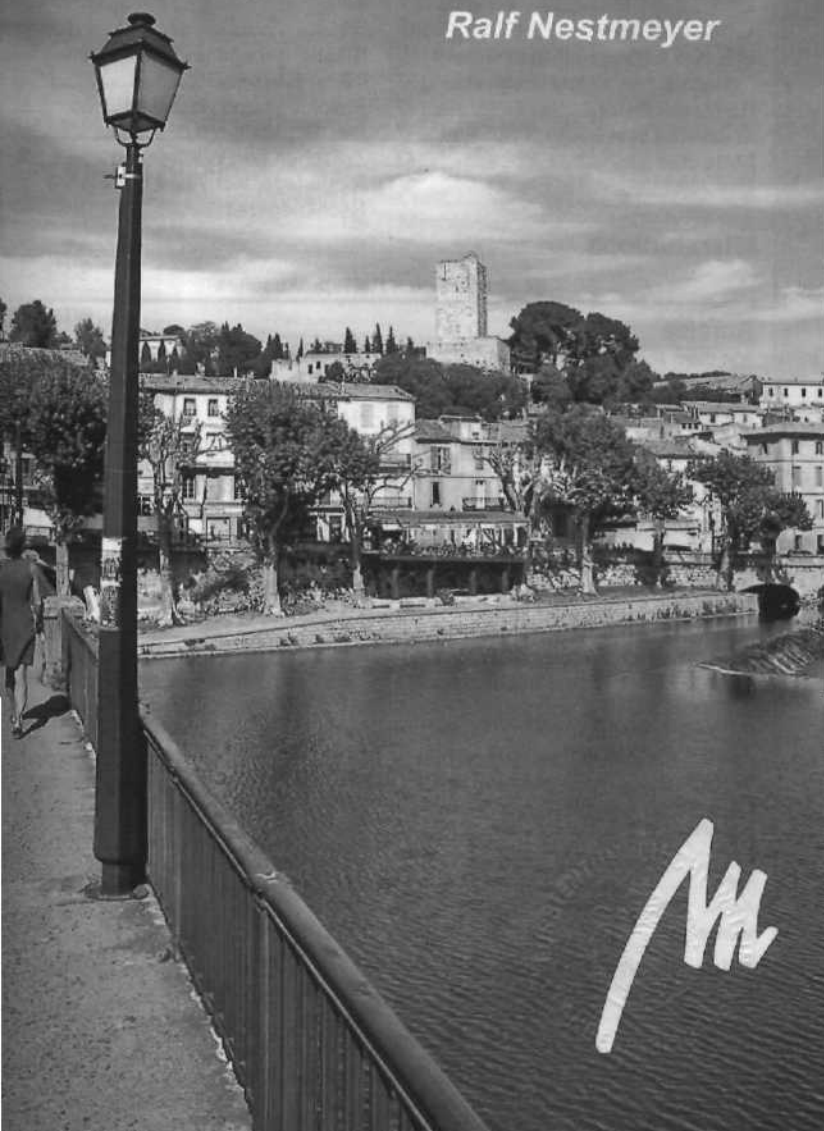


SÜDFRANKREICH

Ralf Nestmeyer



M

INHALT

Südfrankreich erleben

Landschaft und Geographie	20	Politik	31
Klima und Reisezeit	24	Verwaltung	33
Flora, Fauna und Naturschutz	26	Brauchtum, Feste und kulturelle Veranstaltungen	34
Wirtschaft	29		
Geschichte			37
Von den Anfängen bis zur griechischen Kolonisation	37	Glaubenskriege und Absolutismus	48
Römische Provinz	39	Revolution und Napoléon	51
Spätantike und frühes Mittelalter	41	Das 19. Jahrhundert	54
Mittelalter	42	Zwischen den Weltkriegen	55
Das Jahrhundert der Päpste	47	Niederlage, Vichy und Résistance	56
		Nachkriegszeit	58
Literaturtipps			59

Südfrankreich – Reisepraktisches

Anreise			68
Mit dem Auto oder Motorrad	68	Mit dem Flugzeug	75
Mit dem Zug	72	Mitfahrzentralen/Trampen	77
Unterwegs in der Region			78
Mit dem eigenen Fahrzeug	78	Taxi	80
Mit der Bahn	78	Mit dem Fahrrad	81
Mit dem Bus	79	Trampen	81
Mit dem Schiff	80		
Übernachten			82
Hotels	82	Jugendherbergen	86
Ferienhäuser und -wohnungen	85	Camping	87
Essen und Trinken			89
Südfranzösische Tafelfreuden	89	Wein	94
Freizeit, Sport und Strände			97
Angeln und Fischen	97	Pétanque („Boule“)	99
Baden	97	Reiten	100
Canyoning	98	Segeln und Surfen	100
Drachenfliegen	98	Skifahren	101
FKK	98	Strände	101
Golf	99	Tauchen	101
Kanu- und Wildwassersport	99	Tennis	101
Klettern	99	Wandern und Bergsteigen	101
Wissenswertes von A bis Z			102
Adressen	102	Dokumente	103
Arbeiten	102	Feiertage	103
Behinderte	102	Geld	104
Diplomatische Vertretungen	103	Gesundheit	104

Hauttiere.....	104	Radio.....	109
Information.....	104	Rauchen.....	109
Internet.....	106	Schwule und Lesben.....	109
Jagd.....	106	Sprache und Sprachkurse.....	109
Kochkurse.....	107	Telefonieren.....	111
Kriminalität.....	107	Thalassotherapie.....	112
Landkarten.....	107	Trinkgeld.....	112
Märkte.....	107	Waldbrände.....	112
Notruf.....	108	Zeitungen/Zeitschriften.....	112
Öffnungszeiten.....	108	Zollbestimmungen.....	113
Post.....	109		

Südfrankreich – die Reiseziele

Das Tal der Rhône	116		
Lyon	117	Crest.....	136
Vienne.....	126	Montélimar.....	136
Zwischen Vienne und Valence.....	131	Pierrelatte.....	139
Valence.....	133		
Drôme	140		
Grignan.....	140	Suze-la-Rousse.....	146
Taulignan.....	143	Saint-Restitut.....	147
Valréas.....	143	Saint-Paul-Trois-Châteaux.....	147
Richerenches.....	144	La Garde-Adhémar.....	148
Nyons.....	144		
Hautes-Alpes	149		
Gap.....	149	Embrun.....	153
Lac de Serre-Ponçon.....	151		
Haute-Provence	155		
Sisteron.....	156	Digne-les-Bains.....	172
Vallée du Jabron.....	158	Réserve Naturelle Géologique de Haute Provence.....	175
Montagne de Lure.....	158	Grand Canyon du Verdon	176
Volonne/Château-Arnoux.....	159	Erkundungstouren.....	176
Forcalquier.....	161	Moustiers-Sainte-Marie.....	178
Pays de Forcalquier	163	La Palud-sur-Verdon.....	181
Banon.....	163	Lac de Sainte-Croix	182
Prieuré de Ganagobie.....	165	Sainte-Croix-du-Verdon.....	182
Lurs.....	165	Bauduen.....	182
Mane.....	166	Les-Salles-sur-Verdon.....	183
Dauphin.....	166	Aiguines.....	183
Observatoire de Haute-Provence.....	166	Riez.....	184
Simiane-la-Rotonde.....	167	Valensole.....	186
Manosque.....	167	Allemagne-en-Provence.....	186
Nordwestliche Umgebung.....	171	Am Unterlauf des Verdon	187
Céreste.....	171	Gréoux-les-Bains.....	187
Prieuré de Carluc.....	171	Esparron-de-Verdon.....	187
Reillanne.....	171	Quinson.....	189

Castellane.....	190	Am Rand der Seealpen	193
Trigance.....	192	Saint-André-les-Alpes.....	193
Vallée des Sirènes.....	192	Annot.....	193
Lac de Castillon.....	193	Entrevaux.....	194
Alpes Maritimes			196
Roya-Tal	196	Utelle.....	209
Breil-sur-Roya.....	197	Lantosque.....	209
Saorge.....	198	La Bollène Vésubie.....	210
Tende.....	200	Roquebillière.....	210
Saint-Dalmas-de-Tende.....	201	Saint-Martin-Vésubie.....	210
La Brigue.....	202	Venanson.....	211
Mercantour-Nationalpark	203	Alpha-Loup.....	211
Vallée des Merveilles und		Madone de Fenêtre.....	212
Vallée de Fontanalbe.....	204	Valberg.....	212
Sospel.....	206	Guillaumes.....	212
Col de Turini.....	208	Puget-Théniers.....	213
Vésubie-Tal	208	Touët-sur-Var.....	214
Levens.....	208	Villars-sur-Var.....	214
Côte d'Azur			215
Menton	216	Gourdon.....	270
Sainte-Agnès.....	223	Le Bar-sur-Loup.....	270
Gorbio.....	223	Valbonne.....	271
Von Menton nach Nizza.....	224	Villeneuve-Loubet.....	271
Roquebrune-Cap-Martin.....	224	Biot.....	272
Wandern.....	226	Antibes	274
Monaco	226	Juan-les-Pins.....	278
Cap d'Ail.....	234	Golfe-Juan.....	282
La Turbie.....	235	Vallauris.....	282
Eze.....	236	Mougins.....	284
Beaulieu-sur-Mer.....	238	Cannes	285
Saint-Jean-Cap-Ferrat.....	240	Iles de Lérins.....	292
Villefranche-sur-Mer.....	242	Ile de Sainte-Marguerite.....	292
Nizza (Nice)	245	Ile de Saint-Honorat.....	292
Hinterland von Nizza.....	261	Massif de l'Estérel	294
Lucéram.....	261	La Napoule.....	295
L'Escarène.....	261	Théoule-sur-Mer.....	295
Peille.....	262	Le Trayas.....	295
Peillon.....	262	Agay.....	296
Contes.....	262	Saint-Raphaël.....	296
Coaraze.....	263	Fréjus.....	298
Küste und Hinterland zwischen		Roquebrune-sur-Argens.....	301
Nizza und Antibes.....	263	Saint-Aygulf.....	302
Cagnes.....	263	Sainte-Maxime.....	303
Saint-Paul-de-Vence.....	265	Saint-Tropez	304
Vence.....	267	Gassin.....	312
Saint-Jeannet.....	268	Ramatuelle.....	313
Tourrettes-sur-Loup.....	269	Port Grimaud.....	314
Gorges du Loup.....	269	Grimaud.....	315

Cogolin.....	316	Iles d'Hyères.....	326
Massif des Maures	317	Toulon	327
La Garde-Freinet.....	317	Sanary-sur-Mer.....	333
Collobrières.....	318	Bandol.....	336
Chartreuse de la Verne.....	319	Im Hinterland von Bandol und La Ciotat.....	337
Die Küste westlich von Saint-Tropez.....	319	La Cadière d'Azur.....	337
La Croix-Valmer.....	319	Le Castellet.....	337
Cavalaire-sur-Mer.....	320	Evenos.....	337
Domaine du Rayol.....	321	La Ciotat	338
Le Lavandou.....	321	Corniche des Crêtes.....	340
Bormes-les-Mimosas.....	322	Cassis.....	341
Hyères	324	Calanques.....	344

Von Grasse nach Aix-en-Provence..... 347

Grasse	347	Entrecasteaux.....	360
Fayence.....	351	Cotignac.....	362
Tourrettes.....	352	Sillans-la-Cascade.....	362
Mons.....	352	Salernes.....	363
Saint-Cézaire-sur-Siagne.....	352	Villecroze.....	363
Cabris.....	353	Tourtour.....	364
Saint-Vallier-de-Thiery.....	353	Châteaudouble.....	364
Seillans.....	354	Aups.....	364
Bargemon.....	354	Régusse.....	365
Draguignan.....	355	Fox-Amphoux.....	365
Les Arcs-sur-Argens.....	357	Barjols.....	366
Lorgues.....	358	Brignoles.....	366
Le Luc-en-Provence.....	358	Saint-Maximin-La-Sainte-Baume.....	368
Haut-Var	359	Aix-en-Provence	369
Le Thoronet.....	359	Montagne Sainte-Victoire.....	380
Abbaye du Thoronet.....	359		

Vaucluse..... 381

Orange	381	Carpentras	416
Mornas.....	386	Venasque.....	419
Sérgignan-du-Comtat.....	386	Pernes-les-Fontaines.....	420
Châteauneuf-du-Pape.....	388	Le Thor.....	421
Avignon	389	Fontaine-de-Vaucluse.....	422
Villeneuve-lès-Avignon.....	402	L'Isle-sur-la-Sorgue.....	424
Barbentane.....	406	Cavaillon	426
Rund um den Mont Ventoux	407	Gordes.....	428
Vaison-la-Romaine.....	407	Abbaye de Sénanque.....	430
Dentelles de Montmirail	412	Roussillon.....	432
Gigondas.....	412	Saint-Saturnin-lès-Apt.....	433
Séguret.....	413	Rustrel.....	433
Mont Ventoux	414	Lubéron	434
Maiaucène.....	414	Am Nordhang des Lubéron.....	435
Le Barroux.....	415	Apt.....	435
Sault.....	415	Saignon.....	437
Gorges de la Nesque.....	416	Buoux.....	438

Bonnieux.....	439	Lourmarin.....	443
Lacoste.....	440	Cucuron.....	444
Abbaye de Saint-Hilaire.....	441	La Tour-d'Aigues.....	445
Ménerbes.....	441	Pertuis.....	446
Oppède-le-Vieux.....	441	Ansouis.....	446
Goult.....	442	Cadenet.....	447
Am Südhang des Lubéron.....	443	Abbaye de Silvacane.....	447

Bouches-du-Rhône..... 448

Marseille	448	Les Saintes-Maries-de-la-Mer.....	476
Hinterland von Marseille.....	463	Salin-de-Giraud.....	482
Aubagne.....	463	Arles	483
Massif de la Sainte-Baume.....	464	Abbaye de Montmajour.....	493
Rund um den Etang de Berre.....	465	Saint-Martin-de-Crau.....	493
Martigues.....	465	Zwischen Arles und Avignon:	
Fos-sur-Mer.....	467	Les Alpilles	494
Salon-de-Provence	468	Les Baux-de-Provence.....	494
Mémorial Jean Moulin.....	471	Fontvieille.....	497
Grottes de Calès.....	472	Saint-Rémy-de-Provence.....	497
La Barben.....	472	Glanum.....	500
Lançon-de-Provence.....	472	Maillane.....	501
Pont Flavien bei Saint-Chamas.....	472	Tarascon.....	501
Camargue	473		

Ardèche und Cèze..... 503

Gorges de l'Ardèche	504	Gorges de la Cèze	513
Vallon-Pont-d'Arc.....	507	Bagnols-sur-Cèze.....	513
La Route des Gorges de l'Ardèche.....	509	Umgebung der Cèze.....	514
Grotte de la Madeleine.....	510	Chartreuse de Valbonne.....	514
Grotte de Saint-Marcel.....	510	La Roque-sur-Cèze.....	514
Aven de Marzal.....	510	Goudargues.....	515
Saint-Martin-d'Ardèche.....	510	Barjac.....	515
Pont-Saint-Esprit.....	511	Orgnac l'Aven.....	516

Rund um Nîmes und Uzès..... 517

Uzès.....	517	Nîmes.....	527
Pont du Gard.....	522	Sommières.....	538
Collas.....	526	Beaucaire.....	540
Castillon-du-Gard.....	526		

Petite Camargue..... 544

Saint-Gilles.....	544	La Grande-Motte.....	550
Lunel.....	547	Le Grau-du-Roi.....	551
Aigues-Mortes.....	548	Port-Camargue.....	552

Cevennen..... 553

Mende	555	Rund um den Mont Lozère	562
Lanuéjols.....	559	Le Pont-de-Montvert.....	563
Marvejols.....	560	Villefort.....	563
La Canourgue.....	561	Florac.....	564

Gorges du Tarn	566	Alès	577
Ispagnac	568	Anduze	580
Sainte-Enimie	569	La Bambouseraie de Prafrance	584
Saint-Chély-du-Tarn	569	Mas Soubeyran	585
La Malène	570	Saint-Jean-du-Gard	586
Les Vignes	570	Mont Aigoual	587
Le Rozier/Peyreleau	571	Gorges de la Dourbie	587
Chaos de Montpellier-le-Vieux	571	La Couvertorade	588
Causse Méjean	571	Le Vigan	588
Millau	572	Ganges	589
Roquefort-sur-Soulzon	575	Cirque de Navacelles	590
Gorges de la Jonte	576	Sauve	590
Meyrueis	576	Saint-Hippolyte-du-Fort	591
Südcevennen	577		
Hérault			593
Montpellier	593	Oppidum d'Ensérune	628
Palavas-les-Flots	607	Abbaye de Fontcaude	629
Maguelone	607	Murviel-lès-Béziers	629
Carnon-Plage	608	Lodève	629
Sète	608	Saint-Guilhem-le-Désert	632
Bassin de Thau	614	Clermont-l'Hérault	634
Agde und Cap d'Agde	614	Villeneuve	635
Pézenas	617	Cirque de Mourèze	635
Béziers	620	Lac du Salagou	636
Valras-Plage	628		
Haut-Languedoc			637
Bédarieux	637	Roquebrun	642
Lamalou-les-Bains	638	Saint-Pons-de-Thomières	643
Gorges d'Héric	640	La Salvetat-sur-Agout	643
Bardou	641	<i>Minerve</i>	644
Olargues	642		
Aude – im Katharerland			646
Narbonne	646	Limoux	672
Die Küste vor Narbonne	655	Alet-les-Bains	673
Gruissan	655	Lagrasse	675
Montagne de la Clape	656	Villeroze-Termenès	677
Narbonne-Plage	657	Cucugnan	678
Abbaye de Fontfroide	657	Château de Quéribus	678
Réserve africaine de Sigean	659	Château de Peyrepertuse	679
Carcassonne	659	Quillan	680
Villeneuve-Minervoise	666	Lapradelle/Puilaurens	681
Lastours	666	Axat	682
Caunès-Minervoise	667	Puivert	682
Rieux-Minervoise	667	Chalabre	683
Castelnaudary	668	Montségur	683
Fanjeaux	671	Rennes-le-Château	684
Montolieu	671	Arques	684
Abbaye de Villelongue	671		

Roussillon und Pyrenäen	685		
Vallée de la Têt.....	686	Céret.....	704
Ille-sur-Têt.....	686	Amélie-les-Bains.....	706
Prades.....	687	Arles-sur-Tech.....	707
Abbaye de Saint-Michel-de-Cuxa.....	691	Prats-de-Mollo.....	708
Villefranche-de-Conflent.....	691	Perpignan.....	709
Olette.....	693	Rund um Perpignan.....	718
Corneilla-de-Conflent.....	693	Elne.....	718
Vernet-les-Bains.....	694	Saint-Génis-des-Fontaines.....	720
Abbaye de Saint-Martin- du-Canigou.....	695	Saint-André-de-Sorède.....	720
Pic du Canigou.....	696	Salses-le-Château.....	720
Les Aspres	698	Tautavel.....	722
Thuir.....	698	Côte Radieuse.....	723
Castelnou.....	699	Leucate.....	723
Prieuré de Serrabone.....	699	Port-Leucate.....	723
Cerdagne	700	Port-Barcarès.....	724
Mont-Louis.....	700	Canet Plage.....	724
Font-Romeu.....	702	Saint-Cyprien-Plage.....	724
Llívia.....	702	Côte Vermeille.....	724
Dorres.....	703	Argelès-sur-Mer.....	724
Llo.....	703	Collioure.....	726
Vallée du Tech.....	704	Port-Vendres.....	731
		Banyuls-sur-Mer.....	732
Toulouse, Albi und die Region Midi-Pyrénées	733		
Toulouse.....	733	Gorges de l'Aveyron.....	755
Foix.....	745	Cordes-sur-Ciel.....	755
Mirepoix.....	746	Castelnau de Montmiral.....	756
Ax-les-Thèrmes.....	748	Lautrec.....	757
Albi.....	748	Castres.....	757
Gaillac.....	755		
Etwas Französisch	761		
Register	772		

Zeichenerklärung für die Karten und Pläne

 Autobahn	 Aussicht, Höhle	 Information
 Asphaltstraße	 Kirche/Kapelle, Kloster	 Parkplatz
 Wanderweg	 Schloss/Festung, Turm	 Post, Telefon
 Bahnlinie	 Allg. Sehenswürdigkeit	 Bushaltestelle
 Strand	 Flughafen/ -platz	 Museum
 Gewässer	 Campingplatz	 Wegweiser
 Grünanlage	 Leuchtturm	 Ruine
 Berggipfel	 Sendemast	 Torbogen

Kartenverzeichnis

		hintere Umschlagklappe	
Südfrankreich Übersicht		vordere Umschlagklappe	
Agde	516	Marseille	450/451
Aix-en-Provence	372/373	Marseille Innenstadt	456/457
Aix-en-Provence/Montagne		Marseille und Umgebung	462/463
Ste. Victoire	380	Massif du Canigou	697
Albi	751	Mende	559
Alès	579	Menton	218/219
Alpes Maritimes	198/199	Millau	574
Antibes	276	Monaco	230/231
Apt	436	Montélimar	136/137
Ardèche	505	Montpellier	600/601
Arles	486/487	Narbonne	650/651
Aude - Nord	652/653	Narbonne/Küste	657
Aude - Süd	674/675	Nîmes	530/531
Avignon	394/395	Nizza	248/249
Beaucaire	542/543	Nizza Innenstadt	252/253
Béziers	624/625	Nordcevennen	556/557
Camargue	474/475	Orange	383
Cannes	288/289	Perpignan	712/713
Canyon du Verdon	178/179	Perpignan/Küste	721
Carcassonne	662/663	Petite Camargue	545
Carpentras	418	Pézenas	619
Cassis	343	Plateau de Valensole und Grand Canyon du Verdon	180/181
Castelnaudry	668/669	Provenzalische Weinanbaugebiete	95
Castres	758	Pyrenäen	688/689
Cavaillon	427	Rhôneal von Lyon bis Montélimar	136/137
Céret	705	Rund um den Etang de Berre	466
Collioure	728/729	Rund um den Mont Ventoux	410
Côte d'Azur rund um Cannes	280/281	Rund um Toulouse und Foix	747
Côte d'Azur von Menton bis Nizza	224	Saint-Rémy	499
Côte d'Azur von Saint-Tropez bis Toulon	314/315	Saint-Tropez	308/309
Départements	33	Salon-de-Provence	469
Digne-les-Bains	173	Sète	613
Draguignan	356	Sisteron, Manosque und das Pays de Forcalquier	159
Drôme	141	Strände um Saint-Tropez	311
Florac	565	Südcevennen	582/583
Gard	524/525	Tal der Rhône	118
Grand Canyon du Verdon	178/179	Toulon	330/331
Grasse	349	Toulouse	738/739
Haut-Languedoc	638/639	Um Avignon und Orange	367
Haut-Var	360/361	Uzès	520/521
Hérault	594/595	Vaison-la-Romaine	408/409
Hyères	325	Valence	135
Les Saintes-Maries-de-la-Mer	478	Vallée des Merveilles (Parc de Mercantour)	204
L'Isle-sur-la-Sorgue	424/425	Vienne	128/129
La Ciotat	339	Zwischen Arles und Avignon	494
Lodève	631		
Lubéron	434/435		
Manosque	169		

