

07640 Foto: im



Reisetipps A-Z
Östliche Côte d'Azur

Land und Leute
Alpes Maritimes

Cannes, Estérel und Hinterland

St-Tropez und Mauren-Gebirge

Westliche Côte d'Azur

Im Herzen des Var

Hochprovence

Anhang

Atlas

Ines Mache
Côte d'Azur, Seealpen und Hochprovence

Gesegnetes Frankreich, mit Paris als Hauptstadt und
dieser Mittelmeerküste als Badestrand!
Der französische Künstler, der aus dem perlgrauen
Licht von Paris sich keine neuen
Inspirationen mehr holen zu können glaubt,
besteigt den D-Zug und ist nach einer Nachtfahrt
dort unten, wo das Licht härter und heißer,
zugleich satter, blühender und trockener ist;
italienisch, aber manchmal schon mit einem
afrikanisch dünnen Einschlag; und dieser
Einschlag wiederum französisch gemildert, gleich-
sam durchzivilisiert, zarter, zärtlicher gemacht.

Erika und Klaus Mann
(aus: „Das Buch von der Riviera“, 1931)

Impressum

Ines Mache

Côte d'Azur, Seeralpen und Hochprovence

erschienen im

REISE KNOW-HOW Verlag, Bielefeld

Osnabrücker Str. 79

33649 Bielefeld

© Peter Rump 2006, 2009

3., neu bearbeitete und komplett aktualisierte Auflage 2012

Alle Rechte vorbehalten.

Gestaltung

Umschlag: G. Pawlak, P. Rump (Layout);

Katja Schmelzer (Realisierung)

Inhalt: Günter Pawlak (Layout);

Caroline Tiemann (Realisierung)

Fotos: die Autorin (im), Stefan Brandenburg und Ines Mache (bm),

Rainer Höh (rh), Cornelia Ziegler (cz), www.fotolia.de

Titelfoto: die Autorin

Karten: Catherine Raisin, world mapping project (Atlas)

Bildbearbeitung: der Verlag

Lektorat: Caroline Tiemann

Lektorat (Aktualisierung): Katja Schmelzer

Druck und Bindung:

Wilhelm & Adam, Heusenstamm

ISBN 978-3-8317-2050-7

Printed in Germany

Dieses Buch ist erhältlich in jeder Buchhandlung Deutschlands, der Schweiz, Österreichs, Belgiens und der Niederlande.

Bitte informieren Sie Ihren Buchhändler über folgende Bezugsadressen:

Deutschland

Prolit GmbH, Postfach 9, D-35461 Fernwald (Annerod)
sowie alle Barsortimente

Schweiz

AVA Verlagsauslieferung AG,
Postfach 27, CH-8910 Affoltern

Österreich

Mohr Morawa Buchvertrieb GmbH
Sulzengasse 2, A-1230 Wien

Niederlande, Belgien

Willems Adventure
www.willemsadventure.nl

Wer im Buchhandel trotzdem kein Glück hat, bekommt unsere Bücher auch über unseren **Büchershop**

im Internet: www.reise-know-how.de

Wir freuen uns über Kritik, Kommentare und Verbesserungsvorschläge, gern auch per E-Mail an info@reise-know-how.de.

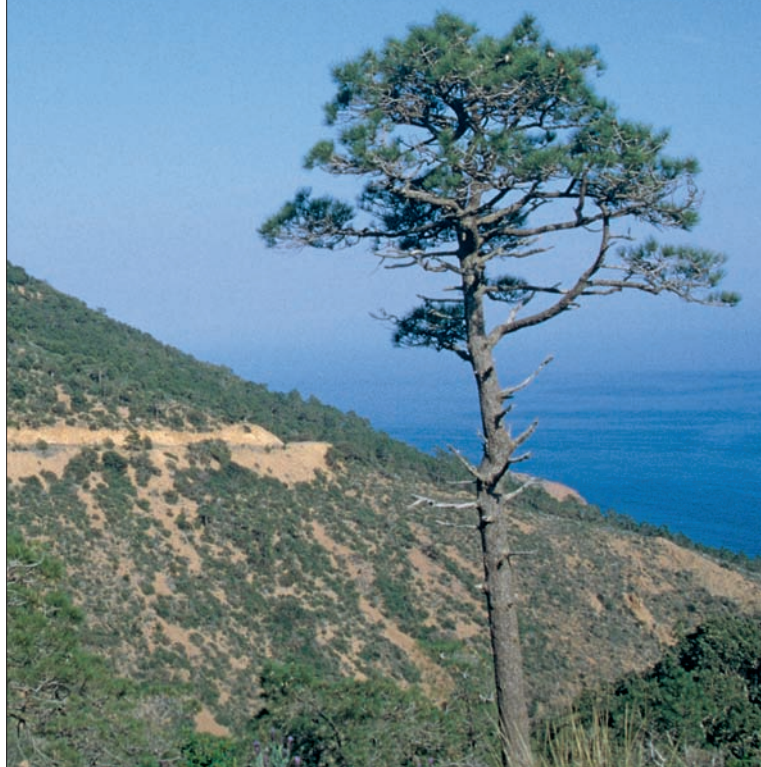
Alle Informationen in diesem Buch sind von den Autoren mit größter Sorgfalt gesammelt und vom Lektorat des Verlages gewissenhaft bearbeitet und überprüft worden.

Da inhaltliche und sachliche Fehler nicht ausgeschlossen werden können, erklärt der Verlag, dass alle Angaben im Sinne der Produkthaftung ohne Garantie erfolgen und dass Verlag wie Autoren keinerlei Verantwortung und Haftung für inhaltliche und sachliche Fehler übernehmen.

Die Nennung von Firmen und ihren Produkten und ihre Reihenfolge sind als Beispiel ohne Wertung gegenüber anderen anzusehen. Qualitäts- und Quantitätsangaben sind rein subjektive Einschätzungen der Autoren und dienen keinesfalls der Bewerbung von Firmen oder Produkten.

Ines Mache

Côte d'Azur, Seealpen und Hochprovence



REISE KNOW-HOW im Internet

www.reise-know-how.de



- › Ergänzungen nach Redaktionsschluss
- › kostenlose Zusatzinfos und Downloads
- › das komplette Verlagsprogramm
- › aktuelle Erscheinungstermine
- › Newsletter abonnieren

Bequem einkaufen im Verlagsshop mit Sonderangeboten



Vorwort

Erwähnt man die Côte d'Azur, so gerät mancher gleich ins Schwärmen: der Blumenmarkt von Nizza, das Kasino von Monte Carlo, Jazz in Juan-les-Pins, der Strand von Saint-Tropez, süßes Farniente, teurer Luxus, Meer und Berge – all das sei herrlich, stets aufs Neue! Manch anderer jedoch scheint weniger mit diesem klassischen Reiseziel anfangen zu können. Was für den einen klangvolle Namen sind, ist für den anderen gar Schnee von gestern.

Dieses Klischee ist auf eine einzige Art richtig, denn die Côte d'Azur ist eines der ältesten Urlaubsziele der Welt. Sie wurde schon im 18. Jh., vor allem aber im 19. Jh. „entdeckt“. Europas Großbürger und Aristokraten kamen hierher, darunter nicht wenige gekrönte Häupter, und haben an der französischen Riviera deutliche, vor allem architektonische Spuren hinterlassen. In den 1920er Jahren reisten dann reiche US-Amerikaner an und brachten nicht nur neue Musik, den Jazz, sondern auch die Freikörperkultur am Strand mit. In den 1950er Jahren kamen schließlich die Franzosen selbst, um ihre wunderschöne „azurblaue Küste“ zu erleben. Man denke nur an Brigitte Bardot oder die Schriftstellerin Françoise Sagan, durch die Saint-Tropez zu dem wurde, was es heute ist – ein Hotspot des internationalen Jet-Set.

Reist man heute an die Côte d'Azur, so kann von „Schnee von gestern“ keine Rede sein. Diese Küste wird wahrscheinlich niemals aus der Mode kommen. Sie hat Zivilisationen kommen

und gehen sehen, darunter Ligurer, Kelten, Griechen, Römer und Mauren, hat Kriege überstanden, zuletzt die deutsche und italienische Besetzung im Zweiten Weltkrieg, und sie hat aushalten müssen, dass sie im Laufe der Zeit immer mehr zugebaut wurde. Doch selbst dadurch hat sie nicht an Anziehungskraft verloren, obwohl mancher sie – durchaus zu Recht – „beschädigtes Paradies“ nennt. Was also ist ihr Geheimnis?

Zitieren wir, um dies zu erklären, Erika und Klaus Mann, Thomas Manns Kinder. In ihrem „Buch von der Riviera“ (1931) schreiben sie, die Côte d'Azur sei eine „nachgiebige Küste“ und es gehöre „zu ihren Geheimnissen, dass sie jedem ganz das bietet, was er sucht.“ Das gilt heute mehr denn je, denn sowohl Erholungssuchende und Strandurlauber, Kulturreisende und Sportbegeisterte wie auch Familien mit Kindern kommen auf ihre Kosten. Letzteren – wie auch übrigens den Golfspielern – sei vor allem die Estérel-Gegend empfohlen, Museumsliebhaber werden dagegen eher in Nizza glücklich und wer es ländlicher, „authentischer“ mag, der sei auf das Mauren-Gebirge, das Hinterland des Var und die Hochprovence verwiesen. Ausgesprochene Natur-Highlights sind schließlich die Schluchten des Verdon und der Mercantour-Nationalpark mit seinen bronzezeitlichen Felsgravuren im „Tal der Wunder“.

Lassen Sie sich stets aufs Neue von der blauen Küste ihrer ungeheuren Vielfalt verzaubern!

Ines Mache

Inhalt

Vorwort	7
Kartenverzeichnis	10
Das Reisegebiet im Überblick	12

Praktische Reisetipps A-Z

(unter Mitarbeit von E. H. M. Gilissen)

Anreise	16
Ausrüstung und Reisegepäck	20
Autofahren	22
Camping	25
Ein- und Ausreisebestimmungen	26
Einkaufen	27
Elektrizität	30
Essen und Trinken	30
Feste und Feiertage	39
Geldangelegenheiten	39
Informationen	42
Kinder	43
Medizinische Versorgung	43
Notfälle	44
Öffnungszeiten	45
Post	45
Radfahren	46
Rauchen	46
Reisezeit	47
Sicherheit	48
Sport	49
Sprache	50
Strände	51
Telefonieren	51
Unterkunft	52
Verkehrsmittel vor Ort	55
Versicherungen	55
Zeitungen	57

Land und Leute

Geografie	60
Klima	61
Flora und Fauna	63
Natur- und Umweltschutz	69
Geschichte	71
Verwaltung – Einheit ohne Einheitlichkeit	85
Wirtschaft – mit Hightech ins 21. Jahrhundert	86
Politik – Protest und Patriotismus	87
Tourismus	89
Kunst und Architektur	91
Traditionen	100
Provenzalische Sprache und Literatur	109

Nizza und die östliche Côte d'Azur

Überblick	126
Nizza (Nice)	127
Villefranche-sur-Mer	157
Cap Ferrat	160
Beaulieu-sur-Mer	164
Eze	166
La Turbie	169
Peille und Peillon	172
Monaco	173
Roquebrune-Cap Martin	183
Menton	186

Alpes Maritimes (Französische Seeralpen)

Überblick	198
Vallée de la Vésubie (Vésubie-Tal)	198
Saint-Martin-Vésubie	201

Forêt de Turini (Turini-Wald)	206
Lucéram	207
L'Escarène	209
Sospel	210
Vallée de la Roya (Roya-Tal)	212
Breil-sur-Roya	214
Saorge	216
La Brigue	217
Saint-Dalmas-de-Tende	218
Tende	219
Mercantour-Nationalpark und Vallée des Merveilles	221

Cannes, Estérel- Gebirge und Hinterland

Überblick	226
Cannes	227
Iles de Lérins (Lérins-Inseln)	233
Mandelieu-La Napoule	237
Théoule-sur-Mer	238
Mougins	239
Valbonne und Sophia Antipolis	240
Golfe-Juan und Vallauris	241
Juan-les-Pins	244
Antibes	247
Cap d'Antibes	252
Biot	254
Villeneuve-Loubet	255
Cagnes-sur-Mer	256
Saint-Paul-de-Vence	259
Vence	262
Gorges du Loup (Loup-Schluchten)	266
Grasse	269
Fréjus	273
Saint-Raphaël	282
Entlang der Corniche d'Or nach Cannes	287
Das Estérel-Gebirge	290
Das Land von Fayence	292

Saint-Tropez und das Mauren-Gebirge

Überblick	298
Saint-Tropez	299
Die Halbinsel von Saint-Tropez	312
Port Grimaud	320
Sainte-Maxime	322
Plan-de-la-Tour	323
Les Issambres	324
Roquebrune-sur-Argens	325
Massif des Maures (Mauren-Gebirge)	326
Cogolin	329
Grimaud	332
La Môle	333
Collobrières	334
Kartäuserkloster Chartreuse de la Verne	338
La Garde-Freinet	344
Die Küste westlich von Saint-Tropez	345
La Croix-Valmer	346
Cavalaire-sur-Mer	348
Le Rayol-Canadel	349
Le Lavandou	352
Bormes-les-Mimosas	354

Toulon und die westliche Côte d'Azur

Überblick	360
Toulon	361
La Seyne-sur-Mer	368
Hyères-les-Palmiers	369
Die Halbinsel von Giens	377
Iles d'Hyères (Inseln von Hyères)	380
Six-Fours-les-Plages	389
Sanary-sur-Mer	391

Bandol	396	Varages	413
Umgebung von Sanary und Bandol	398	Carcès und sein See	414
Saint-Cyr-sur-Mer und Les Lecques	400	Die Abtei von Le Thoronet	415
		Lorgues	419
		Les Arcs-sur-Argens	420
		Draguignan	425
		Tourtour	429
		Cotignac	430
		Sillans-la-Cascade	432
		Aups	432

Im Herzen des Var

Überblick	404
Saint-Maximin-la-Sainte-Baume	405
Brignoles	409
Correns	411

Kartenverzeichnis

Côte d'Azur und HinterlandUmschlag vorn Weinbaugebiete422 Halbinsel von Saint-Tropez313 Hyères und Halbinsel von Giens371
--

Stadtpläne:

Antibes250
Cannes230
Fréjus275
Grasse271
Manosque439
Menton187
Monaco174
NizzaUmschlag hinten
Nizza Altstadt134
Saint-Raphaël285
Saint-Tropez304
Toulon364

Atlas:

Östliche Côte d'AzurII
Alpes Maritimes (Seealpen)IV
Westliche Côte d'AzurVI
Var und Verdon-SchluchtenVIII
Haute Provence (Hochprovence) . . .X

Hochprovence und Verdon-Schluchten

(* von Stefan Brandenburg)

Überblick	438
Manosque*	438
Plateau de Valensole*	443
Forcalquier*	444
Rund um die Montagne de Lure*	452
Das Kloster von Ganagobie*	454
Lurs*	457
Sisteron	457
Digne-les-Bains	461
Gréoux-les-Bains	463
Quinson	465
Riez	466
Moustiers-Sainte-Marie	468
Die Verdon-Schluchten	471
Castellane	475

Anhang

Literaturtipps	480
Kleine Sprachhilfe	484
Hilfe!	486
Register	498
Die Autorin	504

Atlas

nach 504

Exkurse

Von großen und kleinen Weinen	40
Terrassen – die Architektur des kleinen Mannes	62
Der Mistral	65
Die Frucht des Ölbaums – Sinnbild einer Lebensweise	68
Das Licht der Provence	99
Indiennes – die provenzalischen Stoffe	108
„La Cuisine Nissarde“ – Nizzas köstliche Küche	129
Das Hotel Negresco – Belle Epoque und moderne Kunst ..	140
Matisse, Maler der Lebensfreude	148
Die Corniches – Traumstraßen der Nostalgie	167
Als die Wölfe wiederkamen – der Wolfspark Alpha	205
Das Rätsel um den „Mann mit der eisernen Maske“	234
Die Route Napoléon	242
Die Leidenschaft der Männer mit den Silberkugeln	245
Grasse, Welthauptstadt des Parfums	272
Die Via Aurelia	279
Saint-Tropez und seine Maler, Schriftsteller, Stars und Sternchen	302
Der Kartäuserorden gestern und heute	339
Sieg im Zeichen des Kreuzes – das Christentum setzt sich im Römischen Reich durch ...	347
Die Galeeren und das „Bagno“ von Toulon	362
Die Côte d’Azur wurde in Hyères erfunden	369
Hyères-les-Palmiers: Belle-Epoque-Stadt unter Palmen	372
„Sanary-sur-Mer, Hauptstadt der deutschen Literatur“	392
Der Zisterzienser-Orden – strenge Reformen und schlichte Architektur	416
Die Weine „Côtes de Provence“	423
Die Trüffel – der „schwarze Diamant“ der Provence	434
Raketen und Plutonium – womit die Hochprovence ihr Geld verdient	440
Lavendel gegen die Landflucht	446
„Les Alpes de Lumière“ – Schutz und Erforschung der Hochprovence	453
Die „Affäre Dominici“ von Lurs	456
„Pieds et Paquets“ – Spezialität mit Zehenknochen	460

Das Reisegebiet im Überblick

Als „klassische Côte d'Azur“ im engen Sinne bezeichnet man den östlichen Abschnitt der französischen Mittelmeerküste mit **Nizza**, **Monaco** und **Menton**, der bis an die italienische Grenze heranreicht. Von einem weiteren Begriff ausgehend, umfasst die Côte d'Azur jedoch auch den weiter westlich gelegenen Teil bis kurz vor Marseille und schließt damit Orte wie Antibes, Cannes, Fréjus, Saint-Tropez und Toulon ein. In diesem Reiseführer findet der gesamte Abschnitt Berücksichtigung.

Wer an die klassische Côte d'Azur reist, wird noch viel Flair aus der *Belle Époque* vorfinden, jener Zeit, als an der französischen Riviera – ein anderer Name für diese Küste – lauter verrückte Bauten für Aristokraten und Betuchte entstanden, oft exotisch und extravagant. Paradebeispiel für diesen Stil ist das Hôtel Negresco an der Promenade des Anglais in Nizza – Sinnbild des Kosmopolitismus und des stillvollen Luxus.

Später kamen die Künstler der Moderne an die „Blaue Küste“; einigen ganz Großen unter ihnen sind eigene Museen gewidmet: Picasso in Antibes und Vallauris, Matisse und Chagall in Nizza, Fernand Léger in Biot.

Im Hinterland des östlichen Küstenabschnitts, in den **Alpes Maritimes**, schlagen die Uhren noch ganz anders. Viele Orte des Vesubie-Tals und auf der so genannten *Route du Sel*, der al-

ten Salzstraße, muten mittelalterlich an. In einigen der *villages perchés* (Wehrdörfer) findet man zudem herrliche barocke Kirchen oder mit Fresken ausgemalte Kapellen. Ein großer Teil des Gebiets gehört zum **Mercantour-Nationalpark**, der in seiner Kernzone einen großen Schatz der Menschheit birgt: die 40.000 bronzezeitlichen Felsmalereien im Vallée des Merveilles (Tal der Wunder).

Auch die **Gegend um Cannes** ist sehr vielfältig. Berühmt zwar wegen der Internationalen Filmfestspiele, ist das touristische Highlight der Stadt jedoch eine Bootsfahrt zu einer der **Lérins-Inseln** – entweder zum Kloster auf der Ile de Saint-Honorat oder zur Festung auf der Ile de Sainte-Marguerite, die das Geheimnis des „Mannes mit der eisernen Maske“ hütet.

Juan-les-Pins und **Antibes** in der Nachbarschaft warten jedes Jahr mit einem angesehenen Jazz-Festival auf, und bei **Vence** liegt die Fondation Maeght, ein hochkarätiges modernes Kunstmuseum. Wer sich lieber in der Natur entspannen möchte, für den bieten sich Ausflüge ins **Estérel-Massiv** an mit seinen bizarren Felsformationen aus rotem Lavagestein.

Mondän geht es weiter, denn jetzt folgt **Saint-Tropez**. Wer den Jetset liebt, außerdem Luxus, gutes Essen und schöne Strände, sollte einmal im Leben dort gewesen sein. Wie im Fall von Nizza findet man auch hier im Hinterland eine andere Welt vor: Das **Mauren-Gebirge** bietet verschlafene Dörfer und Kastanien-Spezialitäten und birgt tief in seinen Wäldern das

sehenswerte Kartäuserkloster Chartreuse de la Verne.

Was findet der Tourist in **Toulon**, dem sozialen Brennpunkt des französischen Südostens? Zu empfehlen ist, bei Interesse, eine Rundfahrt durch den Kriegshafen. Weiter westlich gibt es einige hübsche Badeorte wie **Le Brusq**, **Bandol** und **Sanary** – letzteres ist als „Hauptstadt der deutschen Literatur“ im Exil (Ludwig Marcuse) in die Geschichte eingegangen.

Wer ins **Hinterland des Var** reist, wird wirklich überrascht: Südlich der Verdon-Schluchten gibt es viele hübsche Dörfer zu entdecken, z.B. Tourtour mit seiner herrlichen Fernsicht, daher genannt „das Dorf im Himmel“, dann Cotignac mit seinem seltsamen Tuffstein-Felsen oder Correns, das von Bio-Weingütern umgeben ist. Kulinarisch ist die Trüffelregion um Aups und Lorgues zu empfehlen. Wer Klöster liebt, kann entweder in einem solchen übernachten (Saint-Maximin-la-Sainte-Baume) oder die berühmte Anlage von Le Thoronet besichtigen (romantisches Zisterzienserkloster).

Ganz im Westen des Reisegebietes wird die Landschaft einsam und unberührt, da, wo sie in die **Hochprovence** übergeht. Dieses entlegene Land zieht Menschen an, die Einsamkeit suchen, stundenlang wandern möchten, vergessene Kapellen und verfallene Dörfer aufspüren wollen. Ein Teil dieses Gebietes allerdings, die gewaltigen **Verdon-Schluchten**, zählt zum klassischen Programm einer Provence-Reise.

Verwaltungstechnisch gehört das in diesem Buch beschriebene Reisege-

biet zur **Region Provence-Alpes-Côte d'Azur (PACA)**, einer 1962 geschaffenen Einheit, die sechs Départements umfasst. Während dieses Reisehandbuch die Alpes-Maritimes und den Var beschreibt, behandelt der im selben Verlag erschienene Band „Provence“ vor allem die Bouches-du-Rhône und den Vaucluse. Überschneidungen beider Bücher gibt es im Bereich der Haute-Provence.

Was den **Begriff „Provence“** betrifft, so geht er auf die antike *Provincia Gallia Narbonensis* zurück, eine Provinz des Römischen Reiches, die über die Grenzen der Region PACA ins heutige Languedoc-Roussillon hinausreichte. Später, im Mittelalter, bildeten sich die Grafschaft Provence, die 1481 an Frankreich fiel, und die Grafschaft Nizza, die erst 1860 französisch wurde. Die Grenzen des Kulturraums Provence sind daher, wie es kulturelle Grenzen meistens sind, fließend und nicht eindeutig festzulegen.

Für die **Côte d'Azur** gilt Ähnliches, gehörte sie doch zur antiken *Provincia*, wird aber heute – vor allem in ihrem Ostteil – nicht primär als provenzalisch begriffen, sondern als „französische Riviera“. Umgekehrt wurde der Name Côte d'Azur offenbar 1887 von dem Schriftsteller *Stephen Liégard* in Hyères erfunden. Ausgerechnet diese Stadt gehört heute – ganz im Westen nahe Toulon gelegen – keineswegs zum klassischen Teil der Côte d'Azur. Aber azurblaues Wasser findet man eben auch – damals wie heute – in Hyères und rund um die sehr schönen dort vorgelagerten Inseln.