

Klaus Simon

Provence Côte d'Azur

DUMONT

REISE-HANDBUCH

Inhalt

Sehnsuchtsziele Provence und Côte d'Azur	10
In der Provence und an der Côte d'Azur reisen	12
Planungshilfe für Ihre Reise.....	16
Vorschläge für Rundreisen.....	20

Wissenswertes über die Provence und die Côte d'Azur

Steckbrief Provence-Côte d'Azur.....	24
Natur und Umwelt	26
Wirtschaft, Soziales und aktuelle Politik.....	30
Geschichte	34
Zeittafel	40
Gesellschaft und Alltagskultur.....	44
Kunst und Kultur.....	47

Wissenswertes für die Reise

Anreise und Verkehr.....	56
Übernachten	59
Essen und Trinken.....	62
Outdoor	68
Feste und Veranstaltungen	72
Reiseinfos von A bis Z	78

Unterwegs in der Provence und an der Côte d'Azur

Kapitel 1 – Im Norden der Provence

Auf einen Blick: Im Norden der Provence.....	94
Tricastin und die Gorges de l'Ardèche	96
La Garde-Adhémar	96
Vom Val des Nymphes nach Valaurie	96
Grignan	97

Weiter nach St-Paul-Trois-Châteaux.....	99
Pont-St-Esprit	102
Gorges de l'Ardèche.....	103

Von den Baronnie in die Dentelles de Montmirail..... 108

Nyons	108
Ste-Jalle und Buis-les-Baronnies	109
Weiter nach Mollans-sur-Ouvèze	110
Mont Ventoux	111
Sault, Gorges de la Nesque bis Bédoin	112
Dentelles de Montmirail.....	113
Vaison-la-Romaine	115

Aktiv: Radtour durch den Norden des Vaucluse 118



Kapitel 2 – Haute-Provence

Auf einen Blick: Haute-Provence..... 122

Von der Montagne de Lure ins Pays de Forcalquier 124

Jabron-Tal	124
Montagne de Lure	125
Südlich der Montagne de Lure	126
Plateau d'Albion	127
Pays de Forcalquier	129

Aktiv: Wanderung von Simiane-la-Rotonde zur
 Abbaye de Valsaintes..... 130
 Forcalquier 134



Von Sisteron durch das Durance-Tal nach Digne 136

Sisteron	136
Vom Col de Font-Belle nach Digne	137
Das Tal der Durance.....	138
Plateau de Valensole	140
Aktiv: Radtour über das Plateau de Valensole	142
Digne-les-Bains	144
Clues de Barles & Clues de Verdaches	146

Kapitel 3 – Das Tal der Rhône

Auf einen Blick: Das Tal der Rhône..... 150

Von Bollène nach Châteauneuf-du-Pape 152

Bollène	152
Zwischen Rhône und Aigues	152



Orange155

Châteauneuf-du-Pape159

Pays des Sorgues.....164

Pernes-les-Fontaines und Umland164

Fontaine-de-Vaucluse166

Cavaillon167

L'Isle-sur-la-Sorgue und Umland.....168

Monts de Vaucluse172

Carpentras172

Mazan174

Venasque und Le Beaucet175

Col de Murs bis St-Saturnin-lès-Apt176

Roussillon178

Gordes und Umgebung179

Abbaye de Sénanque180

Avignon, Pont du Gard und Uzès181

Avignon181

Villeneuve-lès-Avignon188

Aktiv: Île de la Barthelasse à vélo190

Pont du Gard192

Weiter nach Uzès193

Aktiv: Kanutour auf dem Gardon194

Alpilles196

St-Rémy-de-Provence196

Durch die Alpilles198

Aktiv: Wanderung über die Alpilles200

Im Süden der Alpilles.....201

Im Norden der Alpilles206

Tarascon207

Beaucaire208

Kapitel 4 – Camargue und Crau

Auf einen Blick: Camargue und Crau212

Arles.....214

Zentrum.....214

Außenbezirke.....216

Camargue und Crau.....221

Grande Camargue221

Petite Camargue223

Aktiv: Reiten wie ein Camargue-Cowboy.....226

La Crau229



Kapitel 5 – Die Mitte

Auf einen Blick: Die Mitte	234
Luberon und unteres Durance-Tal	236
Luberon-Nordflanke	236
Aktiv: Spaziergang durch die Forêt des Cèdres	241
Aktiv: Les Ocre en vélo	245
Luberon-Südflanke	249
Aktiv: Tour de Luberon	250
Aix-en-Provence	256
Cours Mirabeau	256
Altstadt	257
Quartier Mazarin, Forum Culturel	260
Fondation Vasarely, Auf den Spuren von Cézanne	261
Montagne Ste-Victoire und Massif de la Ste-Baume	266
Montagne Ste-Victoire	266
Aktiv: Wandern von einem heiligen Berg zum anderen	267
Massif de la Ste-Baume	269



Kapitel 6 – Im Osten der Provence

Auf einen Blick: Im Osten der Provence	274
Provence Verte	276
Argens-Tal	276
Im Zentrum des Var	281
Aktiv: Spaziergang zur Cascade de Sillans	283
Draguignan und Haut-Var	286
Draguignan	286
Dörfer im Haut-Var	286
Gorges du Verdon	291
Rechtes Verdon-Ufer	291
Aktiv: Auf dem Sentier Martel durch die Gorges du Verdon	294
Linkes Verdon-Ufer	295
Rund um den Lac de Ste-Croix	297
Aktiv: Wandern und Baden am Lac de Ste-Croix	300



Kapitel 7 – Côte d'Azur

Auf einen Blick: Côte d'Azur	306
Marseille, Côte Bleue und Calanques	308
Marseille	308
Côte Bleue	323



Martigues	325
Calanques	325
Aktiv: Wanderung auf dem GR 98 durch die Calanques	326
 Von Cassis nach Toulon	328
Cassis	328
Aktiv: Route des Crêtes	330
Aubagne	334
La Ciotat	335
La Cadière-d'Azur und Umgebung	339
Bandol	342
Sanary-sur-Mer und die Halbinsel von Sicié	343
Toulon	347
 Hyères, Halbinsel Giens und Îles d'Hyères	352
Carqueiranne	352
Hyères	352
Halbinsel Giens	355
Îles d'Hyères	357
Aktiv: Schnorcheln auf Port-Cros	359
Aktiv: Strandwanderung am Cap de Brégançon	362
Cap de Brégançon	363
 Massif des Maures und St-Tropez	366
Massif des Maures	366
Côte des Maures	370
Halbinsel von St-Tropez	373
St-Tropez	375
Von St-Tropez nach St-Aygulf	380
Fréjus, St-Raphaël und Massif de l'Estérel	383
Fréjus	383
St-Raphaël und Corniche d'Or	385
Massif de l'Estérel	388

Kapitel 8 – Die Riviera

Auf einen Blick: Die Riviera	392
Von Cannes bis zur Mündung des Var	394
Cannes	394
Îles de Lérins	404
Golfe-Juan, Vallauris und Mougins	405
Von Juan-les-Pins ans Cap d'Antibes	407
Antibes	408
Baie des Anges	411
Pays de Grasse	413
Grasse	414
Aktiv: Parfüm selbst gemacht	416



Ausflüge in die Umgebung	418
Durch die Gorges du Loup	419
St-Paul-de-Vence	422
Von Nizza nach Monte-Carlo	424
Nizza	424
Aktiv: Mit dem Pinienzapfenzug vom Meer ins Gebirge	432
Les Trois Corniches	437
Aktiv: Also sprach Zarathustra – der Sentier Nietzsche	440
Monaco / Monte-Carlo	444
Von den Felsdörfern über der Riviera nach Menton	450
Route du Sel	450
Menton	451
Von Ventimiglia nach Tende	456
Nationalpark Mercantour	458
Sprachführer	460
Kulinarisches Lexikon	462
Register	464
Abbildungsnachweis/Impressum	472

Themen

Die Dorfkneipe soll leben!	33
Atomkraft? Ja bitte!	38
Nur der Mond war Zeuge.	51
Lavendel und Lavendin	147
Der Wein der Päpste	160
Olivens der Provence	203
Ein Dorf sieht grün	279
Deutsche im Exil	344
Eine Insel zur Hochzeitsreise	356
Klappe, Cannes	402
Neuer Fürst, neues Land?	449

Alle Karten auf einen Blick

Naturparks	29
Weinbaugebiete in der Provence	64
Im Norden der Provence: Überblick	95
Gorges de l'Ardèche	104
Haute-Provence: Überblick	123
Wanderung von Simiane-la-Rotonde zur Abbaye de Valsaintes	130
Plateau de Valensole	141
Das Tal der Rhône: Überblick	151
Orange	156
Carpentras	173
Avignon	184
Île de la Barthelasse à vélo	190
Wanderung über die Alpilles	200
Camargue und Crau: Überblick	213
Arles	217
Die Mitte: Überblick	235
Tour de Luberon	250
Aix-en-Provence	258
Wandern von einem heiligen Berg zum anderen	267
Im Osten der Provence: Überblick	275
Gorges du Verdon und Sentier Martel	293
Wandern und Baden am Lac de Ste-Croix	300
Côte d'Azur: Überblick	307
Marseille	310
Auf dem GR 98 durch die Calanques	326
Route des Crêtes	330
Toulon	348
Îles d'Hyères	354
Strandwanderung am Cap de Brégançon	362
St-Tropez	376

Die Riviera: Überblick	393
Cannes	398
Nizza	426
Nizza-Altstadt.	429
Mit dem Pinienzapfenzug vom Meer ins Gebirge.	432
Also sprach Zarathustra – der Sentier Nietzsche	440
Monaco/Monte-Carlo	446
Menton.....	452