

Inhalt

Atlantikküste persönlich	6
Lieblingsorte	12
Schnellüberblick	14

Reiseinfos, Adressen, Websites

Informationsquellen	18
Wetter und Reisezeit	20
Anreise und Verkehrsmittel	22
Übernachten	25
Essen und Trinken	28
Aktivurlaub, Sport und Wellness	32
Feste und Veranstaltungen	36
Reiseinfos von A bis Z	38

Panorama – Daten, Essays, Hintergründe

Steckbrief Aquitaine	44
Geschichte im Überblick	46
Strand und Wasser en masse – die Côte d'Argent	52
Höhlen, Schluchten, Bergkämme – die Pyrenäen	54
Von Cäsar bis Ausonius – die Römer in Aquitanien	56
Traumfrau des Mittelalters –	
Eleonore von Aquitanien	58
Mit den Jakobspilgern unterwegs	60
Der Schöpfer der Essais – Michel de Montaigne	63
Des Kaisers neue Kiefern – Aufforstung der Landes	65
Matmut Atlantique –	
Fußballtempel an der Garonne	68
Aquitaniens Draht zur Fremdsprache	70
Die Männer mit der Mütze – was Basken zu	
Basken macht	73
Weinbau und Macht	75
Austern – Delikatesse aus dem Bassin d'Arcachon	78

Unterwegs in Bordeaux und an der Atlantikküste

Bordeaux	84
Orientierung	87
Bummel durch die Altstadt	87
Über die Quais nach Norden	93
Quartier des Chartrons	97
Am Jardin Public	98
Triangle d'Or und Rue Ste-Catherine	98
Zwischen St-Seurin und St-André	100
Quartier St-Michel	104
Am Stadtrand	105
Adressen	105
Zwischen Garonne und Dordogne	114
Graves, Pessac	116
Léognan, La Brède	118
Cérons, Barsac	119
Sauternes	122
Langon	124
Villandraut und Umgebung	125
Bazas	127
St-Macaire	128
Ste-Croix-du-Mont, Loupiac	129
Cadillac	132
Créon und La Sauve-Majeure	133
Radtour zu den Dörfern rings um Créon	133
Sadirac	137
Castillon-la-Bataille	138
Radtour entlang der Dordogne	139
Montcaret, St-Michel-de-Montaigne	140
St-Émilion	141
Libourne	147
Pomerol	148
Château Branda, Vayres	149
Die Weinstraße des Médoc	152
Blanquefort, Macau	155
Arsac, Labarde und Cantenac	156
Margaux, Moulis-en-Médoc	158
Ausflug ans Gironde-Nordufer	159
Blaye	160
Corniche Girondine, Bourg-sur-Gironde	162

Inhalt

Fort Médoc, Château Lanessan	163
Château Beychevelle	163
Pauillac	164
St-Estèphe	166
Der Norden des Haut-Médoc	167
Radtour im Norden des Haut-Médoc	168
Le Verdon-sur-Mer	169
Côte d'Argent	172
Soulac-sur-Mer	174
Grayan-et-l'Hôpital	178
Montalivet-les-Bains und Vendays	179
Hourtin-Plage	181
Hourtin und die Lagune de Contaut	182
Maubuisson	183
Carcans-Plage	184
Aktiv zwischen Carcans und Lacanau	184
Lacanau-Océan	185
Lac de Lacanau, Le Ponge-Océan und Umgebung	190
Bassin d'Arcachon, Cap Ferret	191
Andernos-les-Bains	193
Réserve Ornithologique du Teich	194
Gujan-Mestras und La Teste	196
Arcachon	197
Pyla-sur-Mer, Dune du Pilat	204
Biscarrosse-Plage	206
Lac Nord	207
Biscarrosse-Bourg und Lac Sud, Mimizan	208
Zwischen Contis-Plage und Étang de Léon	209
Vieux-Boucau und Umgebung	210
Hossegor	211
Capbreton	213
In den Landes	214
Belin-Béliet, Hostens, Belhade	218
Moustey, Pissos	219
Écomusée de Luxey, Écomusée Marquèze	222
Solférino, Dax	225
St-Paul-lès-Dax	229
Côte Basque	230
Bayonne	232
Biarritz	239
Bidart und Guéthary	246
St-Jean-de-Luz	247
Über die Corniche Basque bis Hendaye	253

Inhalt

Das baskische Hinterland	258
Hasparren und Umgebung	260
Peyrehorade und Umgebung	262
St-Palais	263
Mauléon-Licharre und Umgebung	266
Tardets-Sorholus, Rund um Larrau	267
St-Jean-Pied-de-Port	272
St-Étienne-de-Baigorry	273
Wanderung im Tal von Aldudes	274
Von Bidarray nach Itxassou	275
Cambo-les-Bains, Espelette	277
Aïnhoa	280
Sare	281
Wanderung zum Gipfel La Rhune	282
St-Pée-sur-Nivelle	283
Sprachführer	284
Kulinarisches Lexikon	286
Register	288
Autor/Abbildungsnachweis/Impressum	292