

Liste des escales – Atlantique

Escale Lisbonne – Marina Expo	2
Iles Canaries.....	2
Ile de Las Palmas - Las Palmas de Gran Canaria.....	2
Ile de La Gomera - Puerto de Vuelatas.....	3
Ile d’El Hierro – Puerto de La Estaca	4
Cap-Vert – île de Sal - La Palmeira.....	5
Sainte-Lucie – Rodney Bay	6
Martinique.....	7
Fort de France	7
Mouillage Anse Noire / Anse Dufour.....	8
Mouillage Grande Anse / Anse d’Arlets	9
Guadeloupe	10
Mouillage Pointe à Pitre	10
Mouillage Les Saintes	11
Haïti – Mouillage Jacmel.....	12
Archipel des San Blas (Kuna Yala).....	13
Mouillage Islas Maqui (Cayos Holandes).....	13
Mouillage Cayos Los Grullos.....	14
Mouillage Est du Canal Morôn	15
Mouillage Ouest du canal Mangles	16
Escales Panama	17
Panama – Puerto Lindo	17
Panama – Porto Belo	18
Panama – Colón.....	18
Panama – Shelter Bay Marina	19
Panama – Flat zone	20
Panama – Flamenco Island.....	21
Panama – Baie de Venao.....	21
Pour en savoir plus sur l’expédition Sailing For Change :.....	22

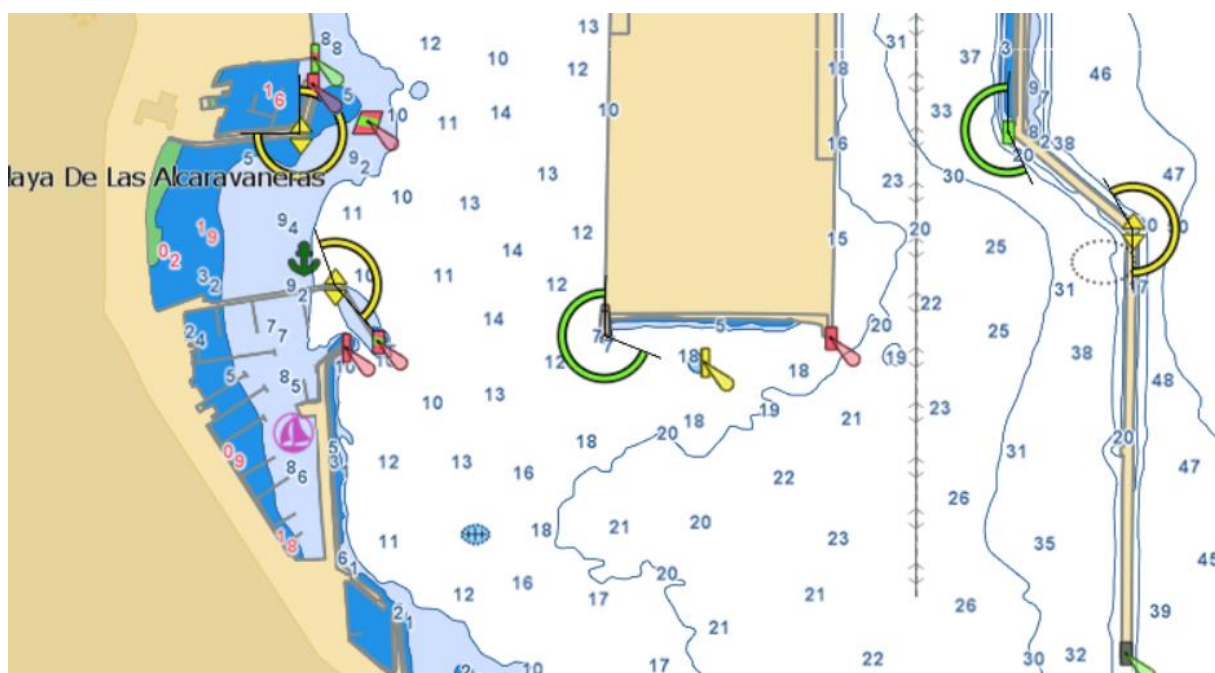
Internet : Vous pouvez obtenir le wifi avec la marina mais l'abonnement est cher et la procédure est compliquée. Il est possible d'obtenir internet gratuitement avec le bar-boîte à ciel ouvert et/ou dans les restaurants le long du port.

Équipements et services : Plusieurs shipchandlers et une petite voilerie sont situés le long du port. Les sanitaires sont très bien. Il est possible de faire le plein d'eau, de gaz et de gasoil (pas cher) à la marina. Un service de laverie est disponible avec la marina. Plusieurs ateliers de réparations se trouvent dans la zone de Cebadal (port de commerce) et un travelift de 40 tonnes se trouve près du port de Las Palmas (Muelle Deportivo).

Transport : Un service de bus régulier permet de se rendre dans le centre de Gran Canaria.

Ravitaillement : Un beau marché couvert de fruits et légumes est ouvert du Lundi au Samedi et de nombreux supermarchés sont disponibles en ville.

Électricité : 230V : 50Hz – **Devise** : Euro



Ile de La Gomera - Puerto de Vueltas

N 28°04,776' – W 017°19,752'

Port / Mouillage : Mouillage Puerto de Vueltas. La place au port est cher (20€/nuit) sans accès à l'eau ni à l'électricité. Il est possible d'amarrer l'annexe le long du quai. Vous pouvez nager avec les raies Manta qui tournent dans le port en fin d'après-midi.

Formalités : Il n'est pas nécessaire de faire les formalités si vous êtes au mouillage. Cependant, vous pouvez aller voir le poste de gendarmerie pour signaler votre arrivée.

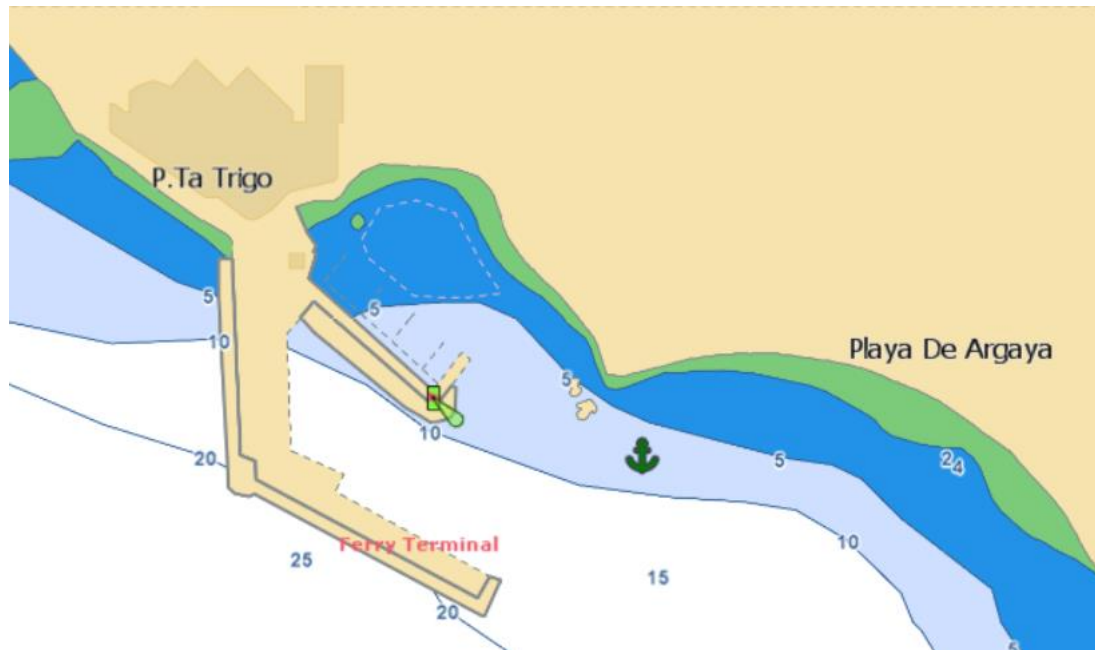
Internet : Le bar du port et quelques restaurants ont une connexion internet.

Équipements et services : Pas de shipchandlers. La capitale, San Sebastien, possède une marina située dans la partie nord du port de commerce. Les services du Yacht-Club sont disponibles pour les clients de la marina.

Transport : Il est possible de prendre un bus pour se rendre dans d'autres villages. La majorité des gens louent une voiture.

Ravitaillement : Petit supermarché dans le centre.

Électricité : 230V : 50Hz – **Devise** : Euro



Ile d'El Hierro – Puerto de La Estaca

N 27°47,101' – W 017°.54,069'

Port / Mouillage : Port très récent et très peu utilisé. La place

Formalités : Il suffit de présenter les passeports de l'équipage au poste de police, à l'extrémité gauche du bâtiment du port.

Internet : Un projet de hotspot wifi était en cours (fin 2016). Sinon il faut se rendre dans le centre de Valverde (office du tourisme ou bars/restaurants).

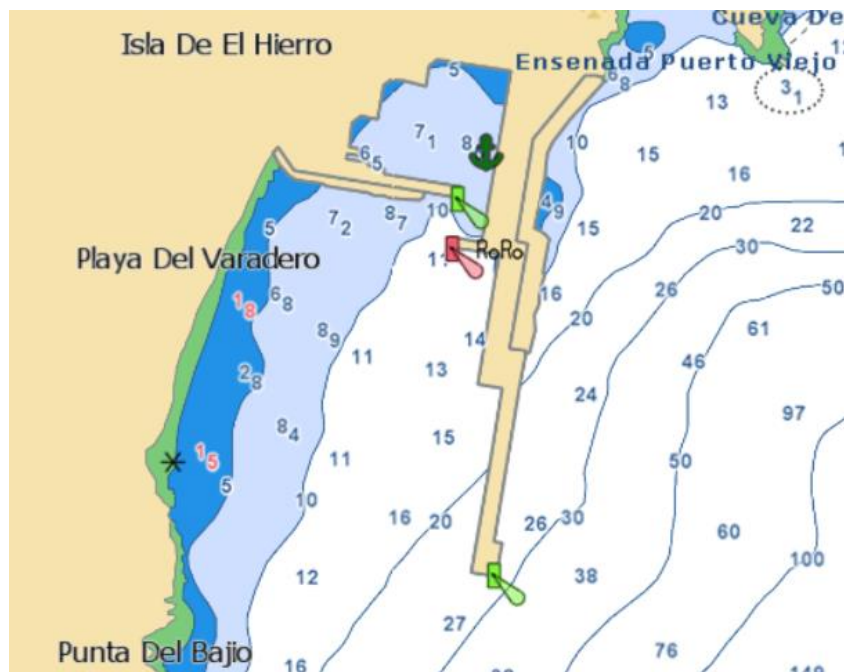
Équipements et services : Il est possible de faire le plein d'eau au ponton. Pour le gasoil, il faut s'arranger avec le bureau du port ou les pêcheurs. Les sanitaires sont très bien entretenus. Pas de shipchandlers ou voilerie. Une laverie est disponible dans le centre de Valverde.

Transport : Un bus passe 2 fois par jour pour Valverde, demander les horaires au bureau du port.

Ravitaillement : Un supermarché et une boulangerie à Valverde permettent de faire des courses.

Électricité : 230V : 50Hz – **Devise** : Euro

[Retour sommaire](#)



Cap-Vert – île de Sal - La Palmeira

N 16°45,245' – W 022°.58,788'

Port / Mouillage : Mouillage de La Palmeira. Le mouillage est gratuit, il est même possible de prendre un corps mort. Vous pouvez laisser votre annexe sur le quai à côté des bateaux de pêcheurs. Attention cependant aux moteurs hors-bords qui doivent être cadenassés.

Formalités : Le poste de police de La Palmeira peut faire les papiers d'entrée et de sortie. Attention à bien vérifier que l'officier a bien tamponner l'ensemble des passeports. Ne pas hésiter à dire que l'on part dans l'heure pour accélérer le processus... Il est possible de s'arranger avec les locaux pour faire des lessives ou avec le BarLavento.

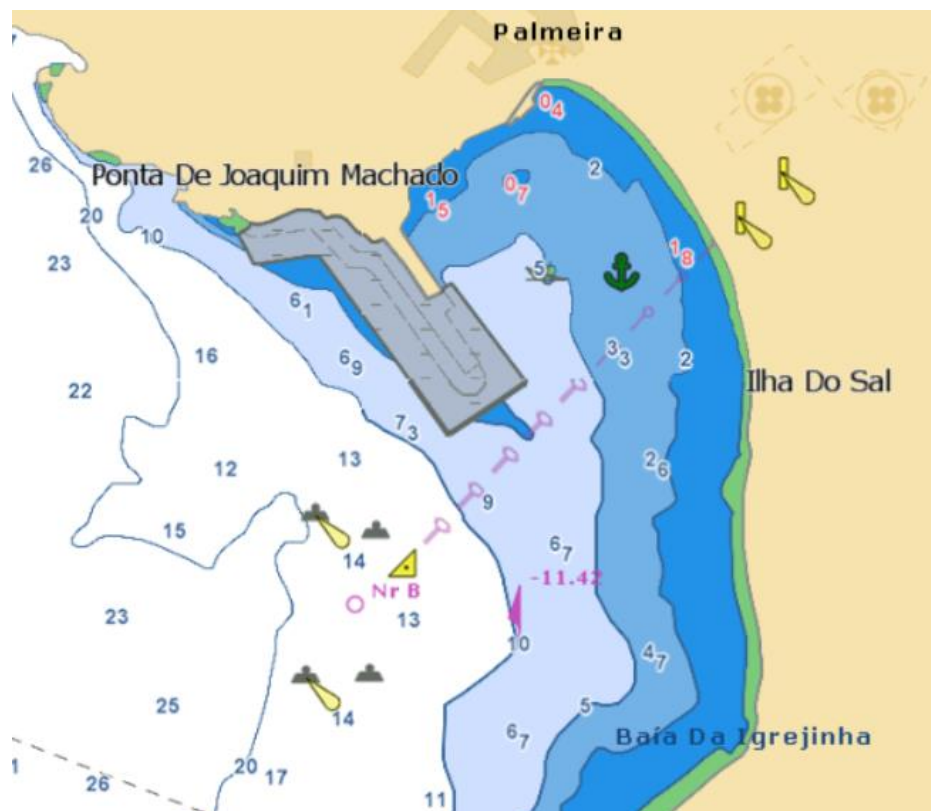
Internet : Un cybercafé propose une connexion internet assez lente. Pour une meilleure connexion, il faut se rendre à Espargos ou Santa Maria (bars/restaurants).

Équipements et services : Il est possible de faire le plein d'eau, de gasoil et de gaz avec les locaux qui s'occuperont de vous amener ça à bord (prévoir des bidons). Pas de shipchandlers ni de voilerie.

Transport : Des taxi-bus font des allers-retours entre La Palmeira, Espargos (ville) et Santa Maria (centre touristique). Il suffit de lever la main pour en arrêter un.

Ravitaillement : Un petit supermarché chinois propose quelques produits à La Palmeira. À Espargos, un petit marché, dans la rue parallèle de l'arrêt de bus, propose quelques fruits et légumes. Il est possible d'acheter des poissons aux pêcheurs de La Palmeira (et même du fromage de chèvre frais).

Électricité : 230V : 50Hz – **Devise :** Escudo du Cap-Vert



Sainte-Lucie – Rodney Bay

N 14°04,637' – W 060° 57,419'

Port / Mouillage : Mouillage gratuit en face du Yacht-club Rodney Bay Marina. Le quai pour les annexes est à l'intérieur de la marina près du restaurant « Elena's ». La « Friday night party » (tous les vendredis soir), dans les rues du village de Rodney Bay, vaut le détour avec ses stands de cuisines locales et ses groupes de musiques.

Formalités : Les formalités sont payantes, le coût est de 40 dollars pour un bateau de 12 mètres : papier d'entrée + sortie. Le bureau est ouvert tous les jours de 8h à 12h et de 13h à 16h30.

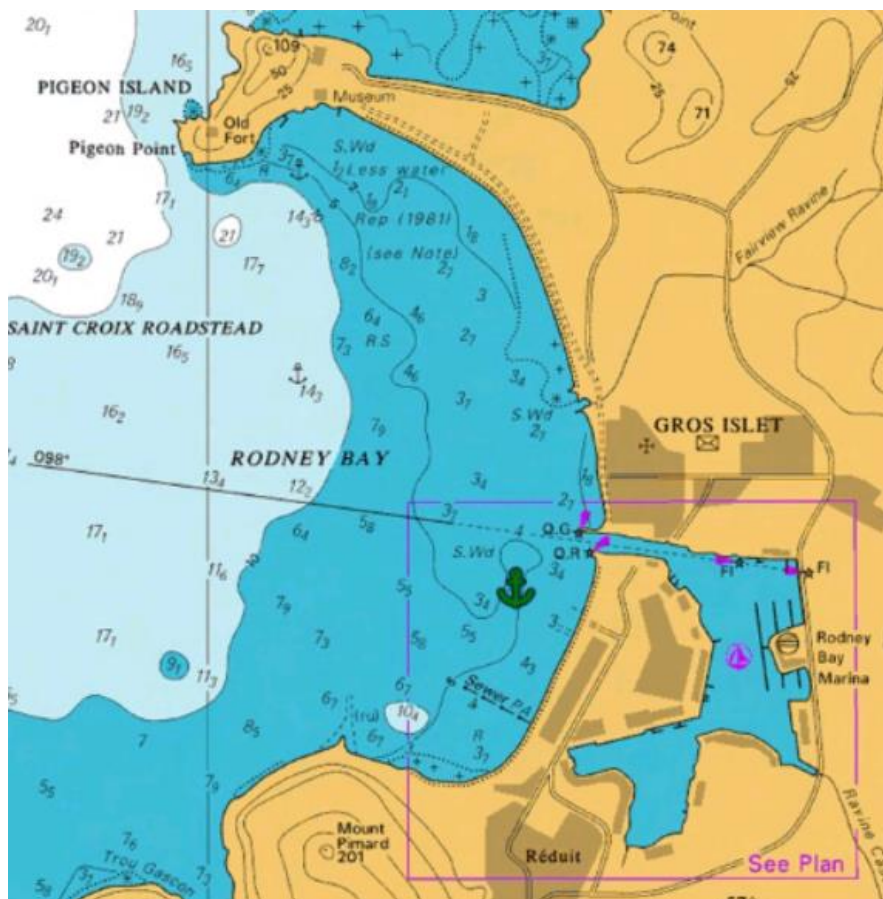
Internet : Il est possible de se connecter à internet dans la majorité des bars/restaurants de la marina.

Équipements et services : Plusieurs shipchangers et une voilerie sont disponibles dans l'enceinte de la marina. Il est possible de faire le plein d'eau, de gaz et de gasoil (détaxé au moment du départ) à la marina. Une laverie est disponible dans la marina.

Transport : Des bus se rendent dans les différentes villes de Sainte Lucie. Si vous souhaitez visiter le sud de l'île, il est nécessaire de partir très tôt pour arriver dans l'après-midi ou de louer un taxi (1h).

Ravitaillement : Un petit supermarché est situé dans la marina et un centre commercial propose plusieurs magasins en face de la marina.

Électricité : 230V – 50Hz - **Devise :** Eastern Caribbean dollar (EC\$), le \$US est également accepté.



Martinique

Fort de France

N 14°36,018' – W 061°04,108'

Port / Mouillage : Mouillage gratuit à côté du Fort. Attention à ne pas être trop près du quai des ferries (allers-retours fréquents).

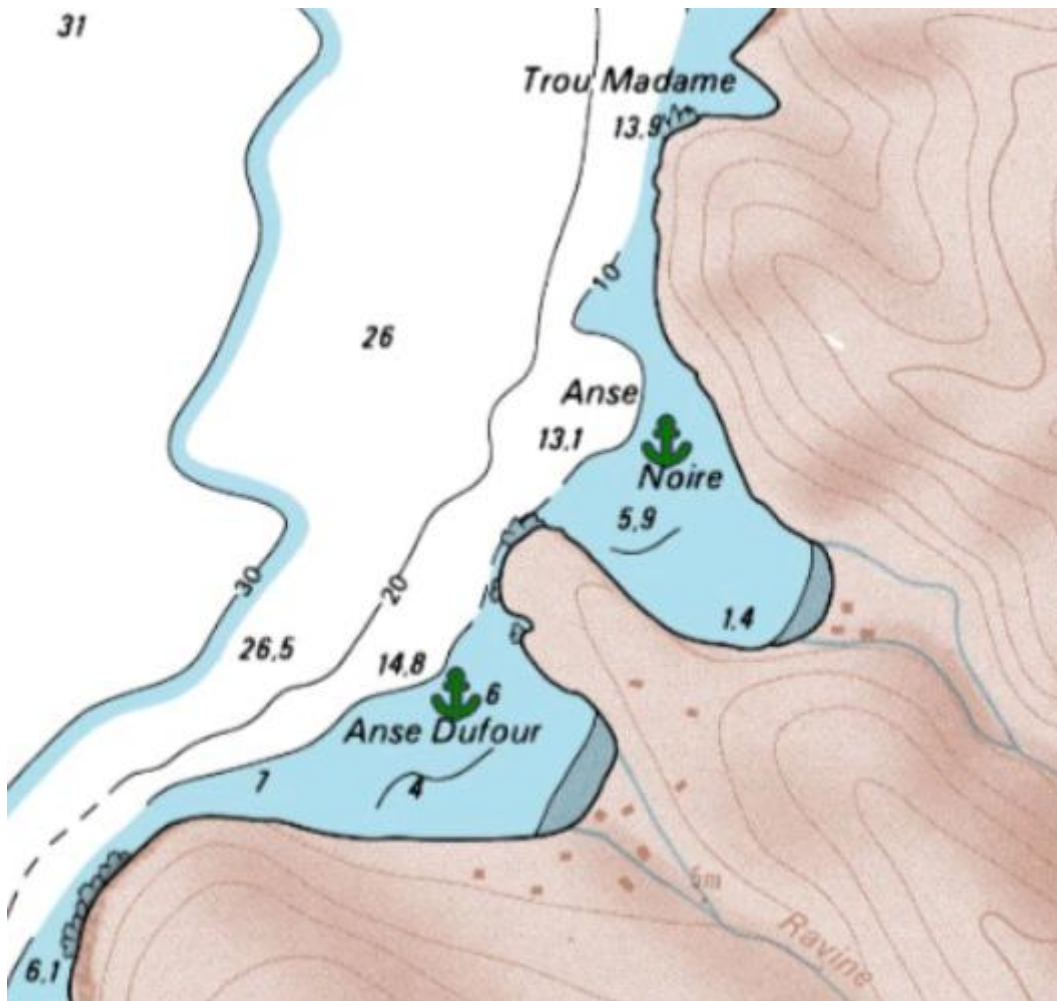
Formalités : Les formalités se font directement chez le schiphandler à 10 minutes à pied du mouillage.

Internet : Un wifi gratuit est disponible à côté de l'office du tourisme près du parc en face du mouillage. La majorité des bars/restaurants proposent du wifi.

Équipements et services : Le même schiphandler que pour les formalités propose différents produits et services (gaz) pour les plaisanciers. Une laverie est disponible à côté du schiphandler. « Le Marin » reste cependant la plus grosse base de plaisance de Martinique. Sinon, il y a une zone commerciale avec un magasin de bricolage, jardinerie, sport ... à 20 minutes du centre après le parc La Savane. Pour le gasoil et l'eau, il est possible de faire le plein sur le ponton flottant au fond de la baie des Tourelles ou à la marina des Trois Ilets. La marina de Cohe, située au nord de Fort de France, possède une cale sèche et des ateliers de réparation.

Transport : L'office du tourisme, à côté du parc en face du mouillage, est de bon conseil pour les transports (bus ou location de voiture).

Ravitaillement : Un grand marché de fruits, légumes et poissons est disponible dans le centre de Fort De France.

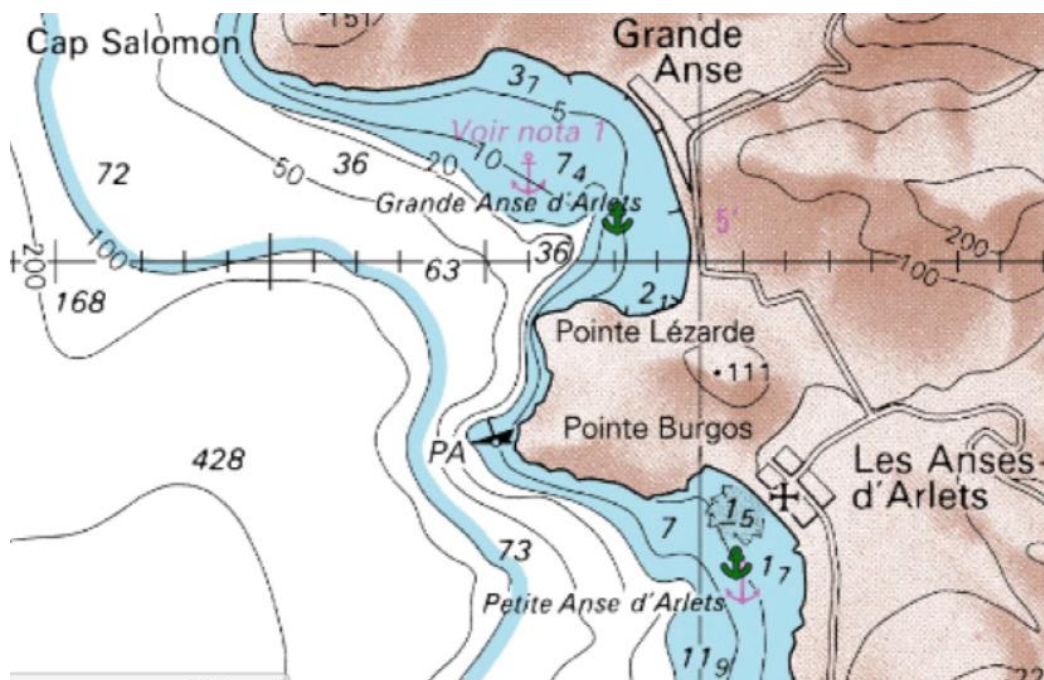


Mouillage Grande Anse / Anse d'Arlets

N 14°30,100' – W 061°05,197' / N 14°29,318' – W 061°04,920'

Port / Mouillage : Le mouillage à Grande Anse est souvent plus occupé que celui des anses d'Arlets. Ce dernier est « rouleur » mais bien plus jolie grâce à son petit village et plus pratique grâce à son ponton. De nombreux restaurants et bars proposent des spécialités Martiniquaises (notamment le poisson Balaou).

[Retour sommaire](#)



Guadeloupe

Mouillage Pointe à Pitre

N 16°13,603' – W 061°31,970'

Port / Mouillage : Mouillage gratuit à côté du port. Il est nécessaire de déposer une bonne longueur de chaîne pour être sûr de ne pas dérapier, le fond est très boueux. Il est possible de laisser l'annexe au ponton près de la capitainerie.

Formalités : Les formalités se font directement sur l'ordinateur à l'intérieur de la capitainerie de 8h à 17h tous les jours.

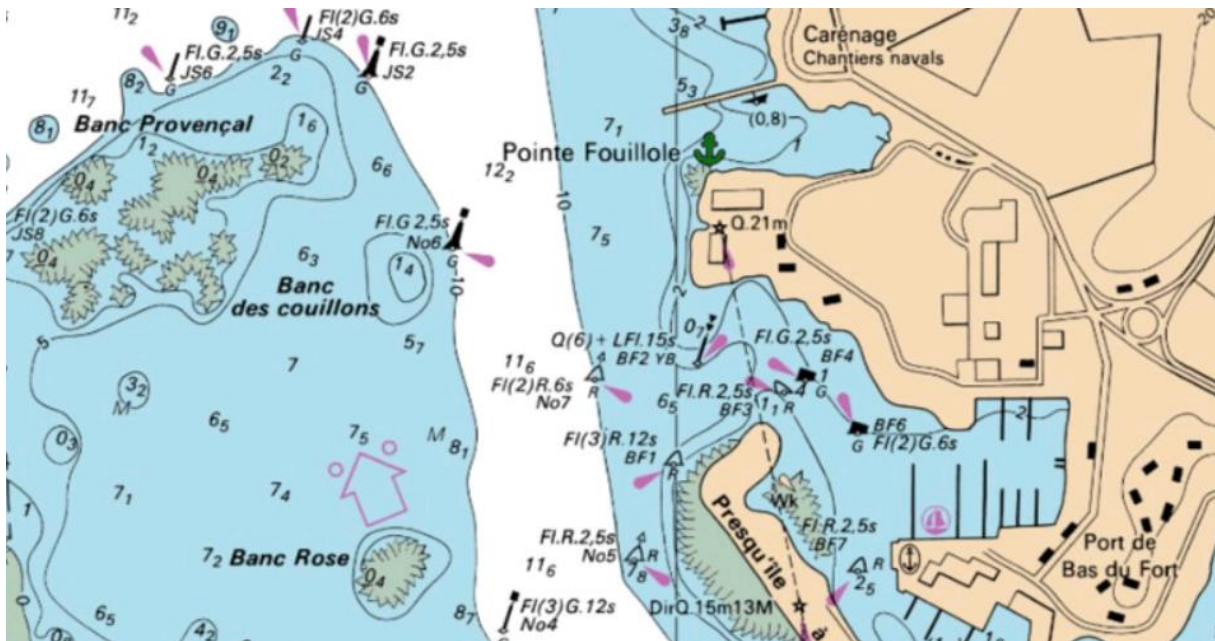
Internet : La majorité des bars/restaurants proposent du wifi.

Équipements et services : Un schipchandler, une très bonne voilerie Elvstrøm et un magasin de pêche sont disponibles dans la zone de la marina. Il est possible de faire des lessives à la marina. Le plein de gasoil, gaz et eau peuvent se faire à la marina en appelant quelques heures avant à la VHF.

Transport : Il existe un service de bus mais il est difficile de visiter l'île avec ce mode de transport. Une agence de location de voiture est disponible dans la zone de la marina.

Ravitaillement : Un petit supermarché (très cher) est situé à côté du schipchandler. Sinon il faut aller au centre commercial Carrefour à 20 minutes à pied.

Électricité : 230V : 50Hz – **Devise :** Euro



Mouillage Les Saintes

N 15°52,035' – W 061°.35,383'

Port / Mouillage : Mouillage gratuit en face de la pointe de la Tête Rouge. Il est souvent difficile d'obtenir un corps-mort (plus proche). Vous pouvez laisser l'annexe sur un des pontons dans l'anse du bourg ou anse du Fond Curé. Le village est très touristique mais très jolie. Les mouillages du Pain de Sucre et de l'île à Cabrit sont également très jolis et bien abrités. Le mouillage dans l'anse Fideling sur l'île de Terre de Haut ne présente aucun intérêt.

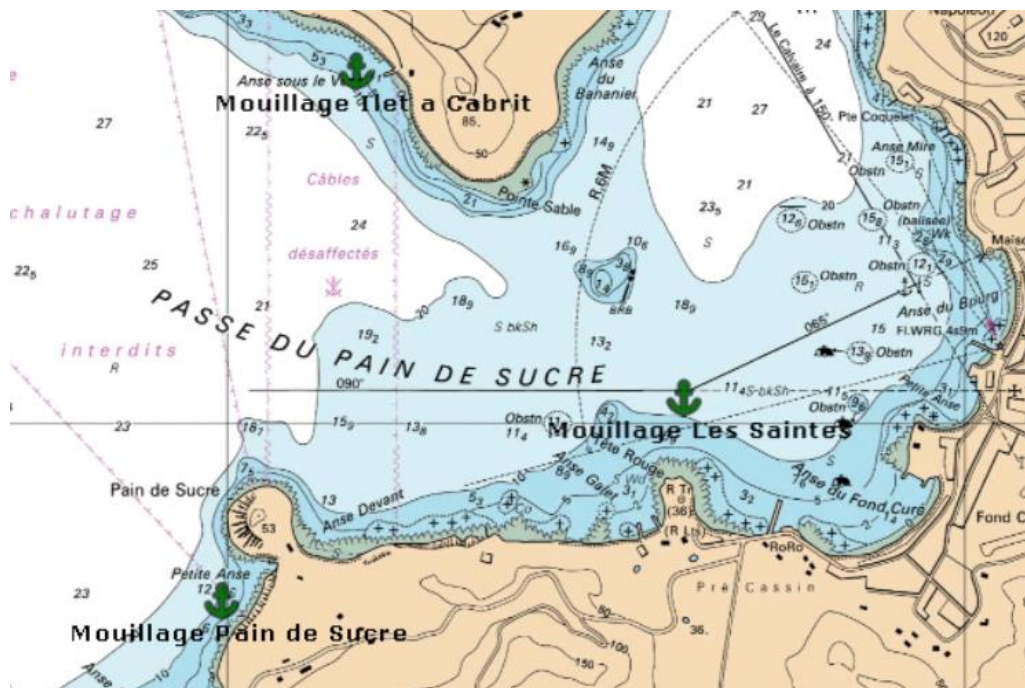
Formalités : Il est possible de faire son entrée en allant à la gendarmerie mais il faudra refaire les formalités en arrivant en Guadeloupe.

Internet : Quelques bars/restaurants proposent du wifi.

Équipements et services :

Transport :

Ravitaillement : Deux petits supermarchés permettent de faire des petites courses.



Haïti – Mouillage Jacmel

N 18°13,852' – W 072°.32,292'

Port / Mouillage : Mouillage en face de la plage de Jacmel à côté du quai de déchargement. Le mouillage n'est pas très bien abrité mais la chaîne se fixe bien. Attention de ne pas suivre des « guides » quand vous allez à terre. Il est préférable d'aller directement faire les formalités dans le préfabriqué dans la cour du port. Il vous faudra une photocopie de vos passeports et acte de francisation (photocopie dans le centre de Jacmel). Le mouillage peut-être payant si vous décidez de payer la SEMANA (SNSM local). Ils prétendent assurer la sécurité du mouillage... Le plus simple est de demander à la personne en charge des formalités la démarche à suivre. Cependant nous vous conseillons de convenir avec Gaston d'un prix pour qu'il surveille votre annexe lorsque vous allez à terre.

Formalités : Les formalités se font dans le préfabriqué dans la cour du port (photocopie du passeport + acte de francisation). Un tampon à l'arrivée et un tampon au départ feront office de « clearance ».

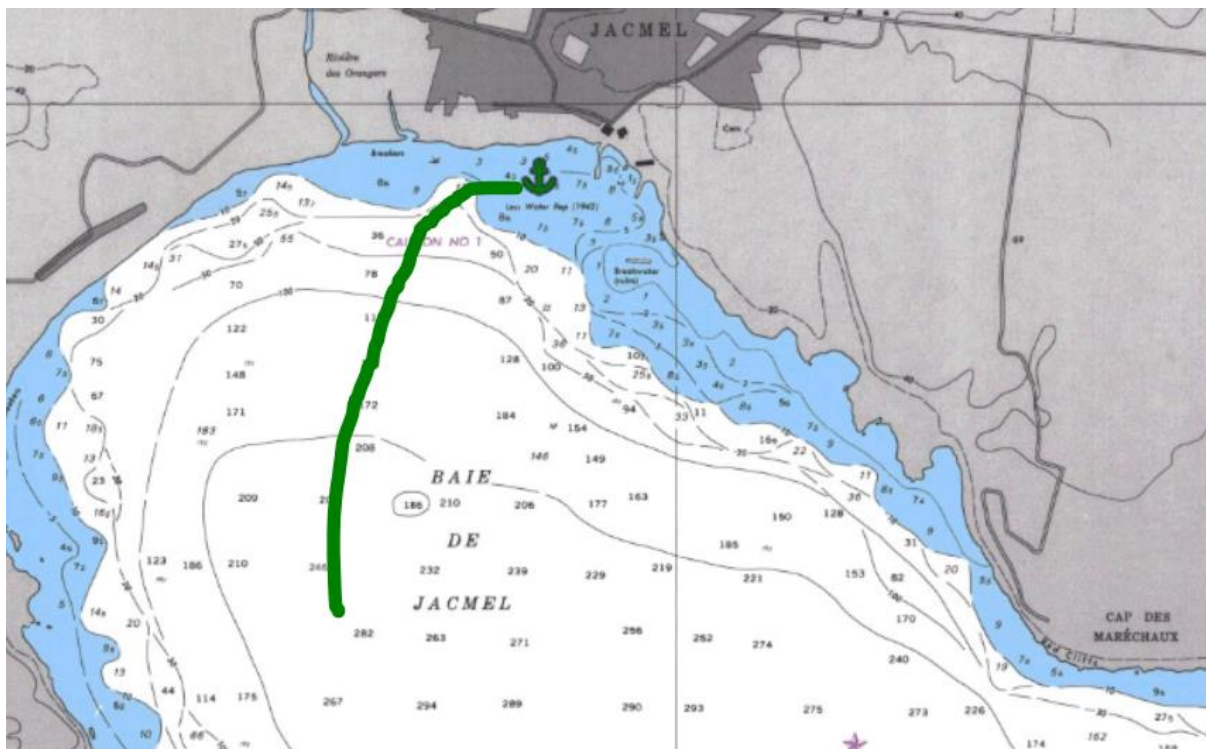
Internet : Le plus simple est d'acheter une carte SIM dans le magasin Digicel dans le centre de Jacmel avec un forfait internet. Seul les hôtels/bars proposent du wifi.

Équipements et services : Plusieurs magasins de bricolage sont disponibles dans le centre de Jacmel. Il est possible de faire le plein d'eau (dans des bidons) dans le centre de distribution municipale. Pour le gaz et le gasoil, il faut essayer de s'arranger avec les locaux ou se faire livrer en fûts par camion.

Transport : Les mini-bus vous permettent de relier les différentes villes d'Haïti.

Ravitaillement : Un grand marché de fruits et légumes (pas cher) est disponible à Jacmel. Il est également possible d'acheter des pâtes, du riz et de la farine en grande quantité.

Électricité : 110V–60Hz **Devise :** Gourdes (Gde), il est également possible de payer en \$US.



[Retour sommaire](#)

Archipel des San Blas (Kuna Yala)

Mouillage Islas Maqui (Cayos Holandes)

N 09°35,042' – W 078° 40,451'

Les cartes MaxSea et Navionics pour les San Blas sont très imprécises. Attention à bien faire les trajets inter-îles de jour et nous vous conseillons de mettre quelqu'un à l'avant pour éviter les patates de corail. Il existe également des guides avec des cartes plus précises.

Port / Mouillage : Mouillage au sud de l'île Banedup. Le mouillage appelé « la piscine » au nord de cette île n'est pas abritée du vent et accueille beaucoup de bateaux. Le mouillage au sud de l'île est plus tranquille et l'île de Banedup est bien plus jolie sous le vent. Le prix du mouillage est de 7 dollars US.

Formalités : Il est possible de faire les formalités à Porvenir. Mais personne ne vous demandera ces papiers dans les San Blas. Cependant, nous vous conseillons d'aller voir une personne du village lorsque vous débarquez pour s'assurer du mouillage et des règles à suivre pour la pêche. Les villages Kunas des îles Cayos Holandes, Gunabot et Chichime font payer le mouillage.

Internet : Il est possible de capter internet sur certaines îles près des côtes si vous avez une carte SIM avec un forfait internet.

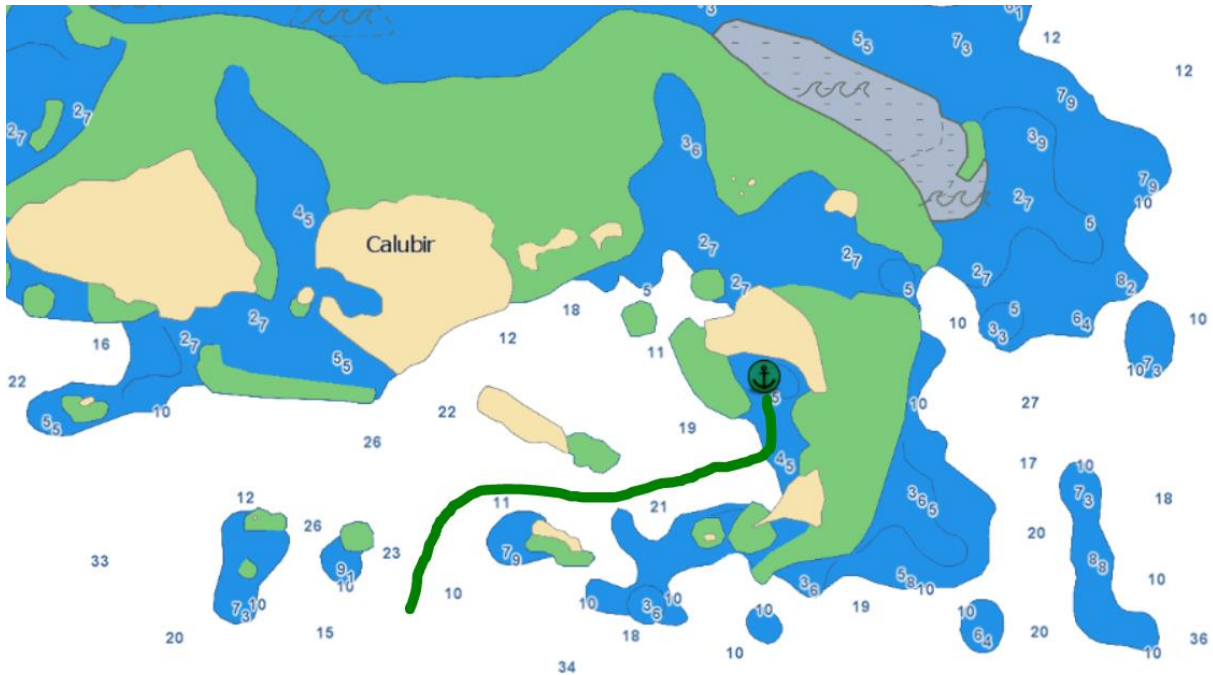
Équipements et services : Rien n'est prévu au San Blas pour des réparations. Le port le plus proche est Puerto Lindo.

Transport : Certains villages Kuna proposent un service de bateau-taxi pour les plaisanciers.

Ravitaillement : En fonction de la saison et des villages, il est possible d'acheter quelques fruits et légumes aux Kuna. Il est possible de pêcher (perroquet, thazard, barracuda...) mais attention à la siguatera. Il est nécessaire de demander aux Kunas avant de consommer le poisson. Les espèces de

poissons touchées par la siguatera varient en fonction des îles/pays. Il est possible d'acheter du pain sur certaines îles (demander aux Kuna).

Électricité : 220V/110V–60Hz **Devise** : Balboa, le \$US circule également



Mouillage Cayos Los Grullos

N 09°30,102' – W 078°51,085'

Port / Mouillage : Mouillage au milieu des 2 ilots. Très peu de voilier à connaître ce mouillage. L'île la plus au nord est habitée par une famille. Il est possible de pêcher autour de l'île déserte.

Formalités : Le mouillage est gratuit cependant il est toujours bien vu de se présenter à la famille pour s'assurer du mouillage.

[Retour sommaire](#)

Port / Mouillage : Mouillage sous le vent d'une île déserte. L'île à l'ouest accueille quelques touristes, il est possible de débarquer sur cette île et acheter légumes, fruits et bières. Le chef du village est très gentil et très accueillant. Il y a de très bons endroits pour la pêche à l'est de l'île déserte, au niveau de la passe.

[Retour sommaire](#)

N 09°28,585' – W 078°.42,747'

Formalités : Le mouillage est gratuit cependant il est toujours bien vu de se présenter à la famille pour s'assurer du mouillage.



[Retour sommaire](#)

Escales Panama

Panama – Puerto Lindo

N 09°36,440' – W 079°.35,237'

Port / Mouillage : Mouillage gratuit dans la baie de Puerto Lindo ou au sud de l'île Linton. Une marina, Lindo Marina est disponible à Puerto Garrote (N 09°36,814' – W 079°.34,791') et dans la prochaine baie à l'ouest, la Panamarina, tenue par des Français, très bonne ambiance (N 09°36,633' – W 079°.36,369'). Vous pouvez laisser votre annexe au quai du restaurant « Casa X », au fond de la baie de Puerto Lindo. Le deuxième mouillage au sud de l'île Linton est moins rouleur mais plus loin du village de Lindo. Il est possible de voir des singes en fin d'après-midi, sur la plage au sud de l'île.

Formalités : Les formalités doivent se faire à Colón. Si vous êtes juste à Panama pour le canal, vous pouvez demander à votre agent du canal de ne pas payer le permis de navigation. Les mouillages de Puerto Lindo et Portobelo permettent de contacter votre agent et d'attendre le passage du canal dans un endroit agréable.

Internet : Il y a un wifi (2\$/h) au centre de plongée (tenu par un couple de français) dans la baie de Puerto Lindo. Sinon il faut prendre le bus (3 fois/jour) pour se rendre dans la ville la plus proche : Savanitas (1h de route). Vous pourrez y acheter un forfait avec internet pour votre téléphone.

Équipements et services : Vous pouvez recharger votre bouteille de gaz à la « Casa X » (40\$/bouteille 13kg), il faut compter entre 3 et 4 jours. Pour l'eau et le gasoil, il faut se rendre à la marina Lindo, au sud de l'île Linton.

Transport : Un bus passe dans le bourg de Lindo, vous pouvez demander les horaires à la « Casa X ». Sinon il faut appeler un taxi (15\$ jusqu'à Puerto Belo et 30\$ jusqu'à Savanitas).

Ravitaillement : Des camions de fruits et légumes passent 1/jour dans le bourg de Lindo. Sinon il faut aller à Savanitas pour aller au supermarché.

Électricité : 220V/110V–60Hz **Devise :** Balboa, le \$US circule également



Panama – Porto Belo

N 09°33,403' – W 79°39,435'

Port / Mouillage : Mouillage gratuit dans la baie de Portobelo.

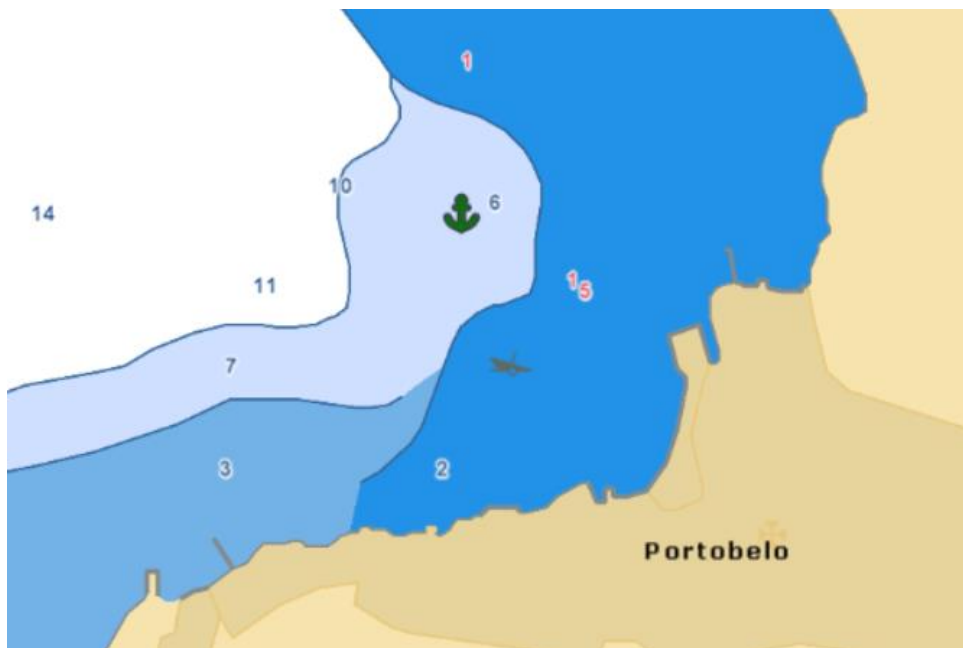
Formalités : (voir Puerto Lindo ou Colon)

Internet : Il est difficile de trouver du wifi dans les bars/restaurants. Vous pouvez acheter une carte sim avec un forfait internet à Savanitas (1h de route en bus).

Transport : voir transport Puerto Lindo

Ravitaillement : Un petit supermarché propose quelques produits et fruits/légumes.

Électricité : 220V/110V–60Hz **Devise :** Balboa, le \$US circule également



Panama – Colón

N 09°21,821' – W 079°53,600'

Port / Mouillage : Mouillage gratuit en face de l'ancien Yacht Club de Colon. Le fond est vaseux et le quai des ferrys situés juste au sud créé un courant lors de leurs départs, attention donc à prendre une bonne distance de sécurité avec les autres bateaux. Les bateaux pilotes réalisent des allers-retours toute la journée/nuit et tous les jours. Il est important de garder un feu de mouillage. Vous êtes obligés de laisser votre annexe au ponton de l'ancien Yacht Club et en plus de payer 3\$/personne/jour pour débarquer.

Formalités : Si vous êtes juste à Panama pour le canal, vous pouvez demander à votre agent du canal de ne pas payer le permis de navigation et donc éviter de faire les formalités.

Pour le passage du canal, il existe 3 solutions :

- 1) Faire les démarches soi-même : cela nécessite de faire plusieurs aller-retour en taxi entre votre mouillage/marina et Colon, et de payer les cautions avec sa carte ou en liquide. Cela vous reviendra un peu moins cher mais vous prendra plus de temps.

- 2) Choisir un agent officieux : Tito est le plus connu des agents officieux. Il s'occupe de faire les formalités et de réserver votre place pour le passage du canal. Vous devez toujours avancer les cautions avec votre carte (la caution est reversée sur votre compte après le passage du canal).
- 3) Choisir un agent officiel : nous vous conseillons l'agent Erick Galvez (info@centenarioconsulting.com). Il s'occupe de tout et vous fournis de vrais pare-battages (pas des pneus) et haussières que vous rendrez au bateau de la marina à la sortie du canal.

Il est difficile d'estimer le prix si vous faites les démarches soi-même car il vous faudra prendre les transports (bus/taxis) plusieurs jours de suite pour faire les formalités. Pour un agent officieux ou officiel le prix pour un bateau de 12 mètres est entre 1 300 et 1 600\$. Vous pouvez demander à votre agent de ne pas payer le permis de navigation (200\$) en expliquant que vous ne restez pas à Panama. Nous sommes finalement restés 1 mois au Panama mais nous n'avons jamais eu de contrôle.

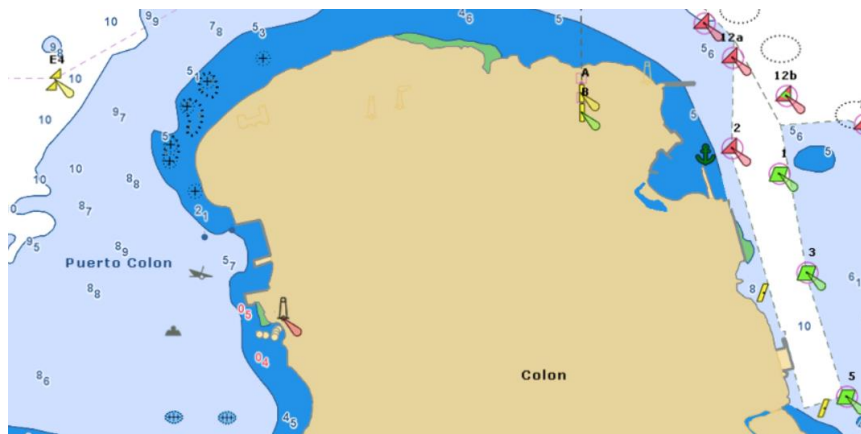
Internet : Le wifi du bar du Yacht Club fonctionne assez mal. Le mieux est de se rendre au centre commercial Colon 2000 (5 minutes) pour acheter une carte sim avec internet ou utiliser le wifi des bars/restaurants. Le bar peut appeler un taxi pour vous.

Équipements et services : Pour l'eau et le gasoil, il faut s'arranger avec les personnes du bar mais cela peut être compliqué... Pas de recharge de gaz possible. Des laveries sont disponibles au centre commercial ou dans Colon.

Transport : Les taxis peuvent vous emmener du mouillage au centre commercial (2\$). Il y a des bus dans la ville de Colon.

Ravitaillement : Le centre commercial possède un supermarché. Pour les marchés de fruits/légumes il faut se renseigner avec les locaux. La zone libre de Colon est uniquement pour les appareils électroniques, vêtements... mais il n'y a pas grand-chose d'intéressant, les prix restent élevés.

Électricité : 220V/110V–60Hz **Devise** : Balboa, le \$US circule également



Panama – Shelter Bay Marina

N 09°22,077' – W 079°57,037'

Port / Mouillage : Port de la Shelter Bay : 40\$/nuit (pour un Gin Fizz), en plus de cela il faut payer l'eau et un adaptateur pour l'électricité si vous n'en avez pas. Il est également possible de mouiller devant la marina (N 09°22,325' – W 079°56,866') et laisser l'annexe à l'entrée de la marina sur un ponton. Il est conseillé de demander l'autorisation de traverser le chenal des cargos sur le canal 16. Une fois à l'intérieur de la baie de Colón, les voiliers doivent naviguer au moteur.

Formalités : Voir formalités Colón ou Puerto Lindo

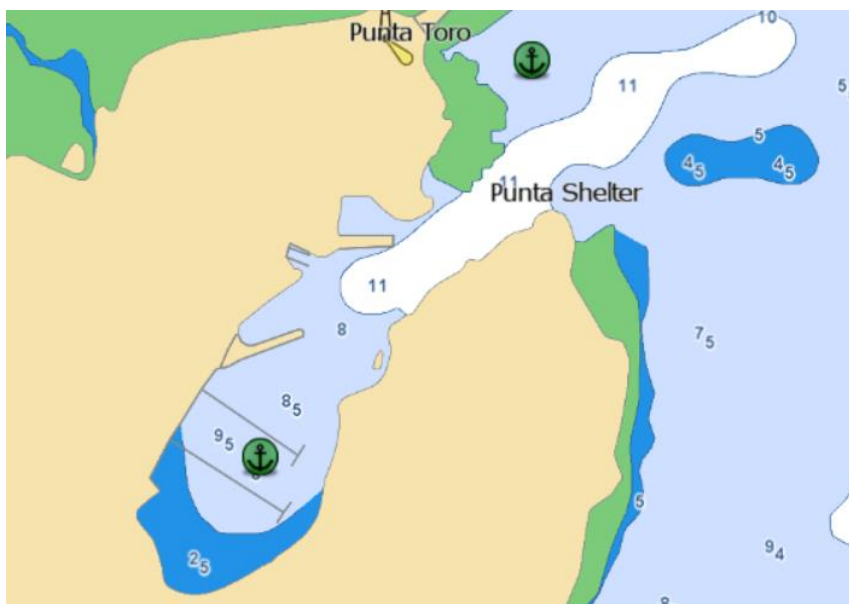
Internet : Il y a un réseau wifi à la Marina mais vous devez payer un abonnement... Le mieux est d'acheter une carte sim avec internet.

Équipements et services : Voilerie, petit schipchandler, eau (payant), gaz (60\$/bouteille) il faut compter dans les 4-5 jours, laverie (payante), piscine (20\$ la longueur de crawl).

Transport : Un mini-bus (gratuit) est mis à la disposition des plaisanciers pour se rendre dans un centre commercial de Colon (45 minutes). Le bus traverse le canal à l'aide d'un bateau passeur. La marina peut également commander des taxis.

Ravitaillement : Aller en mini-bus au centre commercial : supermarché + magasins chinois. Les marchés de fruits et légumes sont plus souvent dans la ville de Colon. Il y a également une petite supérette dans la marina (très chère).

Électricité : 220V/110V–60Hz **Devise** : Balboa, le \$US circule également



Panama – Flat zone

N 09°20,666' – W 079°54,615'

Port / Mouillage : Mouillage dans la flat zone. Ce mouillage est utilisé le plus souvent pour attendre la personne en charge des mesures du bateau et le jour du passage du canal : le pilote. Il est interdit de débarquer à partir de ce mouillage.



[Retour sommaire](#)

Panama – Flamenco Island

N 08°54,604' – W 079°31,414'

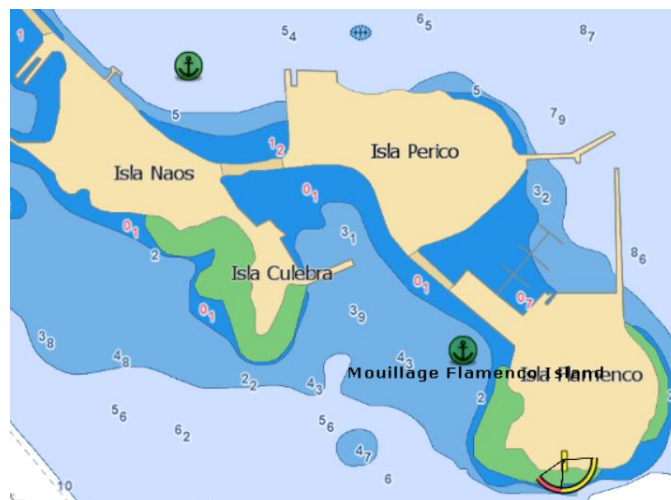
Port / Mouillage : Mouillage gratuit au sud de Flamenco Island. Il est possible de laisser l'annexe en haut de la plage où se situe la déchèterie (N 08°54,613' – W 079°31,330'). Sinon, il faut payer 50\$ la semaine pour laisser l'annexe au ponton de la marina. Il y a également un mouillage gratuit au nord de Flamenco Island (N 08°55,057' – W 079°31,853').

Internet : Certains bars et restaurants proposent le wifi.

Équipements et services : Un petit schipchandler et plusieurs magasins de pêches. Il est possible de faire le plein de gasoil et d'eau avec la marina à la sortie du pont des américains (N 08°56,267' – W 079°33,362'). Il faut les appeler à la VHF pour réserver une place. Beaucoup de gros bateaux font le plein dans cette marina avant la transatlantique. L'attente peut donc être longue. Sinon, il faut discuter avec les catamarans qui font du charter pour obtenir le numéro d'une des barges qui proposent du gasoil au nord de Flamenco Island.

Transport : Un bus orange passe plusieurs fois dans la journée (attention aux horaires le weekend). Il vous emmène à la station centrale de Panama City (30 minutes) où vous pouvez prendre un bus pour aller au grand marché de Panama ou à Panama City.

Ravitaillement : Un grand marché de fruits et légumes est disponible à 15 minutes de la gare centrale. Il y a un grand centre commercial à la gare centrale. Certains plaisanciers proposent également des produits un peu plus rares (jambon sec, fromage...). Les personnes en charges viennent directement en annexe à votre bateau pour proposer leurs services.



Panama – Baie de Venao

N 07°25,593' – W 080°12,308'

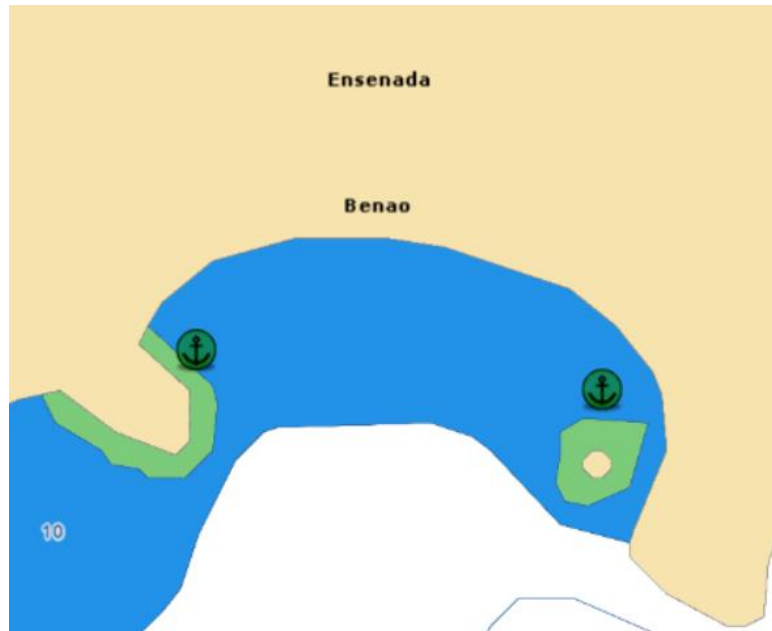
Port / Mouillage : Mouillage gratuit dans la baie de Venao. Il est possible de laisser l'annexe sur la plage Venao devant les restaurants/hôtels. Attention au débarquement qui peut être compliqué avec les vagues. Le meilleur endroit est souvent aux extrémités de la baie.

Internet : Les restaurants/hôtels proposent du wifi.

Équipements et services : Vous pouvez demander aux hôtels de remplir vos bidons d'eau. Pour tout autres renseignements nous vous conseillons le resort Ecovenao et de demander à parler Guillaume.

Il est le responsable de la permaculture sur le site et vous aidera volontiers en même qu'il vous fera visiter son jardin.

Ravitaillement : Il est nécessaire de prendre un taxi (ou un bus, très irrégulier) pour vous rendre la ville la plus proche.



[Retour sommaire](#)

Pour en savoir plus sur l'expédition Sailing For Change :

- <http://sailingforchange.com/>
- <https://www.facebook.com/sailingforchange2016/>