

Unterwegs in der Normandie

Eine Reise durch die Normandie....	6
Die Normandie aktiv erleben	18
Familienurlaub in der Normandie..	22
Die Touren in diesem Buch	23

Wander- und Erlebnistouren

OSTKÜSTE UND BOUCLES

DE LA SEINE 28

1 | Criel-sur-Mer 38

Einsame Klippen am Rand der Normandie
(3 h, 9,2 km, ↑170 m)

2 | Klippen und Strand..... 42

Entdeckungen bei Varengeville
(3 h, 6,6 km, ↑210 m)

3 | Forêt d'Eawy..... 46

Auf der Allée des Limousins durch den Wald der Herzöge
(2 h 30, 7,4 km, ↑140 m)

4 | Im Tal der Durdent 50

Radtour zwischen Meer, Wiesen und Wald
(3 h, 26,3 km, ↑160 m)

5 | Zum höchsten Kap der Alabasterküste..... 56

Aussichten bei Fécamp
(2 h 15, 5,7 km, ↑135 m)

6 | Die Klippen von Étretat..... 62

Zum Highlight der Alabasterküste
(3 h 30, 10,9 km, ↑370 m)

7 | An der Seine bei Villequier ... 68

Stille Wälder und weite Aussichten
(2 h, 6,1 km, ↑160 m)

8 | Abbaye de Jumièges 72

Kloster und Kirche ohne Dach
(2 h)

9 | Forêt de Roumare..... 76

Durch alten Wald zum Reich der wilden Tiere
(3 h 30, 10,4 km, ↑145 m)

10 | Lyons-la-Forêt 80
*Beschauliche Tour rund um das
Dorf-Juwel*
(3 h, 7,9 km, ↑200 m)

CALVADOS 84

11 | Entdeckungen bei Honfleur...94
*Bois de Breuil und Strand der
Seine-Mündung*
(2 h 30, 8,3 km, ↑140 m)

Belle Epoque und Fin de Siècle ...98
Die Zeit der Jahrhundertwende
in Frankreich und Europa

12 | Source de l'Orbiquet 100
*Von einer Karstquelle zu
einsamen Tälern*
(4 h 30, 14,1 km, ↑250 m)

13 | Baie de la Orne 104
Radtour im Delta der Orne
(3 h, 29 km, ↑120 m)

14 | Caen 110
Die Stadt der Normannen
(3 h, 3,9 km, ↑30 m)

**Wilhelm der Eroberer und
Mathilde von Flandern 116**
Eine Geschichte aus der
Blütezeit der Normannen

15 | Gold Beach 120
Naturparadies und D-Day Memorial
(3 h 30, 10,6 km, ↑160 m)

16 | Omaha Beach 124
*Traumstrand mit entsetzlicher
Geschichte*
(2 h, 5,7 km, ↑120 m)

D-Day und Landungsstrände ...128
Die Befreiung Frankreichs im
Zweiten Weltkrieg

17 | La Baie des Veys 130
Zu einem einsamen Küstenabschnitt
(4 h 30, 13,4 km, ↑40 m)

18 | Bois de Grimbosq 134
Entdeckungen im Wald
(3 h, 8,9 km, ↑150 m)

19 | Die Schleife der Orne 138
Viel Wald und Natur am Orne-Bogen
(2 h 30, 6,3 km, ↑280 m)

**20 | Pain de Sucre und
Rochers des Parcs..... 142**
*Die Felswände der Normannischen
Schweiz*
(3 h, 8,8 km, ↑270 m)

DIE HALBINSEL COTENTIN 146

21 | Marais du Cotentin 154
*Auf Lehrpfaden durch ein
Feuchtgebiet*
(1 h, 2,7 km, ↑10 m)

Im Sumpf und im Watt 158
Vogelschutzgebiete in der Normandie

22 | Im Tal der Sinope 162
Entdeckungen bei Quineville
(4 h, 11,5 km, ↑250 m)

23 | Stille Runde bei Barfleur... 167
*Landleben und Strände beim
Tourismushighlight*
(3 h, 9 km, ↑70 m)

24 | Cap Levi 172
Ein Kap zum Genießen
(1 h 30, 4,9 km, ↑60 m)

25 | Nez de Jobourg..... 176

Die bekannteste Felsküste der Normandie

(3 h, 8,5 km, ↓1350 m)

26 | Der See in den Dünen 180

Das Naturparadies an der Réserve Naturelle Mare de Vauville

(3 h 15, 10,1 km, ↓170 m)

27 | Cap de Flamanville 186

Wilde Klippen und alte Wälder

(3 h, 8,2 km, ↓220 m)

28 | Die Dünen von Créances ... 191

Durch Dünen und Heide zum größten Naturhafen der Westküste

(2 h 15, 6,8 km, ↓130 m)

29 | Falaises de Carolles..... 196

Auf den Felsen über der Bucht des Mont-Saint-Michel

(2 h, 6,1 km, ↓190 m)

30 | Radtour am

Mont-Saint-Michel..... 201

Alleen und weite Salzwiesen am berühmten Klosterberg

(3 h, 36 km, ↓130 m)

31 | Mont-Saint-Michel..... 208

Wie eine Fata Morgana über der Bucht

(4–5 h)

32 | Fôret de Villegardier 212

Ein stiller Wald mit Geschichte

(2 h 45, 8,5 km, ↓185 m)

DIE NATURPARKS VON ORNE... 216

33 | Gorges de la Rouvre..... 222

Vom Aussichtspunkt Roche d'Oëtre hinab in die Schlucht der Rouvre

(3 h 30, 9 km, ↓200 m)

34 | Le Vieux Saint-Aubert 226

Zu den Ruinen einer Siedlung an der Orne

(1 h 30, 3,8 km, ↓150 m)

35 | Fôret des Andaines 229

Auf Forstwegen und Pfaden durch einen alten Wald

(3 h, 9,4 km, ↓120 m)

36 | Gorges de Villiers 232

Entdeckungen rund um eine spannende Schlucht

(2 h, 4,8 km, ↓200 m)

37 | Fôret d'Ecouvies..... 236

Unterwegs im höchsten Wald der Normandie

(4 h, 12 km, ↓290 m)

38 | Abbaye la Trappe..... 240

Am ersten Kloster der Trappisten

(2 h, 5,2 km, ↓180 m)

Reiseinfos

Anreise in die Normandie 244

In der Normandie unterwegs ... 244

Unterkunft und Übernachtung.. 248

Register 258

Autorin 260

Impressum..... 261