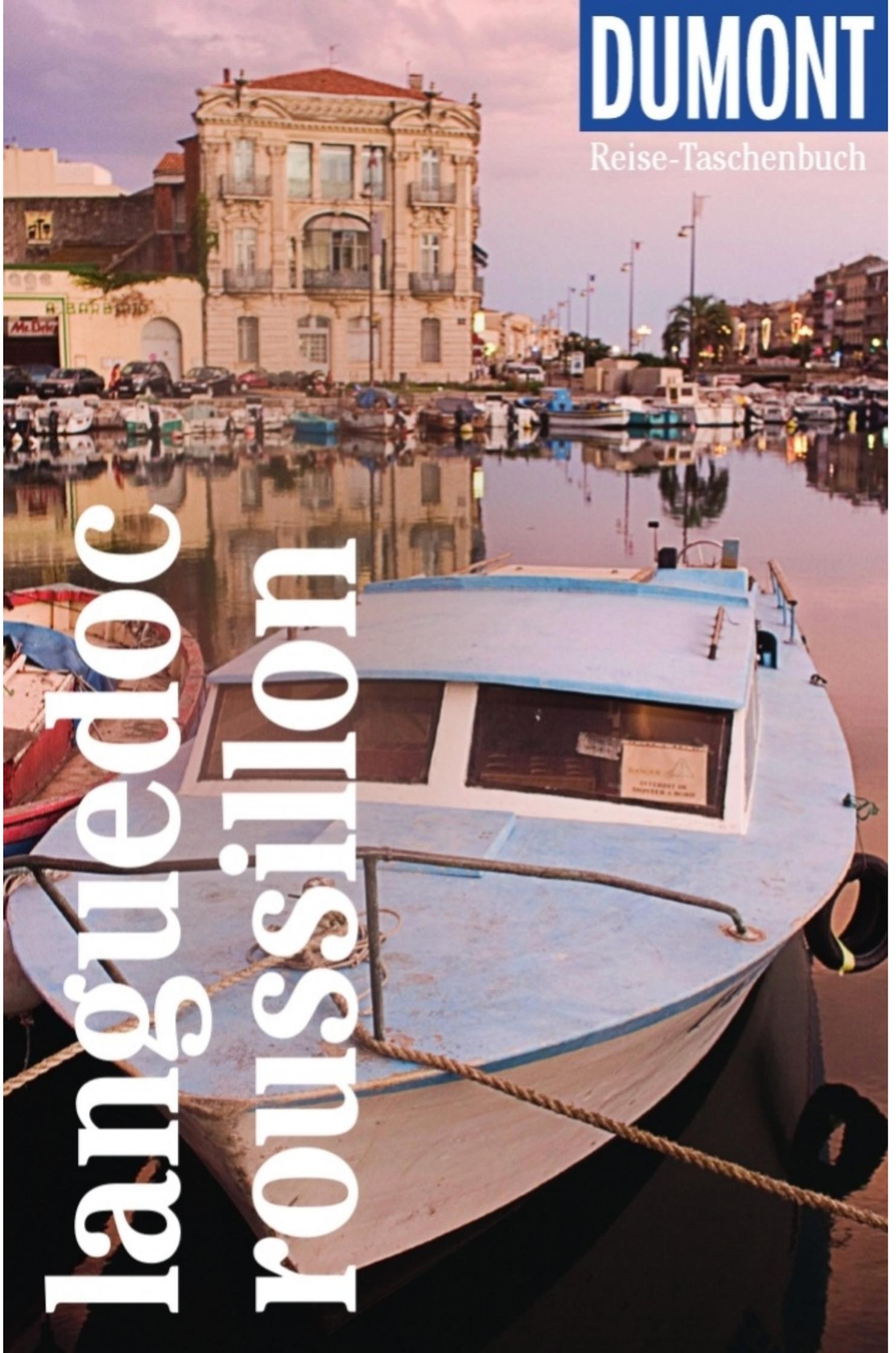


DUMONT

Reise-Taschenbuch

**Langquedoc
Rousillon**



Languedoc Roussillon

Marianne Bongartz

Fragen über Fragen – eine erste Annäherung ans Reisegebiet

220 km Küste – und was sonst?

Ihren Anfang nimmt die Küste des Golfe du Lion im Marschland der **Camargue**, grandios enden ihre Sandstrände am Fuß der Pyrenäen in den Felsen der **Côte Vermeille**. Von den Stränden bis zu den karstigen Hügeln des Hinterlandes erstreckt sich ein endloses Meer von **Reben**. Wie ein Balkon erheben sich über die Hügel die Hochebenen der **Causses**. In die **Karstlandschaft** haben Flüsse wie Ardèche, Hérault, Orb und Aude tiefe **Schluchten** und den atemberaubenden Felsenkessel **Cirque de Navacelles** gegräst. Und auch unter der Erde war das Wasser nicht faul; **Höhlenfans** haben die Qual der Wahl. Unwegsam und dicht bewaldet sind die Täler der **Cevennen**. Hochalpinen Charakter haben die **Pyrenäen** mit Gipfeln von knapp 3000 m Höhe.

Welche Sehenswürdigkeiten sollte man anschauen?

Die **Grotte Chauvet 2** bewahrt in Form von naturgetreuen Nachbildungen die ältesten menschlichen Malereien für die Nachwelt. An mittelalterliches Schlachtengetümmel erinnern die Festungsstädte **Aigues Mortes** und **Carcassonne**. Burgen wie **Peyrepertuse** und **Quéribus** erzählen von den grausamen Kreuzzügen gegen die Katharer. Während beispielsweise **Villefranche-de-Conflent** Vaubans Militärstrategien veranschaulichen, zeugt die **Schleusentreppe von Fonseranes** bei Béziers von der Genialität des Pierre-Paul Riquet. **St-Guilhem-le-Désert** am französischen Jakobsweg sowie die Klöster am Fuß der Pyrenäen, allen voran **St-Martin-du-Canigou**, beeindruckten mit romanischer Architektur und Steinmetzkunst. Der **Pont du Gard** und der **Viaduc de Millau** faszinieren mit 2000-jähriger Brückenbaukunst.

Was bieten die Städte?

Vielseitig sind auch die Städte im Languedoc und Roussillon. Während Besucher in **Nîmes** auf den Spuren der Römer wandern, können sie in **Montpellier** die Entwürfe von Pritzker-Preisträgern entdecken und in **Perpignan** der katalanischen Seele nachspüren. Die Hafenstadt **Sète** überrascht mit ihrem Sinn für moderne Kunst. Malerisch – im wahrsten Sinne des Wortes – ist **Collioure** im tiefen Süden. Das heitere Flair des Midi belebt die Provinzstädtchen **Uzès** und **Narbonne**, insbesondere an Markttagen.

Ein guter Standort?

Eingefleischte Stadtmenschen werden sich in **Montpellier, Nîmes, Sète oder Perpignan** wohlfühlen, von wo aus sie mit Bahn, Bus und Fahrrad bequem die Umgebung erkunden können. Wer lange Tagestouren nicht scheut, kann von einem zentral gelegenen Ort aus erste Eindrücke in der gesamten Region sammeln. Gut geeignet sind die Hafen- und Badeorte am **Etang de Thau**, wo die nächste Autobahnauffahrt nicht weit ist und der Etang oder das nahe Meer Entspannung nach längeren Besichtigungsfahrten garantieren. Von hier aus können Urlauber problemlos den Hérault bis hinauf ins Haut-Languedoc sowie die Küsten zwischen der Camargue und Gruissan näher kennenlernen. **Collioure** tief im Süden lohnt zwar immer einen Besuch, weniger überlaufen sind allerdings **Céret oder Prades**, zudem günstiger gelegen für die Erkundung des Roussillon bis hinauf in die Pyrenäen. Die Corbières lassen sich von Lagrasse aus durchkämmen. Im reizenden **Uzès** sollten Sie Quartier beziehen, um das Département Gard zu bereisen.

Lohnt ein Kurztrip?

Je nach Wohnort weit im Norden oder Osten von Deutschland und Österreich sind es bis Nîmes 1300 km und sogar mehr. Bei dieser Entfernung muss man Minimum eine Woche einplanen, denn allein An- und Abreise benötigen mindestens zwei Tage. Direktflüge in die Region gibt es derzeit nur von Berlin, Weeze (Düsseldorf) und Basel. Wer tiefer in die Region eintauchen, sportlich aktiv werden und auch mal am Strand faulenzen möchte, benötigt ca. drei Wochen Zeit. Aber Sie werden feststellen, dass der Aufenthalt immer zu kurz ist. Selbst nach vielen Besuchen kann die Region immer wieder mit neuen Entdeckungen überraschen .

Kann man den Urlaub sportlich gestalten?

Languedoc und Roussillon sind das ideale Ziel für Aktivurlauber zu Lande, zu Wasser und gar in der Luft.

Bei 220 km Küste versteht es sich, dass vor allem das **Wassersportangebot** riesig ist und alle Wünsche befriedigt. **Wind-, Kite- und Foilsurfer** finden ihr Eldorado bei Gruissan und am Cap Leucate. Aber es gibt viele weitere gute Spots. **Paddling, Kanu und Kajak** stehen ebenso auf dem Programm, ob am Meer, auf den Etangs, auf Kanälen und Flüssen oder auf den Süßwasserseen im Hinterland. Vor allem im Juli und August, wenn die kleinste Bewegung Schweiß treibt, erfreuen sich Kanufahrten auf Ardèche, Hérault, Orb und Aude großer Beliebtheit.

Neben **Fernwanderwegen**, die die gesamte Region durchziehen, findet sich von der Küste bis hinauf in die Cevennen und in die Pyrenäen ein engmaschiges Netz von **Rundwegen**. Wer ohne weite Anfahrten ein abwechslungsreiches Wanderangebot sucht, dem sind vor allem die Terrasses du Larzac im Hérault, der Caroux im Haut-Languedoc, die Montagne de la Clape am Meer bei Narbonne, die Côte Vermeille und das Conflent zu empfehlen.

In den letzten Jahren hat die Region ihr **Radnetz** stark ausgebaut und viele sogenannte *voies vertes* angelegt. Sie erlauben es, auch das hügelige Hinterland oft ohne große Anstrengung mit dem Rad zu durchstreifen. Besonders reizvoll sind die Pisten in der Camargue bei Vauvert, um den Etang de Thau und den Etang de Bages sowie die Treidelpfade am Canal du Midi und der Passa País im Haut-Languedoc. Insbesondere die Hügel hinter dem Küstensaum bieten sich für individuelle Radtouren auf ruhigen Nebenstraßen an.

Wer den Adrenalinkick sucht, geht auf **Kletter-, Höhlen- oder Canyoningtour**, kann im Frühjahr und Herbst **raften**, hebt mit dem **Gleitschirm** ab oder springt aus dem Flugzeug – natürlich am **Fallschirm**.

Wo liegen die schönsten Strände am Golfe du Lion?

Der mit Abstand weitläufigste Dünenstrand findet sich an der **Pointe de l’Espiguette**. Aber auch auf den **Lidos** zwischen den Etangs und dem Meer stört keine Bebauung das Badevergnügen. Die schönste Kulisse bieten die Felsbuchten an der **Côte Vermeille**. Wer mit kleinen Kindern reist, wird die seichten Strände und das warme Wasser im **Etang de Thau** schätzen, der zudem ein Hotspot fürs Kitesurfen ist.

Lohnt eine Tour mit dem Kanalboot?

Auch die deutschsprachige Presse hat darüber berichtet: Der alte Platanenbestand am **Canal du Midi** ist dem Untergang geweiht. Gewiss, mit jeder Abholzaktion verliert der Wasserweg an Charme, aber dennoch lohnt das Abenteuer einer Bootsreise, bei der man wunderbar entschleunigen kann. Wer nicht auf dem Wasser unterwegs ist, kann die idyllischen Dörfer am Kanal und die Schleusen,

die immer ein Schauspiel bieten, auch mit dem Auto oder Fahrrad ansteuern.

Ist es im Sommer überlaufen?

Während der Schulferien im Juli und August sucht fast jeder Franzose einen Platz an der Sonne. Die absolut heiße Phase dauert vom 14. Juli bis zum 15. August. Unterkünfte an der Küste – ob Hotel, Apartment oder Campingplatz – werden oft schon bei der Abreise fürs nächste Jahr gebucht. An den Ferienwochenenden gilt auf den Autobahnen grundsätzlich: »Rien ne va plus«, der Verkehrsfunk meldet nur noch »rouge« oder »noir«. Aber auch unter der Woche sind die Straßen von und zu den Stränden dicht. Im Hinterland dagegen hält sich der Trubel einigermaßen in Grenzen, umlagert sind natürlich auch dort die touristischen Highlights.

Kann man an der okzitanischen Küste dem Winter entfliehen?

Selbst am französischen Mittelmeer fällt das Thermometer hin und wieder unter den Gefrierpunkt. Schnee und Frost sind zwar die Ausnahme, keineswegs aber Regen – durchaus auch heftig. Genauso gut kann es im Winter tagsüber 15 °C und wärmer sein bei blauem Himmel – perfektes Wetter zum Wandern oder um auf einer Cafétterasse in der Sonne zu dösen. Die meisten Feriencentren an der Küste sind außerhalb der Saison verlassen, ein Quartier sollten Sie daher in etwas größeren Orten oder in den Städten im Küstenhinterland suchen.

Gibt es ein quirliges Nachtleben?

Die Städte – insbesondere **Montpellier, Nîmes und Perpignan** – sind mit zahlreichen Bars, Kinos, Theatern und Konzertsälen bestens für das Nachtleben gerüstet. Auch in den Ferienorten an der Küste kommen Nachtschwärmer auf ihre Kosten – außer Bars und Diskotheken öffnen in der Urlaubszeit dort die **Luna Parks** (Rummelplätze) ihre Tore. Überall finden während der Saison Nachtmärkte, Konzerte und diverse Abendveranstaltungen statt. Geht der Sommer zu Ende, werden in vielen Dörfern – vor allem im Hinterland – nach dem abendlichen Apéro die Bürgersteige hochgeklappt.

Wie flexibel sind die öffentlichen Verkehrsmittel?

Die Politik hat in den letzten Jahren viel unternommen, um den öffentlichen Nahverkehr mit unschlagbar günstigen Fahrpreisen und zusätzlichen Linien attraktiv zu machen. Wer etwa in Montpellier Quartier macht, kann auch ohne Auto die Umgebung gut erkunden. Busse fahren zum Klosterdorf St-Guilhem-le-Désert in den Gorges de l'Hérault, nach Sète und an den Etang de Thau oder an den Strand und zur Cathédrale de Maguelone. Nîmes, Béziers und Narbonne sind bequem und schnell per Zug zu erreichen. Je weiter es ins Hinterland geht, desto träger wird allerdings der öffentliche Nahverkehr. Eine Rundreise mit Bus und Bahn ist mühsam – vor allem die Busfahrten sind sehr zeitraubend.

Was ist typisch für die Region?

Wer so richtig in die Traditionen des Midi eintauchen möchte, muss sich unbedingt eine *course camarguaise* ansehen – am besten in einem der kleinen Dörfer in der Camargue. Bei dieser unblutigen Variante des Stierkampfes wird dem Stier kein Haar gekrümmt. Hinterher sollten Sie den *bandido* nicht verpassen, bei dem die Stiere durchs Dorf getrieben werden. Ebenso tief in den Traditionen der Region sind die *joutes nautiques* verwurzelt, die den Canal Royal in Sète besonders

während der Fête de St-Louis in ein buntes Schlachtgetümmel verwandeln. Nicht minder unterhaltsam sind diese Fischerstechen z. B. in Mèze, Agde oder Palavas.

Übers Ziel hinaus

Mit der Regionalbahn Richtung Zentralmassiv

Die eingleisige Bahnstrecke von Béziers nach Neussargues bei Clermont-Ferrand ist seit Jahren von der Stilllegung bedroht, dabei ist sie touristisch durchaus interessant, wenn auch nicht spektakulär. Von der Ebene windet sich die Bahn hoch auf die Causses nach Roquefort (Achtung! Ortzentrum und Käsereien ca. 3 km von der Bahnstation entfernt). Dann geht es wieder hinab an den Tarn, beeindruckend unter dem Viaduc de Millau hindurch nach Millau. Von dort aus muss die Bahn Richtung Norden wieder hinauf auf die Causses. Im Rahmen eines Tagesausflugs kann man am Vormittag in Béziers starten, bis nach Severac-le-Chateau, La Canourgue, Marvejols oder Aumont-Aubrac fahren, dort einen Kaffee trinken oder sich gar ein wenig umsehen und am Nachmittag in den Gegenzug einsteigen (www.sncf.com/fr/trains/ter).

Gorges du Tarn

Der Tarn, der am Mont Lozère entspringt, hat eine tiefe Furche in den Kalkgrund zwischen Causse de Sauveterre und Causse Méjean gegraben. Am schmalen Ufersaum kauern unter den 500 m steil aufragenden Felswänden Burgen und kleine Dörfer. Vor wenigen Jahren noch dem Verfall preisgegeben, wurden viele Häuser inzwischen zu schmucken Ferienwohnsitzen restauriert. Seit Beginn des 20. Jh. folgt eine schmale, teils in die Felswand gesprengte Straße den Mäandern des Flusses. Turbulent geht es in der Hochsaison auf den gut 50 km zwischen Ispagnac und Le Rozier sowohl auf der Straße als auch auf dem Wasser zu.

Am Eingang der Gorges du Tarn liegen im weiten Flusstal zwischen Obstwiesen und Weinfeldern **Ispagnac** mit seiner sehenswerten romanischen Kirche sowie der alte Wallfahrtsort **Quezac**, zu dem eine gotische Brücke mit fünf eleganten Bögen führt.

Doch schon bald danach verengt sich das Tal. Tief unten am linken Ufer schmiegen sich unterhalb einer Burgruine die Häuser von **Castelbouc** an eine Felswand. Während seine Nachbarn auf Kreuzzug im Heiligen Land unterwegs waren, sah sich der Burgherr gezwungen, die daheim gebliebenen Frauen zu trösten. Als er in den Armen einer Schönen sein Leben aushauchte, soll ein riesiger Ziegenbock (*bouc*) über seiner Burg erschienen sein. So hieß sie fortan Castelbouc.

Vorbei am mittelalterlichen **Château de Prades** (13. Jh.) erreicht die Straße mit **Ste-Enimie** den Hauptort der Tarnschlucht. Schmale, von hübschen alten Häusern gesäumte Gassen erklimmen den steilen Hang hinauf zum Kloster, das der Legende zufolge im 6. Jh. von der hl. Enimie gegründet wurde. Das Wasser der hier entspringenden Burle soll die merowingische Prinzessin von der Lepra geheilt haben. Von Ste-Enimie schrauben sich in zahlreichen Spitzkehren enge Sträßchen hinauf auf den **Causse de Sauveterre** und den **Causse Méjean**.

In Ste-Enimie beginnt der romantischste Abschnitt des Canyons. Eine Steinbrücke gibt Zufahrt zu dem Bilderbuchdorf **St-Chély-du-Tarn**, hinter dem ein riesiger Felskessel aufragt. Das märchenhaft anmutende **Château de la Caze** (15. Jh.) auf der rechten Tarnseite beherbergt ein Hotel-Restaurant der Luxusklasse. Die kleine Ansiedlung **Haute-Rive** am linken Flussufer kann nur per Kahn oder zu Fuß über einen Eselsweg erreicht werden.

Das Burgdorf **La Malène** dient seit alters her als Bindeglied zwischen Causse Sauveterre und

Causse Méjean. Der Herrensitz der Familie von Montesquiou (15. Jh.), die einst die wichtige Passage kontrollierte, beherbergt heute ein gediegenes Hotel. Halsbrecherisch mutet die Fahrt vom Flussufer zum **Causse Méjean** und dem Aussichtspunkt am **Roc des Hourtous** an.

Ab La Malène manövrieren die *bateliers* ihre flachen Passagierbarken durch die verwegenen Flussmeter, vorbei am Felsdurchbruch **Les Détroits** bis zu den zinnoberroten Wänden des **Cirque des Baumes**. Am **Pas de Soucy** verschwindet der Tarn auf einigen Metern unter riesigen Felsblöcken.

In **Les Vignes** empfiehlt sich ein Abstecher zum **Point Sublime**, der einen wirklich ›erhabenen‹ Blick auf den Canyon freigibt. Das Ende der Schlucht ist beim lebhaften Doppelstädtchen **Le Rozier/Peyreleau** erreicht, wo die Jonte in den Tarn mündet. Hier öffnet sich das Tarn-Tal, das bis nach Millau immer weitläufiger wird.

Kanufahren auf dem Tarn

Die Schönheit der Tarn-Schlucht erlebt man am besten vom Wasser aus. Insgesamt 36 Flusskilometer laden zwischen Montbrun und Le Rozier zu Touren von zwei Stunden bis zu zwei Tagen ein. Die am meisten befahrene Strecke liegt zwischen Ste-Enimie und La Malène. Unpassierbar ist der Tarn zwischen dem Pas de Soucy und Les Vignes. Von dort bis nach Rozier sind einige schwierigere Stromschnellen zu meistern. Im Frühjahr führt der Fluss zwar genügend Wasser, doch es ist noch kalt, falls die nicht sinkbaren Kanus doch einmal kentern sollten. Im Sommer ist die Schlucht meist von Kanus überfüllt. Daher empfiehlt sich insbesondere der Frühherbst für eine Paddeltour. Bei Hochwasser, das nach starken Regenfällen sehr plötzlich auftritt, wird der Kanuverleih eingestellt.

Marianne Bongartz

Die Autorin: Während eines Auslandssemesters hat Marianne Bongartz ihre Liebe zu Frankreich entdeckt. Seit mehr als 20 Jahren bereist sie regelmäßig das Languedoc & Roussillon – für sie eine der abwechslungsreichsten Regionen am französischen Mittelmeer. Nach einer mehrjährigen Tätigkeit im Verlagsbereich arbeitet sie seit 2005 freiberuflich als Reisejournalistin, Fotografin und Lektorin, wobei sie mehrere Monate im Jahr in ihrer Wahlheimat lebt. Bei DuMont hat sie mehrere Reiseführer veröffentlicht.



Impressum

© Marianne Bongartz/DuMont Reiseverlag

info@dumontreise.de

www.dumontreise.de

vertreten durch die persönlich haftende und geschäftsführende Gesellschafterin:

MAIRDUMONT Verwaltungs GmbH

mit Sitz in D-73760 Ostfildern (Kemnat)

Registergericht Stuttgart HRB 210556,

diese vertreten durch die Geschäftsführer: Dr. Stephanie Mair-Huydts, Markus Schneider