

# Inhalt

		Der Süden der Soule	106	
		Die Schluchten der hohen Soule	108	
Vorwort	4			
Kartenverzeichnis	10	<b>1c</b> Béarn	<b>110</b>	
Hinweise zur Benutzung	11	Oloron-Ste.-Marie	113	
Die Regionen im Überblick	12	Navarrenx	116	
Reiserouten und Touren	16	Salies-de-Béarn	116	
Die Pyrenäen: Zu jeder Zeit	24	Vallée d'Aspe	118	
Fünf beeindruckende Burgen	26	<i>Die tanzenden Bären</i>	122	
Fünf geheimnisvolle Höhlen	27	Pau	123	
Fünf herausragende Gipfel	28	Vallée d'Ossau	131	
Fünf spektakuläre Schluchten	29			
<b>1</b> Die französischen Pyrenäen		<b>1d</b> Hautes-Pyrénées	<b>138</b>	
<b>1a</b> Côte Basque und labourdisches Hinterland		30	Tarbes	141
Bayonne			Lourdes	146
Anglet			Lestelle-Bétharram	153
Biarritz		32	Argelès-Gazost	154
Bidart und Guéthary			St.-Savin	155
St.-Jean-de-Luz			Pierrefitte-Nestalas	156
Ciboure			Cauterets	157
Socoa			55 Der Parc National des Pyrénées	158
Urrugne			57 Luz-St.-Sauveur	163
Hendaye			65 Gèdre	164
Die Dörfer des Labourd			67 Gavarnie	166
Des Basken Leidenschaft: Pelota			68 <i>Die Tour de France</i>	170
Cambo-les-Bains			69 Über den Col de Tourmalet	
Ustaritz			72 ins Vallée de Campan	171
Hasparren			79 Von Ste.-Marie-de-Campan	
			84 über den Col d'Aspin	174
			87 Campan	175
			87 Bagnères-de-Bigorre	176
			Das Aure-Tal	178
<b>1b</b> Basse-Navarre und Soule	<b>90</b>	<b>1e</b> Haute-Garonne	<b>186</b>	
Bidarray	94	St.-Gaudens	189	
St.-Etienne-de-Baigorry	95	St.-Bertrand-de-Comminges	190	
St.-Jean-Pied-de-Port	96	Bagnères-de-Luchon	194	
Nördlich v. St.-Jean-Pied-de-Port	100	<i>Thermalismus</i>	198	
St.-Palais	101	St.-Béat	201	
Mauléon-Licharre	103	Salies du Salat	202	

**1f** Ariège

St.-Girons	204
St.-Lizier	208
Le Mas-d'Azil	209
Castillon-en-Couserans	211
Vallée de la Bellongue	214
Vallée de Biros	215
Vallée de Bethmale	217
Seix	219
Oust	220
Aulus-les-Bains	220
Massat und Umgebung	222
Foix	224
<i>Gaston Fébus</i>	225
<i>Der Höhlenforscher Norbert Casteret</i>	229
Lavelanet	232
<i>Die Religion der Katharer</i>	233
Montségur	234
Gorges de la Frau und die Fontaine de Fontestorbes	235
Tarascon-sur-Ariège	237
Die Höhlen um Tarascon	239
Abstecher ins das Tal von Vicdessos	241
Route des Corniches nach Ax-les-Thermes	244
Ax-les-Thermes	246
Von Ax les Thermes nach Andorra und Spanien	249

**1g** Pyrénées Audoises –  
Cerdagne

Puivert	250
Quillan	253
Puilaurens	254
Axat	256
Durch die Aude-Schluchten ins Capcir	256
Das Capcir	257
Die Cerdagne	259
<i>Vauban – ein phänomenaler Architekt</i>	263
<i>Der Sonnenofen von Odeillo</i>	264

**1h** Rund um den Canigou 272

Das Fenouillèdes	275
Conflent und Aspres	282
<i>Le Petit Train Jaune – der kleine gelbe Zug</i>	283
Das Vallespir	299
214	
215	
217	
219	
220	
220	
222	
224	
225	
229	
232	
233	
234	
235	
237	
239	
241	
244	
246	
249	

**1i** Perpignan  
und Mittelmeerküste 310

Perpignan	313
Elne und Umgebung	321
Die Côte Radieuse	323
Die Côte Vermeille	330

**1j** Andorra 340

Überblick	343
Andorra la Vella	349
Escaldes-Engordany	354
Das Tal der	
Valira del Nord	357
Das Tal der Valira d'Orient	359

**3** Die spanischen  
Pyrenäen 364

3a	Guipúzcoa	366
----	-----------	-----

249	Irún	369
	Fuenterrabía	370
	Pasajes	372
250	San Sebastián	373
253	Von San Sebastian nach Pamplona	384

**3b** Pamplona  
und der Norden Navarras 388

256	Zwischen Irún und Pamplona	391
257	Pamplona	398
259	<i>Die Fiesta de San Fermín</i>	402
263	Ausflug in den	
264	Süden Pamplonas	408
267	Von Pamplona nach Roncesvalles	411

<b>3c</b>	<b>Zwischen Río Iratí und Valle de Roncal</b>	<b>414</b>	Esterri d'Àneu	504
	Von Pamplona zum Yesa-Stausee	417	Espot und Super Espot	505
	Das Salazar-Tal	424	Der Nationalpark Aigüestortes	506
	Das Tal von Roncal	426	Llavorsí und das Vall de Cardós	511
			Vallferrera	512
			Sort	514
			Llessui	515
<b>3d</b>	<b>Westliche aragonische Pyrenäen</b>	<b>430</b>	Gerri de la Sal	515
	Valle de Ansó	433	Congost de Collegats	516
	Valle de Hecho	434	La Pobla de Segur	516
	Valle de Hecho – Tal von Canfranc	438	Das Vall Fosca	517
	Monasterio de San Juan de la Peña	439		
	Jaca	441		
	Das Tal von Canfranc	445		
	Sabiñánigo	449		
	Das Valle de Tena	450		
<b>3e</b>	<b>Rund um den Ordesa-Nationalpark</b>	<b>456</b>	<b>3h</b> Südlich von Andorra	<b>520</b>
	Torla	459	La Seu d'Urgell	522
	Broto	460	La Seu d'Urgell – Cerdanya	527
	Ordesa-Nationalpark	461	La Seu d'Urgell – St. Llorenç – Berga	531
	Dörfer südlich des Nationalparks	468	Berga	533
	Dem Verfall preisgegeben – die Dörfer des Hoch-Aragón	470	Der Naturpark Cadí-Moixeró	535
	Ainsa	471	Dörfer im Naturpark C.-M.	538
	Das Tal von Bielsa	474	Wandern im Naturpark C.-M.	541
	Canyoning	477	Bagà	542
	Abstecher in die Sierra de Guara	480	La Pobla de Lillet	543
			Castellar de N'Hug	545
<b>3f</b>	<b>Rund um das Maladeta-Massiv</b>	<b>482</b>	<b>3i</b> Zwischen Ripoll und Banyoles	<b>546</b>
	Castejón de Sos	483	Ripoll	550
	Benasque	485	Ribes de Freser	552
	Cerler	487	Núria	553
	Das Maladeta-Massiv	488	Sant Joan de les Abadesses	554
	Ausflug in das Isábena-Tal	489	Camprodon	555
			Setcases und Vallter 2000	556
			Von Camprodon nach Beget	557
			Parc Natural de la	
			Zona Volcànica de la Garrotxa	557
			Olot	561
			Santa Pau	563
			Castellfollit de la Roca	564
			Besalú	565
			Banyoles	567
<b>3g</b>	<b>Nationalpark Aigüestortes</b>	<b>490</b>		
	El Pont de Suert	494		
	Das Boí-Tal	495		
	Das Vall d'Aran	500		

<b>3</b>	<b>Figueres und die Costa Brava</b>	<b>570</b>	<i>Sicherheit bei Bergwanderungen</i>	650	
	Figueres	572	Sprache	658	
	<i>Salvador Dalí – Exzentriker und Genie</i>	576	Unterkunft	658	
	Der Norden von Figueres	578	Verhaltenstipps	663	
	Peralada	581	Verkehrsmittel	663	
	Portbou und Colera	583	Zeit	665	
	Llançà	584			
	El Port de la Selva	585	<b>5</b>	<b>Land und Leute</b>	<b>666</b>
	Cadaqués und das Cap de Creus	589	Geografie	668	
	Roses	591	Klima	669	
	Castelló d'Empúries	594	Flora	671	
	Naturpark Aiguamolls de l'Emporda	596	Misteln	671	
			Fauna	672	
			Nationalparks	679	
			Geschichte	680	
	Anreise	600	Bevölkerung	691	
	Autofahren	605	<i>Die Untergrundorganisation ETA</i>	694	
	Barrierefreies Reisen	611	Traditionen	697	
	Camping	612	<i>Die baskischen Spiele</i>	698	
	Einkaufen	613	Die Wohnhäuser	699	
	Ein-/Ausreisebestimmungen	617	Kunst und Architektur	701	
	Elektrizität	618	Wirtschaft	704	
	Essen und Trinken	619	Tourismus	706	
	Feiertage, Feste und Events	625			
	Fotografieren	628	<b>6</b>	<b>Anhang</b>	<b>708</b>
	Geld	629	Literaturtipps	710	
	Gesundheit	631	Kleine Sprachhilfe Französisch	712	
	Mit Haustier unterwegs	633	Kleine Sprachhilfe Spanisch	715	
	Information	633	Wichtige geografische Begriffe	718	
	Mit Kindern unterwegs	635	Register	720	
	Klima und Reisezeit	637	Die Autoren	731	
	Kommunikation unterwegs	639	Schreiben Sie uns!	732	
	LGBT+	639			
	Notfälle	641			
	Öffnungszeiten	642			
	Orientierung und Landkarten	643			
	Post	645			
	Rauchen	645			
	Reisegepäck und Ausrüstung	646			
	Sicherheit	647			
	Sport und Aktivitäten	649			
	<b>THEMA</b> Wandern	649			