

Hintergründe & Infos

20

Landschaft und Geographie		22
Flora, Fauna und Naturschutz		24
Klima und Reisezeit		27
Wirtschaft		29
Politik		32
Verwaltung		33
Brauchtum, Feste und kulturelle Veranstaltungen		34
Geschichte		37
Von den Anfängen bis zur griechischen Kolonisation	37	Die Provence wird französisch 45
Römische Provinz	38	Revolution und Napoléon 50
Spätantike und frühes Mittelalter	40	Das 19. Jahrhundert 51
Mittelalter	42	Zwischen den Weltkriegen 52
Das Jahrhundert der Päpste	44	Niederlage, Vichy und Résistance 53
		Nachkriegszeit 55
Literaturtipps		56
Die Provence im Film		62
Anreise		63
Unterwegs in der Region		72
Übernachten		76
Essen & Trinken		84
Outdoor, Sport und Strände		91
Wissenswertes von A bis Z		98
Adressen	98	Diplomatische Vertretungen 99
Arbeiten	98	Dokumente 99
Behinderte	98	Feiertage 99

Fotografieren	99	Pastrage	105
Geld	100	Post	105
Gesundheit	100	Radio	105
Haustiere	100	Rauchen	105
Heißluftballons	101	Santons	105
Information	101	Schwule und Lesben	106
Internet	101	Sprache und Sprachkurse	106
Jagd	102	Strom	108
Kochkurse	102	Telefonieren	108
Kriminalität	102	Trinkgeld	108
Landkarten	103	Waldbrände	108
Märkte	103	Zeitungen/Zeitschriften	108
Notruf	104	Zollbestimmungen	109
Öffnungszeiten	104		

Provence & Côte d'Azur – Reiseziele 110

Haute-Provence 112

Sisteron	113	Dauphin	129
Vallée du Jabron	116	Observatoire de Haute-Provence	129
Montagne de Lure	117	Simiane-la-Rotonde	130
Volonne/Château-Arnoux	118	Oppedette	130
Forcalquier	120	Manosque	131
Pays de Forcalquier	124	Céreste	137
Saint-Etienne-lès-Orgues	124	Prieuré de Carluc	138
Banon	124	Reillanne	138
Prieuré de Ganagobie	126	Viens	139
Lurs	127	Digne-les-Bains	140
Man	128		

Grand Canyon du Verdon 146

Moustiers-Sainte-Marie	150	Riez	159
La Palud-sur-Verdon	154	Allemagne-en-Provence	160
Lac de Sainte-Croix	155	Valensole	161
Orte rund um den Lac de Sainte-Croix	156	Am Unterlauf des Verdon	161
Sainte-Croix-du-Verdon	156	Quinson	161
Bauduen	156	Esparron-de-Verdon	163
Les Salles-sur-Verdon	157	Gréoux-les-Bains	165
Aiguines	158	Saint-Julien-le-Montagnier	166

Castellane	167	Comps-sur-Artuby	171
Vallée des Sirènes	170	Am Rand der Seealpen	171
Lac de Castillon	170	Saint-André-les-Alpes	171
Senez	170	Annot	173
Trigance	170	Entrevaux	174

Alpes Maritimes 176

Roya-Tal (Vallée de la Roya)	176	Utelle	194
Breil-sur-Roya	177	Lantosque	195
Saorge	181	La Bollène Vésubie	195
Tende	182	Roquebillière	196
La Brigue	185	Saint-Martin-Vésubie	196
Mercantour-Nationalpark	187	Valberg	201
Vallée des Merveilles und Vallée de Fontanalbe	187	Guillaumes	201
Sospel	190	Villars-sur-Var	203
Vésubie-Tal	193	Touët-sur-Var	203
Levens	193	Puget-Théniers	204

Côte d'Azur 206

Menton 208

Sainte-Agnès	219	Grimaldi-Grotten (Balzi Rossi)	220
Gorbio	219	Giardini Hanbury	220
Castellar	220	Ventimiglia	221
Castillon	220		

Von Menton nach Nizza 221

Roquebrune-Cap-Martin	222
-----------------------	-----

Monaco 225

Monaco-Stadt	234	La Turbie	239
Monte Carlo	236	Eze	240
Fontvieille-Viertel	236	Beaulieu-sur-Mer	242
Jardin Exotique	237	Saint-Jean-Cap-Ferrat	245
Cap d'Ail	238	Villefranche-sur-Mer	248

Nizza (Nice) 252

Rund um Schlossberg und Hafen	267	Auf dem Paillon zwischen Alt- und Neustadt	269
Altstadt (Vieux Nice)	268	Entlang und hinter der Promenade des Anglais	270

Strände	272	L'Escarène	275
Im Norden Nizzas	273	Peille	275
Stadtteil Cimiez	273	Peillon	276
Hinterland von Nizza	275	Contes	277
Lucéram	275	Coaraze	277

Küste und Hinterland zwischen Nizza und Antibes _____ 278

Cagnes	278	Gourdon	288
Saint-Paul-de-Vence	280	Le Bar-sur-Loup	289
Vence	283	Valbonne	289
Saint-Jeannet	286	Villeneuve-Loubet	290
Tourrettes-sur-Loup	286	Biot	291
Gorges du Loup	287		

Antibes _____ 294

Juan-les-Pins	300	Mougins	305
Golfe-Juan	303	Auribeau-sur-Siagne	307
Vallauris	304	Le Cannet	308

Cannes _____ 310

Iles de Lérins	319	Agay	325
Ile de Sainte-Marguerite	319	Saint-Raphaël	326
Ile de Saint-Honorat	320	Fréjus	329
Massif de l'Estérel	322	Roquebrune-sur-Argens	334
Mandelieu-La-Napoule	323	Saint-Aygulf	335
Théoule-sur-Mer	324	Sainte-Maxime	336
Le Trayas	325		

Saint-Tropez _____ 338

Gassin	350	Cavalaire-sur-Mer	363
Ramatuelle	352	Zwischen Cavalaire-sur-Mer und Le Lavandou	364
Port Grimaud	354	Domaine du Rayol	364
Grimaud	355	Le Lavandou	365
Cogolin	356	Bormes-les-Mimosas	367
Massif des Maures	358	Hyères	369
La Garde-Freinet	359	Iles d'Hyères	374
Collobrières	360	Ile de Porquerolles	375
Chartreuse de la Verne	361	Ile de Port-Cros	376
Die Küste		Ile du Levant	377
westlich von Saint-Tropez	362		
La Croix-Valmer	362		

Toulon			377
Mont Faron	384	Circuit du Castellet	
Sanary-sur-Mer	386	Paul Ricard	394
Bandol	391	Les Lecques	395
Rund um Bandol		La Ciotat	395
und La Ciotat	394	Corniche des Crêtes	400
La Cadière d'Azur	394	Cassis	401
Le Castellet	394	Calanques	406
Evenos	394	Die Calanques	
		von Ost nach West	408

Von Grasse nach Aix-en-Provence 410

Grasse			410
Fayence	417	Saint-Vallier-de-Thiey	423
Tourrettes	418	Seillans	423
Callian	419	Bargemon	425
Montauroux	420	Draguignan	425
Lac de St.-Cassien	421	Les Arcs-sur-Argens	428
Bagnols-en-Forêt	421	Flayosc	429
Mons	421	Lorgues	429
Saint-Cézaire-sur-Siagne	422	Le Luc-en-Provence	430
Cabris	422		

Haut-Var			431
Le Thoronet	431	Aups	438
Abbaye du Thoronet	432	Moissac-Bellevue	440
Entrecasteaux	434	Régusse	440
Cotignac	435	Fox-Amphoux	441
Sillans-la-Cascade	436	Barjols	441
Salernes	436	Brignoles	442
Villecroze	436	Besse-sur-Issole	444
Tourtour	437	Saint-Maximin-	
Châteaudouble	438	La-Sainte-Baume	444

Aix-en-Provence			447
Montagne Sainte-Victoire	462	Meyrargues	467
Vauvenargues	466	Ventabren	467
Puylobier	466		

Vaucluse 468

Im Tal der Rhône 468

Mornas	469	Avignon	483
Piolenc	470	Villeneuve-lès-Avignon	498
Sérignan-du-Comtat	470	Barbentane	503
Orange	473	Abstecher zum	
Caderousse	479	Pont du Gard	504
Châteauneuf-du-Pape	479		

Rund um den Mont Ventoux 506

Vaison-la-Romaine	506	Venasque	531
Dentelles de Montmirail	515	Le Beaucet	532
Gigondas	515	Mazan	533
Séguret	516	Pernes-les-Fontaines	533
Cairanne	517	Le Thor	534
Mont Ventoux	517	Fontaine-de-Vaucluse	535
Malaucène	520	L'Isle-sur-la-Sorgue	538
Gorges du Toulourenc	521	Cavaillon	542
Crestet	521	Caumont-sur-Durance	545
Le Barroux	522	Coustellet	546
Notre-Dame-d'Aubune	522	Gordes	546
Bédoin	522	Abbaye de Sénanque	548
Crillon-le-Brave	523	Roussillon	550
Caromb	524	Lioux	556
Sault	524	Saint-Saturnin-lès-Apt	556
Carpentras	526	Rustrel	557
Monteux	531		

Lubéron 558

Am Nordhang des Luberon	559	Goult	572
Apt	559	Am Südhang des Luberon	573
Saignon	564	Lourmarin	573
Buoux	565	Cucuron	575
Bonnieux	566	Vaugines	576
Lacoste	568	La Tour-d'Aigues	576
Abbaye de Saint-Hilaire	570	Grambois	577
Ménerbes	570	Pertuis	578
Oppède-le-Vieux	571	Ansouis	578

Cadenet	580	Abbaye de Silvacane	580
Lauris	580	Gorges du Régalon	581

Bouches-du-Rhône 582

Marseille 582

Rund um den Vieux Port	599	Hinterland von Marseille	608
Links und rechts der Canebière	603	Aubagne	608
Außerhalb des Zentrums	604	La Treille	610
		Massif de la Sainte-Baume	611

Rund um den Etang de Berre 612

Côte Bleue	612	Grottes de Calès	623
Martigues	612	Vernègues (Temple romain)	623
Fos-sur-Mer	615	La Barben	623
Fouilles de Saint-Blaise	615	Langon-de-Provence	624
Salon-de-Provence	618	Pont Flavien bei Saint-Chamas	624
Mémorial Jean Moulin	623		

Camargue 625

Les Saintes-Maries-de-la-Mer	628	Salin-de-Giraud	634
Camargue-Erkundungen mit dem Fahrrad und zu Fuß	634	Aigues-Mortes	636
		Saint-Gilles	640

Arles 642

Abbaye de Montmajour	657	Saint-Rémy-de-Provence	665
Zwischen Arles und Avignon:		Glanum	669
Les Alpilles	658	Eygalières	670
Saint-Martin-de-Crau	658	Orgon	670
Les Baux-de-Provence	660	Maillane	671
Maussane-les-Alpilles	663	Tarascon	672
Fontvieille	663	Saint-Michel-de-Frigolet	674

Sprachführer 678

Register 688