



143lr ps

St-Loup (S. 214) mit guten Wandermöglichkeiten. Magnetische Anziehungskraft haben die **Gorges de l'Hérault (S. 222)** mit kühlen BADESTELLEN und die Abtei von **St-Guilhem-le-Désert (S. 225)** am Jakobsweg. Ein besonderer Tipp ist das landschaftlich bezaubernde **Buèges-Tal (S. 229)**.

4 Sète, Béziers und westliches Hérault | S. 232

Sète (S. 236) mit seinem Fischerhafen und seinen Meeresfrüchtere-restaurants hat viel Charme. Ausflugsboote fahren durch den Ort auf den **Étang de Thau (S. 255)**, in dem Austern gezüchtet werden. Von den langen Stränden mit vielen un bebauten Abschnitten im Département Hérault ist es stets nah zu den Weingütern im Hinterland. **Pézenas (S. 291)** mit seinen

Kunsthändlerateliers und die Stierkampfmetropole **Béziers (S. 273)** sind sehenswerte Städte in Küstennähe. Ab dem **Cap d'Agde (S. 267)** wird das Strandleben trubeliger. Schöne Landschaften bietet das **Clermontais (S. 300)**, z.B. am Cirque de Mourèze und am Lac du Salagou. Weiter im Westen erstreckt sich das Gebiet des Parc Naturel Régional du Haut-Languedoc, wo Wanderer und Radfahrer zwischen Weindörfern Naturhighlights erleben. Kaum zu übertreffen ist die Lage von **Minerve (S. 319)** hoch über den Canyons zweier Flüsse, die im Sommer kein Wasser führen.

☒ Ein traumhaftes Erlebnis: die Licht- und Tonshows am Pont du Gard

☒ Von den Stränden des Roussillon reicht der Blick bis zu den östlichen Pyrenäen und nach Spanien

5 Narbonne und Aude | S. 322

Das Hinterland des Département Aude ist mit dem mittelalterlichen Traumbild von **Carcassonne (S. 326)** und den Burgruinen einstiger okzitanischer Feudalherren verknüpft. Sie boten den letzten von den Kreuzrittern der Krone und des Klerus verfolgten Katharen Zuflucht und waren auch wehrhafte Ausgucke über die Grenze zu Aragón. Trüffelmärkte, Tropfsteinhöhlen und alternative Industriekultur – ganz andere Eindrücke hinterlassen die Dörfer der waldreichen Montagne Noire, z.B. **Saissac (S. 346)**. Der Canal du Midi gibt eine Reiseroute vor, die von **Castelnaudary (S. 343)** bis ins Hérault fortgesetzt werden kann. Im Tal der Aude kommt man über die Karnevalshochburg **Limoux (S. 354)** ins sagenumwobene **Rennes-le-Château (S. 357)** und nach **Axat (S. 361)**, einer idealen Basis für Rafting- und Klettertouren. **Narbonne (S. 374)** mit seiner erzbischöflichen Cité und römischen Vergangenheit trennen nur die Weinberge des naturgeschützten **Massif de la Clape (S. 389)** vom Mittelmeer. Hier liegen die Surferstrände von **Gruissan (S. 392)**. Kulturfans zieht es in die **Abbaye de Fontfroide (S. 387)**, Naturliebhaber an die Étangs der Côte Narbonnaise mit ihrer malerischen Naturlandschaft. Bis hinunter nach **Leucate (S. 403)** und **La Franqui (S. 401)** kann man immer wieder an einem anderen Badestrand halten.

6 Perpignan und östliche Pyrenäen | S. 406

Perpignan (S. 410) mit dem Palast der Könige von Mallorca und seinen lebendigen katalanischen Traditionen ist die alte Hauptstadt der historischen Region Roussillon. Das heutige Département Pyrénées-Orientales reicht die Küste hinunter bis zur spanischen Grenze hinter **Cerbère (S. 526)** und weit in die Pyrenäen hinein, die hier schon Hochgebirgscharakter haben: mit

dem **Mont Canigou (S. 454)**, dem Hochplateau der Cerdagne, der spanischen Enklave **Llívia (S. 484)** und dem im Winter sibirisch kalten Capcir. Die gebirgige Topografie bestimmt, welche Reiseroute die bequemste ist, entweder am Meer entlang oder durch die Pyrenäentäler der Flüsse Agly (Fenouillèdes), Têt (Conflent) und Tech (Vallespir). Ab **Argelès-sur-Mer (S. 504)** löst die Steilküste der Côte Vermeille die flachen Sandstrände ab. Hier reichen die Pyrenäenausläufer bis ans Meer. Das Roussillon ist das Land der Vauban-Festungen **Fort Libéria (S. 463)** und **Mont-Louis (S. 472)** mit spektakulären Aufstiegen und Ausblicken. Im französischen Teil Kataloniens liegt auch die Wiege der Romanik, die der Nachwelt faszinierende Bildhauerkunst hinterließ. Ebenso ist das Roussillon das Land der Bergwanderungen und Thermalbäder. Und dann gibt es hier noch malerische Orte wie **Collioure (S. 512)**, **Banyuls-sur-Mer (S. 522)** und **Céret (S. 532)**, in denen Künstler wie *Picasso*, *Maillol*, die Fauvisten und *Dalí* illustre Spuren hinterließen.

144lr ps



Reiserouten und Touren

Das Languedoc-Roussillon lässt sich kaum in all seinen Facetten während einer einzigen Reise entdecken. Man sollte sich vorher ein paar Schwerpunkte setzen und Ziele zusammenstellen, die man auf jeden Fall besuchen möchte. Je nach zur Verfügung stehender Zeit, Interessen und Art des Reisens bieten sich unterschiedliche Orte und Gegenden an, die man individuell als Routen verknüpfen kann.

Die einzelnen Kapitel enthalten detaillierte Anregungen für **ein- bis mehrtägige Ausflugs-touren** in dem jeweiligen Gebiet, die sich gut mit dem Auto oder Motorrad machen lassen. Strandurlauber finden Ideen für Tagesfahrten oder Mehrtagestouren ins Hinterland und in die sehenswerten Städte. Vorschläge für solche Routen stehen an entsprechender Stelle als „**Tourentipp**“. Auch wenn die Zeitplanung natürlich von den individuellen Interessen abhängt, sollen diese Routenvorschläge bei der Planung der Fahrten helfen. **Rad- oder Wandertouristen** können in vielen Gebieten auch gut eine ganze Woche verbringen. Auf besonders lohnende Orte und Strecken wird jeweils hingewiesen.

Routenvorschläge

Die folgenden Routenvorschläge können als Anhaltspunkte dienen, wie man sich das Reisegebiet bei unterschiedlichem Zeitbudget und je nach Wahl der Verkehrsmittel erschließen kann.

Kurztrip (5 Tage):

Montpellier, Sète, Nîmes

Dieser Vorschlag ist ideal, wenn man an einem verlängerten Wochenende möglichst viel sehen und erleben möchte. Allein in Montpellier könnte man fünf Tage verbringen, aber in die beiden ebenfalls spannenden Nachbarstädte Nîmes und Sète ist es nicht weit. Man kommt von Montpellier aus gut mit dem Zug hin. Ab Ende Mai kann man im Meer baden. Nîmes lädt zwischen römischen Baudenkmalern zum Shoppen und Feiern ein. Auch für eine ganze Woche ist diese Drei-Städte-Tour ein guter Plan.

1. und 2. Tag: Flug nach Montpellier, Stadtbesichtigung, Abstecher mit dem Rad oder Mietwagen zu den Stränden von Palavas-les-Flots und zur Kathedrale Maguelone in Strandnähe auf einer Laguneninsel.

3. Tag: Ausflug nach Sète (Nahverkehrs-zug).

4. Tag und 5. Tag: Ausflug nach Nîmes (Nahverkehrs-zug), ggf. mit Übernachtung und Abstecher in die Kleine Camargue, Rückflug.



☒ Durch die Bergwelt des Hinterlands: kleine Straßen sind oft traumhafte Strecken für Landschaftsschwärmer



145ir ps

Ein- bis Zwei-Wochen-Trip: Strände des Languedoc und Hinterland

Mit dem Mietwagen ab dem Flughafen von Béziers oder Montpellier lässt sich bei dieser Tour in nur einer Woche Sightseeing, Baden und Genießen verbinden. Ein gute Basis sind die Campingplätze am Cap d'Agde, in Valras-Plage oder Gruissan und für Individualisten und Kulturinteressierte die Hotels und Pensionen in Agde oder Narbonne. Die Tour bietet viel Abwechslung: Kulturstädte und altherwürdige Abteien sowie wunderschöne Landschaften und traumhafte Strände für Badende und Surfer. Nach Sète locken der trubelige Mittwochsmarkt und die Meeresfrüchte-restaurants am Quai. Narbonne bietet viel Kultur und das nagelneue Römermuseum NarboVia. Carcassonne ist ein Highlight für Mittelalterfans. Bei Absteuern zur Katharerburg Peyrepertuse oder den zu den Gorges de Galamus lassen sich spontan Wanderungen in spektakulärer Landschaft unternehmen. Wer gern ganze Tage am Strand verbringen und mehr Zeit zum Bummeln haben möchte, kann die Ziele dieser Tour gut

auf zwei Wochen verteilen. Und wer mit dem eigenen Auto anreist, sollte ebenfalls für zwei Wochen planen.

- 1. Tag:** Flug nach Béziers oder Montpellier, Agde.
- 2. Tag:** Sète und Étang de Thau, Marseillan und/oder Pézenas.
- 3. Tag:** Béziers und die Schleusen von Fontseranes.
- 4. Tag:** Narbonne, Massif de la Clape, Gruissan und Étang de Bages et Sigean.
- 5. Tag:** Abbaye de Fontfroide und Fahrt nach Carcassonne (ggf. Übernachtung).
- 6. Tag:** Lagrasse, Château de Peyrepertuse, Gorges de Galamus.
- 7. Tag:** Erholung in La Franqui und Rückflug.





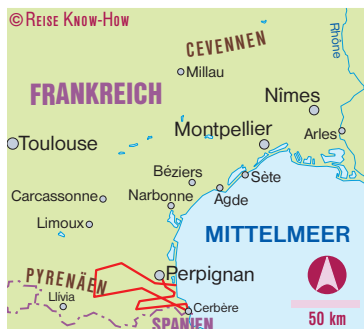
146fr ps

Ein- bis Zwei-Wochen-Trip: Roussillon mit Küste und Hinterland

Eine Tour für alle, die sich nur das Roussillon ansehen möchten. Perpignan, die Hauptstadt, ist feierlustig und quicklebendig. Gute Shoppingmöglichkeiten, ein tolles Kunstmuseum und der Palast der Könige von Mallorca sind nur einige Gründe für einen Besuch. Toreilles-Plage, der naturbelassene Hausstrand, ist eine gute Basis für Entdeckungen entlang der Küste und die Fahrt bis Cerbère an der spanischen Grenze. Hin- und Rückfahrt mit Zwischenstopps sind an einem Tag möglich. Unbedingt einplanen: einen Nachmittag und Abend in Collioure, das schon *Henri Matisse* und

Pablo Picasso in den Bann zog. Argelès-sur-Mer bietet mehr Infrastruktur, einen längeren Strand und ist näher an den Pyrenäentälern. Unerwartete kulturelle Entdeckungen von der Romanik bis zum Barock bieten die Abtei von Serrabone, Elne und Prades. Ein Ausflugshighlight ist die Abtei St-Martin-du-Canigou. Wer am Mont Canigou wandern möchte, sollte dafür mehr Zeit einplanen. Die Umgebung des mythischen Bergs bietet Wandermöglichkeiten für mindestens eine Woche. Auch diese Tour lässt sich je nach Interesse gut auf zwei Wochen ausdehnen.

- 1. und 2. Tag:** Flug nach Béziers, Toulouse oder Perpignan, Mietwagen am Flughafen, dann Fahrt nach Perpignan und/oder Toreilles-Plage.
- 3. Tag:** Übernachtung in Argelès-sur-Mer, Prieuré de Serrabone, Céret (Musée des Beaux Arts), Abend in Collioure.
- 4. Tag:** Tour entlang der Küste und zurück: Collioure, Port Vendres, Anse de Paulilles, Banyuls, Cerbère.
- 5. Tag:** Elne, Thuir, Ille-sur-Têt, Prades, Übernachtung in Vernet-les-Bains.
- 6. Tag:** Mont Canigou, Abbaye St-Martin-du-Canigou und/oder St-Michel-de-Cuxa.
- 7. Tag:** Erholung in Argelès-sur-Mer und Rückflug.



☒ Im Fischerhafen von Port-Vendres