

Südfrankreich – Hintergründe & Infos 20

Landschaft und Geographie	22	Politik	34
Klima und Reisezeit	26	Verwaltung	35
Flora, Fauna und Naturschutz	28	Brauchtum, Feste und	
Wirtschaft	31	kulturelle Veranstaltungen	36

Geschichte 39**Literaturtipps** 61**Anreise** 66**Unterwegs in der Region** 72**Übernachten** 76**Essen und Trinken** 82**Outdoor, Sport und Strände** 90**Wissenswertes von A bis Z** 94**Südfrankreich – Reiseziele** 102**Das Tal der Rhône** 104

Lyon	106	Valence	124
Vienne	118	Crest.	127
Zwischen Vienne und Valence	123	Montélimar	127
Hauterives	123	Pierrelatte	130
Romans-sur-Isère	124		

Drôme 131

Grignan	131	Suze-la-Rousse	136
Taulignan	134	Saint-Restitut	138
Valréas	134	Saint-Paul-Trois-Châteaux	138
Richerenches	135	La Garde-Adhémar	139
Nyons	135		

Hautes-Alpes 140

Gap	140	Embrun	144
Lac de Serre-Ponçon	142		

Haute-Provence			146
Sisteron	147	Grand Canyon du Verdon	165
Vallée du Jabron	150	Erkundungstouren	166
Montagne de Lure	150	Moustiers-Sainte-Marie	168
Volonne/Château-Arnoux	150	La Palud-sur-Verdon	169
Forcalquier	151	Lac de Sainte-Croix	171
Pays de Forcalquier	154	Sainte-Croix-du-Verdon	172
Banon	154	Bauduen	172
Prieuré de Ganagobie	155	Les-Salles-sur-Verdon	172
Lurs	156	Aiguines	173
Mane	156	Riez	174
Dauphin	157	Valensole	175
Observatoire de Haute-Provence	157	Am Unterlauf des Verdon	175
Simiane-la-Rotonde	157	Gréoux-les-Bains	175
Manosque	158	Esparron-de-Verdon	176
Nordwestliche Umgebung	160	Quinson	177
Céreste	160	Castellane	178
Prieuré de Carliuc	161	Trigance	180
Reillanne	161	Lac de Castillon	181
Digne-les-Bains	162	Am Rand der Seealpen	181
Réserve Naturelle Géologique de Haute Provence	164	Saint-André-les-Alpes	181
		Annot	182
		Entreaux	182
Alpes Maritimes			184
Roya-Tal (Vallée de la Roya)	185	Vésubie-Tal	197
Breil-sur-Roya	185	Levens	197
Saorge	187	Utelle	198
Tende	188	La Bollène Vésubie	198
Saint-Dalmas-de-Tende	190	Saint-Martin-Vésubie	198
La Brigue	191	Alpha-Loup	199
Mercantour-Nationalpark	192	Madone de Fenêtre	199
Vallée des Merveilles und Vallée de Fontanalbe	193	Valberg	199
Sospel	195	Guillaumes	200
Col de Turini	196	Puget-Théniers	200
		Touët-sur-Var	201
Côte d'Azur			202
Menton	203	Roquebrune-Cap-Martin	211
Sainte-Agnès	210	Monaco	212
Gorbio	210	Cap d'Ail	220
Von Menton nach Nizza	210	La Turbie	220

Eze	221	Fréjus	273
Beaulieu-sur-Mer	223	Saint-Aygulf	276
Saint-Jean-Cap-Ferrat	224	Sainte-Maxime	277
Villefranche-sur-Mer	226	Saint-Tropez	278
Nizza (Nice)	228	Gassin	285
Hinterland von Nizza	242	Ramatuelle	286
Lucéram	242	Port Grimaud	288
Peille	242	Grimaud	288
Peillon	242	Cogolin	289
Coaraze	243	Massif des Maures	290
Küste und Hinterland zwischen Nizza und Antibes	244	La Garde-Freinet	290
Cagnes	244	Collobrières	290
Saint-Paul-de-Vence	245	Chartreuse de la Verne	292
Vence	247	Die Küste westlich von Saint-Tropez	292
Saint-Jeannet	248	La Croix-Valmer	292
Tourrettes-sur-Loup	249	Cavalaire-sur-Mer	293
Gorges du Loup	250	Domaine du Rayol	293
Gourdon	250	Le Lavandou	294
Le Bar-sur-Loup	251	Bormes-les-Mimosas	295
Valbonne	251	Hyères	297
Biot	251	Iles d'Hyères	299
Antibes	253	Toulon	300
Juan-les-Pins	258	Sanary-sur-Mer	305
Golfe-Juan	259	Bandol	308
Vallauris	260	Im Hinterland von Bandol und La Ciotat	309
Mougins	261	La Cadière d'Azur	309
Cannes	262	Le Castellet	310
Iles de Lérins	269	Evenos	310
Ile de Sainte-Marguerite	269	La Ciotat	310
Ile de Saint-Honorat	269	Corniche des Crêtes	313
Massif de l'Estérel	270	Cassis	313
Mandelieu-La Napoule	271	Calanques	316
Agay	271		
Saint-Raphaël	272		

Von Grasse nach Aix-en-Provence 320

Grasse	320	Bargemon	326
Fayence	324	Draguignan	327
Mons	325	Les Arcs-sur-Argens	328
Cabris	325	Lorgues	329
Seillans	325	Haut-Var	330

Le Thoronet	331	Châteaudouble	336
Abbaye du Thoronet	331	Aups	336
Entrecasteaux	332	Barjols	338
Cotignac	333	Brignoles	339
Sillans-la-Cascade	334	Saint-Maximin-La-Sainte-Baume	340
Salernes	335	Aix-en-Provence	341
Villecroze	335	Montagne Sainte-Victoire	352
Tourtour	335		

Vaucluse 353

Orange	353	Abbaye de Sénanque	397
Mornas	358	Roussillon	399
Sérignan-du-Comtat	358	Saint-Saturnin-lès-Apt	400
Châteauneuf-du-Pape	360	Rustrel	401
Avignon	361	Luberon	401
Villeneuve-lès-Avignon	373	Am Nordhang des Luberon	402
Barbentane	376	Apt	402
Rund um den Mont Ventoux	377	Saignon	404
Vaison-la-Romaine	377	Buoux	405
Dentelles de Montmirail	381	Bonnieux	405
Gigondas	382	Lacoste	406
Séguret	382	Ménerbes	407
Mont Ventoux	383	Oppède-le-Vieux	408
Malaucène	385	Goult	409
Sault	385	Am Südhang des Luberon	409
Gorges de la Nesque	386	Lourmarin	409
Carpentras	386	Cucuron	411
Venasque	388	La Tour-d'Aigues	411
Pernes-les-Fontaines	389	Pertuis	412
Fontaine-de-Vaucluse	390	Ansouis	412
L'Isle-sur-la-Sorgue	392	Cadenet	413
Cavaillon	394	Abbaye de Silvacane	413
Gordes	396		

Bouches-du-Rhône 414

Marseille	414	Mémorial Jean Moulin	435
Hinterland von Marseille	429	Lançon-de-Provence	435
Aubagne	429	Pont Flavien bei Saint-Chamas	436
Massif de la Sainte-Baume	430	Camargue	436
Rund um den Etang de Berre	430	Les Saintes-Maries-de-la-Mer	439
Salon-de-Provence	432	Salin-de-Giraud	445
		Arles	446

Abbaye de Montmajour	455	Saint-Rémy-de-Provence	460
Zwischen Arles und Avignon:		Glanum	463
Les Alpilles	456	Maillane	463
Les Baux-de-Provence	456	Tarascon	464
Fontvieille	459		

Ardèche und Cèze 466

Gorges de l'Ardèche	467	Gorges de la Cèze	476
Vallon-Pont-d'Arc	471	Bagnols-sur-Cèze	477
La Route des Gorges de l'Ardèche	474	Umgebung der Cèze	478
Grotte de Saint-Marcel	474	Chartreuse de Valbonne	478
Aven de Marzal	474	La Roque-sur-Cèze	479
Saint-Martin-d'Ardèche	474	Goudargues	479
Pont-Saint-Esprit	475	Barjac	480
		Orgnac l'Aven	481

Rund um Nîmes und Uzès 482

Uzès	482	Nîmes	492
Pont du Gard	487	Sommières	503
Collias	490	Beaucaire	505
Castillon-du-Gard	491		

Petite Camargue 508

Saint-Gilles	508	Le Grau-du-Roi	516
Lunel	510	Port-Camargue	517
Aigües-Mortes	512		
La Grande-Motte	514		

Cevennen 518

Mende	522	Le Rozier/Peyreleau	535
Marvejols	524	Chaos de Montpellier-le-Vieux	536
La Canourgue	526	Causse Méjean	536
Rund um den Mont Lozère	527	Millau	537
Le Pont-de-Montvert	527	Roquefort-sur-Soulzon	540
Villefort	528	Gorges de la Jonte	540
Florac	529	Meyrueis	541
Gorges du Tarn	531	Südcevennen	542
Ispagnac	532	Alès	542
Sainte-Enimie	533	Anduze	544
Saint-Chély-du-Tarn	534	La Bambouseraie de Prafrance	548
La Malène	534	Mas Soubeyran	548
Les Vignes	534	Saint-Jean-du-Gard	549

Mont Aigoual	550	Ganges	552
Gorges de la Dourbie	550	Cirque de Navacelles	553
La Couvertorade	551	Sauve	554
Le Vigan	551	Saint-Hippolyte-du-Fort	554

Hérault _____ **556**

Montpellier	556	Oppidum d'Ensérune	586
Palavas-les-Flots	567	Abbaye de Fontcaude	587
Maguelone	568	Lodève	587
Sète	568	Saint-Guilhem-le-Désert	589
Bassin de Thau	573	Clermont-l'Hérault	591
Agde und Cap d'Agde	574	Villeneuve	592
Pézenas	576	Cirque de Mourèze	592
Béziers	579	Lac du Salagou	593
Valras-Plage	586		

Haut-Languedoc _____ **594**

Lamalou-les-Bains	594	Roquebrun	599
Gorges d'Héric	595	Saint-Pons-de-Thomières	599
Bardou	596	La Salvetat-sur-Agout	600
Olargues	598	Minerve	601

Aude – im Katharerland _____ **602**

Narbonne	602	Limoux	627
Die Küste vor Narbonne	611	Alet-les-Bains	628
Gruissan	611	Lagrasse	629
Montagne de la Clape	612	Cucugnan	630
Narbonne-Plage	612	Château de Quéribus	630
Abbaye de Fontfroide	613	Château de Peyrepertuse	630
Réserve africaine de Sigean	615	Quillan	631
Carcassonne	615	Lapradelle/Puilaurens	632
Lastours	622	Axat	632
Caunes-Minervois	622	Puivert	633
Rieux-Minervois	622	Chalabre	634
Castelnaudary	623	Montségur	634
Montolieu	626	Rennes-le-Château	634
Abbaye de Villelongue	626	Arques	635

Roussillon und Pyrenäen _____ **636**

Vallée de la Têt	638	Villefranche-de-Conflent	641
Prades	638	Olette	642
Abbaye de Saint-Michel-de-Cuxa	641	Corneilla-de-Conflent	643

Vernet-les-Bains	644	Prats-de-Mollo	658
Abbaye de Saint-Martin-du-Canigou	645	Perpignan	659
Pic du Canigou	646	Rund um Perpignan	668
Les Aspres	648	Elne	668
Thuir	648	Saint-Génis-des-Fontaines	670
Castelnou	648	Salses-le-Château	670
Prieuré de Serrabone	649	Tautavel	671
Cerdagne	650	Côte Radieuse	672
Mont-Louis	651	Leucate	672
Font-Romeu	652	Port-Leucate	672
Llívia	653	Port-Barcarès	672
Dorres	653	Canet Plage	672
Llo	653	Saint-Cyprien-Plage	673
Vallée du Tech	654	Côte Vermeille	673
Céret	654	Argelès-sur-Mer	673
Amélie-les-Bains	656	Collioure	675
Arles-sur-Tech	656	Port-Vendres	680
		Banyuls-sur-Mer	681

Toulouse, Albi und die Region Midi-Pyrénées 682

Toulouse	682	Gorges de l'Aveyron	705
Foix	695	Cordes-sur-Ciel	705
Mirepoix	696	Castelnau de Montmiral	706
Ax-les-Thèrmes	698	Lautrec	707
Albi	698	Castres	707
Gaillac	705		

Etwas Französisch 711

Register 723