oléron, elle est accessible seulement à pied, depuis [Bris à Saint-Trojan](#), il faut passer par la **passé de la Vigne Américaine**, une balade de 2km dans la forêt.

Après ce petit effort, vous apercevrez de belles dunes (ce qui est assez rare à l'île d'Oléron) et une plage quasi-sauvage ! À cause des courants marins, trop forts, cette plage n'est pas autorisée pour la baignade.

## Où se baigner à la Cotinière ?

Cette question revient régulièrement, si vous n'êtes pas véhiculés ou que vous ne souhaitez pas prendre la voiture, vous pouvez vous rendre à la **plage de la Matha** située au sud du port de la **Cotinière**, à proximité de la criée. Cette plage est moins sauvage que celles citées précédemment et il y a aussi moins d'espace. À marée basse, les cailloux et rochers sont découverts ne permettant pas vraiment de s'y baigner.

Ile d'Oléron : notre top 10 des plus belles plages + carte et photos

Ile d'Oléron : notre top 10 des plus belles plages + carte et photos

Ile d'Oléron : notre top 10 des plus belles plages + carte et photos

## Nos ressources pour visiter l'île d'Oléron

Nous avons rédigés plusieurs articles afin de faciliter l'organisation de votre séjour sur notre belle île :

- [Que faire sur l'île d'Oléron](#)
- [Où loger à Oléron](#), nos meilleures adresses pour tous les budgets
- [Se déplacer à vélo](#)

## Où dormir sur l'île d'Oléron ?

À l'île d'Oléron, les choses à faire et à voir sont réparties sur l'ensemble de l'île. Nous vous conseillons donc de choisir un hébergement central pour pouvoir aller aux différents points d'intérêt facilement.

L'idéal selon nous est de se loger sur la **cote à proximité de la Cotinière**, vous pourrez accéder facilement à l'une des grandes plages de la côte sauvage et vous pourrez profiter des nombreuses activités nocturnes en haute saison.

Avec vue océan et piscine

[Hôtel Île de Lumière à la Cotinière](#), idéalement situé, avec accès **océan** et à quelques minutes à pied du très animé **port de pêche** de La Cotinière. La décoration bord de mer, avec ses teintes douces et reposantes, apporte tout de suite un esprit de vacances au soleil. Situé sur la côte ouest, **l'emplacement central** vous permettra de visiter facilement à la fois le sud et le nord de l'île. Parking gratuit + petit déjeuner. Bref, foncez-y !

[Voir les prix et disponibilités de l'Hôtel Île de Lumière à la Cotinière - Noté 9,2 / 10 sur Booking](#)

Ile d'Oléron : notre top 10 des plus belles plages + carte et photos

## Ile d'Oléron : notre top 10 des plus belles plages + carte et photos

### Photos Hôtel Île de Lumière

Pour finir, on adore **l'Hôtel Le Vert Bois**, notamment parce qu'il se situe tout près de l'une de nos plages préférées sur l'île d'Oléron : **la plage de Vert-Bois**. Sauvage, paisible et entourée de pins, elle offre un décor naturel parfait pour profiter de l'océan dans une ambiance calme et préservée.

L'hôtel propose une atmosphère simple et chaleureuse, en pleine nature. Sa localisation est aussi très pratique pour partir découvrir l'île à vélo, surtout le sud et la côte ouest qui comptent parmi les plus beaux coins d'Oléron. Sur place, on trouve **des chambres doubles et familiales**, ainsi qu'**une jolie piscine** idéale pour se détendre après une journée dehors.

Après une balade sur les pistes cyclables ou quelques heures passées sur la plage, on savoure facilement **le calme et le confort de l'établissement**. Une adresse

Ile d'Oléron : notre top 10 des plus belles plages + carte et photos

authentique, parfaite pour profiter de vacances tranquilles au rythme de l'Atlantique.

Plus d'infos et réservation pour l'[Hôtel le Vert Bois](#)

## Ile d'Oléron : notre top 10 des plus belles plages + carte et photos

➔ Si vous arrivez en **avion** : l'aéroport de **La Rochelle** est situé à 1h du sud de l'île. Le plus simple est de [louer une voiture depuis l'aéroport](#), car le réseau de transports en commun n'est pas très développé sur l'île.

Nous vous souhaitons une bonne baignade et un bon séjour à **l'île d'Oléron** ! Si cet article vous a aidé à trouver votre plage de rêve, laissez nous **5 étoiles** ci-dessous pour nous encourager.

N'hésitez pas à nous laisser un **petit mot** ci-dessous, pour nous dire si vous prévoyez ce voyage, à poser toutes vos questions, ici ou sur [Instagram](#), nous vous répondrons avec grand plaisir.

Ile d'Oléron : notre top 10 des plus belles plages + carte et photos

Ile d'Oléron : notre top 10 des plus belles plages + carte et photos

Donnez une note à cet article :  
51 avis (5/5)

### **Merci de partager notre article :**

- [Partager sur X\(ouvre dans une nouvelle fenêtre\) X](#)
- [Partager sur Facebook\(ouvre dans une nouvelle fenêtre\) Facebook](#)
- [Partager sur Pinterest\(ouvre dans une nouvelle fenêtre\) Pinterest](#)
- [Partager sur WhatsApp\(ouvre dans une nouvelle fenêtre\) WhatsApp](#)
- [Plus](#)