

LAT: -0.188 m

57°08'N

08°36'E

Dansk Normaltid (UTC+1 time)

Hanstholm



2020

Januar				Februar				Marts						
Tid	[m]	Tid	[m]	Tid	[m]	Tid	[m]	Tid	[m]	Tid	[m]	Tid	[m]	
1	01:28 09:01 16:18 21:30	0.08 0.32 0.10 0.26	16	01:16 08:14 16:25 20:36	0.04 0.36 0.09 0.30	1	03:55 10:38 17:20 22:49	0.08 0.33 0.10 0.27	16	04:35 10:40 17:42 22:58	0.03 0.39 0.05 0.34	1	01:52 09:46 16:46 21:30	0.08 0.30 0.12 0.27
2	03:00 10:18 17:05 22:38	0.08 0.34 0.08 0.28	17	02:23 09:45 17:16 22:05	0.04 0.37 0.06 0.32	2	05:12 11:29 18:03 23:40	0.06 0.34 0.08 0.29	17	05:40 11:39 18:28 23:56	0.01 0.39 0.03 0.36	2	04:36 10:49 17:29 22:56	0.08 0.32 0.10 0.29
3	04:52 11:13 17:51 23:30	0.06 0.36 0.07 0.29	18	04:43 11:00 18:04 23:17	0.03 0.39 0.05 0.33	3	06:03 12:14 18:45	0.05 0.35 0.07	18	06:32 12:31 19:11	0.00 0.39 0.03	3	05:36 11:38 18:11 23:48	0.06 0.33 0.08 0.32
4	05:45 12:02 18:35	0.05 0.37 0.06	19	05:52 11:57 18:49	0.01 0.40 0.04	4	00:24 06:49 12:55 19:24	0.31 0.04 0.35 0.07	19	00:47 07:20 13:18 19:49	0.37 0.01 0.38 0.04	4	06:24 12:20 18:49	0.05 0.33 0.07
5	00:16 06:32 12:47 19:18	0.30 0.04 0.37 0.06	20	00:12 06:40 12:47 19:30	0.35 0.01 0.41 0.04	5	01:04 07:31 13:32 19:55	0.32 0.04 0.34 0.07	20	01:34 08:03 14:02 20:18	0.37 0.02 0.36 0.05	5	00:33 07:08 12:59 19:21	0.34 0.04 0.34 0.06
6	00:58 07:16 13:28 19:57	0.30 0.04 0.36 0.07	21	01:01 07:23 13:33 20:03	0.36 0.01 0.40 0.04	6	01:40 08:05 14:04 20:16	0.33 0.04 0.33 0.07	21	02:18 08:39 14:42 20:42	0.36 0.04 0.34 0.06	6	01:13 07:45 13:34 19:45	0.35 0.04 0.33 0.05
7	01:36 07:54 14:04 20:29	0.30 0.04 0.35 0.08	22	01:46 08:00 14:15 20:27	0.36 0.02 0.38 0.05	7	02:14 08:31 14:34 20:34	0.34 0.05 0.33 0.07	22	02:58 09:09 15:18 21:09	0.35 0.06 0.31 0.07	7	01:52 08:14 14:09 20:09	0.37 0.05 0.33 0.04
8	02:08 08:25 14:34 20:48	0.31 0.05 0.33 0.09	23	02:28 08:36 14:55 20:53	0.35 0.03 0.35 0.07	8	02:49 08:57 15:07 21:02	0.35 0.06 0.32 0.06	23	03:36 09:39 15:51 21:38	0.34 0.09 0.28 0.08	8	02:30 08:41 14:45 20:41	0.38 0.05 0.33 0.03
9	02:37 08:48 15:00 21:00	0.31 0.06 0.32 0.09	24	03:09 09:10 15:32 21:23	0.34 0.05 0.33 0.07	9	03:28 09:30 15:45 21:37	0.36 0.06 0.32 0.04	24	04:12 10:10 16:22 22:09	0.32 0.11 0.26 0.09	9	03:10 09:14 15:24 21:18	0.38 0.06 0.33 0.02
10	03:08 09:12 15:30 21:23	0.32 0.07 0.31 0.08	25	03:48 09:46 16:09 21:56	0.33 0.07 0.30 0.08	10	04:10 10:09 16:27 22:19	0.37 0.06 0.32 0.03	25	04:48 10:43 16:54 22:42	0.31 0.12 0.25 0.08	10	03:53 09:52 16:07 22:01	0.39 0.06 0.33 0.01
11	03:45 09:45 16:06 21:57	0.33 0.07 0.31 0.07	26	04:28 10:24 16:46 22:32	0.32 0.09 0.28 0.08	11	04:56 10:54 17:13 23:06	0.37 0.07 0.32 0.02	26	05:25 11:18 17:29 23:20	0.30 0.13 0.24 0.08	11	04:39 10:35 16:53 22:47	0.39 0.06 0.33 0.01
12	04:26 10:25 16:47 22:39	0.34 0.07 0.31 0.05	27	05:09 11:04 17:24 23:11	0.32 0.10 0.26 0.08	12	05:47 11:43 18:05 23:58	0.37 0.07 0.32 0.02	27	06:06 11:59 18:08	0.30 0.14 0.24	12	05:28 11:23 17:44 23:38	0.38 0.07 0.32 0.01
13	05:13 11:11 17:34 23:26	0.35 0.07 0.31 0.04	28	05:54 11:48 18:06 23:54	0.31 0.11 0.25 0.08	13	06:44 12:38 19:02	0.37 0.08 0.31	28	00:03 06:54 12:45 18:56	0.08 0.30 0.14 0.25	13	06:23 12:16 18:40	0.38 0.07 0.32
14	06:05 12:02 18:26	0.36 0.07 0.31	29	06:44 12:37 18:54	0.31 0.12 0.25	14	00:54 07:51 13:43 20:11	0.02 0.37 0.08 0.31	29	00:53 07:56 13:42 19:55	0.08 0.30 0.14 0.25	14	00:33 07:26 13:16 19:46	0.02 0.37 0.08 0.32
15	00:18 07:04 12:59 19:25	0.04 0.36 0.08 0.30	30	00:42 07:50 15:52 19:54	0.08 0.31 0.13 0.25	15	02:00 09:19 16:53 21:39	0.03 0.37 0.07 0.32	30	01:37 08:48 16:26 21:12	0.03 0.36 0.07 0.33	15	01:11 08:00 13:46 20:15	0.08 0.29 0.12 0.28
			31	01:39 09:35 16:35 21:41	0.08 0.32 0.11 0.25							31	02:15 09:28 16:51 21:47	0.08 0.29 0.11 0.30

Tidspunkterne er givet i dansk normaltid (UTC+1 time). Når sommertid gælder, skal de opgivne tidspunkter øges med 1 time. Højderne er angivet i forhold til kortnul = laveste astronomiske tidevand (LAT).

LAT: -0.188 m

57°08'N

08°36'E

Dansk Normaltid (UTC+1 time)

Hanstholm



2020

April			Maj			Juni					
Tid	[m]	Tid	[m]	Tid	[m]	Tid	[m]	Tid	[m]		
1	05:10 0.07 10:52 0.31 On 17:34 0.08 D 23:09 0.33	16	06:01 0.02 11:49 0.36 To 18:16 0.03	1	05:43 0.07 11:00 0.31 Fr 17:33 0.06 23:34 0.37	16	06:30 0.03 12:13 0.33 Lø 18:29 0.03	1	00:04 0.39 06:57 0.05 Ma 12:18 0.33 18:31 0.01	16	01:01 0.38 07:35 0.05 Ti 13:15 0.31 19:27 0.03
2	06:02 0.06 11:42 0.32 To 18:13 0.06	17	00:12 0.39 06:53 0.01 Fr 12:39 0.35 18:59 0.03	2	06:30 0.05 11:54 0.32 Lø 18:14 0.04	17	00:39 0.39 07:19 0.03 Sø 13:00 0.32 19:12 0.03	2	00:53 0.41 07:33 0.04 Ti 13:05 0.34 19:11 0.01	17	01:45 0.37 08:17 0.07 On 13:54 0.30 20:06 0.04
3	00:02 0.35 06:48 0.05 Fr 12:26 0.33 18:47 0.05	18	01:02 0.39 07:42 0.02 Lø 13:25 0.34 19:39 0.03	3	00:25 0.39 07:11 0.04 Sø 12:40 0.33 18:50 0.02	18	01:27 0.39 08:05 0.04 Ma 13:43 0.31 19:52 0.04	3	01:37 0.41 08:00 0.05 On 13:48 0.35 19:50 0.00	18	02:24 0.35 08:52 0.09 To 14:28 0.29 20:38 0.06
4	00:48 0.37 07:27 0.04 Lø 13:06 0.33 19:15 0.03	19	01:48 0.39 08:30 0.04 Sø 14:07 0.32 20:14 0.04	4	01:11 0.40 07:44 0.05 Ma 13:23 0.34 19:26 0.01	19	02:10 0.38 08:49 0.07 Ti 14:21 0.29 20:26 0.05	4	02:20 0.40 08:28 0.05 To 14:31 0.35 20:30 0.01	19	02:55 0.33 09:14 0.11 Fr 14:55 0.28 21:02 0.07
5	01:30 0.39 07:58 0.05 Sø 13:45 0.33 19:46 0.02	20	02:31 0.37 09:14 0.07 Ma 14:44 0.29 20:43 0.06	5	01:54 0.41 08:12 0.05 Ti 14:05 0.34 20:04 0.01	20	02:49 0.35 09:23 0.09 On 14:53 0.27 20:54 0.07	5	03:02 0.39 09:01 0.06 Fr 15:14 0.35 O 21:11 0.01	20	03:20 0.31 09:23 0.12 Lø 15:19 0.28 21:22 0.08
6	02:11 0.40 08:26 0.05 Ma 14:24 0.34 20:21 0.01	21	03:09 0.35 09:41 0.10 Ti 15:14 0.26 21:08 0.08	6	02:36 0.41 08:42 0.05 On 14:47 0.34 20:44 0.00	21	03:20 0.33 09:38 0.12 To 15:17 0.26 21:16 0.08	6	03:44 0.38 09:38 0.06 Lø 15:58 0.35 21:54 0.02	21	03:43 0.29 09:35 0.12 Sø 15:48 0.29 ● 21:48 0.08
7	02:53 0.40 08:58 0.05 Ti 15:05 0.34 21:00 0.01	22	03:41 0.32 09:51 0.12 On 15:39 0.25 21:31 0.09	7	03:18 0.40 09:17 0.06 To 15:30 0.34 O 21:26 0.00	22	03:45 0.30 09:45 0.13 Fr 15:39 0.26 ● 21:37 0.09	7	04:27 0.36 10:18 0.06 Sø 16:44 0.34 22:39 0.03	22	04:11 0.29 10:01 0.10 Ma 16:24 0.30 22:23 0.08
8	03:35 0.40 09:35 0.06 On 15:48 0.34 O 21:43 0.00	23	04:07 0.30 10:05 0.14 To 16:02 0.24 ● 21:55 0.09	8	04:02 0.39 09:57 0.06 Fr 16:15 0.34 22:11 0.01	23	04:07 0.29 09:59 0.13 Lø 16:07 0.27 22:04 0.09	8	05:13 0.34 11:02 0.06 Ma 17:33 0.34 23:29 0.05	23	04:46 0.29 10:37 0.09 Ti 17:07 0.32 23:06 0.08
9	04:20 0.39 10:16 0.06 To 16:34 0.34 22:29 0.00	24	04:32 0.29 10:24 0.14 Fr 16:29 0.25 22:25 0.08	9	04:48 0.38 10:40 0.06 Lø 17:03 0.34 22:58 0.02	24	04:35 0.29 10:24 0.12 Sø 16:42 0.28 22:41 0.08	9	06:03 0.32 11:50 0.07 Ti 18:28 0.34	24	05:29 0.29 11:21 0.07 On 17:57 0.33 23:55 0.08
10	05:08 0.38 11:02 0.06 Fr 17:23 0.33 23:18 0.01	25	05:02 0.29 10:52 0.14 Lø 17:04 0.26 23:03 0.08	10	05:37 0.36 11:27 0.06 Sø 17:55 0.34 23:50 0.03	25	05:10 0.29 11:01 0.11 Ma 17:26 0.30 23:25 0.08	10	00:23 0.06 07:00 0.31 On 12:44 0.07 19:35 0.34	25	06:19 0.29 12:12 0.06 To 18:53 0.34
11	06:00 0.37 11:52 0.07 Lø 18:18 0.33	26	05:39 0.29 11:29 0.12 Sø 17:48 0.28 23:49 0.08	11	06:32 0.34 12:19 0.07 Ma 18:54 0.33	26	05:54 0.29 11:45 0.09 Ti 18:17 0.31	11	01:30 0.08 08:15 0.29 To 13:48 0.07 21:09 0.34	26	00:50 0.09 07:15 0.29 Fr 13:07 0.05 19:58 0.35
12	00:12 0.02 06:59 0.36 Sø 12:48 0.07 19:20 0.33	27	06:24 0.29 12:14 0.11 Ma 18:40 0.29	12	00:49 0.05 07:37 0.33 Ti 13:19 0.07 20:09 0.34	27	00:16 0.08 06:45 0.29 On 12:36 0.08 19:14 0.32	12	04:25 0.07 09:48 0.29 Fr 16:07 0.07 22:25 0.36	27	01:54 0.09 08:21 0.29 Lø 14:09 0.05 21:20 0.36
13	01:14 0.03 08:14 0.35 Ma 13:58 0.08 20:42 0.33	28	00:41 0.08 07:16 0.29 Ti 13:06 0.10 19:40 0.30	13	02:07 0.06 09:08 0.32 On 15:59 0.07 21:44 0.35	28	01:13 0.09 07:43 0.29 To 13:33 0.07 20:23 0.33	13	05:15 0.06 10:52 0.30 Lø 17:08 0.05 C 23:22 0.38	28	05:10 0.08 09:42 0.30 Sø 15:27 0.04 D 22:46 0.38
14	04:02 0.04 09:47 0.35 Ti 16:43 0.06 C 22:13 0.35	29	01:40 0.08 08:19 0.29 On 14:05 0.09 20:54 0.32	14	04:47 0.05 10:25 0.33 To 16:55 0.05 C 22:53 0.37	29	02:20 0.09 08:53 0.29 Fr 14:38 0.06 21:50 0.35	14	06:04 0.05 11:44 0.31 Sø 17:58 0.03	29	05:58 0.06 11:01 0.32 Ma 17:28 0.03 23:46 0.40
15	05:07 0.03 10:54 0.36 On 17:31 0.04 23:17 0.37	30	02:56 0.09 09:41 0.29 To 15:19 0.08 D 22:27 0.34	15	05:40 0.03 11:22 0.33 Fr 17:44 0.04 23:49 0.39	30	05:27 0.07 10:17 0.30 Lø 16:05 0.05 D 23:09 0.37	15	00:14 0.39 06:50 0.05 Ma 12:32 0.31 18:44 0.03	30	06:42 0.05 11:59 0.33 Ti 18:21 0.01
						31	06:14 0.06 11:26 0.32 Sø 17:45 0.03				

Tidspunkterne er givet i dansk normaltid (UTC+1 time). Når sommertid gælder, skal de opgivne tidspunkter øges med 1 time. Højderne er angivet i forhold til kortnul = laveste astronomiske tidevand (LAT).

LAT: -0.188 m

57°08'N

08°36'E

Dansk Normaltid (UTC+1 time)

Hanstholm



2020

Juli			August			September		
Tid	[m]		Tid	[m]		Tid	[m]	
1	00:37	0.41	16	01:15	0.36	1	01:52	0.38
	07:21	0.04		07:43	0.07		08:07	0.05
On	12:49	0.35	To	13:25	0.31	Lø	14:06	0.36
	19:03	0.01		19:43	0.04		20:18	0.02
2	01:22	0.40	17	01:54	0.35	2	02:33	0.36
	07:52	0.05		08:18	0.08		08:33	0.05
To	13:34	0.35	Fr	14:00	0.31	Sø	14:48	0.36
	19:42	0.01		20:19	0.05		20:53	0.04
3	02:05	0.39	18	02:27	0.33	3	03:12	0.34
	08:17	0.05		08:44	0.09		09:04	0.06
Fr	14:17	0.36	Lø	14:30	0.31	Ma	15:29	0.35
	20:20	0.01		20:47	0.07	○	21:29	0.06
4	02:47	0.38	19	02:53	0.31	4	03:49	0.31
	08:46	0.06		08:57	0.10		09:38	0.07
Lø	15:00	0.35	Sø	14:58	0.31	Ti	16:09	0.34
	20:59	0.03		21:07	0.08		22:07	0.08
5	03:27	0.36	20	03:18	0.30	5	04:27	0.29
	09:20	0.06		09:12	0.09		10:14	0.07
Sø	15:42	0.35	Ma	15:30	0.32	On	16:52	0.33
○	21:39	0.04	●	21:33	0.08		22:47	0.09
6	04:08	0.34	21	03:48	0.29	6	05:07	0.27
	09:57	0.06		09:39	0.08		10:54	0.07
Ma	16:26	0.34	Ti	16:07	0.33	To	17:36	0.33
	22:22	0.05		22:07	0.08		23:30	0.11
7	04:50	0.32	22	04:25	0.30	7	05:49	0.26
	10:38	0.06		10:16	0.06		11:37	0.07
Ti	17:12	0.34	On	16:50	0.34	Fr	18:26	0.32
	23:07	0.07		22:48	0.08			
8	05:35	0.30	23	05:08	0.30	8	00:19	0.12
	11:21	0.07		11:01	0.05		06:36	0.25
On	18:02	0.33	To	17:39	0.35	Lø	12:25	0.07
	23:57	0.08		23:36	0.08		19:27	0.31
9	06:24	0.28	24	05:57	0.30	9	01:18	0.13
	12:09	0.07		11:50	0.04		07:34	0.25
To	19:00	0.33	Fr	18:34	0.35	Sø	13:20	0.08
							21:05	0.32
10	00:54	0.10	25	00:29	0.09	10	04:19	0.12
	07:23	0.27		06:52	0.30		09:08	0.25
Fr	13:04	0.07	Lø	12:45	0.04	Ma	14:39	0.08
	20:22	0.33		19:36	0.36		22:18	0.33
11	04:01	0.10	26	01:30	0.09	11	05:02	0.10
	08:49	0.27		07:55	0.30		10:30	0.27
Lø	14:14	0.07	Sø	13:46	0.04	Ti	16:51	0.06
	21:53	0.34		20:54	0.36	☾	23:12	0.34
12	04:49	0.09	27	04:51	0.08	12	05:45	0.09
	10:14	0.27		09:13	0.30		11:24	0.29
Sø	16:27	0.06	Ma	15:01	0.04	On	17:46	0.05
☾	22:53	0.36	☽	22:25	0.38		23:59	0.35
13	05:34	0.07	28	05:39	0.06	13	06:28	0.07
	11:11	0.29		10:39	0.32		12:11	0.31
Ma	17:25	0.05	Ti	17:21	0.02	To	18:34	0.04
	23:45	0.37		23:29	0.39			
14	06:19	0.06	29	06:24	0.05	14	00:43	0.35
	12:00	0.30		11:42	0.34		07:08	0.07
Ti	18:15	0.04	On	18:16	0.01	Fr	12:53	0.32
							19:19	0.04
15	00:32	0.37	30	00:21	0.40	15	01:22	0.34
	07:02	0.06		07:06	0.04		07:44	0.07
On	12:44	0.31	To	12:35	0.36	Lø	13:31	0.33
	19:01	0.03		19:01	0.01		19:58	0.05
			31	01:08	0.40			
				07:41	0.04			
			Fr	13:22	0.36			
				19:41	0.01			
						31	02:19	0.35
							08:23	0.05
						Ma	14:37	0.37
							20:54	0.05

Tidspunkterne er givet i dansk normaltid (UTC+1 time). Når sommertid gælder, skal de opgivne tidspunkter øges med 1 time. Højderne er angivet i forhold til kortnul = laveste astronomiske tidevand (LAT).

LAT: -0.188 m
57°08'N
08°36'E

Hanstholm



2020

Dansk Normaltid (UTC+1 time)

Oktober			November			December			
Tid	[m]		Tid	[m]		Tid	[m]		
1	03:17	0.28	16	02:45	0.33	1	03:58	0.26	
	09:07	0.07		08:42	0.01		09:55	0.09	
To	15:42	0.34	Fr	15:16	0.39	Ti	16:24	0.28	
○	21:48	0.11	●	21:17	0.06		22:12	0.13	
2	03:47	0.26	17	03:26	0.33	2	04:28	0.27	
	09:35	0.08		09:22	0.01		10:27	0.09	
Fr	16:15	0.32	Lø	15:58	0.39	On	16:54	0.27	
	22:12	0.13		21:56	0.06		22:43	0.12	
3	04:16	0.25	18	04:10	0.33	3	05:06	0.29	
	10:05	0.08		10:06	0.00		11:06	0.09	
Lø	16:48	0.30	Sø	16:44	0.38	To	17:32	0.28	
	22:40	0.14		22:39	0.06		23:23	0.10	
4	04:46	0.24	19	04:58	0.34	4	05:53	0.30	
	10:38	0.08		10:54	0.01		11:53	0.09	
Sø	17:21	0.29	Ma	17:34	0.37	Fr	18:18	0.28	
	23:11	0.14		23:26	0.07				
5	05:20	0.25	20	05:50	0.34	5	00:11	0.08	
	11:17	0.08		11:46	0.02		06:47	0.31	
Ma	17:59	0.29	Ti	18:28	0.36	Lø	12:47	0.09	
	23:49	0.14					19:12	0.28	
6	06:01	0.26	21	00:18	0.07	6	01:04	0.07	
	12:01	0.08		06:48	0.33		07:50	0.32	
Ti	18:44	0.28	On	12:43	0.03	Sø	13:48	0.10	
				19:33	0.35		20:15	0.28	
7	00:33	0.13	22	01:18	0.07	7	02:04	0.07	
	06:51	0.27		07:58	0.34		09:08	0.34	
On	12:52	0.08	To	13:53	0.04	Ma	17:04	0.09	
	19:38	0.28		20:59	0.34		⌄ 21:32	0.29	
8	01:24	0.12	23	04:17	0.07	8	03:16	0.06	
	07:51	0.28		09:32	0.35		10:39	0.36	
To	13:53	0.09	Fr	16:45	0.04	Ti	17:53	0.07	
	20:56	0.28	⋄	22:23	0.35		22:54	0.30	
9	02:29	0.12	24	05:07	0.05	9	05:11	0.04	
	09:17	0.29		10:48	0.37		11:41	0.38	
Fr	16:50	0.08	Lø	17:41	0.02	On	18:37	0.06	
⌄	22:33	0.29		23:22	0.35		23:52	0.32	
10	05:12	0.09	25	05:54	0.03	10	06:09	0.02	
	10:51	0.32		11:47	0.39		12:31	0.40	
Lø	17:44	0.06	Sø	18:33	0.01	To	19:16	0.05	
	23:26	0.31							
11	05:55	0.07	26	00:14	0.35	11	00:41	0.33	
	11:46	0.34		06:38	0.02		06:52	0.01	
Sø	18:32	0.05	Ma	12:39	0.40	Fr	13:16	0.40	
				19:24	0.02		19:46	0.05	
12	00:10	0.31	27	01:03	0.34	12	01:26	0.34	
	06:33	0.05		07:19	0.03		07:32	0.00	
Ma	12:33	0.37	Ti	13:27	0.40	Lø	13:59	0.40	
	19:15	0.05		20:13	0.03		20:12	0.05	
13	00:50	0.32	28	01:47	0.32	13	02:09	0.35	
	07:05	0.04		07:56	0.03		08:11	0.00	
Ti	13:15	0.38	On	14:12	0.38	Sø	14:40	0.39	
	19:51	0.05		21:00	0.06		20:42	0.05	
14	01:28	0.32	29	02:26	0.30	14	02:52	0.35	
	07:33	0.03		08:27	0.05		08:51	0.01	
On	13:55	0.39	To	14:53	0.36	Ma	15:22	0.38	
	20:18	0.06		21:36	0.09	●	21:18	0.05	
15	02:06	0.33	30	03:00	0.28	15	03:36	0.36	
	08:05	0.02		08:55	0.07		09:34	0.02	
To	14:35	0.39	Fr	15:28	0.34	Ti	16:05	0.37	
	20:45	0.06		21:44	0.11		21:57	0.05	
			31	03:29	0.26				
				09:21	0.08				
			Lø	15:58	0.31				
			○	21:57	0.14				
						31	04:09	0.29	
							10:08	0.10	
							To	16:28	0.27
								22:18	0.10

Tidspunkterne er givet i dansk normaltid (UTC+1 time). Når sommertid gælder, skal de opgivne tidspunkter øges med 1 time. Højderne er angivet i forhold til kortnul = laveste astronomiske tidevand (LAT).