

**Inhalt**

Vorwort	7
Hinweise zur Benutzung	11

**Vor der Reise**

(unter Mitarbeit von E.H.M. Gilissen)

Informationen im Internet	14
Informationsstellen	16
Studieren und Französisch lernen in Frankreich	16
Ein- und Ausreisebestimmungen	17
An- und Rückreise	18
Rund ums Geld	27
Versicherungen	30
Ausrüstung und Bekleidung	31
Reisezeit	33

**Praktische Reisetipps A-Z**

(unter Mitarbeit von E.H.M. Gilissen)

Autofahren und Verkehr	38
Behinderte	41
Camping	41
Einkaufen und Souvenirs	46
Elektrizität	50
Essen und Trinken	50
Feier- und Festtage	60
FKK	66
Fotografieren	66
Führungen	66
Fundsachen	68
Haustiere	68
Internet	68
Mit Kindern reisen	68
Medizinische Versorgung	71
Notfälle	73
Orientierung in den Städten	74
Post	75

Routen- und Tourenvorschläge	75
Sehenswürdigkeiten	79
Sicherheit	79
Sport und Freizeit	81
Sprache und Verständigung	94
Telefonieren	96
Trinkgeld	96
Unterkunft	97
Verkehrsmittel	101
Zeitungen und Zeitschriften	103

**Land und Leute**

Geografie	106
Klima	108
Flora, Fauna und Schutzgebiete	110
Geschichte und Gegenwart	115
Wirtschaft	132
Bevölkerung	134
Kunst und Architektur	137
Literatur	143

**Bordeaux und Umgebung**

<b>Bordeaux</b>	
Überblick	148
Orientierung	148
Geschichte und Gegenwart	150
Sehenswertes	152
Praktische Tipps	163

**Umgebung von Bordeaux**

Überblick	168
La Brède	169
Weintour durch das Médoc	170
Blaye	173
Saint Émilion und das Libournais	175
Abstecher in die Dordogne	182

## Nördliche Atlantikküste

Überblick	188
Arcachon	188
Pyla-sur-Mer und die Düne	198
Cazaux	199
Le Teich	200
Rund um das Bassin d'Arcachon	202
Le Porge	206
Rund um Lacanau	207
Rund um Carcans	210
Rund um Hourton	214
Soulac-sur-Mer und Gironde-Mündung	215

## Südliche Atlantikküste

Überblick	236
Von Arcachon nach Biscarrosse	237
Biscarrosse	237
Naturpark Landes de Gascogne	240
Mont-de-Marsan	242
Mimizan	245
Von Mimizan nach Vieux-Boucau-les-Bains	250
Rund um Vieux-Boucau-les-Bains	253
Hossegor	257
Capbreton	259
Rund um Labenne	264
Dax – Thermalbad am Adour	266

## Am Oberlauf der Garonne

Die Départements Gironde und Lot-et-Garonne	220
Cadillac	221
Langon	222
Agen	226

## Baskisches Küstenland

Überblick	272
Bayonne – historisches Pflaster	272
Anglet – Strände und Surferparadies	280

Biarritz – altherwürdiges Seebad	283	Saint Palais	327
Bidart und Guéthary	293	Mauléon	327
Saint Jean-de-Luz	294	Sauveterre-de-Béarn	329
Von Saint Jean-de-Luz		Salies-de-Béarn	330
nach Hendaye	297	Orthez	331
Hendaye – Strand und Hafen		Oloron-Sainte-Marie	331
an der Grenze	299	Parc National	
		des Pyrénées	335
		Pau	337
		Lourdes	344
<b>Pyrénées-Atlantiques</b>			
Im Schatten der Pyrenäen	308	<b>Anhang</b>	
Ascain und La Rhune	312	Literaturtipps	350
Sare	313	Kleine Sprachhilfe	352
Saint Pée-sur-Nivelle	315	Hilfe!	359
Espelette	316	Register	365
Cambo-les-Bains	317	Der Autor	372
Itxassou	319	<b>Atlas</b>	<b>nach 372</b>
Bidarray	319	Kartenverzeichnis	Umschlag hinten
Saint Jean-Pied-de-Port	321		
Saint Étienne-de-Baïgorry	325		