

<b>La passion de la pêche, la passion de la mer .....</b>	<b>5</b>
<b>Le littoral .....</b>	<b>6</b>
<b>Les marées .....</b>	<b>11</b>
<b>Les courants .....</b>	<b>18</b>
<b>Les poissons .....</b>	<b>20</b>
Le bar .....	20
Le bar moucheté .....	22
Le maigre .....	22
Le lieu .....	23
Les dorades .....	23
Le sar .....	26
Le maquereau .....	26
Le chinchard .....	27
Le tacaud .....	28
L'orphie .....	28
Les poissons plats .....	29
Le congre .....	29
Les raies et les requins .....	32
Les poissons du port .....	34
Et les autres ! .....	35
<b>Les appâts .....</b>	<b>36</b>
Les vers .....	40

Les coquillages .....	42
Les céphalopodes .....	44
Crabes et crevettes .....	45
Les poissons .....	48
<b>Le matériel .....</b>	<b>49</b>
Les cannes .....	49
Les moulinets .....	55
Les fils .....	58
Les hameçons .....	61
Les plombs .....	63
Émerillons et clipots .....	64
Les accessoires .....	66
<b>Le surfcasting .....</b>	<b>67</b>
L'action de pêche .....	70
Les postes de pêche .....	71
Le matériel .....	72

Le lancer .....	76
Ligne et bas de ligne .....	82
La capture .....	88
<b>La pêche à soutenir .....</b>	<b>89</b>
Technique et matériel .....	90
Les montages et les appâts .....	94
<b>La pêche au lancer .....</b>	<b>97</b>
Les leurres .....	99
Les buldos .....	102
Le choix du leurre .....	103
L'action de pêche .....	104
Canne et moulinet .....	104
<b>Les pêches fines .....</b>	<b>107</b>
La pêche au coup .....	108
La pêche au lancer .....	108
La pêche à soutenir .....	109

<b>La pêche de nuit .....</b>	<b>110</b>
<b>L'équipement .....</b>	<b>110</b>
<b>Quand et où pêcher dans le Sud-Ouest... ..</b>	<b>113</b>
<b>Les meilleures périodes .....</b>	<b>113</b>
<b>Le littoral du Sud-Ouest .....</b>	<b>113</b>
<b>... ou ailleurs en France .....</b>	<b>116</b>
<b>Pour en savoir plus .....</b>	<b>121</b>