

Landschaft und Geographie _____ 22

Flora, Fauna und Naturschutz _____ 24

Klima und Reisezeit _____ 27

Wirtschaft _____ 29

Politik _____ 32

Verwaltung _____ 33

Brauchtum, Feste und kulturelle Veranstaltungen _____ 34

Geschichte _____ 37

Von den Anfängen bis zur griechischen Kolonisation 37

Römische Provinz 38

Spätantike und frühes Mittelalter 40

Mittelalter 42

Das Jahrhundert der Päpste 44

Die Provence wird französisch 45

Revolution und Napoléon 50

Das 19. Jahrhundert 51

Zwischen den Weltkriegen 52

Niederlage, Vichy und Résistance 53

Nachkriegszeit 55

Literaturtipps _____ 56

Die Provence im Film _____ 62

Anreise _____ 63

Mit dem Auto oder Motorrad 63

Mit dem Zug 68

Mit dem Flugzeug 70

Unterwegs in der Region _____ 71

Übernachten _____ 75

Hotels 76

Ferienhäuser und -wohnungen 79

Jugendherbergen 81

Camping 81

Essen & Trinken _____ 83

Outdoor, Sport und Strände			90
Angeln und Fischen	90	Pétanque („Boule“)	93
Baden	90	Reiten	93
Canyoning	91	Segeln und Surfen	94
Drachenfliegen	91	Skifahren	94
FKK	92	Strände	94
Golf	92	Tauchen	95
Kanu- und Wildwassersport	92	Tennis	95
Klettern	92	Wandern und Bergsteigen	96

Wissenswertes von A bis Z			97
<i>Adressen</i>	97	<i>Menschen mit Behinderung</i>	102
Diplomatische Vertretungen	97	Notruf	102
Dokumente	97	Öffnungszeiten	102
Feiertage	98	Post	103
Fotografieren	98	Radio	103
Geld	98	Rauchen	103
Gesundheit	98	Santons	104
Haustiere	99	Schwule und Lesben	104
Heißluftballons	99	Sprache und Sprachkurse	104
Information	99	Strom	106
Internet	100	Telefonieren	106
Jagd	100	Trinkgeld	107
Kochkurse	101	Waldbrände	107
Kriminalität	101	Zeitungen/Zeitschriften	108
Landkarten	101	Zollbestimmungen	108
Märkte	102		

Provence & Côte d'Azur – Reiseziele **110**

Haute-Provence			112
Sisteron	113	Lurs	127
Vallée du Jabron	117	Mane	128
Montagne de Lure	117	Dauphin	129
Volonne/Château-Arnoux	118	Observatoire de Haute-Provence	130
Forcalquier	120	Simiane-la-Rotonde	130
Pays de Forcalquier	124	Oppedette	131
Saint-Etienne-lès-Orgues	124	Manosque	131
Banon	125	Céreste	138
Prieuré de Ganagobie	126		

Prieuré de Carluc	138	Viens	139
Reillanne	139	Digne-les-Bains	140
Grand Canyon du Verdon			146
Moustiers-Sainte-Marie	150	Gréoux-les-Bains	164
La Palud-sur-Verdon	154	Saint-Julien-le-Montagnier	166
Lac de Sainte-Croix	155	Castellane	166
Sainte-Croix-du-Verdon	156	Vallée des Sirènes	169
Bauduen	156	Lac de Castillon	170
Les Salles-sur-Verdon	157	Senez	170
Aiguines	158	Trigance	170
Riez	159	Comps-sur-Artuby	171
Allemagne-en-Provence	160	Am Rand der Seealpen	171
Valensole	161	Saint-André-les-Alpes	171
Am Unterlauf des Verdon	161	Annot	173
Quinson	161	Entrevaux	174
Esparron-de-Verdon	163		
Alpes Maritimes			176
Roya-Tal (Vallée de la Roya)	176	Utelle	194
Breil-sur-Roya	177	Lantosque	195
Saorge	181	La Bollène Vésubie	195
Tende	182	Roquebillière	196
La Brigue	185	Saint-Martin-Vésubie	196
Mercantour-Nationalpark	187	Valberg	201
Vallée des Merveilles und Vallée de Fontanaiba	187	Guillaumes	201
Sospel	190	Villars-sur-Var	203
Vésubie-Tal	193	Touët-sur-Var	203
Levens	193	Puget-Théniers	204
Côte d'Azur			206
Menton			208
Sainte-Agnès	219	Grimaldi-Grotten (Balzi Rossi)	220
Gorbio	220	Giardini Hanbury	221
Castellar	220	Ventimiglia	221
Castillon	220		
Von Menton nach Nizza			221
Roquebrune-Cap-Martin	222		

Monaco			225
Monaco-Stadt	233	La Turbie	237
Monte Carlo	234	Èze	239
Fontvieille-Viertel	235	Beaulieu-sur-Mer	241
Jardin Exotique	236	Saint-Jean-Cap-Ferrat	244
Cap d'Ail	237	Villefranche-sur-Mer	246
Nizza (Nice)			250
Rund um Schlossberg und Hafen	265	Stadtteil Cimiez	271
Altstadt (Vieux Nice)	266	Hinterland von Nizza	273
Auf dem Paillon zwischen Alt- und Neustadt	267	Lucéram	273
Entlang und hinter der Promenade des Anglais	268	L'Escarène	273
Strände	270	Peille	273
Im Norden Nizzas	271	Peillon	274
		Contes	275
		Coaraze	275
Küste und Hinterland zwischen Nizza und Antibes			276
Cagnes	276	Gourdon	286
Saint-Paul-de-Vence	278	Le Bar-sur-Loup	287
Vence	281	Valbonne	288
Saint-Jeannet	284	Villeneuve-Loubet	289
Tourrettes-sur-Loup	285	Biot	290
Gorges du Loup	286		
Antibes			292
Juan-les-Pins	299	Mougins	303
Golfe Juan	301	Auribeau-sur-Siagne	305
Vallauris	302	Le Cannet	306
Cannes			308
Iles de Lérins	317	Agay	323
Ile de Sainte-Marguerite	317	Saint-Raphaël	324
Ile de Saint-Honorat	318	Fréjus	327
Massif de l'Estérel	320	Roquebrune-sur-Argens	332
Mandelieu-La-Napoule	321	Saint-Aygulf	333
Théoule-sur-Mer	322	Sainte-Maxime	334
Le Trayas	323		
Saint-Tropez			336
Gassin	348	Port Grimaud	352
Ramatuelle	350	Grimaud	353

Cogolin	354	Zwischen Cavalaire-sur-Mer und Le Lavandou	362
Massif des Maures	356	Domaine du Rayol	362
La Garde-Freinet	357	Le Lavandou	363
Collobrières	358	Bormes-les-Mimosas	365
Chartreuse de la Verne	359	Hyères	367
Die Küste westlich von Saint-Tropez	360	Iles d'Hyères	372
La Croix-Valmer	360	Ile de Porquerolles	373
Cavalaire-sur-Mer	361	Ile de Port-Cros	374
		Ile du Levant	375
Toulon			375
Mont Faron	382	Les Lecques	393
Sanary-sur-Mer	384	La Ciotat	393
Bandol	389	Corniche des Crêtes	397
La Cadière d'Azur	392	Cassis	398
Le Castellet	392	Calanques	404
Evenos	392	Die Calanques von Ost nach West	406
Circuit du Castellet Paul Ricard	393		
Von Grasse nach Aix-en-Provence			408
Grasse	408	Cabris	420
Fayence	415	Saint-Vallier-de-Thiey	421
Tourrettes	417	Seillans	421
Callian	417	Bargemon	422
Montauroux	418	Draguignan	423
Lac de St.-Cassien	419	Les Arcs-sur-Argens	426
Bagnols-en-Forêt	419	Flayosc	427
Mons	419	Lorgues	427
Saint-Cézaire-sur-Siagne	420	Le Luc-en-Provence	428
Haut-Var			429
Le Thoronet	429	Aups	436
Abbaye du Thoronet	430	Moissac-Bellevue	438
Entrecasteaux	432	Régusse	439
Cotignac	433	Fox-Amphoux	439
Sillans-la-Cascade	434	Barjols	440
Salernes	434	Brignoles	440
Villecroze	435	Besse-sur-Issole	442
Tourtour	435	Saint-Maximin- La-Sainte-Baume	442
Châteaudouble	436		

Aix-en-Provence			445
Montagne Sainte-Victoire	461	Meyrargues	462
Vauvenargues	462	Ventabren	463
Puylobier	462		
Vaucluse			466
Im Tal der Rhône			466
Mornas	467	Châteauneuf-du-Pape	477
Piolenc	468	Avignon	481
Sérignan-du-Comtat	468	Villeneuve-lès-Avignon	497
Orange	471	Barbentane	501
Caderousse	477	Abstecher zum Pont du Gard	502
Rund um den Mont Ventoux			504
Vaison-la-Romaine	504	Venasque	529
Dentelles de Montmirail	512	Le Beaucet	530
Gigondas	513	Mazan	530
Séguret	514	Pernes-les-Fontaines	531
Cairanne	514	Le Thor	532
Mont Ventoux	515	Fontaine-de-Vaucluse	533
Malaucène	518	L'Isle-sur-la-Sorgue	536
Gorges du Toulourenc	518	Cavaillon	540
Crestet	518	Caumont-sur-Durance	543
Le Barroux	519	Coustellet	543
Notre-Dame-d'Aubune	519	Gordes	544
Bédoin	519	Abbaye de Sénanque	546
Crillon-le-Brave	520	Roussillon	548
Caromb	521	Lioux	554
Sault	521	Saint-Saturnin-lès-Apt	554
Carpentras	523	Rustrel	555
Monteux	528		
Luberon			556
Am Nordhang des Luberon	557	Ménerbes	568
Apt	557	Oppède-le-Vieux	569
Saignon	562	Goult	570
Buoux	563	Am Südhang des Luberon	571
Bonnieux	564	Lourmarin	571
Lacoste	566	Cucuron	573
Abbaye de Saint-Hilaire	568	Vaugines	574

La Tour-d'Aigues	574	Cadenet	578
Grambois	576	Lauris	578
Pertuis	576	Abbaye de Silvacane	578
Ansouis	577	Gorges du Régalon	579
Bouches-du-Rhône			580
Marseille			580
Rund um den Vieux Port	596	Hinterland von Marseille	606
Links und rechts der Canebière	601	Aubagne	606
Außerhalb des Zentrums	602	La Treille	608
		Massif de la Sainte-Baume	609
Rund um den Etang de Berre			610
Côte Bleue	610	Grottes de Calès	621
Martigues	610	Vernègues (Temple romain)	621
Fos-sur-Mer	613	La Barben	622
Fouilles de Saint-Blaise	613	Laçon-de-Provence	622
Salon-de-Provence	616	Pont Flavien bei Saint-Chamas	622
Mémorial Jean Moulin	621		
Camargue			623
Les Saintes-Maries-de-la-Mer	626	Salin-de-Giraud	633
Camargue-Erkundungen mit dem Fahrrad und zu Fuß	632	Aigues-Mortes	635
		Saint-Gilles	639
Arles			641
Abbaye de Montmajour	656	Saint-Rémy-de-Provence	664
Zwischen Arles und Avignon:		Glanum	669
Les Alpilles	658	Eygalières	670
Saint-Martin-de-Crau	658	Orgon	670
Les Baux-de-Provence	659	Maillane	671
Maussane-les-Alpilles	662	Tarascon	672
Fontvieille	663	Saint-Michel-de-Frigolet	674
Etwas Französisch			676
Register			689