

1	Mit Buddhas Segen Der buddhistische Tempel Lerab Ling	8	11	Dem Himmel so nah Im Bergkloster Saint-Martin-du-Canigou	28
2	Sand vom Feinsten Am Strand von L'Espiguette	10	12	Frische nach alter Ordnung Auf dem Wochenmarkt in Clermont-l'Hérault	30
3	Das Dorf des Lesens Montolieu französische Hauptstadt des Buches	12	13	Von Schiffen und Jünglingen Das Musée de l'Éphèbe in Cap d'Agde	32
4	Das Glück der Seligen In der Kathedrale von Narbonne	14	14	Klein und wunderschön UNESCO-Welterbe Villefranche-de-Conflet	34
5	Baden unter römischen Bögen An der Pont du Gard am Ufer des Gardon	16	15	Schöner Baden In Lamalou-les-Bains Thermalkultur erleben	36
6	Stolze Stadt der Katalanen Auf dem Torturm Le Castillet in Perpignan	18	16	Gummibärchen-Himmel Im Haribo-Museum in Uzès	38
7	Laubleidenschaftliche Wege Waldbaden auf dem Pic de Fontfrède bei Céret	20	17	Eine Handbreit Wasser Stand-up-Paddling auf dem Étang d'Ingril	40
8	Rund und bunt Macarons in Béziers genießen	22	18	Verstecktes Kleinod Im ausgezeichneten Dorf Saint-Guilhem-le-Désert	42
9	Einzigartige Steilküste Auf dem Cap Leucate	24	19	Keltern wie die Römer Lebendige Archäologie im Mas des Tourelles	44
10	Das standhafte Dorf Celles am Lac du Salagou	26	20	Wanderbare Felsenküste Unterwegs im Naturschutzgebiet Cap Béar	46

21	Rätselhafte Geschichte Escape-Game mit Bildungscharakter in Beaucaire	48	31	Salz für die Seele Die Salin d'Aigues-Mortes	68
22	Gaumenglück Mit Carcassonne Food Tour Leckeres probieren	50	32	Nicht schlecht, die Schlucht Die Teufelsbrücke an den Gorges de l'Hérault	70
23	Bucht der Farben Am Strand der Fischer in Collioure	52	33	Magische Madonna In der Karsthöhle „Grotte des Demoiselles“	72
24	Geburtsort der Lakritze Die medizinische Fakultät in Montpellier	54	34	Im Fluss bleiben Les Concluses de Lussan und der Aiguillon	74
25	Surfers Paradies Auf dem Étang de Leucate	56	35	Rad küsst Küste Auf der EuroVelo 8 am Mittelmeer entlang	76
26	Himmelhohes Gras Flanieren in der Bambouseraie de Prafrance	58	36	Das Versailles des Languedoc Ein Besuch in der Altstadt von Pézenas	78
27	Ein Felsen mit Geschichte Minerve hat viel zu erzählen	60	37	Aug in Aug mit dem Kraken Im Aquarium Biodiversarium de Banyuls-sur-Mer	80
28	Schmuckstück an der Rhône Viel Sehenswertes in Villeneuve-lès-Avignon	62	38	Wein trifft Kunst Im Weinkeller der Cave de Saint-Chinian	82
29	Glück in der Waffel Vor der Eisdièle Le Cornet d'Or in Valras-Plage	64	39	Kilometerlanges Strandglück Am Meeresufer in Canet-en-Roussillon	84
30	Die Welt der Instrumente Eine Reise durch den musikalischen Reichtum	66	40	Einzigartige Wassertreppe Die Schleusen von Fonséranes bei Béziers	86

41	Kleine Happen mit Pfiff Die Petits Pâtés Nîmois gibt es nur in Nîmes	88	51	Blauer Klecks, roter Sand Der Lac du Salagou im Département Hérault	108
42	Im Bann der Ritter Mittelalter auf der Festung Château de Dio	90	52	Den Römern auf der Spur Auf dem Rathausplatz in Narbonne	110
43	Auf dem weißen Baum Montpelliers moderne Architektur mal anders	92	53	Hello, Sunshine Sonnenscheinsieger Eus im Tal der Têt	112
44	Blühende Geschichte Brücken-Hopping am Canal de la Robine	94	54	Harte Schale, weicher Kern Austern essen am Archipel de Thau	114
45	Überall Krokodile Am Brunnen des Place du Marché in Nîmes	96	55	Das Glück der Zeitlosen Im Petit Train Jaune unterwegs in den Pyrenäen	116
46	Wilde Lagunenlandschaft Les Orpellières bei Sérignan-Plage	98	56	Das blaue Band des Südens Den Canal du Midi mit Boot und Rad erleben	118
47	Ein Hoch auf das Salz Traditionelle Anchovis in Collioure	100	57	Genuss mit Ausblick Wein probieren in der Domaine de Cantalauze	120
48	Atemberaubendes Panorama Auf dem Pic Saint-Loup im Département Hérault	102	58	Ein Hauch von Rom Der Tempelbau Maison Carrée in Nîmes	122
49	Die Kugel zum Glück Okzitaniens schonstes Pétanque-Feld in Banyuls	104	59	Fest der Farben Collioure aus Sicht der Fauvisten	124
50	Manufaktur und Charcuterie In Villeneuvette nahe Clermont-l'Hérault	106	60	Dem Auge verborgen Das Hohlenkloster Saint-Roman nahe Beaucaire	126

61	Wilde Naturdusche Baden in der Vis und ihren Kaskaden	. 128	71	Die Wiege der Stadt Im Jardin de la Fontaine in Nîmes	148
62	Richtig süße Sachen Jean-Marie Boudets leckere Berlingots	130	72	Kapelle mit Himmelsblick Im Kartäuserkloster in Villeneuve-lès-Avignon	150
63	Fischerromantik pur Hafenleben in Le Grau-du-Roi	132	73	Gemalte Geschichte Die wunderbaren Wandbilder von Béziers	152
64	Fabelwesen im Naturparadies Wandern in der Karstlandschaft Cirque de Mourèze	134	74	Mitten im Mittelalter Das UNESCO-Weltkulturerbe Carcassonne	154
65	Im Mekka der Kubisten Céret und das Musée d'Art Moderne	136	75	Kleine Glückskapelle Eine Chapelle blickt über die Côte Vermeille	156
66	Traditioneller Hafengenuss Tielle genießen unterhalb des Sète-Leuchtturms	138	76	Exquisiter Traubensaft Die Weine der Appellation Banyuls	158
67	Enge Gassen, buntes Leben In der Innenstadt von Montpellier	140	77	Glück in Grün Auf dem Voie Verte im Haut-Languedoc	160
68	Zwischen den Meeren Gruissan liegt eingekuschelt zwischen Étangs	142	78	Park am Meer Die ehemalige Dynamitfabrik Site de Paulilles	162
69	Der Geschmack der Garrique Artisan-Gin von La Thériaque Spiritueux	144	79	Genüsslich in den Abend Marché & Halles du Lez in Montpellier	164
70	Unikum mit Weitblick Auf der Stadtmauer von Aigues-Mortes	146	80	Mein Freund, der Orb Badestelle in Taillevent mit klarem Flusswasser	166