

Pressemappe
Reiseerlebnisse







Occitanie

Sud de France



DIE ZWEITGRÖSSTE REGION FRANKREICHS

ist größer als Irland und umfasst 13 Departements



MIT 8 WELTERBESTÄTTEN DER UNESCO:

Canal du Midi, Gavarnie - Mont perdu, Jakobswege, Bischofsviertel von Albi, Causses und Cevennen, Pont du Gard, historische Festungsstadt Carcassonne, Festungsanlagen von Vauban (Villefranche-de-Conflent und Mont-Louis)



2 NATIONALPARKS



1 MEERESNATIONALPARK



7 REGIONALE NATURPARKS



44 WINTERSPORTORTE



40 HERAUSRAGENDEN SEHENSWÜRDIGKEITEN OCCITANIE SUD DE FRANCE

Agde-Pézenas, Aigues-Mortes - Camargue Gardoise - Saint Gilles, Albi - Vallée du Tarn, Ariège médiévale : Foix - Mirepoix - Montsegur, Ariège préhistorique : Niaux - Tarascon - Mas d'Azil, Armagnac - Abbaye et Cités, Auch, Aux sources du Canal du Midi (Sorèze, Revel, Saint Ferréol), Bastides et Gorges de l'Aveyron (Villefranche de Rouergue, Najac, St Antonin, Caylus, Villeneuve d'Aveyron), Canal du Midi - Béziers, Carcassonne et les Citadelles du vertige, Cévennes, Cirque de Gavarnie - Cauterets - Pont d'Espagne, Cirque de Navacelles - Lodève, Collioure en Côte Vermeille, Conques, Cordes et cités médiévales, Gorges de l'Hérault - Gorges du Tarn, Gorges de la Jonte - Causses & Vallées Cévenoles, Grand Figeac, vallée du Lot et du Célé, La Grande-Motte, Le Grand Montauban, Lourdes, Luchon, Marciac, Massif du Canigò, Massif du Néouvielle-Vallée d'Aure et du Luron, Mende coeur de Lozère, Millau-Roquefort (regroupement de deux candidatures), Moissac, Narbonne Méditerranée, Nîmes - Pont du Gard - Uzès, Perpignan Méditerranée, Pic du Midi, Rocamadour Vallée de la Dordogne, Rodez, Saint-Bertrand de Comminges, Valcabrière, Sète, Toulouse, Vallée du Lot, Cahors, Saint-Cirq-Lapopie, Puy-l'Evêque



28 THERMALBÄDER



220 KILOMETER MITTELMEERKÜSTE



+ 50 YACHTHÄFEN



LE PONT DU GARD



LES FORTIFICATIONS DE VAUBAN (VILLEFRANCHE-DE-CONFLENT ET MONT-LOUIS)


**MIT 8
WELTERBE-STÄTTEN
DER UNESCO**



LE CANAL DU MIDI



LES CHEMINS DE SAINT-JACQUES-DE-COMPOSTELLE



LA VILLE FORTIFIÉE HISTORIQUE DE CARCASSONNE



LES CAUSSES ET LES CÉVENNES



GAVARNIE-MONT PERDU



LA CITÉ ÉPISCOPALE D'ALBI

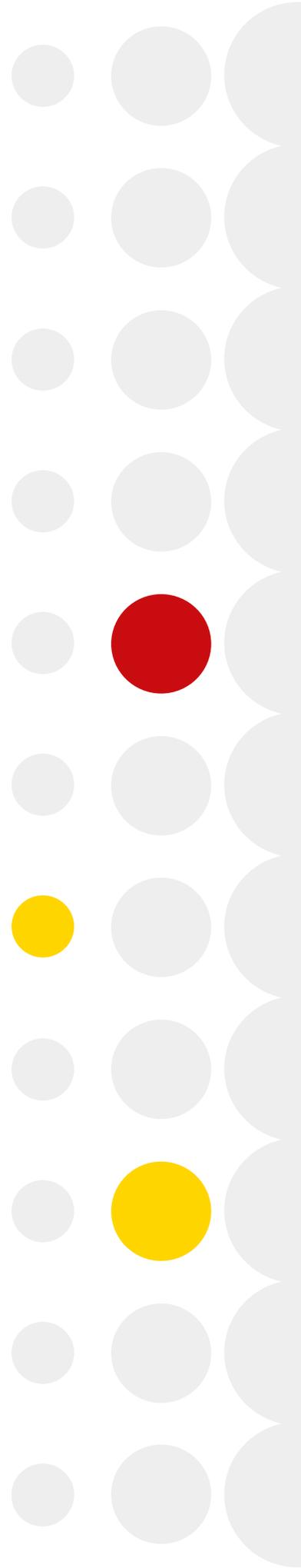


Reiseerlebnisse

Lassen Sie sich von unseren Okzitanien-Experten durch die überschaubar großen Städte von den Pyrenäen über die Schluchten des Tarn und die ländlichen Gegenden im Gers bis zum Mittelmeer führen. Sie zeigen Ihnen ihre Lieblingsorte und nehmen Sie mit zu einer Auswahl an erlebnisreichen Touren, die sich um die vier Welten in der Region Okzitanien drehen: Stadt, Meer, Berge und Land. Lernen Sie die einzigartigen und typischen Besonderheiten von Okzitanien in Südfrankreich kennen, eine Region, die für Authentizität, Geselligkeit und Vielseitigkeit steht.

www.tourisme-occitanie.com/experiences-en-occitanie

STÄDTEREISEN	8
AN DER KÜSTE	16
IN DEN BERGEN	22
AUF DEM LAND	31



4 touristische Region Frankreichs



mit
15 900
MILLIARDEN
touristischen Verbrauchs



und
120.000
Angestellten in der
Tourismusbranche



das entspricht
10%
des regionalen BIP

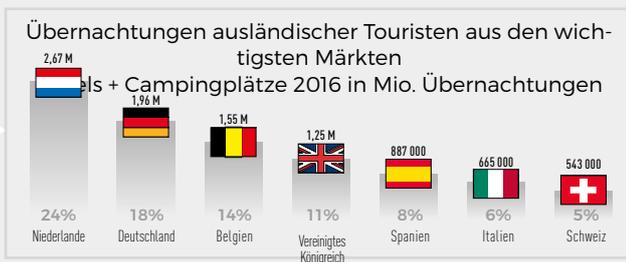


1 Region bei der Frequentierung durch französische Touristen



3 Region bei der Frequentierung durch ausländische Touriste

33
MILLIONEN
Besucher pro Jahr



1 Platz bei den touristischen Empfangskapazitäten in Frankreich



mit
3,3
MILLIONEN
Betten



fast
26,3
MILLIONEN
Übernachtungen in Freilufthotels
(1. Platz im nationalen Vergleich)



16,3
MILLIONEN
Übernachtungen in Hotels
(4. Rang in Frankreich)



1 Thermalreiseziel in Frankreich



mit rund
188.000
Kurgästen



das entspricht fast
1/3
des nationalen Kurbädermarktes

STÄDTEREISEN

www.tourisme-occitanie.com/villes

Mit ihren zwei Metropolen Toulouse und Montpellier und ihren anderen, überschaubar großen und leicht erreichbaren Städten hat die Region Okzitanien in Sachen Städtetourismus nur das Beste zu bieten.



Toulouse (Haute-Garonne)

480.000 Einwohner

www.tourisme-occitanie.com/villes/toulouse

EIN WISSENSCHAFTLICHES ABENTEUER FÜR DIE GANZE FAMILIE

In Toulouse, der Hauptstadt von Luft- und Raumfahrt, können Klein und Groß ein fantastisches Abenteuer erleben.

In der "Cité de l'espace", der Weltallstadt, schlüpfen Kinder in einen Astronautenanzug und erkunden die "Stadt der Kinder", nehmen an interaktiven Experimenten teil oder können mit großen Augen den verblüffenden Vorstellungen im Imax-Kino und Planetarium teilnehmen.
www.cite-espace.com

Wieder zurück auf der Erde können die Himmelsforscher auch noch im Museum Aéroscopia an Bord legendärer Flugzeuge gehen, darunter Concorde, Caravelle, Super Guppy oder auch der A380, der Riese der Lüfte.
www.musee-aeroscopia.fr

An der historischen Stätte der "Piste des géants", der Piste der Giganten, setzen die Besucher beim "Abflug der Pioniere" ihre Fliegerbrillen auf, um mit der Bréguet XIV zu einem virtuellen Flug zu starten und nachzuempfinden, wie die Piloten der Aéropostale, darunter Antoine de Saint-Exupéry, damals geflogen sind.
www.lenvol-des-pionniers.com

Erwachsene und Kinder überqueren dann die Rollbahn, um die außergewöhnlichen und fantastischen Mechanismen in der Maschinenhalle zu bestaunen: Dort stoßen die Besucher auf eine magische Welt mit Jahrmarktatmosphäre, in der Riesenspinnen umherwandern und ein gigantischer Minotaurus zu einer Entdeckungstour auf seinem Rücken einlädt!
www.halledelamachine.fr



GENUSSMENSCHEN UNTER SICH

In einer durch und durch lateinischen Atmosphäre lässt es sich besonders gut über die Toulouser Lebenskunst und Sinnenfreuden plauschen. Diese Stimmung spiegelt sich auch in der Lebensweise wider und lädt dazu ein, einfach immer, sei es tagsüber oder nachts, vom Leben zu profitieren.

ROOFTOPS, TERRASSEN & TANZLOKALE

Setzen Sie in Sachen Gastronomie ruhig zum Höhenflug an und besuchen Sie die angesagten Rooftops wie das "Ma Biche sur le toit", das "Mama Shelter" oder das "La Vue" des Pier Hotels. Profitieren Sie von den hunderten Terrassen hier und da in der denkmalgeschützten Innenstadt, einer der größten Fußgängerzonen in Frankreich, und bummeln Sie ganz nach Lust und Laune über die vielen Plätze (der prestigeträchtige Place du Capitole, der dorfähnliche Place Saint-Georges, der belebte Place Saint-Pierre) oder flanieren Sie an sonnigen Tagen an der Garonne entlang, wo sich die Tanzlokale befinden.

TOULOUSE, DIE STADT DES GESCHMACKS

Die besonders berühmten Märkte Victor Hugo, Saint-Cyprien oder Les Carmes laden von Dienstag bis Sonntag immer morgens zum Bummeln ein und veranstalten hin und wieder auch sehr gesellige Event-Abende mit richtiger Feria-Atmosphäre.

DER PASTEL IST WIEDER DA

Zur Zeit der Renaissance brachte der Handel mit der Färberpflanze Pastel auch unter dem Namen Färberwaid bekannt, die Stadt zu Reichtum. Die schönsten ihrer Monumente entstanden in dieser wirtschaftlichen Blütezeit. Bewundern Sie das Hotel Assézat, ein ehemaliger Stadtpalast, in dem sich heute die Stiftung Bemberg befindet (reiche Sammlung an Gemälden, vor allem von Bonnard). Der wieder in Mode gekommene Pastel hat auch in Kosmetika wohltuende Eigenschaften. Diese Wirkungen kommen in den Produkten der lokalen Marken Graine de Pastel und Terre de Pastel zum Ausdruck, lassen sich im Spa des Cour des Consuls**** oder im ganz neuen Spa Bleu par Nature genießen.

www.fondation-bemberg.fr

www.grainedepastel.com

<https://terredepastel.com>

TOULOUSE - COOL, ALTERNATIV UND FESTLICH

DIE GRAFFITI-TOUR

Da Toulouse zusammen mit Paris Mitte der 1980er Jahre eine der Wiegen des Graffiti in Frankreich war, können heute Freunde der Street Art hier viele Fresken und Kreationen aller Art auf den Wänden und Mauern bewundern, die von berühmten Künstlern stammen. Die Stadt ist im Laufe der Zeit zu einer Freiluftgalerie geworden, die man vor allem im Rahmen der alle 2 Jahre stattfindenden Biennale "Rose Béton" entdecken kann.

www.toulouse-tourisme.com/street-art-a-toulouse

SLOW TOURISMUS AM CANAL DU MIDI: DER "GRÜNE FADEN" DURCH DIE STADT

Der Canal du Midi, der "Kanal des Südens", der zum UNESCO-Weltkulturerbe gehört, lässt sich zu Fuß, mit dem Rad oder auch bei einer Flusskreuzfahrt erkunden. Entlang dieses architektonischen Kunstwerkes entdecken Sie hübsche Hausboote, die an den Kais liegen wie das Maison de la Violette, wo es Kulinarisches und Souvenirs "made in Toulouse" gibt. Im La Classe des Gourmets können Sie an einem Kochkurs auf dem Wasser teilnehmen, im Maison du Vélo, einem ehemaligen Schleusenhaus gegenüber vom Bahnhof, zu Mittag essen, auf dem Kahn Moving Yoga werden Kurse in Yoga und Pilates angeboten und schließlich begrüßt Sie die Péniche Amboise zu einer Nacht in einem ihrer originellen Gästezimmer.

www.peniche-amboise.com



Wussten Sie schon?

Mit etwa zwölf Sternerestaurants wird Toulouse auch die anspruchsvollsten Gourmets zufrieden stellen.



Ein Tagesausflug ab Toulouse



GEHEIMTIPP

Das Museum Ingres-Bourdelle, das vor kurzem eröffnet wurde, wird Ihren Wissendurst in Sachen Kultur sicher stillen und präsentiert im ehemaligen Bischofspalast seine Schätze.

<https://museeingresbourdelle.com>



NACH MONTAUBAN (TARN-ET-GARONNE)

www.tourisme-occitanie.com/grands-sites-occitanie-les-villes/montauban

STREET ART-SPAZIERGANG IN MONTAUBAN, AUF DEN SPUREN DER BERÜHMT GEWORDENEN KINDER DER STADT

In Montauban, einer Stadt der Kunst und der Geschichte, sind die in den Straßen zu sehenden Kunstwerke und Street Art-Werke eine Hommage an die berühmten Kinder der Stadt, international bekannte Künstler, darunter der berühmte Maler Jean-Auguste-Dominique Ingres und der geniale Bildhauer Antoine Bourdelle.

NACH CARCASSONNE (AUDE)

www.tourisme-occitanie.com/grands-sites/carcassonne-et-citadelles-du-vertige

Flanieren Sie durch die Gassen der Mittelalterstadt, die zum UNESCO-Weltkulturerbe gehört und eine der spektakulärsten Festungsanlagen in Europa bildet.

Steigen Sie oben auf die Türme, schließen Sie die Augen und träumen Sie sich wie Kevin Costner in "Robin Hood" (der teilweise in Carcassonne gedreht wurde) 800 Jahre zurück in die Zeit der Ritter und von Richard Löwenherz.



GEHEIMTIPP

Hôtel de la Cité: Dieses legendäre Hotel, in dem schon die bedeutendsten Persönlichkeiten übernachtet haben (Walt Disney, Winston Churchill...), bietet von seinen Suiten und Gärten aus eine atemberaubende Aussicht auf die Mauern und die gräfliche Burg. Sei es für eine Nacht, eine Mahlzeit in seinem Sternerestaurant La Barbacane oder einen Wohlfühlmoment im Spa: Können Sie sich dieses Erlebnis!



NACH ALBI (TARN)

www.tourisme-occitanie.com/grands-sites-occitanie-les-villes/albi

ENTDECKEN SIE ALBI, DIE "ROTE STADT", DIE BEKANNT IST FÜR IHREN ERZBISCHÖFLICHEN SITZ, DER TEIL DES UNESCO-WELTKULTURERBES IST, UND IHR MUSEUM TOULOUSE-LAUTREC.

Die Kathedrale Sainte-Cécile, die größte Backsteinkathedrale der Welt, ein wahrhaftiges Meisterwerk im südfranzösischen Gotikstil, ist das Symbol der Stadt. Neben der Kathedrale befindet sich im ehemaligen Bischofspalast, dem "Palais de la Berbie", das Museum Toulouse-Lautrec, das als Hommage an diesen Maler aus Albi gegründet wurde, und die größte öffentliche Sammlung an Werken dieses Künstlers zeigt, der für seine Gemälde, Aquarelle, Zeichnungen und Lithografien berühmt ist. Bekannt sind vor allem seine Plakate für Kabarets und Szenen des Pariser Nachtlebens bekannt. Hier werden Sie sich definitiv in seine frühen Arbeiten verlieben.

www.musee-toulouse-lautrec.com



GEHEIMTIPP

Im Sommer können Sie Ihren Tag an Bord einer Gabarre auf dem Tarn noch bei einem Drink mit musikalischer Unterhaltung und Aussicht auf die Kathedrale ausklingen lassen.

NACH AUCH (GERS)

www.tourisme-occitanie.com/grands-sites/auch

Auch, die hübsche Stadt der Gascogne mit dem Label einer Stadt der Kunst und der Geschichte, lässt sich am besten zu Fuß erkunden. Kaufen Sie am Donnerstagmorgen auf dem Wochenmarkt die lokalen Spezialitäten ein. Wandern Sie an den Ufern des Gers entlang und betrachten Sie von der Unterstadt aus die majestätische Anlage der Kathedrale Sainte-Marie (UNESCO-Weltkulturerbe), die monumentale Treppe, auf der eine Statue von d'Artagnan steht, der aus diesem Departement stammte, und den Turm von Armagnac oder steigen Sie in ein Segelflugzeug und lassen Sie sich vom Wind über die Stadt und das umliegenden Land treiben.



Wann ist die beste Zeit für einen Besuch?

Während des Festivals Circa, dem Festival der aktuellen Zirkuskünste (im Oktober) <http://circa.auch.fr>



NACH CAHORS (LOT)

www.tourisme-occitanie.com/grands-sites/cahors-vallee-du-lot

GENIEßEN SIE DAS AMBIENTE EINES DER SCHÖNSTEN MÄRKTE IN FRANKREICH

Seit 700 Jahren findet jeden Samstagmorgen am Fuße der wunderschönen Kathedrale Saint-Etienne, die Teil des UNESCO-Weltkulturerbes ist, der Markt von Cahors statt, einer der 25 schönsten Märkte in Frankreich. Traditionelle Händler und lokale Produzenten bieten an den vielen bunten Ständen ihre Waren an. Setzen Sie Ihren kulinarischen Besuch mit dem Besuch der Villa Cahors Malbec fort, wo Sie die Weine aus Cahors in einem Ambiente probieren können, das einer typischen Wein-Bar in nichts nachsteht. Gehen Sie dann weiter bis zur Brücke Valentré, einem weiteren Juwel dieser Stadt, die als eine Stadt der Kunst und der Geschichte ausgezeichnet wurde.





NACH RODEZ (AVEYRON)
www.tourisme-occitanie.com/grands-sites/rodez

AUF DEN SPUREN DES ZEITGENÖSSISCHEN KÜNSTLERS PIERRE SOULAGES

Pierre Soulages, der unangefochtene Meister der Outre-noir-Malerei ("jenseits von Schwarz"), der 1919 in Rodez geboren wurde, ist der zu eigenen Lebzeiten hochdotierteste französische Maler. Das Museum, das sich seinem Werk widmet, wurde 2014 eröffnet. Mit einer Sammlung von etwa 500 Werken und Dokumenten (Schenkung Pierre und Colette Soulages) reihte sich das Museum schnell unter die berühmtesten Museen außerhalb von Paris ein. Seine faszinierende Architektur aus Cortenstahl fügt sich harmonisch in das Stadterbe ein, schließlich steht es auch nur wenige Dutzend Meter von der majestätischen Kathedrale Notre-Dame de Rodez entfernt.

<https://musee-soulages-rodez.fr>



Nach Montpellier (Hérault)

285.000 Einwohner

www.tourisme-occitanie.com/villes/montpellier

Die fußgängerfreundliche Stadt Montpellier lässt sich am besten zu Fuß, mit dem Rad oder der Straßenbahn erkunden.

EINE STADT FÜR KUNSTLIEBHABER

Sie können sich nicht zwischen den Schönen Künsten und der zeitgenössischen Kunst entscheiden? Dann sollten Sie diese beiden Orten besuchen: Das Museum Fabre, das als eines der schönsten Museum für die Schönen Künste in Europa gilt und europäische Werke von der Renaissance bis heute zeigt und außerdem einen Flügel ganz dem zeitgenössischen Maler Pierre Soulages widmet, und das MOCO, das brandneue Zentrum für zeitgenössische Kunst (seit Juni 2019 geöffnet), wo Wechselausstellungen gezeigt werden, für die Sammler aus der ganzen Welt Werke zur Verfügung stellen.



SICH IN DEN MITTELALTERLICHEN GASSEN VON ECUSSON VERLIEREN...

In Ecusson, dem Altstadtviertel von Montpellier, sind die vielen Mittelaltergassen ein Symbol für die glorreiche Vergangenheit. Wie man diesen Stadtteil am besten erkundet? Packen Sie Ihren Stadtplan weg und marschieren Sie einfach in diesen engen Gassen drauf los. Auf dem Besichtigungsprogramm stehen die Läden und Ateliers der Designer und Antiquitätenhändler und die Teesalons hübschen Gewölbedecken, die nicht zu schön anzusehen sind sondern den Besucher auch zu einer schönen Zeitreise entführen.

EINE REISE DURCH DIE ARCHITEKTURSTILE

Jedes Viertel unterscheidet sich hier vom nächsten und alle gemeinsam veranschaulichen die 1000-jährige Geschichte der Stadt. Eine gelungene Mischung aus alter und moderner Architektur, die von den Mittelaltergassen zu den architektonischen Meisterleistungen führen, die aus der Feder so berühmter Architekten wie Jean Nouvel (Rathaus), Philippe Starck (Le Nuage) oder Sou Fujimoto (Arbre Blanc: futuristisches Gebäude mit Rooftop im 17. Stock mit toller Panoramaaussicht) stammen.



MONTPELLIER IM SLOW LIFE-MODUS

In Montpellier nimmt man sich die Zeit, zu leben, zusammen zu sein und die umliegende Natur zu genießen: Bummel mit Schlemmerpausen auf einer Restaurantterrasse, in den Markthallen Laissac oder auf dem Lez-Markt, der kulinarische Hotspot von Montpellier. Man nutzt die umweltfreundlichen Verkehrsmittel wie die 4 Straßenbahnlinien (2019 zur schönsten Straßenbahn in Frankreich gewählt), man radelt mit dem Fahrrad bis zum Meer (siehe Anzeige) oder fährt im Herzen der Stadt auf dem Lez Kanu. Hier macht genießen richtig Sinn...



MIT DEM FAHRRAD VON MONTPELLIER ZUM MEER

Ihre Radstrecke beginnt im Zentrum von Montpellier und verläuft zunächst in Richtung Antigone, dann in Richtung Port Marianne, wo Sie die Meisterwerke der größten aktuellen Architekten bewundern können. Dann fahren Sie auf dem Radweg des Lez zwischen Weinbergen und Weihern entlang, bevor Sie 10 km weiter am Strand ankommen. Die Strecke ist komplett gesichert und weist keine Höhenunterschiede auf. Wer gerne noch mehr sehen möchte, radelt weiter bis zur Kathedrale von Maguelone, die auch die Sand-Kathedrale genannt wird, wo Sie die Weine des Gutes in idyllischer Atmosphäre probieren können. Badespaß mit der ganzen Familie rundet den Tag ab.





TIPP

Zwischen zwei Besichtigungen können Sie im Restaurant an der Terrasse des Römischen Museums, La Table du 2, zu Mittagessen (hier zaubert der Sternekoch Franck Putelat zu fairen Preisen Gerichten mit regionalen Produkten) oder Sie besuchen das Ciel de Nîmes, an der Terrasse des Carré d'Art (zeitgenössisches Kunstmuseum von Nîmes aus der Feder von Norman Foster), das sich gegenüber vom Maison Carrée befindet.



Ein Tagesausflug ab Montpellier

NACH NÎMES (GARD)
www.tourisme-occitanie.com/grands-sites/nimes-pont-du-gard-uzes

Stolz auf ihre Vergangenheit und mit einem herausragenden antiken Erbe pflegt Nîmes, eine Stadt der Kunst und der Geschichte, eine typisch lateinische Lebensart und hat mit der kürzlichen Eröffnung (in 2018) des zauberhaften Römischen Museums noch eine schöne Sehenswürdigkeit dazubekommen. Die römischen Arenen faszinieren mit ihrem sehr gut erhaltenen Zustand. Dort finden vor allem im Frühjahr die Großen Römischen Spiele statt, die größte historische antike Nachstellung in Europa.

NACH BÉZIERS (HÉRAULT)
www.tourisme-occitanie.com/grands-sites/canal-du-midi-beziers

Béziers, die Geburtsstadt des berühmten Erbauers des Canal du Midi, Pierre-Paul Riquet, verzaubert mit ihrer südfranzösischen Atmosphäre. Besuchen Sie die Schleusentreppe von Fonsérannes, am rechten Ufer des Orb und gegenüber von der Altstadt. Die weltweit einzigartigen neun Schleusen stammen aus der zweiten Hälfte des 17. Jahrhunderts und ermöglichen die Überwindung eines Höhenunterschieds von 210,5 Metern auf einer Länge von 300 Metern. Die 2017 vollendeten Arbeiten an der Stätte ermöglichen heute die Besichtigung dieses Meisterwerks der zivilen Baukunst.



NACH NARBONNE (AUDE)

www.tourisme-occitanie.com/grands-sites/narbonne-mediterranee

STRASSEN, DIE VON 2000 JAHRE GESCHICHTE ERZÄHLEN

Vom Bischofspalast aus zieht ein Überrest der Via Domitia, der berühmten Römerstraße, die einst Italien mit Spanien verband, alle Blicke auf sich. Unweit von dort geht das Abenteuer unterirdisch mit dem Besuch des Horreum weiter (unterirdische römische Lager). Nach der Eröffnung des Museums Narbo Via (Architekt: Norman Foster) besitzt Narbonne, eine Stadt der Kunst und der Geschichte, nun einen gebürtigen Ort, um ihre antiken Sammlungen zu zeigen.

UNBEDINGT ANSEHEN: LES HALLES 1900

Dieses Gebäude im Jugendstil, eine Mischung aus Stahl und Glas, ist eine Hochburg der lokalen Gastronomie und der ganze Stolz der Einwohner von Narbonne. Hier findet einer der typischsten Märkte in ganz Frankreich statt.



NACH PERPIGNAN (PYRÉNÉES-ORIENTALES)

www.tourisme-occitanie.com/grands-sites/perpignan-mediterranee

PERPI TRENDY: KATALANISCHE LEBENSART

In Perpignan stöbern Sie in den kleinen Mode- und Vintageläden in der Innenstadt, spazieren am Samstagmorgen über den Flohmarkt in den Alleen Mailloil und gönnen sich einen Aperitif in den belebten Hallen Vauban, wo sich ganz Perpignan tummelt. Perpignan ist dank seiner langen Sonnenscheindauer (2460 Stunden/Jahr) zu jeder Jahreszeit ein schönes Reiseziel. Nutzen Sie Ihren Besuch für die Erkundung einiger der schönsten Sehenswürdigkeiten, darunter die Kathedrale Saint-Jean-Baptiste, das Museum Rigaud, die Burg Castillet, das Hotel Pams und der Palast der Könige von Mallorca.



INF+

Sie suchen das perfekte Panorama für Ihr Instagram-Foto? Das Rooftop der Galeries Lafayette und der Donjon der Burg Castillet eifern darum, wer die schönste Rundumsicht auf die Stadt zu bieten hat und oben vom Palast der Könige von Mallorca aus liegt Ihnen der ganze Roussillon zu Füßen.



AN DER KÜSTE

Von der Vermeille-Küste zur Camargue im Gard

www.tourisme-occitanie.com/decouvrir/mer

Die 220 Kilometer lange Küste Okzitaniens ist unterteilt in felsige Buchten und riesige Sandstrände, von Argelès-sur-Mer (Pyrénées-Orientales) bis Grau-du-Roi – Port Camargue (Gard), an den Pforten der

Camargue, und bietet eine unglaubliche Vielfalt an Landschaften und Freizeitmöglichkeiten. Entdeckungslustige verlassen den Strand und erkunden nur wenige Kilometer entfernt ungeahnte Schätze...



DIE KATALANISCHE KÜSTE, EIN PARADIES ZWISCHEN MEER UND BERGEN

www.tourisme-occitanie.com/grands-sites/collioure-en-cote-vermeille



AUF DEN SPUREN DES FAUVISMUS IN COLLIOURE

Explosion an Farben (Rosa, Fahlgelb, Ockergelb, Grün, Rot, Blau), typische, blumenbewachsene Gassen, katalanische Boote, majestätische Burgen und Strände, gesäumt von Caféterrassen oder Palmen... Collioure verzaubert, Collioure fasziniert. Kein Wunder, dass sich auch viele Maler von diesem Königreich des Lichts und der Farben haben betören lassen. Die Stadt Collioure, die ab 1905 mit der Ankunft von Matisse und Derain, gefolgt von Picasso, Braque, Dufy und Chagall, die Wiege des Fauvismus wurde, machte sich international schnell als die "Stadt der Maler" einen Namen. Der "Weg des Fauvismus" ist ein Rundweg mit 19 Nachbildungen von Werken von Matisse und Derain, die in Collioure entstanden. Der Weg kann frei oder im Rahmen einer Führung des Fremdenverkehrsbüros abgegangen werden.

www.collioure.fr

PAULILLES, EIN NATURPARADIES MIT INDUSTRIEKULTUR

Die wachsam und schützend von dem Turm Madeloc überragte Bucht von Paulilles ist ein Naturparadies mit türkisblauem Wasser. Sie ist wohl die magischste Stätte überhaupt an der Küste des Departements Pyrénées-Orientales. Es ist einfach herrlich, hier durch die Gärten zu spazieren, das fantastische Industrieerbe zu entdecken, den Küstenweg bis zum Cap Béar abzuwandern oder einfach am Strand zu liegen! Unternehmen Sie eine Tour mit dem Meereskajak oder Stehpaddelbrett, um die kleinen Buchten zu erforschen, die vom Land aus nicht zu erreichen sind.

www.paddlingparadise.fr
<http://blue-bear.org>



DIE WEINLESE IN BANYULS FEIERN

Das Weinanbaugebiet Côte Vermeille (1600 Hektar für die Produktion von AOC Collioure und AOC Banyuls) wird noch von Hand von einer Vielzahl kleiner Weinbauer bewirtschaftet, die die Landschaften mit ihren tausenden Terrassen und Schiefermäuern geformt haben. Jedes Jahr am 3. Oktoberwochenende wird ein Fest zum Ende der Weinlese organisiert. Höhepunkt dieser Festtage ist die Ankunft der Trauben über das Meer in traditionellen katalanischen Holzbooten, gefolgt von einem Riesenbankett am Strand.

www.banyuls-sur-mer.com



BEWEGENDE MOMENTE AM MEMORIAL VON RIVESALTES

Die Retirada, der Rückzug der spanischen Republikaner im spanischen Bürgerkrieg, die vor dem Franco-Regime geflohen waren und in Frankreich Schutz suchten, hat den Roussillon stark geprägt, denn an dessen endlos langen Stränden, an denen wir heute so gerne spazieren gehen, campierten die Flüchtlinge damals ohne jeglichen Schutz direkt auf dem Sandboden. Im Lager Rivesaltes, das kurz darauf gebaut wurde, um einen Teil dieser Flüchtlinge unterzubringen, und um noch später, in der dunkelsten Epoche des Vichy-Regimes, hier Juden und Sinti und Roma und später, während des Algerienkriegs, die Harkis zusammenzupferchen, wurde eine Gedenkstätte eingerichtet, die dazu anregt, über diese furchtbaren menschlichen Tragödien nachzudenken.

Ein bewegender Moment, der zu einem Aufenthalt in den katalanischen Ländern dazugehört.

www.memorialcampivesaltes.eu





GESUNDHEIT & WELLNESS AN DER KÜSTE OKZITANIENS: THALASSOTHERAPIE UND THERMALWASSER

Das Meeresgewässer und das außergewöhnliche Klima des Mittelmeers sind der Geheimtipp für Ihre Gesundheit und Fitness. Ob für ein paar Stunden, zwei Tage oder noch länger: Wählen Sie Ihr Angebot aus, schieben Sie den Alltag weit weg und entdecken Sie die wohltuenden Wirkungen des Meeres auf Ihren Organismus: Mit 5 Thalassozentren hat Okzitanien bei Pflegeanwendungen mit Meerwasser nur das Beste zu bieten.

www.tourisme-occitanie.com/visiter-bouger/thermalisme-et-bien-etre



DIE KÜSTE DER AUDE & DER REGIONALE NATURPARK NARBONNAISE AM MITTELMEER

Der Regionale Naturpark Narbonnaise am Mittelmeer bedeckt die kompletten 42 Kilometer Küste des Aude und damit über 12500 Hektar an Lagunen mit einer herausragenden Biodiversität. An der Küste, an den Weihern oder im nahegelegenen Bergmassiv Corbières bietet er unzählige Möglichkeiten für originelle Entdeckungstouren oder solche, die sich um den nachhaltigen und umweltfreundlichen Tourismus drehen.
www.parc-naturel-narbonnaise.fr

SPIELEN SIE MIT DEM WIND



Mit über 300 Windtagen pro Jahr ist die Küste des Aude die Wiege von Sportarten wie dem Kitesurfen. Sie ist ein Paradies für Windsurfer und Freunde von Segelsportarten aller Art. Der Surf-Wettbewerb "Mondial du Vent" im April ist ideal, um die Meister dieser Sportarten zu treffen.
www.mondialduvent.fr

VÖGELBEOBACHTEN IM REGIONALEN NATURPARK NARBONNAISE

Der an einem wichtigen Migrationskorridor gelegene Regionale Naturpark Narbonnaise ist ein ideales Ziel, um Vögel zu beobachten. Über 350 Arten kommen zu verschiedenen Zeitpunkten im Jahr hierher. Als Hilfestellung für die (Hobby-)Ornithologen hat der Park die kostenlose App "Birdwatching Narbonnaise" entwickelt. Sie kann kostenlos für Android und Apple heruntergeladen werden und ergänzt die Vogelbeobachtungstage, die vom Park und der Vogelschutzliga organisiert werden.
www.parc-naturel-narbonnaise.fr

EIN TAG MIT DEN AUSTERNZÜCHTERN IN LEUCATE

Zwischen Meer und Weihern entdecken Sie während eines unvergesslichen Tages das farbenfrohe Dorf der Austernzüchter von Leucate und können nach Herzenslust deren Meeresfrüchte probieren. Die anei-



nandergereichten Fischerhütten sind geschmückt mit Fischernetzen, Treibholz, alten Rettungsringen, Sonnenschirmen und unzähligen Austernschalen verleihen dem Dorf der Austernzüchter von Leucate seinen so typischen, authentischen Charme.
www.tourisme-leucate.fr



EINE RADTOUR NACH NARBONNE VON DEN STRÄNDEN AUS

Ab den Stränden von Gruissan, zwischen Weinbergen und Kiefernwäldern, oder ab Port-la-Nouvelle, vorbei an Weihern und am Kanal Robine entlang, führen die Radwege bis Narbonne. Seeschwalben, große Möwen und Rosaflamingos werden Sie auf Ihrem Weg begleiten. Schon bei Ihrer Ankunft wird Ihnen das antike Narbo Martius, wie die Stadt Narbonne damals hieß, alle ihre Geheimnisse verraten und Sie mit ihrer herausragenden historischen Vergangenheit überraschen.
www.narbonne-tourisme.com

TRAUMKREUZFAHRTEN AN DER KÜSTE ENTLANG

Ein unvergesslicher Törn auf einem alten Segelschiff

In Leucate (Aude) gehen Sie für eine 2,5-stündige Kreuzfahrt an Bord des Segelschiffs Limnoreia, ein altes authentisches Segelschiff aus 1929 (eines der ältesten aus Europa), um in den Genuss eines echten Segeltörns zu kommen. In der Stadt Sète, die auch das "Venedig des Languedoc" genannt wird, gehen Sie an Bord eines richtigen venezianischen Bootes und genießen einen ganz besonderen und exklusiven Moment auf den Kanälen der Stadt.

www.limnoreia.com
www.vedivenetia.com

JETSET-AMBIENTE AN BORD EINES KATAMARANS

Grillparty, DJ-Set, Sardinaden & Sunset-Cruise Gehen Sie an Bord eines Katamarans ab Port-Camargue (Gard) oder La Grande Motte (Hérault) zu einem einmaligen und magischen Erlebnis auf dem Meer.

www.catamaranlucile2.com
www.leprovidence.fr
<https://catamaran-picardie.com>

LE CAP D'AGDE - SÈTE & WEIHER VON THAU - LA GRANDE MOTTE: AN DER KÜSTE DES HÉRAULT ENTLANG

www.tourisme-occitanie.com/grands-sites/agde-pezenas
www.tourisme-occitanie.com/grands-sites/sete
www.tourisme-occitanie.com/grands-sites/la-grande-motte



IM MAISON NOILLY-PRAT WERDEN SIE ZUM KÖNIG DER COCKTAILS

In Marseillan, an den Ufern des Weihers von Thau, lädt Sie das Maison Noilly-Prat, das vor allem dafür bekannt ist, den von James Bond bevorzugten Wermut erfunden zu haben, die Welt der Weine und des Mixens zu entdecken. Kreieren Sie Ihren eigenen Wermut oder schlüpfen bei einem Cocktailkurs in die Haut des Barkeepers, lernen Sie das perfekte Mixen von Cocktails und gönnen Sie sich schließlich Ihren selbstkreierten Dry Martini.

www.noillyprat.com





Die beste Zeit für eine Reise nach Sète

Zu Ostern findet in Sète alle zwei Jahre die größte Zusammenkunft von alten Segelschiffen des Mittelmeers statt.

<https://escaleasete.com>

Im August können Sie jedes Jahr bei den Saint-Louis-Festen bei Turnieren im Fischerstechen auf dem Großen Kanal zuschauen.



DIE WELT DER AUSTERN AUF DEM DOMAINE TARBOURIECH (MARSEILLAN)

Hier, am Rande der Lagune mit Blick auf Sète, ist der ideale Ort, um alles über die Austernzucht, die Austernzuchtparks mit ihren Photovoltaikanlagen und den Zuchtzyklus der Austern "Spéciales Tarbouriech" zu erfahren. Die sehr einfallreiche Familie Tarbouriech hat hier die "Marée Solaire" entwickelt, ein System, das die Gezeiten des Atlantiks simuliert und so der "Spezialauster" ihr ganzes feines Aroma und zartes Fleisch verleihen. "Neben der Verkostung bietet das Haus Tarbouriech aber auch Wohlfühlmomente im Rahmen der "Austerntherapie" an (Pflegebehandlungen mit Austern, die auch kosmetische Wirkungen besitzen). Und für ein bisschen Romantik können Sie am Abend von der Bar "Le Saint Barth" an der Lagune aus den Sonnenuntergang beobachten.

www.tarbouriech.fr

SÈTE, EIN WAHRES FREILICHTMUSEUM

Genau wie ihre Nachbarstadt Montpellier ist auch Sète eine Hochburg der Street Art. Bummeln Sie durch die Straßen und entdecken Sie die vielen Werke der Straßenkünstler auf den Fassaden, Türen, Dächern und Mauern der Stadt...Halten Sie die Augen gut offen und bewundern Sie die Graffitis, Schablonen und Collagen, die jedes Jahr von den Künstlern angefertigt werden, die zum Festival K-Live eingeladen werden, das auch Sète ein wahres Museum unter freiem Himmel macht. Nutzen Sie Ihren Aufenthalt auch, um in den Markthallen von Sète, die jeden Morgen geöffnet sind, die typisch mediterrane Gastronomie zu genießen. Eine Genuss für Augen und Gaumen gleichermaßen! Die lokalen Produkte haben hier natürlich einen Ehrenplatz: Tunfisch, Rotbarbe, Goldbrasse, Seeteufel und natürlich Meeresfrüchte und Muscheln aus der Lagune von Thau können direkt vor Ort auf dem Vorplatz verköstigt werden.

www.tourisme-sete.com

LA GRANDE MOTTE IM SLOW LIFE-MODUS

In La Grande Motte, ein Badeort, der für seine avantgardistische Architektur bekannt ist, die mit dem Label "Kulturerbe des 20. Jahrhunderts" ausgezeichnet wurde, können Sie Ihr Auto stehen lassen! Hier ist alles so angelegt, dass Sie sich schnell und bequem zu Fuß oder mit dem Rad fortbewegen können. Gehen Sie frühmorgens mit den Füßen im Wasser am Strand entlang, wandern Sie im Schatten der Kiefern die Wege ab und bestaunen Sie auf der Halbinsel Ponant die Pferde der Camargue, bevor Sie den Tag an Bord des Katamarans Lucile ausklingen lassen und mit Blick auf den Sonnenuntergang einen Cocktail genießen.

www.lagrandemotte.com

DIE CAMARGUE IM GARD

www.tourisme-occitanie.com/grands-sites/aigues-mortes-camargue-gardoise

EIN UNBERÜHRTER STRAND GANZ FÜR SIE ALLEIN IN ESPIGUETTE

Mit seinen 10 Kilometern reinem Sand ist der Strand in Espiguette der unberührteste Strand an der ganzen Küste Okzitaniens. Der stetig von den Winden und Meeresströmungen neu geformte Strand bietet Landschaften, die den Wüsten in der Sahara in nichts nachstehen. Der Strand ist ein wahres Paradies für FKK-Anhänger und alle, die gerne vor den Menschenmassen fliehen. Er bietet räumliche Weite und versprüht eine unglaubliche Ruhe. Ab Aigues-Mortes oder Grau du Roi können Sie wie ein richtiger Abenteurer mit dem MTB oder Jeep zu einer exotischen Safari aufbrechen, die Sie durch die unwirklich scheinenden rosa Salzwiesen zu einem einsamen Strand führt, wo Sie picknicken oder auch ein für die Camargue typisches Gericht probieren können, das Ganze natürlich in einem richtigen Robinson Crusoe-Ambiente.

www.visitesalinsdecamargue.com

AIGUES-MORTES MAL ANDERS

Unternehmen Sie eine Tour über den Wehrgang oben von der Stadtmauer aus, um zurück in die Vergangenheit zu reisen, als Ludwig IX. ins Heilige Land aufbrach, oder steigen Sie bei Einbruch der Dunkelheit in den Kleinen Touristenzug, um von den Salzgärten aus den Sonnenuntergang zu betrachten. Magisch!

<https://ot-aiguemortes.com>



EIN TAG IN DER CAMARGIE GARDOISE MIT DEN MANADIERS

Die Manadiers, die Stier- oder auch Pferdehirten der Camargue, die man auch gerne als Cowboys bezeichnen kann, setzen eine Jahrhunderte alte Tradition fort. Sie kümmern sich um die Herden schwarzer Stiere, die für die Region so typisch sind. Nur wenige Kilometer von der Küste entfernt begleiten Sie einen Tag lang auf einer Manade die Stierzüchter bei ihrer Arbeit. Wenn Sie von Ihrem Ausflug zurückkehren, probieren Sie bei Zigeunermusik die lokale Spezialität mit Stierfleisch "Gardiane de taureau".

www.letsgrau.com/manade-jullian.html



EIN TAG AUF DEM MEER AUF EINEM FISCHERBOOT

Entlang der Küste erleben Sie an einem unvergesslichen Tag auf dem Meer den Alltag der Fischer und können sich selbst im Hochseeangeln versuchen (Tunfisch, Hai). Ab Grau du Roi (Gard), größter Schleppnetzfisherhafen am Mittelmeer.

www.setefishing.com

www.letsgrau.com/balades-en-mer-peche.html

IN DEN BERGEN

www.tourisme-occitanie.com/decouvrir/montagne



Die Region Okzitanien in Südfrankreich, die von zwei Bergmassiven umgeben ist, den Pyrenäen im Süden und dem Zentralmassiv im Nordosten, besitzt geschützte und intakte Landschaften und ist ein beliebtes Ziel bei allen Freunden von Outdooraktivitäten und weiten Naturräumen. Hinzu kommt ein herausragendes Kulturerbe, das auf 20.000 Jahre Geschichte zurückblickt, von den Höhlen mit originalen Höhlenmalereien bis zum Pic du Midi mit seinem astronomischen Observatorium.

EIN ELDORADO FÜR FUSSWANDERER

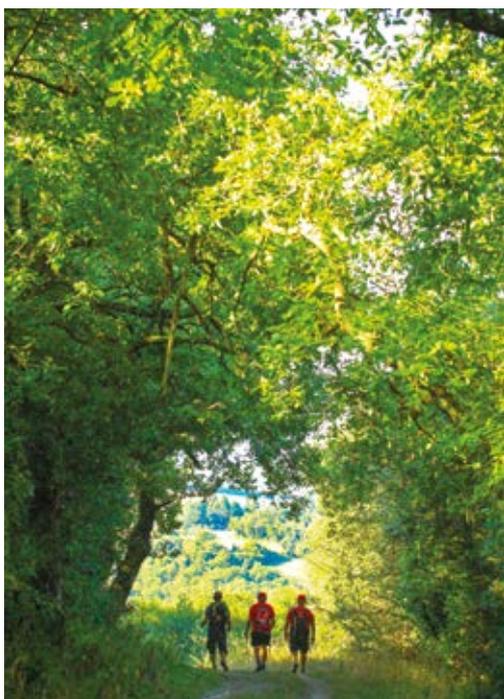
Ob ungeübt oder gut trainiert, in Okzitanien finden auf den tausenden Kilometern an markierten Wanderwegen alle Wanderer ihr Glück. Zu den legendärsten Wanderwegen gehören der GR®10 (Pyrenäendurchquerung), der GR®367 oder auch Katharerweg genannt, und der GR®65, die Jakobswege, und schließlich der GR®70 der berühmte Stevensonweg.

www.tourisme-occitanie.com/balades-et-randonnees/a-pied

DIE SCHÖNSTEN WANDERUNGEN IN DEN BERGEN OKZITANIENS

Die Durchquerung der Pyrenäen über den GR®10
Vom Atlantik bis zum Mittelmeer durchquert der GR®10 die 400 Kilometer der Pyrenäenkette, von den Tälern bis zu Hochalmen, kommt dabei an den höchsten Gipfeln vorbei und belohnt die Wanderer mit den zauberhaften Landschaften der regionalen Naturparks (Pyrénées ariégoises und Pyrénées catalanes) und des Pyrenäennationalparks. Ob an einem Tag, an einem Wochenende oder 8 Wochen lang (für die gesamte Strecke): Eine Etappe des GR®10 abzuwandern ist ein bisschen, wie eines der wildesten und naturbelassensten Gebirge Europa zu erobern!

www.gr10.fr



INF+

Der HRP® (Haute Randonnée Pyrénéenne), der ungefähr der Grenzkammlinie zwischen Frankreich und Spanien folgt, verläuft parallel zum GR®10 und ist den wirklich sehr gut geübten und trainierten Sportlern vorbehalten.

DER GAUBE-SEE UND DER TALKESSEL VON GAVARNIE: DIE JUWELEN DER HAUTES-PYRÉNÉES

Ab Cauterets ist der Aufstieg zum Gaube-See ein großer Klassiker, bei dem Sie dem Vignemale (3298 m), dem höchsten Gipfel der französischen Pyrenäen, sehr nahe kommen. Wandern Sie weiter bis zum Talkessel von Gavarnie, um dort den großen Wasserfall (400 m hoch, der größte in Europa) zu bewundern. Der Anblick des "Kolosseums der Natur", wie es der Schriftsteller Victor Hugo nannte, wird Sie begeistern und zeigt Ihnen auch eine weitere Facette des zauberhaften Pyrenäennationalparks.

www.pyrenees-parcnational.fr

AUF DEM KATHARERWEG VON DER AUDE IN DIE ARIÈGE (GR®367)

Von den Küsten des Mittelmeers durch das Corbières-Massiv und bis Foix ist dieser 224 Kilometer lange Weg eine Mischung aus fantastischer Natur und geschichtsträchtigen Orten und verbindet miteinander die größten Katharerburgen, diese weltweit einzigartigen Verteidigungsanlagen, die auch die "Zitadellen des Schwindels" genannt werden.

www.audetourisme.com

**INF+**

Der GR®107, der Katharerweg oder auch "Weg der guten Männer", verbindet in etwa zehn Tagen Foix im Département Ariège mit Berga in Katalonien. Dieser Weg führt Sie auch auf die Spuren der Katharer (die sich selbst als "gut" und "rein" bezeichneten), die, als sie wegen ihrem Glauben verfolgt wurden, die Grenze überquerten, um im spanischen Berga Zuflucht zu suchen.

www.ariegepyrenees.com



DER AUFSTIEG DES CANIGÓ (2784 METER), DER HEILIGE BERG DER KATALANEN

Der Pic du Canigou (Canigó im Katalanischen) ragt stolz mit seiner charakteristischen Silhouette über die gesamte Ebene des Roussillon. Jeder Katalane träumt davon, mindestens einmal in seinem Leben den Aufstieg auf diesen schon immer auf beiden Seiten der französisch-spanischen Grenze angebeteten Berg zu schaffen.

www.tourisme-canigou.com





UND IM ZENTRALMASSIV?

Der Stevensonweg durch die Lozère und die Cévennes im Gard

Genau wie Robert Louis Stevenson und seine Packeseelin Modestine bei ihrer Reise in 1878 begeben Sie sich auf eine Reise außerhalb von Zeit und Raum und entdecken die fantastischen intakten Landschaften des Cévennes-Nationalparks.



INF+

Der Stevenson-Weg ist für alle zugänglich

Der Verein "Auf den Spuren von Robert Louis Stevenson" hat es sich zur Aufgabe gemacht, den Fernwanderweg auch für Menschen mit Behinderungen zugänglich zu machen. Dank der "Escargoline", einem 3-Rad-Wagen, der hinter einen Esel gespannt wird, können auch Gehbehinderte den Stevensonweg bewältigen. Für Menschen mit Sehbehinderungen gibt es die App "Open Way", die unterwegs mit Audiokommentaren Weg und Landschaft beschreibt.

www.chemin-stevenson.org

WANDERN MAL ANDERS

REITABENTEUER IN DER LOZÈRE

Mit ihren vielseitigen Landschaften und immensen, unberührten Naturräumen war die Lozère einfach dazu bestimmt, ein Paradies für Pferd und Reiter zu werden. Der Reitsportsektor der Lozère hat um die fünfzig Strecken speziell für dieses Gespann ausgearbeitet.

www.lozere-tourisme.com/promenades-cheval

DAS CANI-WANDERN - WANDERN MIT HUND

Direkt mit einem Geschirr mit dem Hund verbunden entdecken Sie eine unterhaltsame und originelle Art des Wanderns, in völligem Einklang mit dem Hund! Über einen einfachen Spaziergang hinaus handelt es sich hier um einen Parcours, bei dem man die Rolle des Führhunds, die Arbeit des Duos und die Wichtigkeit der Hundeerziehung kennen lernt.

www.vallee-du-louron.com/en



RADTOURISMUS & CO. (FAHRRAD, MTB, ROLLER...) [www.tourisme-occitanie.com/ balades-et-randonnees/a-velo](http://www.tourisme-occitanie.com/balades-et-randonnees/a-velo)

AUF DEN SPUREN DER TOUR DE FRANCE-RENNFAHRER

Die Tour de France, das berühmteste Radsportrennen der Welt, verläuft jedes Jahr im Sommer ohne Ausnahme durch die Pyrenäen. Am Wegesrand bei einer Etappe zu stehen, wenn die Fahrer vorbeisausen, ist einfach ein einmaliges Erlebnis, das sich viele nicht nehmen lassen. Und heute ist es sogar möglich, selbst in die Pedale zu treten und die legendären Pässe zu erklimmen, die das französische Kulturrennen berühmt gemacht haben.

www.letour.fr

DER PYRÉNÉES CYCL'N TRIP (JULI)

Jedes Jahr im Juli kurz nach der Durchfahrt der Tour de France werden die Pässe in den Hautes-Pyrénées 5 Tage lang für motorisierte Fahrzeuge gesperrt, damit sich die Radfahrer an dieser Herausforderung versuchen können. Bevor es losgeht, werden Sie begrüßt, informiert und ermutigt und zur Belohnung wartet oben auf dem Gipfel natürlich ein geselliger Imbiss. Nachdem Sie für das Erinnerungsfoto posiert und sich den Stempel als Bescheinigung für den geschafften Aufstieg abgeholt haben, geht es wieder hinunter ins Tal! Über 2500 Personen nehmen an diesem Event für begeisterte und eingefleischte Radfahrer teil, Familien oder Freundesgruppen aller Sportniveaus, mit dem klassischen Rad oder auch mit dem E-Bike.

www.tourisme-hautes-pyrenees.com



AUF DEM PIC DU JER (LOURDES - HAUTES-PYRÉNÉES) WERDEN SIE ZUM MTB-WELTMEISTER

Ab Lourdes bringt Sie die Seilbahn des Pic du Jer in wenigen Minuten in 950 Meter Höhe. Der Pic du Jer, ein beliebter Treffpunkt bei Freunden von Nervenkitzel, empfing bei der Weltmeisterschaft der MTB-Abfahrt in 2017 die besten Abfahrtsfahrer der Welt. Jetzt sind Sie dran, diese legendäre Strecke mit toller Sicht auf die Pilgerstadt zu bewältigen.

www.lourdes-infotourisme.com

DIE GROSSE DURCHQUERUNG DES ZENTRALMASSIVS, 1380 KILOMETER IM FAHRRADSATTEL

Die "Grande Traversée du Massif Central" ist eine 1380 Kilometer lange Strecke vom Morvan bis zum Mittelmeer! Der Weg verläuft vor allem in 6 Etappen durch die Lozère, wobei Sie die vielseitigen Landschaften von der Landes und Seen der Margeride bis zum grünen Tal des Lot und von den Kämmen des Mont-Lozère über die Schluchten des Tarn bis zu den Wäldern in den Cevennen-Tälern genießen.

www.la-gtmc.com



ROADTRIPS MIT DEM MOTORRAD ODER AUTO

MOTORRAD, ALIGOT UND WELLNESS: DIE PERFEKTE MISCHUNG FÜR EINE MOTORRADTOUR IN DER LOZÈRE

Biker finden hier in dem Département Frankreichs mit der geringsten Bevölkerungszahl Ruhe, wunderschöne Straßen, die sich einfach ideal zum Motorradfahren eignen. Auf dem Programm: Natürlich das Biken selbst, aber auch Pausen mit fantastischen Panoramaaussichten, kulinarische Momente in den lokalen Gaststätten, um das berühmte Aligot (Kartoffel-Käse-Gericht) zu probieren, Baden in wohliger Thermalwasser... Rundum eine gelungene Auszeit!

www.lozere-tourisme.com/moto

MIT DEM AUTO DURCH DIE HAUTES-PYRÉNÉES

Mit 6 Strecken lädt das Département Hautes-Pyrénées dazu ein, ein Land zu erkunden, das keine Grenzen hat: die Pyrenäen. Ausgerüstet mit Ihrem Roadbook, das unzählige Adressen und konkreten Infos über die wichtigsten Stätten enthält, durchstreifen Sie die Täler und erklimmen die legendären Pässe der Pyrenäen. Das wie ein Reisetagebuch geschriebene Roadbook enthält Erläuterungen und Anekdoten und Ideen für Ausflüge, originelle Besichtigungen und ganz neue Erlebnisse.

www.pyrenees-trip.com

www.pyrenees-trip.es

www.pyrenees-trip.uk



UNTERWEGS MIT EINER LEGENDÄREN EISENBAHN

DER GELBE ZUG, EIN ECHTES SYMBOL DAS KATALANISCHEN LANDS (PYRÉNÉES-ORIENTALES)

Der "Canari", so sein Spitzname, durchquert den Regionalen Naturpark der katalanischen Pyrenäen und verzaubert mit seinem urigen Charme. Setzen Sie sich neben den Zugführer und bewundern Sie die technologischen Herausforderungen, die die Erbauer der Eisenbahnstrecke meistern mussten (Viadukte, Brücken, Tunnel und Dutzende andere Bauwerke) sowie die zwei Vauban-Festungen, Villefranche-de-Conflent und Mont-Louis (beide mit UNESCO-Label), die alle an der Strecke liegen.

www.pyrenees-cerdagne.com



ANZEIGE AKTIVITÄTEN SCHNEE & EIS

www.tourisme-occitanie.com/loisirs/ski-et-neige

WENN SICH DER BERG IN SEIN WEISSES KLEID HÜLLT IST WIEDER ZEIT FÜR DEN WINTERSPORT!

Mit über 40 Skistationen und nordischen Anlagen bietet die Region Okzitanien in Südfrankreich von den Pyrenäen über die Margeride und die Cevennen bis zum Aubrac ein großes, vielseitiges und geselliges Angebot für alle Wintersportfreunde. Originelle Winteraktivitäten in den Bergen

Lust über den Schnee zu schweben? Testen Sie mal das Snow Kite, die Winterversion des Kitesurfens. Kennen Sie schon das Skijöring, bei dem Sie auf Skiern von einem Pferd gezogen werden? Sie lieben Huskys? Dann lassen Sie sich doch im Schlitten und von Schlittenhunden durch den Wald ziehen! Sie fahren gerne Schlitten? Wagen Sie sich an eine schwindelerregende Schlittenabfahrt oder probieren Sie das Snake-Cliss aus. Sie sind fasziniert von den Olympischen Winterspielen? Entscheiden Sie sich für das Laser-Biathlon! Sie können auch im Winter nicht von Ihrem Fahrrad lassen? Schwingen Sie sich auf das Fat-Bike! Dieses Rad mit seinen großen Reifen extra für den Schnee können Sie zum Beispiel in Ax-les-Thermes in der Ariège testen. Soll es noch extremer sein? Lernen Sie das Klettern an gefrorenen Wasserfällen oder das Tauchen in zugefrorenen Seen...

www.tourism-occitanie.co.uk/mountains/holidays-pyrenees

INF+

Auf dem Plateau de Beille (Ariège) bietet Ihnen das Camp Angaka eine Übernachtung in seinem nordischen Dorf an. Sie haben die Wahl zwischen einer warmen Jurte oder einem Tipi oder, wenn Ihnen Kälte nichts ausmacht, einem Iglu, das Sie zunächst noch selber bauen müssen!

www.ariegepyrenees.com



GEHEIMTIPP

Sausen Sie oben von der Seilbahn die unberührten, blütenweißen Hänge des Pic du Midi (1877 m - Hautes-Pyrénées - 1500 m Höhenunterscheid) hinab... Nervenkitzel garantiert bei dieser Free-Ride-Abfahrt, die zu den 50 besten weltweit gehört!

<https://picdumidi.com>





Wussten Sie schon?

Das Vaporarium in Luchon ist ein in Europa einzigartiger Ort. Dieses natürliche, in den Berg gegrabene Dampfbad ist zwischen 38 und 42 Grad warm.

www.luchon-bien-etre.fr



IM WASSER

RELAXEN IM WARMEN THERMALWASSER UNSERER BERGE

Zwei Drittel der Thermalkurorte Okzitaniens, der größten Thermalregion in Frankreich, befinden sich in den Bergmassiven, hauptsächlich in den Pyrenäen, aber auch in der Lozère im Zentralmassiv. Für einen Entspannungsmoment nach einem sportlichen Tag oder für einen kompletten Wellnessaufenthalt sind die Thermalspas in Okzitanien genau das richtige.

www.tourisme-occitanie.com/visiter-bouger/thermalisme-et-bien-etre

UNTER DER ERDE

Unsere Berge besitzen unzählige Höhen und Abgründe und das Netz von Henne-Morte in der Haute-Garonne mit über 100 Kilometern Galerien, gehört zu den größten erforschten, unterirdischen Gängennetzen. Begeben Sie sich auf ein Abenteuer in der Finsternis! Dieses zeit- und raumlose Ambiente der Höhlen zu entdecken bedeutet auch, diese "touristischen" Höhlen und Abgründe mal anders zu besichtigen. Musikalisch geht es zum Beispiel in der Höhle von Lombrives (Ariège) zu, wenn darin ein Konzert mit klassischer Musik gegeben wird.

www.grottedelombrives.com



ZURÜCK IN DIE URZEIT IN DER ARIÈGE

Im Park der Urzeit in Tarascon können Kinder Höhlenmalereien anfertigen, bei der Jagd mit der Lanze den Alltag der Menschen aus dem Magdalénien teilen, lernen, Feuer zu machen, Feuersteine herstellen oder sich mit dem Lesen von Tierspuren vertraut machen. Und wenn es noch origineller sein soll, kommen Sie zur "Nacht der Urzeit": Im Schein von Taschenlampen und Kerzen herrscht im Park eine ganz einzigartige Atmosphäre, die die Fantasie anregt...

www.sites-touristiques-ariege.fr

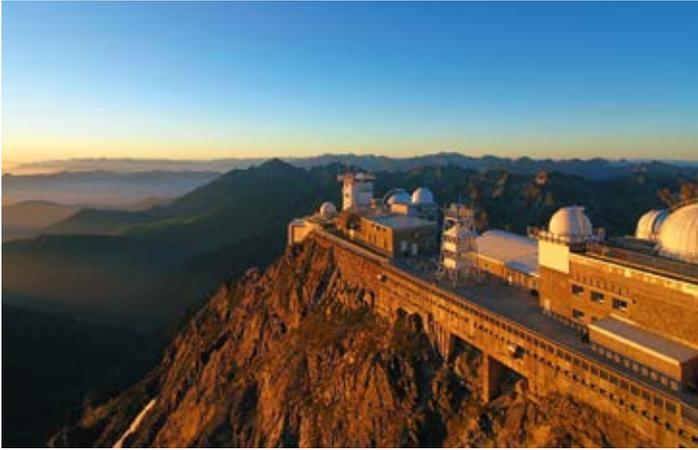


ZWISCHEN HIMMEL & ERDE

DIE STERNE SIND ZUM GREIFEN NAHE!

Die Region Okzitanien bietet mit ihren weiten, intakten Naturräumen, in der es keinerlei Lichtverschmutzung gibt, einen der spektakulärsten Sternenhimmel der Welt. Mit zwei Gebieten mit dem RICE-Label* (RICE = Internationales Sternenhimmelreservat) ist unsere Region bei Astronomen ein absolutes Traumziel.

*Pic du Midi und Cevennen-Nationalpark



ZIMMER MIT AUSBLICK

IN DEN HAUTES-PYRÉNÉES

EINE NACHT AUF DEM PIC DU MIDI

Von der Bergstation La Mongie aus (Hautes-Pyrénées) kommen Sie mit der Seilbahn in 3000 Metern Höhe, bis zum "Sternenschiff". Freuen Sie sich auf ein unvergessliches Abenteuer. Sie haben dort das schönste Panorama auf die Pyrenäen überhaupt. Wenn Sie den Mut haben, können Sie auf den "Steg in den Himmel" gehen, eine Hängebrücke mehrere hundert Meter oberhalb vom Boden. Schauen Sie sich im Planetarium einen Sternensfilm an, essen Sie mit Blick auf die Berge. Entdecken und betrachten Sie mit der Hilfe von Astronomen die Sternensbilder und lassen Sie abends in dem höchsten Gästezimmer in Europa vor dem Schlafen alle diese Erlebnisse Revue passieren.

<https://picdumidi.com>

Wann ist die beste Zeit für einen Besuch?

Das ganze Jahr oder beim Festival Piano Pic (Ende Juli), um auf der Terrasse des Pic du Midi den Zauber der Sterne mit dem Zauber der Musik zu vereinen.

www.piano-pic.fr



IN DEN CEVENNEN (LOZÈRE)

IM WEILER ESPÉRELLES BEGINNT DIE REISE ZUR MILCHSTRASSE

Im Weiler Espérelles, der auf den Anhöhen von Saint-Frézal-de-Ventalon liegt, sind die Sterne buchstäblich zum Greifen nahe. Hier hat nämlich Hervé Roche, ein begeisterter Astronom, seine beiden Gîtes "Le Paillet" und "La Clède" eröffnet. Immer gerne bereit, seine Gäste mit seinem Teleskop Dobson 406/1800 in die Geheimnisse der Astronomie einzuführen, verspricht Hervé einen ruhigen Aufenthalt, geprägt von der Natur, gemütlichen Abenden auf der Terrasse... und Momenten im Zeichen der Sternbeobachtung.

www.lesesperelles.com

DEN WILDTIEREN GANZ NAHE

BEI BÄREN, WÖLFEN UND PRÄRIEHUNDEN SCHLAFEN

Der Pyrenäen-Tierpark bietet die Möglichkeit, in komfortablen Lodgen ganz in der Nähe der Tiere zu übernachten. Sie verbringen die Nacht in aller Sicherheit neben dem Gehege der Bären, Wölfe oder Präriehunde.

www.parc-animalier-pyrenees.com



Diese einmalige Erfahrung geht noch weiter: Tierpfleger für einen Tag in den Kulissen des Pyrenäen-Tierparks

Einen halben Tag lang nehmen Sie an den Aktivitäten der Pfleger bei und helfen beim Füttern der Otter, Marmeltiere und Bären, bevor Sie auf eigene Faust den Zoo erkunden können.

DIE LETZTEN WILDPFERDE

Im Herzen der "Causses & Cevennen", die zum UNESCO-Erbe ernannt wurden, begegnen Sie den Przewalski-Pferden, den letzten wildlebenden Pferden der Welt. Die in ihrem natürlichen Lebensmilieu, den Steppen der Mongolei, vom Aussterben bedrohten Tiere wurden hier eingeführt und fühlen sich sehr wohl. Ab sofort ist das Reservat auch für Besucher geöffnet! In Begleitung eines passionierten Führers können Sie den Pferden ("takh" im Mongolischen) ganz nahe kommen und beobachten und erfahren alles über die Geschichte ihrer Rettung.

www.takh.org



KULTUR IN DEN BERGEN Volkstümliche Traditionen, Feste & Festivals

DER ALMAUFTRIEB

Wenn es eine noch richtig lebendige Tradition gibt, die sich speziell auf unser Gebirge bezieht, dann ist es der Auftrieb der Vieherden auf die Sommeralmen.

Der Almauftrieb im Aubrac (Aveyron - Lozère): Ein Fest mit bunter Blumenpracht

Jedes Jahr rund um den 25. Mai begleiten die Bauern zu Fuß ihre mit Blumenschmuck behängten Kühe auf das Plateau von Aubrac. Die Feierlichkeiten beginnen schon am Donnerstag und dauern das ganze Wochenende. Bauernmarkt, Volkstänze, traditionelle Musik, Aligot-Verkostung, Segnung und Begleitung zu Fuß der Kuhherden, die mit Blumenkränzen geschmückt sind, bestimmen diesen so geselligen und volkstümlichen Tag.

www.aubrac-laguiole.com
www.aubrac-sud-lozere.com

Aufstieg auf die Sommeralmen mit den Mérens-Pferden

Beim Almauftrieb der Mérens-Pferde, eine Pyrenäenrasse mit charakteristischem, schwarzem Fell, nehmen Sie am Leben der Herde teil, begleiten und lotsen sie.

www.merens-ariege.com/la-transhumance



DAS BLUMENFEST IN LUCHON

Jedes Jahr Ende August findet in der Stadt Luchon, der "Königin der Pyrenäen", das Blumenfest statt. Blumenkorsos, Tänze und Wahl der Blumen-Miss bestimmen diesen bunten Tag, an dem Sie unbedingt auch beim Rennen der Café-Kellner zuschauen müssen... Ein buntes Programm!

www.luchon.com

DAS FESTIVAL VON GAVARNIE, THEATRALISCHE EMOTIONEN AN EINER UNESCO-STÄTTE (HAUTES-PYRÉNÉES)

Jedes Jahr im Sommer findet das Theaterfestival von Gavarnie am Fuße des Gavarnie-Talkessels auf der Courade-Wiese statt, direkt am Rande des Pyrenäen-Nationalparks. Hier erleben Sie einen einzigartigen Moment an einem zeitlosen Ort, den Victor Hugo gerne als das "Kolosseum der Natur" bezeichnete. Die Nacht bricht herein, die Zuschauer halten ihren Atem an. Jetzt sind die Künstler dran!

Bonus: Um am Ende der Vorstellung die Magie noch etwas andauern zu lassen, gehen die Zuschauer im Fackelschein wieder zum Dorf runter...

www.festival-gavarnie.com

SPIRITUELLE ERFAHRUNGEN IN LOURDES

Die Marienstadt, eine Pilgerhochburg, lebt im Rhythmus ihrer Prozessionen. Von April bis Oktober sind Sie jeden Abend um 21 Uhr eingeladen, an den Fackelumzügen zwischen der Höhle von Massabielle (wo der Bernadette Soubirous die Heilige Jungfrau erschien) zur Rosenkranzesplanade teilzunehmen. Ob Sie gläubig sind oder nicht erleben Sie hier ganz auf Ihre Art und zusammen mit Menschen aus aller Welt einen besonderen, inbrünstigen und gemeinsamen Moment.

www.lourdes-infotourisme.com



AUF DEM LAND

www.tourisme-occitanie.com/decouvrir/campagne



Von den Obstgärten im Garonne-Tal bis zu den Weinbergen des Armagnac, von den Schluchten des Tarn bis zu den Garriguelandschaften im Languedoc in Okzitanien, hat die ländliche Gegend eine Vielzahl an Landschaften, einzigartigen Stätten, viele Dörfer, die als die schönsten Dörfer Frankreichs ausgezeichnet wurden, und ebenso viele Aktivitäten zu bieten. Probieren Sie die Produkte des Terroir (über 250 tragen ein offizielles Qualitätslabel), treffen Sie die Handwerker, machen Sie Sport in freier Natur an herausragenden Orten, machen Sie spirituelle oder kulturelle Erfahrungen... Mit unserer Auswahl an Ideen zelebrieren wir gemeinsam die süße Lebenskunst und die erholsame Schönheit des Lands in Okzitanien.

MIT DEN LANDWIRTEN UND HÄNDWERKERN UNSERER LÄNDLICHEN GEGENDEN Die Landwirte und Produzenten Okzitanien freuen sich auf Ihren Besuch

FÜR EINEN SOLIDARISCHEN, UMWELTFREUNDLICHEN UND GÜNSTIGEN URLAUB: TESTEN SIE DAS WOOFING

Das Trendkonzept des Woofing besteht in einer ganz neuen und kostengünstigen Art des Reisens. Das Prinzip: Man finanziert sich seinen Urlaub, indem man in

einem Bio-Landwirtschaftsbetrieb mitarbeitet. Im Gegenzug erhält man Kost und Logis. Das ist die Garantie für schöne gemeinsame Momente im Sinne des Teilens und der Geselligkeit, wobei Sie auch noch die Grundlagen der Arbeit der Bauern kennen lernen. Die Ariège, die ihren alternativen Werten treu ist, hat in dieser Sparte ein besonders großes Angebot.

<https://wwoof.fr>

DER SAFRAN, DAS ROTE GOLD UNSERER LÄNDLICHEN GEGENDEN

Wussten Sie, dass dieses edle und leckere Gewürz seit langem schon in Okzitanien produziert wird? Im Herbst ist der beste Moment, um die Safranbauern zu besuchen und alles über den Anbau dieser Pflanze zu erfahren, aus der der Safran gewonnen wird, und bis zu den Produkten, die Safran enthalten. Verpassen Sie im Oktober auch nicht das Safranfest in Cajarc.

www.tourisme-figeac.com/le-safran





SAFARISTIMMUNG AUF DER BÜFFELFARM IN AIGNAN (GERS)

In Aignan (Gers) gehen Sie an Bord eines Militärjeeps, der Sie mitten in den Park der Asiatischen Büffel bringt. Auf der Terrasse oberhalb der Quelle, an die die Tiere zum Baden kommen, genießen Sie ein 100 % gaskognisches Essen mit Blick auf die Pyrenäen, die sich am Horizont abzeichnen. Wenn Sie es klassischer mögen, besuchen Sie das Restaurant der Farm und probieren Sie dessen Spezialität: Büffel geschmort in Rotwein der Appellation Saint-Mont, ein echter Gaumenschmaus.

www.lafermeauxbuffles.fr

GOURMET-SPAZIERGANG IN EINEM REIFEKELLER IN ROQUEFORT-SUR- SOULZON (AVEYRON)

Im Ort Roquefort-sur-Soulzon, und nur dort, in den "Fleurines" (natürliche, mit vielen Spalten durchzogene Gesteinshöhlen) der Höhle von Combalou, reift der berühmte AOC Roquefortkäse, der erste Käse Frankreichs mit einer kontrollierten Herkunftsbezeichnung. An die tausend Personen arbeiten dort an der Reife des "Königs der Käse". Sie entdecken auf einem modernen Rundgang mit Licht- und anderen Effekten die Herstellungsetappen dieses Aushängeschildes der Gastronomie des Aveyron. Und zum krönenden Abschluss gibt es eine Verkostung!

www.roquefort-societe.com/les-caves



IM ATELIER DER HAND- WERKER OKZITANIENS

DIE HANDSCHUHMANUFAKTUR IN MILLAU (AVEYRON)

Die Manufaktur für Lederhandschuhe in Millau arbeitet für die namhaftesten Modehäuser und Stars des Showbusiness (Nicole Kidman, Kylie Minogue, Sharon Stone, Madonna) und exportiert ihre Handschuhe weit über die Landesgrenzen hinaus. Beim Besuch einer der noch in arbeitenden Manufakturen in Millau entdecken Sie eine glamouröse Facette der Mode- und Luxusbranche und die Welt der Handschuhmacher.

www.maisonfabre.com

INF+

Die Manufaktur Causse Gantier, ein weiteres namhaftes Haus, wurde 2012 von dem Luxusmodehaus CHANEL gekauft.

www.causse-gantier.fr

DIE TECHNIKEN DER PASTELFÄRBEREI

Im Atelier Carré Bleu de Pastel (Roumens - Haute-Garonne), treffen Sie Denise Lambert, die den Pastel liebt und Ihnen alle Geheimnisse über diese Färberpflanze mit ihren vielen Eigenschaften verrät (Färben, Kosmetik), und die die Stadt Toulouse und die umliegenden Städte zu Reichtum brachte. Außerdem können Sie selbst Stoffe einfärben.

www.auxsourcesducanauldumidi.com/atelier-de-teinture-carre-bleu-de-pastel





DIE HUTMACHEREI: LERNEN SIE IN CAUSSADE EIN EINZIGARTIGES KNOW-HOW KENNEN (TARN-ET-GARONNE)

Maurice Chevalier trug mit Stolz seinen Strohhut aus Caussade und machte ihn berühmt. Die letzten Hutmachereien in Caussade können besichtigt werden, genau wie der Museumsbereich "Épopée Chapelière", wo der Besucher ausgerüstet mit einem Hut, der Audiokommentare ausgibt, die Geheimnisse der Herstellung eines Strohhutes entdeckt. Wenn Sie das Thema vertiefen möchten, besuchen Sie Didier Laforest, einen der letzten Formenmacher für die Hutherstellung in Frankreich. Er bearbeitet vor Ihren Augen die Lindenholzblöcke, die für die Hutherstellung benötigt werden: Ein wertvolles Know-how, das Teil der herausragenden Kunstberufe ist, die von der UNESCO ausgezeichnet wurden.



Wann ist die beste Zeit für einen Besuch?

Bei den Hutfesten im Juli

www.chapeau-caussade.fashion

www.hatsblocks.com

DIE MÄRKTE DES TERROIR

FETTMÄRKTE / TRÜFFELMÄRKTE

Der Südwesten Frankreichs ist das Land der Zucht und Mastung von Enten und Gänsen und bietet an, zwischen November und März an einem besonderen Ritual teilzunehmen: den Fettmärkten. Die lauten und bunten Märkte sind eine schöne Gelegenheit, um Augen (und Ohren!) zu verwöhnen, bevor es schließlich an den Tisch geht!

Die Trüffel, das schwarze Gold Okzitaniens, reift ab dem ersten Frost und kann bis Ende Februar geerntet werden.



tet werden. Ein Besuch eines der fast zeremoniell ablaufenden Trüffelmärkte der Region ist ein wirklich besonderes Erlebnis. Wenn Sie die Märkte und deren Treiben hautnah erleben möchten, lädt Sie das Fremdenverkehrsbüro von Lalbenque-Limogne zu den "Trüffeltagen" ein. Nach dem Marktbesuch besuchen Sie einen Trüffelanbau und schauen bei einer Vorführung im Trüffelsuchen mit einem Schwein zu. Mittags gibt es ein Trüffelmenü in einem der Restaurants der Ortschaft.

www.lalbenque.net/truffes/journées-truffes

KULTUR AUF DEM LAND Feste und Festivals zu jeder Jahreszeit

LAUSCHEN SIE DEN GRÖSSTEN STARS DES JAZZ IN MARCIAC (GERS)

Seit über 40 Jahren lebt der kleine Ort Marcillac jede erste Augushälfte im Rhythmus des Jazz.

www.jazzinmarciac.com



DIE MONTGOLFIADEN VON ROCAMADOUR (LOT)

Das letzte Septemberwochenende ist eine einmalige Gelegenheit, um in Rocamadour bei dieser majestätischen und in Europa einzigartigen Zusammenkunft von unzähligen Heißluftballons teilzunehmen. Idealerweise genießen Sie das Event natürlich vom Heißluftballon aus und überfliegen diese faszinierende Pilgerstadt, die direkt an den Felsen gebaut wurde.

www.rocamadouraerostat.fr



DIE FLAMME DES ARMAGNAC (GERS), EIN BISSCHEN LICHT UND MENSCHLICHE WÄRME MITTEN IM WINTER

Von November bis Januar wird im Weinbaugebiet und auf den Weingütern des Gers der Armagnac gebrannt. Der Brennkessel ("alambic") wird dabei von Brennort zu Brennort weitergegeben, was immer ein schöner Vorwand für musikalische Feste und Verkostungen des ältesten Weinbrands Frankreichs, dem Armagnac natürlich.

www.gers-reservation.com/flamme-armagnac.html

LIMOUX (AUDE), DER LÄNGSTE KARNEVAL DER WELT

Mit einer Teilnahme am Karneval von Limoux setzen Sie eine 400 Jahre alte Tradition fort. In den drei Wintermonaten können Sie in Begleitung der Pierrots feiern, die in ihren bunten Kostümen zu den Klängen einer mitreißenden Musik tanzen. Halten Sie Augen und Ohren gut offen!

www.tourisme-limoux-in-aude.fr

DIE MITTELALTERFESTE IN CORDES-SUR-CIEL (TARN)

Die hochgelegene Bastide Cordes-sur-Ciel entführt Sie jedes Jahr Mitte Juli zurück in das Mittelalter. Kostümierte Schauspieler, Handwerker, Umzüge und Straßentheater tragen dazu bei, die faszinierende Welt des Mittelalters wieder lebendig werden zu lassen.

<https://medievale-cordes.fr>



Wussten Sie schon?

Okzitanien ist die Region mit den meisten Monumenten, die als Teil des Jakobswegs zum UNESCO-Weltkulturerbe gehören: Es gibt knapp 40 davon.

DAS LAND IM SLOW-MODUS Fußwanderwege

EINE SPIRITUELLE WANDERUNG AUF DEM JAKOBSWEG (GR®65)

Die Wege von Puy, Arles und Piémont: Die 3 großen Abschnitte des Jakobswegs schlängeln sich durch unsere Region, bevor sie nach Spanien weiterführen und bieten legendäre Etappen an symbolträchtigen Stätten des UNESCO-Weltkulturerbes. Sie werden gefesselt sein von der zeitlosen Schönheit der durchwanderten Dörfer (Conques, St-Guilhem-le-Désert oder St-Bertrand-de-Comminges). Machen Sie ruhig einen Abstecher über Rocamadour, wo Sie wie die Pilger im Mittelalter auf Knien die Stufen zur Schwarzen Madonna erklimmen... Bewundern Sie an der Abtei Saint-Pierre de Moissac (Tarn-et-Garonne) die eleganten und mit detailreichen Szenen verzierten Säulen des Kreuzgangs. Und vor allem. Freuen Sie sich auf schöne Begegnungen mit Gleichgesinnten.

www.chemins-compostelle.com

AUF DEN SPUREN DER TEMLER UND JOHANNITER AUF DEM GR@71

Auf dem Plateau von Larzac, im Herzen des Regionalen Naturparks Grands Causses (Aveyron), verbindet der GR@71 die wichtigsten Städte der Tempelritter aus dem 12. Jahrhundert, die später von den Johanniter bis ins 18. Jahrhundert befestigt und instandgehalten wurden. Eine gute Gelegenheit, um die riesigen und unberührten Weiten von Larzac zu erkunden, sich in diese faszinierende Epoche der Geschichte Frankreichs zurückzusetzen und einige architektonische Schätze zu entdecken: La Couvertoirade, Sainte-Eulalie-de-Cernon oder Saint-Jean d'Alcas...

www.tourisme-aveyron.com



RADSTRECKEN

EINE ZAUBERHAFTER AUSZEIT AM KANAL-DER-ZWEI-MEERE

Vom Atlantik bis zum Mittelmeer bietet der "Grüne Radwanderweg des Kanals-der-zwei-Meere" eine 800 Kilometer lange Reise (davon 520 in Okzitanien). Diese "Voie verte" folgt dem Treidelweg des Garonne-Kanals, dann dem Canal du Midi, der Teil des Unesco-Kulturerbes ist. Der schattige Weg ist ideal für Familien (kein Höhenunterschied, kein motorisiertes Fahrzeug) und bietet vielseitige Landschaften und Stimmungen. Kleinstädte mit Charakter, historische Städte (Moissac, Toulouse, Carcassonne, Béziers, Sète...), Weinberge und Kunstbauwerke prägen die Etappen des Weges, der ganz im Zeichen vom Genuss in all seinen Formen steht.

www.canaldes2mersavelo.com



Caillac, Mercuès oder Cahors, Stadt der Kunst und der Geschichte, sind unumgängliche Etappen.

www.francevelotourisme.com/itineraire/la-vallee-du-lot-a-velo

VON DORF ZU DORF AN DEN SCHLUCHTEN DES AVEYRON ENTLANG (TARN-ET-GARONNE)

Fluss auf der einen, Felsen auf der anderen Seite: Die Schluchten des Aveyron sind wild und majestätisch. Im gemächlichen Rhythmus des Fahrrads lassen sie sich am besten erkunden. Dörfer mit so schönen Namen wie Montricoux, Bruniquel oder Saint-Antoine-Noble-Val gehören zu den Etappen.

www.francevelotourisme.com/itineraire/vallee-et-gorges-de-l-aveyron-a-velo



DIE ÜBERRASCHUNGSREICHE RADSTRECKE IM TAL DES LOT

Die Strecke des Radwegs "La vallée du Lot à vélo" schlängelt sich auf 160 Kilometern von Obstplantagen zu Weinbergen und kommt an unzähligen authentischen Bergdörfern und Ortschaften in den Flusswindungen vorbei. Puy-l'Évêque, Albas, Luzech,



DIE STRECKE DER 10 SCHÖNSTEN DÖRFER FRANKREICHS IM AVEYRON

Fahrradfahren, Terroir, Erbe und Gastronomie unter einen Hut bringen: Das ist das Ziel dieser 7-tägigen und 700 Kilometer langen Strecke zum Thema "Die 10 schönsten Dörfer Frankreichs" im Aveyron. Zwischen Causses und Tälern, Bergen und Schluchten entdecken Sie auf dieser Strecke klassifizierte Dörfer mit so berühmten Namen wie Estaing im schönen, grünen Tal des Lot, Najac mit Blick auf die Schluchten des Aveyron oder die Gemeinde Conques mit ihrem Schatz.

www.tourisme-aveyron.com

AUSFLÜGE AUF DEM WASSER

Mit dem Boot auf dem Kanal-der-zwei-Meere, dem Lot oder der Baïse: Das beste Mittel gegen Burnout

www.tourisme-occitanie.com/balades-et-randonnees/en-bateau

AUF DEM KANAL-DER-ZWEI-MEERE

Auf dem "Canal des Deux-Mers" fahren Sie wie ein Profi mit Ihrem Hausboot, für das Sie keinen Führerschein brauchen, durch die Schleusen, bewundern die für die Region um Toulouse typischen Glockengiebel, die Bauwerke an der Strecke, und genießen einfach bei einer Geschwindigkeit von 6 km/h die Zeit... Viele Verleiher bieten ihre Boote (2 bis 12 Pers.) ab den größten Flusshäfen an, die an der gesamten Strecke liegen.

www.leboat.com

SCHWIMMENDE ZIMMER

Wenn Sie noch mehr Komfort wünschen, entscheiden Sie sich für eine Kreuzfahrt auf einem Hotelboot mit Besatzung oder gönnen Sie sich einfach eine Nacht in einem schwimmenden Gästezimmer am Kai...

www.barge-rosa.com

www.hotelbargaegria.com



EINE TRAUMKREUZFAHRT AUF DEM LOT AN BORD DES FÉNELON

Flussabwärts ab Cahors (Lot) oder flussaufwärts bis Saint-Cirq-Lapopie sind jetzt 70 Kilometer des Flusses mitten durch die Weinberge befahrbar. Gehen Sie an Bord des Fénelon zu einem herausragenden Tag auf dem Wasser. Beobachten Sie die Graureiher beim Fischen, berühren Sie die Felsen, bewundern Sie den vorüberfliegenden Wanderfalken und lassen sich faszinieren von der Schönheit der Gemeinde Saint-Cirq-Lapopie, von der André Breton sagte: "Ich möchte nie wieder woanders sein." Der Höhepunkt eines fantastischen Tages.

www.tourisme-lot.com

EINE NATUR-KREUZFAHRT AUF DER BAÏSE, IM LAND VON D'ARTAGNAN

Der schon zu Zeiten von Heinrich IV. befahrbare Fluss Baïse ist instandgesetzt worden und bietet heute 65 Kilometer schiffbare Strecke ab Valence-sur-Baïse (Gers) und bis zu seinem Anschluss an den Garonne-Kanal. Im Rhythmus der Schleusen und entlang eines gewundenen und naturbelassenden Verlaufs fahren Sie die Strecke ab, die früher schon von den alten Holzbooten mit ihren Waren abgefahren wurde. Sie haben die Möglichkeit, die Zisterzienserabtei von Flaran zu erkunden, eine der schönsten Sehenswürdigkeiten im Gers, oder das Schloss Casaigne und die Bischofsstadt Condom und können selbstverständlich in einem der vielen Reifekeller dieser Gegend den Armagnac probieren.

www.tourisme-condom.com





MIT DEM BOOT, KANU, KAJAK ODER STEHPADDEL: IM EINKLANG MIT DEM FLUSS

Die ländliche Gegend Okzitaniens, die von zahlreichen Wasserläufen durchflossen wird, ist ideal für Ausflüge mit dem Boot oder Kanu und Kajak. Die Schluchten von Tarn und Aveyron, die Täler der Dordogne und des Célé, aber auch der Fluss Baise bieten magische Momente inmitten einer geschützten Natur.

www.tourisme-occitanie.com/sports-aquatiques/canoe-rafting-canyoning

GROSSES SPEKTAKEL IM TAL UND IN DEN SCHLUCHTEN DES TARN

In Creissels, flussabwärts von Millau (Aveyron), führen Sie die Bootsführer des Viadukts über den Fluss und zeigen Ihnen den Viadukt aus einem ganz neuen Blickwinkel. Dieser Betonriese, der für seine gewagte Konstruktion und sein Design des Architekten Sir Norman Foster allseits anerkannt ist, ist mit seinem zentralen, 300 Meter hohen Pylon der höchste Viadukt der Welt.

www.bateliersduviaduc.com

Flussaufwärts von Millau, da wo das Tal des Tarn schmaler wird und Platz macht für beeindruckende Schluchten, bringen Sie die Bootsführer der Tarn-Schluchten (Lozère) in aller Sicherheit in den spektakulärsten Teil des Canyons.

www.gorgesdutarn.com



Um den magischen Moment an den Schluchten des Tarn noch zu verlängern, unternehmen Sie eine Tour mit dem Stehpaddel und treffen Sie die wohl diskretesten der Flussbewohner, die Biber.

www.canoeblanc.com/fr/paddle

Die große Durchquerung der Schluchten des Tarn (Lozère) mit dem Kanu/Kajak ist auch ein Must für alle auf einem sportlicheren Abschnitt flussaufwärts ab Saint-Enimie, eines der schönsten Dörfer Frankreichs, und auf einem familienfreundlicheren Abschnitt flussabwärts.

www.canoe-gorges-tarn.com

DAS LAND AUF SPORTLICHE ART

ABENTEUER UNTER DER ERDE

Die Höhle von Padirac im Laternenschein, wie zu Zeiten ihres Entdeckers Edouard-Alfred Martel. Erleben Sie an einem Abend das unglaubliche unterirdische Abenteuer in der Höhle von Padirac, wie es wohl Edouard-Alfred Martel 1889 erlebt haben muss, als er zum ersten Mal in diese Höhle abstieg, die damals das "Teufelsloch" genannt wurde. Im Laternenschein hören Sie die Geschichte der Höhle nach den vielen Dokumenten und Berichten, die uns Martel hinterlassen hat... Ein Erlebnis mit VIP-Allüre, das alle Sinne anspricht.

www.gouffre-de-padirac.com

EINE KLETTERHÖHLE 200 METER UNTER DER ERDE IN DER HÖHLE VON CABRESPINE (AUDE)

Die riesige Höhle von Cabrespine lädt Freunde von Nervenkitzel dazu ein, das ganz neue Konzept des unterirdischen Kletterparcours zu testen, der in aller Sicherheit ab 12 Jahren bewältigt werden kann. Wer es lieber gemächlich mag, der nimmt an der klassischen Höhlenführung teil, bei der Sie aber dennoch eine 200 Meter hohe Glasbrücke überwinden müssen!

www.gouffre-de-cabrespine.com





MITREISSENDE SPORTVERANSTALTUNGEN

HIN UND ZURÜCK AUF DEM VIADUKT VON MILLAU

Alle zwei Jahre können beim Lauf "Course Eiffage du Viaduc de Millau" im Aveyron alle Läufer, ob Profi oder Amateur, über den Viadukt laufen. Ein beliebter Lauf, bei dem sich alle Hobbyläufer von ihren Familien anfeuern lassen können... 23,7 Kilometer pures Glück. Knapp 300 Meter über dem Tarn erleben Sie quasi zwischen Himmel und Erde einen schwerelosen Moment!

www.tourisme-aveyron.com

EIN TRAIL WIE KEIN ANDERER

Mit ihren unberührten Landschaften und unendlich weiten Horizonten ist die Region Okzitanien in Südfrankreich ein Paradies für Trailläufer. Einige Trails, die hier veranstaltet werden, sind international bekannt und locken die Elitesportler dieser Disziplin an. Le Festival des Templiers (Aveyron) im Oktober bietet an, auf einer 78 Kilometer langen Strecke durch den Naturpark Grands Causses das große Abenteuer der Tempelritter zu erleben.

www.festivaldestempliers.com



DER NACHTHIMMEL AUF DEM LAND

Mit einer der geringsten Bevölkerungsdichten in Frankreich - weniger als 7 Einwohner/Quadratkilometer in einigen Kantonen der Causses du Quercy (Lot) - bietet die ländliche Gegend Okzitaniens optimale Bedingungen für die Beobachtung des Nachthimmels. Hier gibt es kaum künstliches Licht, es herrschen Dunkelheit und Stille. Die Füße fest auf dem Boden, mit den Kopf in den Sternen: Starten Sie mit unseren Astronomieexperten zu einer Reise durch den Kosmos.

GREIFEN SIE IM SCHWARZEN DREIECK NACH DEN STERNEN (LOT)

Der Regionale Naturpark Causses du Quercy hat eine der unverfälschtesten Himmelsansichten in Frankreich zu bieten. Drei Stätten wurden dort eingerichtet, damit Hobby-Astronomen die Sterne beobachten können. Der Astronomieclub von Gigouzac bietet übrigens auch Ausflüge zum Thema Sternenkunde an. Noch besser: Einige Unterkünfte sind sogar mit einem Teleskop ausgestattet, um die Sterne eingehend zu betrachten. Ein schöner Grund für einen Aufenthalt in diesem sogenannten Schwarzen Dreieck.

www.parc-causses-du-quercy.fr



Notes



