

# **Wissenswertes über das Languedoc-Roussillon**

<b>Frankreichs ›anderer Süden‹</b>	12
Steckbrief Languedoc-Roussillon	14
<b>Natur und Umwelt</b>	16
Naturräume	16
Naturparks	20
<b>Wirtschaft, Soziales und aktuelle Politik</b>	22
Tourismus im steten Aufwind	22
Demografisches Ungleichgewicht	22
Integrationsprobleme	23
Druck von rechts	23
Protestanten mit Gewicht	23
<b>Geschichte</b>	26
Vorgeschichte	26
Antike und frühes Mittelalter	26
Mittelalter und frühe Neuzeit	27
Religionskriege und Ancien Régime	27
Neuzeit und Gegenwart	30
Zeittafel	32
<b>Gesellschaft und Alltagskultur</b>	36
Katalanisch	36
Pétanque ...	36
... und andere Spiele	37
Stierkampf light	37
Jagen	37
Anarchie im Alltag	37
Feste und Festivals	40
<b>Architektur und Kunst</b>	46
Architektur	46
Literatur	47
Malerei	50
<b>Essen und Trinken</b>	52
La Cuisine du terroir	52
Weine des Languedoc-Roussillon	53
Restaurants und Lokale	56
Kulinarisches Lexikon	58

# **Wissenswertes für die Reise**

Informationsquellen	62
Reise- und Routenplanung	66
Anreise und Verkehr	70
Unterkunft	73
Sport und Aktivurlaub	76
Einkaufen	81
Ausgehen	82
Gut zu wissen	83
Reisekasse und Reisebudget	86
Reisezeit und Reiseausrüstung	87
Sprachführer	90

## **Unterwegs im Languedoc-Roussillon**

### **Kapitel 1 Im Norden des Languedoc**

<b>Auf einen Blick: Im Norden des Languedoc</b>	96
<b>An den Ufern von Ardèche und Cèze</b>	98
An den Ufern der Ardèche	98
Aktiv unterwegs:	
Kanufahren auf der Ardèche	104
Im Tal der Cèze	105
Barjac	108
<b>Mont Lozère und Nord-Cévennen</b>	110
Mont Lozère	110
Le Pont-de-Montvert und das obere Tarn-Tal	111
Aktiv unterwegs:	
Wanderung im Quellgebiet des Tarn	116
La Garde-Guérin und die Gorges du Chassezac	117
Florac	118
Parc National des Cévennes	119
Gorges du Tarn	120
Causse Méjan	124
Aktiv unterwegs:	
Viehauftrieb auf den Aubrac	125

Mende	126
Marvejols und Umgebung	128
<b>Süd-Cevennen</b>	132
Meyrueis, Gorges de la Jonte und Causse Noir	132
Millau	134
Roquefort-sur-Soulzon und Causse du Larzac	138
Aktiv unterwegs:	
Wandern auf dem Mont Aigoual	140
Vom Mont Aigoual nach St-Hippolyte-du-Fort	142
Corniche des Cévennes	146
St-Jean-du-Gard und	
Bambouseraie de Prafrance	146
Anduze, Gardon de Mialet und Vallée Française	150
Ganges und oberes Tal des Hérault	152
Cirque de Navacelles und Gorges de la Vis	154
Aktiv unterwegs:	
Vom Cirque de Navacelles in die Gorges de la Vis	155

## **Kapitel 2 Im Osten des Languedoc**

<b>Auf einen Blick: Im Osten des Languedoc</b>	158
<b>Nîmes und Umland</b>	160
Avantgardearchitektur	160
Orientierung	160
Das römische Nîmes	161
Die Altstadt	163
Ausflug in die Garrigue von Nîmes	164
<b>Über die Thymian-Route an die Rhône</b>	170
La Route du Thym	170
Uzès	170
Pont du Gard	173
Aktiv unterwegs:	
Mit dem Kanu unter dem Pont du Gard	176
Villeneuve-lez-Avignon	177
Beaucaire	178
<b>Petite Camargue</b>	182
Von St-Gilles zur Source Perrier	182
Aigues-Mortes und Umgebung	185
Le Grau-du-Roi und Port-Camargue	187
Aktiv unterwegs:	
Reiten wie ein Camargue-Cowboy	190

## **Kapitel 3 Die Mitte des Languedoc**

<b>Auf einen Blick: Die Mitte des Languedoc</b>	196
<b>Montpellier</b>	198
Boomtown unter Palmen	198
Stadtentwicklung	198
Städtebau	199
Geschichte	199
Von Antigone zur Place de la Comédie	200
Nördliche Altstadt	202
Südliche Altstadt	208
Promenade du Peyrou und Jardin des Plantes	209
Port Marianne und Odysseum	209
<b>Durch die Garrigue von Montpellier</b>	218
Von Montpellier nach Sommières	218
Rund um den Pic St-Loup	221
Aktiv unterwegs:	
Rundwanderung um den Pic St-Loup	222
Im Tal des Hérault	225
<b>Die Küste des Hérault mit Hinterland</b>	228
La Grande-Motte	228
Von Carnon-Plage nach Frontignan	231
Aktiv unterwegs:	
Wanderung um den Etang du Prévost	236
Sète	236
Am Etang de Thau	241
Le Cap d'Agde und Agde	243
Béziers	246
Durch die Weinberge von St-Chinian	253
Pézenas und Umgebung	255
<b>Im Oberen Hérault</b>	259
Clermont-l'Hérault	259
Aktiv unterwegs:	
Mountainbiken am Lac du Salagou	260
Rund um den Lac du Salagou	260
Lodève	261
Bédarieux und das obere Vallée de l'Orb	263
Abbaye de Sylvanès und Dourdou-Tal	264
Monts de l'Espinouse	266
Unteres Vallée de l'Orb und Vallée des Jaur	267
Aktiv unterwegs:	
Wanderung auf dem Mont Caroux	270

## **Kapitel 4 Im Westen des Languedoc**

<b>Auf einen Blick: Im Westen des Languedoc</b>	274
<b>Canal du Midi und Montagne Noire</b>	276
Canal du Midi	276
Carcassonne	280
Castelnau-d'Oléron	288
Montagne Noire	289
<b>Minervois, Corbières und Fitou</b>	293
Minervois	293
Aktiv unterwegs:	
Von Minerve in die Gorges du Briant	294
Narbonne	301
Corbières	306
Aktiv unterwegs:	
Der Weg des Briefträgers	310
Fitou	314
<b>Die Küste des Départements Aude</b>	316
Montagne de la Clape	316
Côte Narbonnaise	317
Etang de Bages	322
Etang de Leucate ou Salses	324
<b>Pays cathare</b>	327
Katharer à la carte	327
Von Tautavel nach Cucugnan	327
Aktiv unterwegs:	
Auf den Spuren der Katharer	330
Die Katharerburgen	332

## **Kapitel 5 Das Roussillon**

<b>Auf einen Blick: Das Roussillon</b>	340
<b>Oberes Aude-Tal und Capcir</b>	342
Limoux und Umgebung	342
Unterwegs nach Quillan	344
Das Quercorb	347
Vom Aude-Tal bis zum Capcir	348
Das Capcir	349
<b>Küste und Ebene des Roussillon</b>	352
Roussillon-Ebene und der Fenouillèdes	352

La Côte Sablonneuse	353
Elne	357
Argelès und Le Racou-Plage	358
La Côte Vermeille	360
Aktiv unterwegs:	
Wanderung von Collioure zur Tour Madeloc	364
Banyuls-sur-Mer und die Route des Crêtes	366
Cerbère	369
Abstecher nach Port-Bou	370
<b>Perpignan und die Aspres</b>	371
Perpignan	371
Die Aspres	380
<b>Conflent, Albères, Vallespir und Cerdagne</b>	384
Der Conflent	384
Aktiv unterwegs:	
Aufstieg zum Pic du Canigou	388
Aktiv unterwegs:	
Achterbahn ins Gebirge – Le Petit Train jaune	394
Albères	396
Vallespir	398
Die Cerdagne	402
<b>Register</b>	408
<b>Abbildungsnachweis/Impressum</b>	416