

INHALT

Willkommen in Frankreich	18
Vorwort	24
FRÜHLING	26
<hr/>	
1 Vom Klima verwöhnt	
Menton – die Stadt der Zitronen	28
2 Narrentreiben in Limoux	
Der längste Karneval der Welt	30
3 Mimosen	
Der gelbe Rausch	32
4 Procession de la Sanch	
Die größte Osterprozession der Ost-Pyrenäen	34
5 Gartentour durch die Normandie	
It's the gulf stream, stupid!	36
6 Viehauftrieb Munstertal	
Für diesen Käse geh' ich meilenweit!	40
7 Île de France	
Château-Hopping in den Königsstädten	44
8 Paris	
Die Karawane zieht nach Belleville	46
9 An der Bouillabaisse-Küste	
Wenn es kocht, runterstellen!	48
10 Outre-Forêt	
Frühlingserwachen jenseits des Waldes	52
11 Minerve und das Minervois	
Im okzitanischen Weinmeer	54
12 Vaison-la-Romaine	
Vor den Besucherfluten des Sommers	58
13 Luberon	
La vie en vélo	69
14 Rustrel	
Das Colorado von Roussillon	62

SOMMER	64	
15 Längs der bretonischen Nordküste		
Immer geradeaus: Amerika!	66	
16 Île de Ré		
Inselglück im Atlantik	68	
17 Routes de la Lavande		
Landpartie zum Lavendel	72	
18 Wandern im Jura		
Ein Hörnchen voller Naturwunder	74	
19 Char à voile		
Flottes Segeln auf dem Sand	76	
20 Cap de la Hague		
Küstenwandern im Wilden Westen der Normandie	78	
21 Côte d'Opale		
Am Strand von Paris	80	
22 Weltkulturerbe		
Sommertörn auf dem Canal du Midi	84	
23 Fernradweg		
Die Wunder der ViaRhôna	88	
24 Spezialitäten-Event		
Das Mirabellenfest von Metz	90	
25 Meeresreservat Cerbère-Banyuls		
Wandern mit Schnorchel an der Purpurküste	92	
26 Eine Stadt als Bühne		
Das Theaterfestival von Avignon	94	
27 Rendez-vous au jardin		
Staunen in Grün	96	
28 Die klingende Sommersonnenwende		
La Fête de la Musique	100	
29 Île d'Yeu		
Sommerfrische im Atlantik	102	
30 Märkte der Provence		
Von der Sonne verwöhnt	104	

HERBST	106	
31 Auf dem Chemin Stevenson		
Nur der Esel war Zeuge	108	
32 Ferme-Auberge-Tour in den Vogesen		
Malkersmahlzeit über den Wolken	110	
33 Das Bassin Minier		
Unter Tage in Lewarde	112	
34 Genießen mit allen Sinnen		
Landpartie in Burgund	114	
35 Frankreichs sanfter Chili		
Der Piment d'Espelette	118	
36 Historische Wanderroute		
Unterwegs auf dem Sentier Cathare	120	
37 Indian Summer in der Ardèche		
Welche Kastanie darf's denn sein?	126	
38 Cidre aus der Normandie		
Apfelwein mit Handschrift	128	
39 Weinlese in der Champagne		
Helper willkommen	132	
40 Flusskreuzfahrt		
Ahoi zum Törn auf der Rhône	134	
41 Mit dem Vélo durch die elsässischen Weinberge		
Frische Luft und ein Kougelhopf im Weinberg	136	
42 Fondation Carmignac		
Kunstgenuss mit Strandzugang	140	
43 Castelnau-d'Assen und das Lauragais		
Auf Cassoulet-Tour	142	
44 Île d'Ouessant		
Herbstliche Sturmwanderung	144	
45 Arles		
Nach der Hitze des Sommers	146	
46 Sainte-Victoire und Sainte-Baume		
Wandern von einem heiligen Berg		
der Provence zum anderen		
47 Hausboottour durch die Weinberge des Cahors		
Le Lot est navigable!	148	
		150

WINTER	152	
48 Frankreichs Eau-de-Vie		
Der Armagnac-Brenner vom Château Millet	154	
49 Handarbeit		
Bei der Olivenernte in Nyons	156	
50 Traditionelles Volksfest		
Die Fête des Lumières von Lyon	158	
51 Katalanische Tradition		
Die Bärenfeste der Pyrenäen	160	
52 Naturschauspiel		
Schneeschuhwandern am Cirque de Gavarnie	162	
53 Südliches Zen		
Langlaufen auf dem Capcir	166	
54 Nach dem Vorbild der Natur		
Abfahren in Avoriaz	168	
55 Historischer Kurort Luchon		
Schwitzen im Stollen	170	
56 Strasbourg		
Frankreichs Weihnachtskapitale	172	
57 Ein Fest für alle Sinne		
Silvester in Paris	174	
58 Trüffelsuche im Tricastin		
Immer der Nase nach	176	
59 Die Calanques von Marseille		
Abenteuer der Großstadt	180	
60 Pariser Passagen		
Ein allwettertaugliches Vergnügen	182	
Register		186
Bildnachweis		187
Impressum		188