

Wissenswertes über das Languedoc-Roussillon

Frankreichs »anderer Süden«	12
Steckbrief Languedoc-Roussillon	14
Natur und Umwelt	16
Naturräume	16
Naturparks	20
Wirtschaft, Soziales und aktuelle Politik	22
Tourismus im steten Aufwind	22
Demografisches Ungleichgewicht	22
Integrationsprobleme	23
Druck von rechts	23
Protestanten mit Gewicht	23
Geschichte	26
Vorgeschichte	26
Antike und frühes Mittelalter	26
Mittelalter und frühe Neuzeit	27
Religionskriege und Ancien Régime	27
Neuzeit und Gegenwart	30
Zeittafel	32
Gesellschaft und Alltagskultur	36
Katalanisch	36
Pétanque ...	36
... und andere Spiele	37
Stierkampf light	37
Jagen	37
Anarchie im Alltag	37
Feste und Festivals	40
Architektur und Kunst	46
Architektur	46
Literatur	47
Malerei	50
Essen und Trinken	52
La Cuisine du terroir	52
Weine des Languedoc-Roussillon	53
Restaurants und Lokale	56
Kulinarisches Lexikon	58

Wissenswertes für die Reise

Informationsquellen	62
Reise- und Routenplanung	66
Anreise und Verkehr	70
Unterkunft	73
Sport und Aktivurlaub	76
Einkaufen	81
Ausgehen	82
Gut zu wissen	83
Reisekasse und Reisebudget	86
Reisezeit und Reiseausrüstung	87
Sprachführer	90

Unterwegs im Languedoc-Roussillon

Kapitel 1 Im Norden des Languedoc

Auf einen Blick: Im Norden des Languedoc	96
An den Ufern von Ardèche und Cèze	98
An den Ufern der Ardèche	98
Aktiv unterwegs:	
Kanufahren auf der Ardèche	104
Im Tal der Cèze	105
Barjac	108
Mont Lozère und Nord-Cevennen	110
Mont Lozère	110
Le Pont-de-Montvert und das obere Tarn-Tal	111
Aktiv unterwegs:	
Wanderung im Quellgebiet des Tarn	116
La Garde-Guérin und die Gorges du Chassezac	117
Florac	118
Parc National des Cévennes	119
Gorges du Tarn	120
Causse Méjean	124
Aktiv unterwegs:	
Viehauftrieb auf den Aubrac	125

Mende	126
Marvejols und Umgebung	128
Süd-Cevennen	132
Meyrueis, Gorges de la Jonte und Causse Noir	132
Millau	134
Roquefort-sur-Soulzon und Causse du Larzac	138
Aktiv unterwegs:	
Wandern auf dem Mont Aigoual	140
Vom Mont Aigoual nach St-Hippolyte-du-Fort	142
Corniche des Cévennes	146
St-Jean-du-Gard und	
Bambouseraie de Prafrance	146
Anduze, Gardon de Mialet und Vallée Française	150
Ganges und oberes Tal des Hérault	152
Cirque de Navacelles und Gorges de la Vis	154
Aktiv unterwegs:	
Vom Cirque de Navacelles in die Gorges de la Vis	155

Kapitel 2 Im Osten des Languedoc

Auf einen Blick: Im Osten des Languedoc	158
Nîmes und Umland	160
Avantgardearchitektur	160
Orientierung	160
Das römische Nîmes	161
Die Altstadt	163
Ausflug in die Garrigue von Nîmes	164
Über die Thymian-Route an die Rhône	170
La Route du Thym	170
Uzès	170
Pont du Gard	173
Aktiv unterwegs:	
Mit dem Kanu unter dem Pont du Gard	176
Villeneuve-lez-Avignon	177
Beaucaire	178
Petite Camargue	182
Von St-Gilles zur Source Perrier	182
Aigues-Mortes und Umgebung	185
Le Grau-du-Roi und Port-Camargue	187
Aktiv unterwegs:	
Reiten wie ein Camargue-Cowboy	190

Kapitel 3 Die Mitte des Languedoc

Auf einen Blick: Die Mitte des Languedoc	196
Montpellier	198
Boomtown unter Palmen	198
Stadtentwicklung	198
Städtebau	199
Geschichte	199
Von Antigone zur Place de la Comédie	200
Nördliche Altstadt	202
Südliche Altstadt	208
Promenade du Peyrou und Jardin des Plantes	209
Port Marianne und Odysseum	209
Durch die Garrigue von Montpellier	218
Von Montpellier nach Sommières	218
Rund um den Pic St-Loup	221
Aktiv unterwegs:	
Rundwanderung um den Pic St-Loup	222
Im Tal des Hérault	225
Die Küste des Hérault mit Hinterland	228
La Grande-Motte	228
Von Carnon-Plage nach Frontignan	231
Aktiv unterwegs:	
Wanderung um den Etang du Prévost	236
Sète	236
Am Etang de Thau	241
Le Cap d'Agde und Agde	243
Béziers	246
Durch die Weinberge von St-Chinian	253
Pézenas und Umgebung	255
Im Oberen Hérault	259
Clermont-l'Hérault	259
Aktiv unterwegs:	
Mountainbiken am Lac du Salagou	260
Rund um den Lac du Salagou	260
Lodève	261
Bédarieux und das obere Vallée de l'Orb	263
Abbaye de Sylvanès und Dourdou-Tal	264
Monts de l'Espinouse	266
Unteres Vallée de l'Orb und Vallée du Jaur	267
Aktiv unterwegs:	
Wanderung auf dem Mont Caroux	270

Kapitel 4 Im Westen des Languedoc

Auf einen Blick: Im Westen des Languedoc	274
Canal du Midi und Montagne Noire	276
Canal du Midi	276
Carcassonne	280
Castelnaudary	288
Montagne Noire	289
Minervois, Corbières und Fitou	293
Minervois	293
Aktiv unterwegs:	
Von Minerve in die Gorges du Briant	294
Narbonne	301
Corbières	306
Aktiv unterwegs:	
Der Weg des Briefträgers	310
Fitou	314
Die Küste des Departments Aude	316
Montagne de la Clape	316
Côte Narbonnaise	317
Etang de Bages	322
Etang de Leucate ou Salses	324
Pays cathare	327
Katharer à la carte	327
Von Tautavel nach Cucugnan	327
Aktiv unterwegs:	
Auf den Spuren der Katharer	330
Die Katharerburgen	332

Kapitel 5 Das Roussillon

Auf einen Blick: Das Roussillon	340
Oberes Aude-Tal und Capcir	342
Limoux und Umgebung	342
Unterwegs nach Quillan	344
Das Quercorb	347
Vom Aude-Tal bis zum Capcir	348
Das Capcir	349
Küste und Ebene des Roussillon	352
Roussillon-Ebene und der Fenouillèdes	352

La Côte Sablonneuse	353
Eine	357
Argeiès und Le Racou-Plage	358
La Côte Vermeille	360
Aktiv unterwegs:	
Wanderung von Collioure zur Tour Madeioc	364
Banyuls-sur-Mer und die Route des Crêtes	366
Cerbère	369
Abstecher nach Port-Bou	370
 Perpignan und die Aspres	371
Perpignan	371
Die Aspres	380
 Conflent, Albères, Vallespir und Cerdagne	384
Der Conflent	384
Aktiv unterwegs:	
Aufstieg zum Pic du Canigou	388
Aktiv unterwegs:	
Achterbahn ins Gebirge – Le Petit Train jaune	394
Albères	396
Vallespir	398
Die Cerdagne	402
 Register	408
 Abbildungsnachweis/Impressum	416

Themen

Okzitanisch	38
Auf den Spuren von Stevenson	112
Hochburg der 1968er – der Larzac	139
Fritz the Cat will keinen Supermarkt	144
Stierkampf ohne »mise à mort«: Course camarguaise	166
Bioprodukte aus dem Gard	181
Ein Bürgermeister und sein Architekt	204
Süßer Wahn – die Lustschlösser um Montpellier	216
Windkraft für mehr Sauerstoff im Wasser	233
Austern aus dem Bassin de Thau	242
Die Winzerrevolte von 1907	299
Ni Dieu, ni Maître: die Geschichte der Katharer	333
Dalís Ort »geistiger Ejakulationen«	378

Alle Karten auf einen Blick

Weinanbaugebiete im Languedoc-Roussillon	54
Im Norden des Languedoc: Überblick	97
Gorges de l'Ardèche	100
Lozère	114
Quellgebiet des Tarn: Wanderkarte	117
Mont Aigoual: Wanderkarte	141
Im Osten des Languedoc: Überblick	159
Nîmes: Cityplan	163
Petite Camargue	186
Die Mitte des Languedoc: Überblick	197
Montpellier-Antigone: Cityplan	200
Montpellier: Cityplan	206
Hérault	220
Pic St-Loup: Wanderkarte	223
Béziers: Cityplan	247
Monts de l'Espinouse	266
Mont Caroux: Wanderkarte	271
Im Westen des Languedoc: Überblick	275
Carcassonne: Cityplan	282
Montagne Noire	290
Von Minerve in die Gorges du Briant: Wanderkarte	294
Narbonne: Cityplan	303
Sentier du Facteur: Wanderkarte	311
Sentier Cathare: Wanderkarte	331
Das Roussillon: Überblick	341
Côte Sablonneuse und Côte Vermeille	354
Von Collioure zur Tour Madeioc: Wanderkarte	365
Perpignan: Cityplan	375
Hinterland des Roussillon	382
Pic du Canigou: Wanderkarte	389
Cerdagne	403