Playa Blanca : profiter des grandes plages du Pacifique panaméen

Dernière mise à jour le 08/10/2025

Nos conseils pour découvrir Playa Blanca et ses alentours : idéal pour se reposer et découvrir le Pacifique Centre du pays.

En bref : Une des plages les plus proches de la capitale sur la côte pacifique et avec tous les services présents pour ne pas perdre une minute de farniente. En provenance du Canada, l'aéroport de Río Hato vous permet un atterrissage sur le sable blanc du Panama, ou presque. Playa Blanca et ses plages voisines constituent une belle étape pour couper un long trajet.

Bordant l'océan Pacifique et située à 2 heures à peine de la capitale Panama City, Playa Blanca fait partie des stations balnéaires les plus appréciées des Panaméens – que ce soit le temps d'un week-end ou des vacances en famille – pour sa proximité, ses grandes étendues de sable fin, ses hôtels au service all inclusive et ses nombreuses activités.

Playa Blanca est très bien connectée et attire majoritairement un tourisme nord-américain. Effectivement, l'aéroport de Río Hato propose des vols directs avec Montréal et se trouve à seulement 20 minutes des plages de sable fin paradisiaques.

Playa Blanca

Il y a plusieurs « Playa Blanca » au Panama, et elles sont toutes plus belles les unes que les autres. Dans cet article, nous parlerons spécialement de celle située sur la **côte pacifique**, qui n'est pas à confondre avec son homonyme aussi connue et appréciée des Panaméens mais du côté des Caraïbes, proche de Portobelo dans l'océan Atlantique.

Pourquoi va-t-on à Playa Blanca ?

On s'y rend pour profiter du soleil et de la plage. Playa Blanca, comme son nom l'indique, c'est avant tout une plage de sable blanc, une eau cristalline (ou presque) et des palmiers. Un **décor typique de carte postale** !

On y va pour se détendre, se reposer, pour déguster un mojito avec vue sur la mer, bref : prendre du bon temps sur la plage. Mais aussi pour faire un stop sur la route et y passer une nuit, histoire de couper le trajet !

Pour ce qui est aventure, découverte et authenticité, il faudra viser un autre endroit.

Comment s'y rendre ?

Eviter les transports en commun pour vous y rendre. Ils vous laisseront seulement le long de la Panaméricaine et à vous ensuite de faire le reste du chemin avec vos valises pour accéder à votre hébergement. Optez plutôt pour un des bons plans de ToutPanama et louez une voiture, c'est beaucoup plus pratique.

En voiture de location, justement, cette plage touristique se trouve à environ 2 heures de Panama City (125 km) voire plus si le trafic est saturé. Ceci arrive particulièrement sur la Panaméricaine les vendredis en fin de journée (sortie de bureau, place au week-end !) et les dimanches soirs (fin de week-end, retour à la maison !).

Un autre moyen de s'y rendre, spécialement pour les Canadiens, est l'aéroport international de Río Hato qui se trouve à moins de 10 kilomètres de Playa Blanca. Il existe d'ailleurs des vols directs depuis Montréal. 6 heures de vol et vous voilà toute la famille en train de passer des vacances les pieds dans le sable !

A savoir
La majorité des accès à ces plages de sable blanc depuis la Panaméricaine sont contrôlés. Il faut très souvent pouvoir justifier d'une réservation dans un hôtel, club ou dans une résidence de vacances pour pouvoir y accéder. L'équipe de ToutPanama connaît plusieurs passages empruntés par les locaux qui permettent de se faufiler. Cela fait partie de nos petits secrets partagés spécialement en briefing. Pensez-y !

Comment se loger ?

Oubliez toute ressemblance avec un village du sud de la France (ce n'est pas la Côte d'Azur !). Ici, ce sont les **hébergements haut de gamme** qui font la loi. Plages privées, piscines de toutes tailles et gros immeubles, voilà ce qui vous attend. Deux solutions donc pour séjourner dans cette zone : une chambre dans un resort (4 ou 5 étoiles généralement) ou la location d'un appartement dans une résidence de luxe.

Vous l'avez compris, ici pas de campings ni de mobil-homes, mais plutôt des gros complexes tout compris avec des chambres vue mer.

A savoir
Ce n'est pas non plus une station balnéaire typique avec ses petites rues touristiques et commerçantes où l'on peut flâner pendant la journée. Tout se passe au sein des hôtels et résidences, pas besoin de sortir.

Que faire à Playa Blanca ?

Comme mentionné un peu plus haut, ici, c'est farniente. On se fait **dorer la pilule** à la piscine ou à la plage et on profite de l'océan à 29 ºC ;-). Pas si mal…

A savoir
Les Panaméens ne sont pas connus pour leur talent en natation. Ici, se baigner signifie avant tout se mettre dans l'eau jusqu'aux hanches et discuter entre amis avec une canette de bière à la main. Vous serez donc vite rappelé à l'ordre par le maître-nageur si vous décidez de partir nager un peu trop loin du bord. Ceci dit, les courants sont parfois assez dangereux, des accidents sont recensés tous les ans. De plus, sortie de l'eau obligatoire au coucher du soleil vers 17h / 17h30.

En outre, vous pourrez bien sûr pratiquer tous types de **sports nautiques** comme le snorkeling (masque et tuba), la balade en kayak, le ski nautique, le parachute ascensionnel, etc.

D'ailleurs, pour en profiter au meilleur prix, pensez à Premium ToutPanama. Avec elle, c'est jusqu'à -30 % de réduction sur des dizaines d'hôtels et d'activités sélectionnés par les membres du Réseau Solidaire ToutPanama.

Que trouve-t-on aux alentours ?

Playa Farallón

Playa Farallón est une plage du même acabit à 2 ou 3 kilomètres de Playa Blanca. Vous pouvez passer d'un lieu à l'autre facilement à pied depuis la plage. N'oubliez pas vos claquettes, ça chauffe !

Si les gros hôtels ne sont pas votre truc, vous y trouverez davantage de petits bed & breakfasts et autres établissements familiaux. Les voyageurs apprécient généralement ce coin.

Playa Santa Clara

Playa Santa Clara se situe à 10 km de Playa Blanca. Impossible d'y accéder par la plage, il faut repasser par la Panaméricaine.
C'est une plage un peu moins privatisée par les hébergements de luxe. Disons que la moitié est privée et l'autre est libre d'accès.

Golf et resort

Côté ouest de Playa Blanca se trouve aussi un vaste terrain de golf pour les amateurs. Celui-ci appartient au resort haut de gamme Buenaventura et il faut impérativement y loger pour venir pratiquer (ou au moins être invité). Vous avez aussi la possibilité de pratiquer le golf au Sheraton Bijao non loin qui vous proposera également de belles chambres.

Le reste de la province de Coclé

La province de Coclé se divise en deux parties : le bord de mer et les terres à l'intérieur du pays. Les attraits de la région sont donc multiples.

Dans les terres, vous découvrirez le **côté vert et nature du Panama** avec El Valle de Antón par exemple qui vaut réellement le détour : la randonnée sur le sentier de la India Dormida et les cascades aux alentours ne sont qu'un petit échantillon de tout ce qu'il est possible d'y faire.