

160sf Foto: ad



— **Vor der Reise**
Bordeaux und Umgebung

— **Reisetipps A-Z**
Nördliche Atlantikküste

— **Land und Leute**
Oberlauf der Garonne

— **Südliche Atlantikküste**

— **Baskisches Küstenland**

— **Pyrénées Atlantiques**

— **Anhang**

— **Kartenatlas**

Inhalt

Vorwort	7
Hinweise zur Benutzung	11

Vor der Reise

(unter Mitarbeit von E.H.M. Gilissen)	
Informationen im Internet	14
Informationsstellen	16
Diplomatische Vertretungen	16
Studieren und Französisch lernen in Frankreich	16
Ein- und Ausreisebestimmungen	17
An- und Rückreise	19
Rund ums Geld	27
Versicherungen	29
Ausrüstung und Bekleidung	31
Reisezeit	32

Praktische Reisetipps A–Z

(unter Mitarbeit von E.H.M. Gilissen)	
Autofahren und Verkehr	38
Behinderte	40
Camping	41
Einkaufen und Souvenirs	45
Elektrizität	49
Essen und Trinken	49
Feier- und Festtage	57
FKK	63
Fotografieren	63
Führungen	64
Fundsachen	65
Haustiere	65
Immobilien	65
Internetcafés	69
Mit Kindern reisen	69
Medizinische Versorgung	71
Notfälle	73
Orientierung in Städten	73
Post	74

Routen- und Tourenvorschläge	75
Sehenswürdigkeiten	77
Sicherheit	78
Sport und Freizeit	79
Sprache und Verständigung	93
Telefonieren	95
Trinkgeld	96
Unterkunft	96
Verkehrsmittel	100
Zeitungen und Zeitschriften	103

Land und Leute

Geografie	106
Klima	108
Flora, Fauna und Schutzgebiete	109
Geschichte und Gegenwart	114
Wirtschaft	132
Bevölkerung	135
Kunst und Architektur	141
Literatur	143

Bordeaux und Umgebung

Bordeaux

Überblick	148
Orientierung	148
Geschichte und Gegenwart	150
Sehenswertes	152
Praktische Tipps	163

Umgebung von Bordeaux

Überblick	168
La Brède	169
Weintour durch das Médoc	170
Blaye	174
Saint Émilion und das Libournais	179
Abstecher in die Dordogne	182

Nördliche Atlantikküste

Überblick	188
Arcachon	188
Pyla-sur-Mer und die Düne	199
Cazaux	201
Le Teich	201
Rund um das Bassin d’Arcachon	203
Le Porge	206
Rund um Lacanau	207
Rund um Carcans	211
Rund um Hourtin	215
Soulac-sur-Mer und Gironde-Mündung	215

Südliche Atlantikküste

Überblick	236
Von Arcachon nach Biscarrosse	237
Biscarrosse	237
Naturpark Landes de Gascogne	240
Mont-de-Marsan	242
Mimizan	245
Von Mimizan nach Vieux-Boucau-les-Bains	250
Rund um Vieux-Boucau-les-Bains	253
Hossegor	257
Capbreton	261
Rund um Labenne	264
Dax – Thermalbad am Adour	265

Am Oberlauf der Garonne

Die Départements Gironde und Lot-et-Garonne	220
Cadillac	221
Langon	222
Agen	226

Baskisches Küstenland

Überblick	272
Bayonne – historisches Pflaster	272
Anglet – Strände und Surferparadies	280

Exkurse

Traumhafte Campingplätze	44
Typische Rezepte	56
Wellness – Thermalstationen und Thalassotherapie	90
Hausbootferien – unterwegs auf Frankreichs Flüssen	101
Der Jakobsweg – vom Pilgerpfad zur sportlichen Herausforderung	116
Traditionen der Basken – Kraftsport, Pelota und eingängliche Rhythmen	138
Goya in Bordeaux	150
Route Verte – die „Grüne Route“ von Libourne nach Marennes	176
Frankreich in Blüte – Wettbewerb um die „villes et villages fleuris“	249
Euskera – baskische Sprache im Baskenland	273
Topadresse der Geldelite: das Hôtel du Palais in Biarritz	286

Biarritz – altehrwürdiges Seebad	283	Saint Jean-Pied-de-Port	320
Bidart und Guéthary	292	Saint Étienne-de-Baïgorry	323
Saint Jean-de-Luz	293	Saint Palais	323
Von Saint Jean-de-Luz nach Hendaye	297	Mauléon	325
Hendaye – Strand und Hafen an der Grenze	299	Sauveterre-de-Béarn	326
		Salies-de-Béarn und Orthez	329
		Oloron-Sainte-Marie	330
		Parc National des Pyrénées	335
		Pau	337
		Lourdes	346

Pyrénées-Atlantiques

Im Schatten der Pyrenäen	308
Ascain und La Rhune	310
Sare	311
Saint Pée-sur-Nivelle	312
Jenseits der spanischen Grenze	313
Espelette	315
Cambo-les-Bains	316
Itxassou	319
Bidarray	319

Anhang

Literaturtipps	350
Kleine Sprachhilfe	352
Hilfe!	362
Register	376
Der Autor	384
Kartenatlas	nach 384



Land und Leute



042sf Foto: ad



046sf Foto: ad



An der Küste der Pyrenäen ist das Wetter zuweilen rau und wechselhaft

Frankreich gilt als kinderfreundlich - was sich auch in der Geburtenrate niederschlägt

Tierische Begegnung am Wege - auf Pyrenäenstraßen nicht selten

Geografie

Frankreich breitet sich auf einer Fläche von rund 544.000 km² aus, ist damit in etwa so groß wie Spanien und die Schweiz zusammen und wird von 62,7 Millionen Menschen bewohnt. Weite Teile des Gebietes, das in diesem Buch beschrieben wird, gehören zum **Aquitanischen Becken**, das sich im Westen vom Atlantik und im Süden von den Bergflanken der Pyrenäen begrenzt sieht. Weiter östlich und nordöstlich geht es hinein ins Zentralmassiv, im hohen Küstennorden schließt sich die Vendée mit der Poitou-Schwelle sowie mehreren vorgelagerten Inseln (Noirmoutier, Oléron, Ré, Aix, Yeu) an.

Im Aquitanischen Becken wechseln sich die Hügelländer im Einzugsgebiet der **Flüsse Garonne** (647 km lang, Einzugsgebiet rund 94.000 km²) und **Dordogne** (490 km lang, Einzugsgebiet rund 24.000 km²) mit langen sandigen Strandweiten und Dünenwellungen ab. Als wahrer Gigant erhebt sich südwestlich von Arcachon zwischen Pinienwäldern und Ozean die **Dune du Pilat**, Europas mächtigste Düne.

Einen markanten Küsteneinschnitt formt das breite **Delta der Gironde**, die ihrerseits aus den Zusammenflüssen von Garonne und Dordogne gebildet wird. Als breites braunes Band zieht sich die Gironde rund 75 km dahin, lässt das Médoc zur Linken und das Zitadellenstädtchen Blaye zur Rechten und erreicht in ihrem Mündungsgebiet eine maximale Breite von zwölf Kilometern. Mittendrin, auf der

ersten Weghälfte zum Atlantik, liegen Inseln wie die Île Verte, die Île de Patiras und die Île San Pain.

Südlich der Gironde-Mündung erstreckt sich eine knapp 250 km lange Küste, die einzig vom 155 km² umfassenden **Becken von Arcachon** sowie kleineren Flussmündungen wie der des Adour (bei Bayonne) unterbrochen wird; der **Adour** selbst entspringt in den Pyrenäen und ist mit seinen 335 Kilometern Länge alles andere als ein Flusszweig.

Im südöstlichen Bereich nimmt das Becken von Arcachon den Flusslauf der **L'Eyre** auf, weiter im Inland strömt der in den Cevennen entspringende **Lot** dahin und mündet bei Aiguillon in die Garonne. Der Lot ist rund 500 km lang und umfasst ein über 11.000 km² großes Einzugsgebiet.

Andernorts haben sich im unmittelbaren Küstenhinterland **Binnenseen** gebildet. Die bedeutendsten dieser Wasserflächen sind der Lac d'Hourtin et de Carcans (bei Hourtin, Maubuisson und Carcans), der Lac de Lacanau (bei Lacanau), der Étang de Cazaux-Biscarrosse-Sanguinet (bei Biscarrosse), der Étang de Biscarrosse-Parentis (ebenfalls dort) sowie der Étang de Mimizan-Aureilhan (bei Mimizan).

Die weit ins Hinterland greifende Küstenebene zwischen der Gironde und dem Golf von Biscaya wird von den **Landes de Gascogne** geprägt, einem rund 14.000 km² großen Landstrich, dessen Name auf die ursprüngliche Vegetationsdecke aus Mooren und Heidekraut weist. Heute prägen die von Menschenhand angelegten



Pinienwälder das Bild, viele Gebiete sind längst entsumpft.

Südlich der **Côte d'Argent** (Silberküste) schließt sich die stark zergliederte **baskische Küste** mit einigen Klippenlandschaften an. Der Fluss Bidasoa bildet die Grenze zu Spanien. Im Blickfeld liegen bereits die Pyrenäen (franz. *Pyrénées*, span. *Pirineos*), deren westliche Ausläufer hier ins Meer abfallen und die weiter landeinwärts Höhen von über 3400 m erreichen. Auf einer Breite von über 400 km bilden die Pyrenäen eine natürliche Sperre zwischen Frankreich und der Iberischen Halbinsel. Der Ursprung der Bergbarriere liegt in einem vor über 300 Millionen Jahren gebildeten Faltengebirge, das durch spätere Anhe-

bungen weitere Veränderungen erfuhr. Zudem bildeten sich immer wieder **Höhlen**, von denen manche – wie die Grottes de Sare – zu besuchen sind.

● **Buchtip:** In seinem Band „Frankreich. Geografie, Geschichte, Wirtschaft, Politik“ (Wissenschaftliche Buchgesellschaft, Darmstadt) stellt *Alfred Pletsch* detailliert alle großen französischen Naturräume vor; farbige Übersichtskarten illustrieren die Grundlagen des Reliefs, die unterschiedlichen Oberflächenformen sowie die paläogeografische Entwicklung des Landes.

Aquitanien und seine Départements

Zum Kernraum des Aquitanischen Beckens gehört die weit und breit größte Metropole **Bordeaux**, Hauptstadt der rund 41.309 km² umfassenden Großregion Aquitanien. Zu Aquitanien wiederum zählen die Départements (Verwaltungsgebiete) **Gironde** (10.000 km²; Hauptstadt Bordeaux), **Dordogne** (9.060 km²; Hauptstadt Périgueux), **Landes** (9.243 km²; Hauptstadt Mont-de-Marsan), **Lot-et-Garonne** (5.361 km²; Hauptstadt Agen) und **Pyrénées-Atlantiques** (7.645 km²; Hauptstadt Pau). Im Norden grenzt Aquitanien an Poitou-Charentes, im Nordosten an das Limousin, im Osten und Südosten an Midi-Pyrénées, im Süden an Spanien und im Westen komplett an den Atlantik.

Verwaltungstechnisch tragen die Départements **Kennzahlen**, auf die man z.B. bei den Nummernschildern der Fahrzeuge (ganz rechts) stößt. Hier eine Übersicht:

● Dordogne:	24
● Gironde:	33
● Landes:	40
● Lot-et-Garonne:	47
● Pyrénées-Atlantiques:	64

Klima

Mit dem Begriff „stark wechselhaft“ wird man dem Klima Südwestfrankreichs am ehesten gerecht. Mancherorts schlagen an der Atlantikküste bis zu 2500 Sonnenstunden jährlich zu Buche, doch vor Regen und Stürmen



ist man nie gefeit. Der ständige Einfluss des Atlantiks sorgt für ein buntes **Wechselspiel aus Wolken und Sonne** und macht verlässliche Prognosen schwierig bis unmöglich. Selbst Erfahrungswerte sind wenig aussagekräftig, denn in den letzten Jahren hat man alle Extreme erlebt. So gab es im Baskenland in manchem Juli schon 28 reine Sonnentage und ebenso viele regendurchflutete Tage! Im Frühsommer können **Stürme** und verheerende Gewitter über die Silberküste hinwegziehen, wie man sie im Normalfall nicht einmal im Herbst und Winter erlebt. Ähnlich wie in heimischen Gefilden muss im Sommer mit **Wärmegewittern** gerechnet werden.

Als grobe Faustregel bleibt: Je näher man den Pyrenäen auf den schroffen Pelz rückt, desto größere Feuchtigkeit ist zu erwarten. Doch es sind gerade die **Niederschläge** – örtlich vereinzelt über 2000 mm pro Jahr –, die das Pflanzenkleid so herrlich frisch und grün halten! Selbst in Arcachon muss man im Sommer mit monatlich sieben bis neun Tagen rechnen, an denen Schauer niedergehen – dem stehen im selben Zeitraum im Tagesdurchschnitt allerdings acht bis neun Sonnenstunden entgegen ...

An der Küste kann man im Allgemeinen von **Tagestemperaturen** zwischen 19 und 20 °C im Mai, 21–22 °C im Juni, 24–25 °C im Juli, 25 °C im August, 22 °C im September sowie 18–19 °C im Oktober ausgehen. Ein Blick auf die Klimawerte der Nebensaison in einer Küstenstadt wie Biarritz zeigt, dass die täglichen Durchschnitts-

temperaturen im Januar dort um 8–9 °C und im April um 13 °C liegen. Im Hochsommer steigt die Quecksilbersäule nicht allzu oft über die 30-Grad-Marke, der **Atlantik** erwärmt sich gemeinhin selten über 20 °C.

Flora, Fauna und Schutzgebiete

Mit Stränden, Sümpfen und Gebirgsriesen blättert sich die Natur im Südwesten Frankreichs facettenreich auf. Zusätze bieten ausgedehnte Pinienwälder und Binnenseen, bei Arcachon bäumt sich die Düne von Pilat (auch: Pyla) spektakuläre 118 m hoch auf. Im tiefen Süden Südwestfrankreichs geht das Küstenflach- ins Pyrenäenvorland über, sandige Strandadern wechseln sich mit rauen baskischen Buchten und Klippen ab. Vor dem Hintergrund der Pyrenäen-Bergriesen markiert der Fluss Bidassoa den französisch-spanischen Grenzverlauf. Kurz vor seiner Mündung verbreitert sich der nur 65 km lange Strom in der **Baie de Txingudy**, die als Réserve Naturelle unter Schutz steht und vielen Seevögeln ebenso eine temporäre Heimat gibt wie die **Banc d'Arguin**, eine hell leuchtende Sandbank am Auslauf des Beckens von Arcachon. Auf ihrem Weg in die afrikanischen Winterquartiere machen hier immer wieder Zugvögel Station.

Vom Sturm verwüsteter Pinienwald

Register

A

Abenteuerparks 80
 Absolutismus 121
 Abteien 141
 Accous 333
 Adapter 49
 Adour 265, 272
 Agen 226
 Ainhoa 313
 Aire-sur-l'Adour 233, 243
 Aire-sur-l'Adour 243
 Aldudes 323
 Amou 269
 Andernos-les-Bains 204
 Anfahrtsstrecken 19
 Angeln 80
 Anglet 280
 Anreise 19
 Antiquitäten 47
 Apotheken 71
 Aquitanien 108
 Arancou 319
 Arbeitslosigkeit 134
 Arcachon 188
 Arcachon-Becken 203
 Architektur 141
 Arette 332
 Artouste 344
 Arudy 343
 Ärzte 71
 Ascain 310
 Aste-Béon 344
 Atlantikküste 188
 Audenge 204
 Audignon 269
 Auslandskrankenschein 29
 Auslandsschutzbrief 30
 Ausrüstung 31
 Austern 56, 114, 191

Austernroute 204
 Autofahren 38
 Automobilclub 31
 Autozug 23

B

Baden 88
 Bahn 22, 102
 Banken 27
 Bars 49
 Bascons 243
 Basken 114, 135, 138
 Baskenland 271
 Baskenmütze 309
 Baskenmützen-Museum 345
 Baskisch 94, 273
 Basse-Navarre 308
 Bassin d'Arcachon 188, 203
 Bayonne 272
 Bazas 224
 Baztan 315
 Béarn 308
 Béarn-Adour 343
 Bedous 333
 Behinderte 40
 Bekleidung 31
 Belin-Béliet 241
 Benzin 39
 Bergbähnchen 344
 Bergerac 183
 Bevölkerung 135
 Biarritz 283
 Bidache 317
 Bidarray 319
 Bidart 292
 Bidassoa 315
 Biganos 204
 Billigfluganbieter 24
 Biriadou 305

Biscarrosse 237
 Blanquefort 171
 Blasimon 226
 Blaye 174, 176
 Bombannes 211
 Bootsausflüge 81
 Borce 334
 Bordeaux 147
 Bordeauxweine 54
 Botschaften 16
 Boucau 265
 Boule 81
 Bourg-sur-Gironde 176
 Brassempouy 269
 Burgen 143
 Bus 102
 Busverbindungen 22

C
 Cadillac 221
 Cafés 49
 Cambo-les-Bains 316
 Camping 41
 Candanchú 334
 Canyoning 81
 Cap Ferret 204
 Capbreton 261
 Capien 221
 Carcans 211
 Casino 283
 Casinos 81
 Castelnau-de-Médoc 171
 Castillon-la-Bataille 182
 Cauterets 336
 Cazaux 201
 Cazeneuve 225
 Chalets 43
 Chalosse 269
 Chambre d'Amour 280
 Charre 328
 Châteaux 170

Ciboure 298
 clubs de plage 70
 Col d'Aubisque 337
 Col de Saint Ignace 310
 Col de Tourmalet 337
 Col du Somport 334
 Condom 233
 Contis-Plage 250
 Corniche Basque 298
 Créon 221
 Crêpes 56
 Cussac-Fort-Médoc 171

D

Dantxarinea 313
 Dax 265
 Départements 108
 Diebstahl 78
 Diplomatische Vertretungen 16
 Domaine d'Abbadia 302
 Dordogne 182
 Duhort-Bachen 243
 Düne 199
 Dune du Pilat 199

E

EC-Karte 27
 Ecomusée
 de la Grande Lande 242
 Einkaufen 45
 Einreisebestimmungen 17
 Elektrizität 49
 Entre-deux-Mers 225
 Eselritte 87
 Espelette 315
 Essen 49
 Étang Blanc 256
 Étang d'Aureilhan 245
 Étang de Cousseau 213
 Étang de Soustons 254
 Étang Noir 256

Etsaut 334
Eugui-Stausee 323
Euro 128
Euskera 273
Exkursionen 65

F

Fährgebühren 20
Fahrradfahren 82
Falaise aux Vautours 344
Fallschirmspringen 84
Fauna 109
Feiertage 57
Ferienhäuser 100
Festivals 58
Festkalender 60
Festtage 57
Feuertier 58
Feuerwehr 73
Filmmaterial 63
Fisch 51
Fischerei 134
FKK 63
Flora 109
Flug 24
Flughafen 26
Flughafen Biarritz-Anglet-Bayonne 291
Flüsse 106
Folklore 59
Forêt d'Iraty 326
Fort Médoc 172
Fotografieren 63
Franken 115
Französisch 94
Französisch lernen 16
Freizeit 79
Fremdenverkehrsamt 16
Fronton 139
Fuenterrabía 305
Führungen 64
Fundsachen 65

G

Gabas 344
Garonne 148, 219
Gascognisch 94
Gastronomie 49
Gaujacq 269
Geaune 243
Geierfelsen 344
Geländewagentouren 84
Geld 27
Geografie 106
Gepäck 31
Geschichte 114
Geschwindigkeits-
begrenzungen 38
Gesundheit 71
Getränke 54
Gironde 220
Gironde-Mündung 215
gîtes d'étape 100
Gîtes de France 99
Glaubenskriege 121
Gleitschirmfliegen 85
Golf 85
Gorges d'Ehujarre 326
Gorges d'Holzarté 325
Gorges de Kakouetta 326
Gornac 226
Gotein 325
Goya 150
Grandes Randonnées 92
Grenade-sur-l'Adour 243
Grottes d'Isturitz
et d'Oxocelhaya 317
Grottes de Bétharram 345
Grottes de Fontirou 231
Grottes
de Lastournelle 231
Grottes de Sare 312
Grüne Route 176
Guéthary 292

H

Hagetmau 269
 Handy 95
 Hasparren 317
 Hastings 269
 Hausbootferien 101
 Hauskauf 67
 Haustiere 65
 Hendaye 299
 Hochseefischen 80
 Höhle von Lascaux 185
 Hondarribia 305
 Hossegor 257
 Hôtel du Palais 286
 Hotels 98
 Hourtin 215
 Hund 65

I

Ibañeta-Pass 322
 Immobilien 65
 Informationen 14
 Informationsstellen 16
 Internet 14
 Internetcafés 69
 Iraty 326
 Itxassou 319

J

Jaca 335
 Jakobsweg 116
 Jardin Public 155
 Jazzfestival 58
 Jetski 85
 Jogging 85
 Jugendherbergen 100
 Jurançon 332

K

Kaiserpalast 286
 Kajak 86

Kanu 86
 Kartenmaterial 32
 Karting 86
 Katholizismus 135
 Katze 65
 Kinder 69
 Kinderstrandclubs 70
 Kirchen 141
 Kleidung 31
 Klima 108
 Konsulate 16
 Kosten 28
 Kraftsport 138
 Krankenhaus 72
 Krankenversicherung 29
 Krankenwagen 73
 Krankheit 71
 Kreditkarten 27
 Kriminalität 78
 Kuhrennen 58
 Kunst 141
 Kunsthandwerk 48
 Kurtaxe 29

L

L'Amélie-sur-Mer 216
 L'Eyre-Delta 201, 240
 L'Hôpital-Saint-Blaise 325
 La Brède 169
 La Palmyre 178
 La Pierre-Saint-Martin 332
 La Réole 226
 La Rhune 310
 La Sauve-Majeure 222
 Laàs 328
 Labastide-d'Armagnac 244
 Labenne 264
 Labourd 308
 Labrit 242
 Lac d'Hourtin
 et de Carcans 215

Lac de Lacanau 207
Lacanau 207
Lacommande 343
Lamarque 172
Landes de Gascogne 240
Landwirtschaft 133
Langlaufveranstaltungen 85
Langoiran 221
Langon 222
Laruns 344
Le Porge 206
Le Teich 201
Le Verdon-sur-Mer 216
Lège-Cap Ferret 204
Leihwagen 103
Léon 252
Lescar 343
Lescun 334
Lesparre-Médoc 171
Lestelle-Bétharram 345
Libournais 179
Libourne 176, 181
Literatur 143
Literaturtipps 350
Lit-et-Mixe 252
Logis de France 98
Lot-et-Garonne 220
Loupiac 221
 Lourdes 346

M

Magescq 268
Marathon 85
Marennes 176
Marienerscheinung 346
Märkte 57, 165
Marmande 224
Maubuisson 211
Mauléon 325
Maut 20
Maylis 269

Medikamente 31
Medizinische Versorgung 71
Médoc 170
Meeresfrüchte 51
Meeresmuseum 287
Mentalität 135
Menü 50
Messanges 253
Mietwagen 103
Mimizan 245
Mobil-Homes 43
Mobiltelefon 95
Moliets-et-Maa 252
Monflanquin 232
Monségur 226
Montagne 181
Montalivet-les-Bains 216
Montaut 269
Mont-de-Marsan 242
Montfort-en-Chalosse 269
Morlâas 343
Musée des Beaux-Arts 159
Museen 143

N

Napoléon 124
Nationalfeiertag 60
Naturpark Landes
de Gascogne 240
Naturschutz 109
Navarrenx 328
Nay 345
Nérac 233
Netzspannung 49
Nive 272
Notfall 73

O

Öffnungszeiten 46
Ökomuseum 242
Oloron-Sainte-Marie 330

Orientierung 73
 Orthez 329
 Ostabat 322

P

Panne 39
 Parc National des Pyrénées 335
 Parc Naturel Régional des Landes
 de Gascogne 240
 Parc Ornithologique 202
 Parken 40
 Pas de Roland 319
 Pass von Somport 333
 Pau 337
 Pauillac 171
 Pelota 86, 138
 Penne-d'Agenais 232
 Périgord 182
 Périgueux 183
 Personalausweis 17
 Petit Train d'Artouste 344
 Peyrehorade 269
 Pfefferschoten 315
 Pflanzenwelt 109
 Pilat 199
 Pilgerrouten 117
 Piments d'Espelette 315
 Pinien 240
 Pointe de Grave 216
 Politik 128
 Polizei 73
 Porto 75
 Post 74
 Pottok-Pferde 315
 Pouillon 269
 Preisbeispiele 28, 47
 Prignac-et-Marcamps 176
 Promillegrenze 38
 Pujols 232
 Pyla-sur-Mer 199
 Pyrenäen 308

Pyrenäen-Nationalpark 335
 Pyrénées-Atlantiques 307

R

Radwege 82
 Rafting 87
 Rauzan 226
 Regionalbusse 102
 Reiseapotheke 31
 Reisegepäckversicherung 30
 Reisekosten 28
 Reisepass 17
 Reiserücktritts-
 versicherung 30
 Reisezeit 32
 Reiten 87
 Restaurants 49
 Rezepte 56
 Rhune 310
 Rollstuhlfahrer 40
 Römer 115
 Roncesvalles 322
 Roquetaillade 224
 Route Verte 176
 Routen 75
 Royan 176-177

S

Sabres 242
 Sadirac 222
 Saint André-de-Cubzac 176
 Saint André-du-Bois 225
 Saint Émilion 179
 Saint Étienne-de-Baïgorry 323
 Saint Ferme 226
 Saint Girons 252
 Saint Jean- Pied-de-Port 320
 Saint Jean-de-Luz 293
 Saint Jean-le-Vieux 321
 Saint Justin 244
 Saint Laurent-Médoc 171

Saint Palais 323
Saint Pandelon 269
Saint Paul-Lès-Dax 268
Saint Pée-sur-Nivelle 312
Saint Sever 269
Saint Vincent-de-Paul 268
Saint Vivien-de-Médoc 171
Saison 34
Salies-de-Béarn 329
Samadet 269
San Juan de la Peña 335
San Sebastián 305
Sare 311
Sarlat-la-Canéda 185
Sarrance 333
Sauveterre-de-Béarn 326
Sauveterre-de-Guyenne 225
Schinken 52, 272
Schlösser 143
Schluchten 325
Schokolade 272
Schutzbrief 30
Schutzgebiete 109
Schwimmen 88
Seekajak 86
Segeln 89
Sehenswürdigkeiten 77
Seignosse 254
Sévignacq 343
Sévignacq-Meyracq 343
Shopping 45, 165
Sicherheit 78
Sierra San Juan
 de la Peña 335
SNCF 102
Socoa 298
Somport-Pass 334
Somport-Tunnel 334
Sorde-l'Abbaye 269
Soulac-sur-Mer 215
Soule 308

Soustons 254
Souvenirs 45
Spanien 305, 313, 322, 333
Spartipps 28
Spezialitäten 51
Spirituosen 55
Sport 79
Sprache 93, 273
Sprachhilfe 352
Steckdosen 49
Steinzeit 114
Stierkampf 58
Strände 79
Straßenkarte 32
Strömungen 79
Studieren 16
Sunbilla 315
Surfen 89, 280, 285

T

Talmont-sur-Gironde 177
Tanken 39
Tardets-Sorholus 325
Tarnos 265
Tauchen 91
Taxis 102
Telefonieren 95
Temperaturen 109
Tennis 91
Thalassotherapie 90
Thermalstationen 90
Tiere 65
Tierwelt 109
Tour de France 337
Tourenvorschläge 75
Tourismus 134
Traumhafte
 Campingplätze 44
Trinken 54
Trinkgeld 96
Trois-Villes 325

U

Übernachten 96
Unfall 39
Unterkunft 96
Urdax 315
Urdos 334
Urt 319
Ustaritz 317
Uzeste 224

V

Valeyrac 171
Vallée d'Aldudes 323
Vallée d'Aspe 333
Vallée d'Ossau 344
Vayres 181
Vegetation 109
Verkehr 38
Verkehrsmittel 100
Versicherungen 29
Verständigung 93
Vianne 233
Vieux- Boucau-les-Bains 253
Villandraut 224
Villeneuve-sur-Lot 232
Villeréal 232
Villes et villages fleuris 249
Vogelpark 202
Vogelwelt 111
Vorwahlnummern 96

W

Walking 85
Wallfahrt 116
Wanderkarten 32
Wandern 92
Wasserflugzeug-Museum 238
Wasserwege 101
Wechselkurs 27
Wein 54
Weingüter 170

Weinproduzenten 172
Weintour 170
Wellenreiten 89
Wellness 90
Wertsachen 78
Wetter 108
Wintersport 93, 332
Wirtschaft 132
Wohnungskauf 67

Z

Zahnradbahn 310
Zeitschriften 103
Zeitungen 103
Zollbestimmungen 17
Zug 22
Zugarramurdi 314