

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	3
Übersichtskarte	6
Touristische Hinweise	8
Symbole	8
Die Top-Touren in der Normandie	9
GPS-Tracks und Koordinaten der Ausgangspunkte	10
Wandern in der Normandie	12
Informationen und Adressen	16
1 3.10 Std. Pointe de Roche Torin	20
2 3.00 Std. Le Grouin du Sud	23
3 3.30 Std. Am Bec d'Andaine	26
TOP 4 2.15 Std. Falaises de Champeaux	29
5 2.45 Std. Le Roc de Granville	32
6 3.10 Std. Der Havre de la Vanlée	34
7 3.30 Std. Rund um die Pointe d'Agon	37
8 2.15 Std. Pointe du Becquet und Havre de St-Germain-sur-Ay	40
9 4.30 Std. Die Pointe du Banc und die Dünen von Surville	42
10 2.30 Std. Portbail und Lindbergh-Plage	45
11 4.20 Std. Von Carteret nach Portbail-Plage	48
TOP 12 2.45 Std. Cap de Carteret und Dunes d'Hatainville	51
13 2.30 Std. Rund um das Kap von Rozel	54
TOP 14 2.15 Std. Die Steilküste von Flamanville	57
TOP 15 2.30 Std. Die Dünen von Biville und der Sumpf von Vauville	60
TOP 16 3.15 Std. Nez de Jobourg	63
17 2.50 Std. Cap de la Hague	66
18 2.10 Std. Pointe Jardeheu	68
19 2.00 Std. Das Kap von Lévi und der Strand von Mondrée	70
20 3.30 Std. Zwischen Pointe de Neville und Pointe de la Loge	72
21 4.30 Std. Von Barfleur zur Pointe de Neville	74
22 3.30 Std. Die Küste zwischen Quettehou und Quinéville	77
23 2.45 Std. Pointe du Hoc	80
24 2.40 Std. Im Forêt de Cerisy	82
25 5.10 Std. Omaha Beach	84
26 3.15 Std. Cap Manvieux	87
27 4.00 Std. Gold Beach und der Sumpf von Ver-sur-Meuvinnes	90
28 2.00 Std. Das Tal des Cresme	92
TOP 29 3.30 Std. Rochers de la Houle und Rochers des Parcs	94
30 3.00 Std. Der Felsen von Oëtre	97

31	3.00 Std.	Gorges de St-Aubert und Lac de Rabodanges	100
32	3.30 Std.	Im Forêt des Andaines	103
33	2.30 Std.	Bois de Magny und Gorges de Villiers	106
34	3.20 Std.	Forêt und Signal d'Écouves	108
35	3.30 Std.	An der Mündung der Orne	111
36	2.15 Std.	Rund um den Sumpf von Blonville und den See von Villers ..	114
37	4.00 Std.	An der Côte de Grâce	116
38	3.00 Std.	Die Felsen von Bruneval	119
TOP 39	4.30 Std.	Porte d'Aval mit Valleuse d'Antifer (Étretat I)	122
TOP 40	3.15 Std.	Porte d'Amont mit Fonds d'Étigue (Étretat II)	126
41	2.45 Std.	Zwischen Yport und Vattetot-sur-Mer	129
42	3.15 Std.	St-Pierre-en-Port und Valleuse d'Életot	132
TOP 43	3.00 Std.	Die Grandes und Petites Dalles	134
44	3.15 Std.	Die Alabasterküste bei Varengeville-sur-Mer	137
45	2.15 Std.	Im Forêt d'Arques	140
TOP 46	5.45 Std.	Die Klippen von Criel	142
47	5.00 Std.	Die Felsen von Le Tréport und der Strand von Criel	145
48	3.15 Std.	Der Wald von Eu bei Incheville	148
49	3.00 Std.	Der Haute Forêt d'Eu bei Grandcourt	151
50	1.30 Std.	Stadtspaziergang Rouen	154
Stichwortverzeichnis			158