

يتراوح ارتفاعها بين 0-100 متر فوق سطح البحر ويبلغ طولها 190 كلم ويتراوح عرضها بين 4 كلم في شمال البلاد و 40 كلم في جنوبها . تجتاز السهل في قسمه الجنوبي سلسلتان من الجبال : سلسلة جبال رأس الناقورة وسلسلة جبال الكرمل. في قسمه الجنوبي شاطئ تجميع واسع ومستقيم، وكلما اتجهنا إلى الشمال يتحول في غالبية إلى شاطئ جرف حيث تُضرب أمواجه بسلاسل الكركار مما يؤدي إلى تآكلها