



BAEDEKER SMART

Provence



Provence erleben

Vor Ihnen schimmert der Lac de Castillon verführerisch blau im Sonnenlicht. Ein kühles Bad kommt nach der Rundfahrt durch die herrliche Bergwelt gerade recht. Später genießen Sie atemberaubende Aussichten auf die Gorges du Verdon und passieren Hochebenen, auf denen der Lavendel blüht. Vielleicht steht Ihnen der Sinn aber eher nach Kunst? Dann verbringen Sie doch einen abwechslungsreichen Tag mit Picasso & Co. Eine Rundfahrt führt Sie zu den schönsten Zeugnissen der klassischen Moderne zwischen Marseille und Nizza. Oder wollen Sie lieber einen ganzen Tag kulinarischen Genüssen widmen?

Neben allen wichtigen »klassischen« Sehenswürdigkeiten halten wir Ideen für ganz besondere Urlaubstage für Sie bereit. Was auch immer Sie tun: Genießen Sie Ihre Zeit in der Provence mit Baedeker!

Herzlich

Ihre

Birgit Borowski

Birgit Borowski

Redaktion Baedeker SMART

Kapiteileinteilung

■ Marseille und Umgebung
Seiten 32–59

■ Avignon und Luberon
Seiten 92–127

■ Var & Haute-Provence
Seiten 128–155

■ Arles & Umgebung
Seiten 60–91

■ Alpes-Maritimes
Seiten 156–187

① ★★ TOP 10

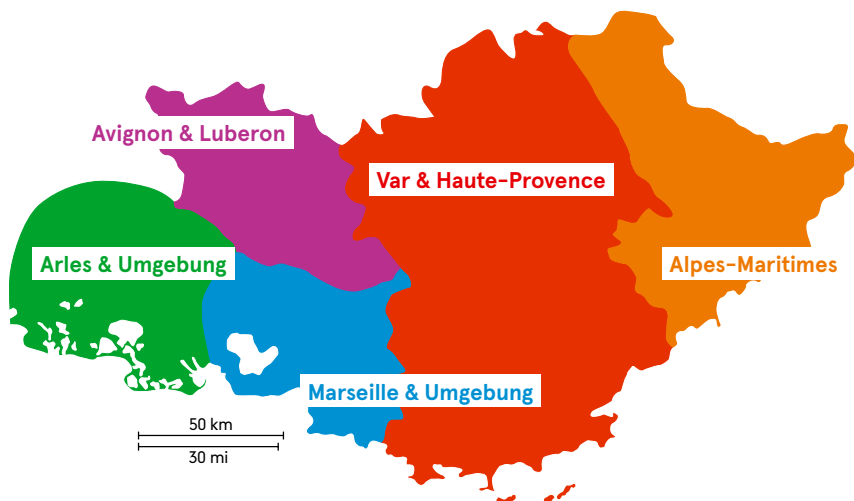


BAEDEKER SMART

Provence

Wie funktioniert der Reiseführer?

Wir präsentieren Ihnen die Sehenswürdigkeiten der Provence in fünf Kapiteln. Jedem Kapitel ist eine spezielle Farbe zugeordnet. Um Ihnen die Reiseplanung zu erleichtern, haben wir alle wichtigen Sehenswürdigkeiten jedes Kapitels in drei Rubriken gegliedert: Einzigartige Sehenswürdigkeiten sind in der Liste der »TOP 10« zusammengefasst und zusätzlich mit zwei Baedeker-Sternen gekennzeichnet. Ebenfalls bedeutend, wenngleich nicht einzigartig, sind die Sehenswürdigkeiten der Rubrik »Nicht verpassen!«. Eine Auswahl weiterer interessanter Ziele birgt die Rubrik »Nach Lust und Laune!«.



★★ Baedeker Topziele	6	Nîmes & Pont du Gard	80
Ein Gefühl für die Provence bekommen	8	Nach Lust und Laune!	84
		Wohin zum ... Übernachten?	
		... Essen und Trinken?	
		... Einkaufen? ... Ausgehen?	88

Das Magazin

Provenzalische Kultur	14
So spielt man Pétanque	18
Goldgelbes Pigment in sandigem Gestein	20
Maler in der Provence	22
Provence für Gourmets	26
Der blaue Duft für die Gesundheit	30

Marseille & Umgebung

Erste Orientierung	34
Mein Tag am Wasser	36
★★ Marseille	40
★★ Les Calanques	43
★★ Aix-en-Provence	45
Montagne Sainte-Victoire	49
Nach Lust und Laune!	51
Wohin zum ... Übernachten?	
... Essen und Trinken?	
... Einkaufen? ... Ausgehen?	55

Arles & Umgebung

Erste Orientierung	62
Mein Tag mit Antike und Moderne	64
★★ Camargue	70
Arles	73
Saintes-Maries-de-la-Mer	78

Avignon & Luberon

Erste Orientierung	94
Mein Tag der kulinarischen Genüsse	96
★★ Vaison-la-Romaine	102
★★ Avignon	105
★★ Luberon	110
Châteauneuf-du-Pape	113
Orange	115
Gordes & Abbaye de Sénanque	117
Nach Lust und Laune!	119
Wohin zum ... Übernachten?	
... Essen und Trinken?	
... Einkaufen? ... Ausgehen?	123

Var & Haute-Provence

Erste Orientierung	130
Mein Tag in wundervoller Natur	132
★★ Saint-Tropez	136
Hyères & Îles d'Hyères	139
Gorges du Verdon	141
Corniche de l'Esterel	143
Nach Lust und Laune!	145
Wohin zum ... Übernachten?	
... Essen und Trinken?	
... Einkaufen? ... Ausgehen?	151

Alpes-Maritimes

Erste Orientierung	158
Mein Tag mit Picasso & Co.	160
★★ Nice	166
★★ Saint-Paul-de-Vence	169
Monaco	171
Parc National du Mercantour	175
Les Corniches	177
Nach Lust und Laune!	180
Wohin zum ... Übernachten?	
... Essen und Trinken?	
... Einkaufen? ... Ausgehen?	184

Touren & Ausflüge

Im Herzen der Provence	190
Camargue	193

Praktische Informationen

Vor der Reise	198
Anreise	200
Unterwegs in der Provence	200
Übernachten	201
Essen und Trinken	202
Einkaufen	203
Ausgehen	204
Sprache	205

Anhang

Reiseatlas	209
Register	229
Bildnachweis	233
Impressum	234

Magische Momente

Kommen Sie zur rechten Zeit an den richtigen Ort
und erleben Sie Unvergessliches.

Mit Cézannes Augen	48	Klangvolle	
Sternekost aus dem		Klosterkirche	148
Bio-Garten	72	Sommer-Konzerte beim	
Kleine Kapelle mit		Fürsten	174
großer Kunst	112		



Abendstimmung am Hafen von Marseille. Wie wäre es jetzt mit einem Stadtbummel?



Die Märkte der Provence locken mit allerhand Genüssen – da fällt die Auswahl schwer!



1



2



3



4



5



6



7



8



9



10

★★ Baedeker Topziele

Unsere TOP 10 helfen Ihnen, von der absoluten Nummer eins bis zur Nummer zehn, die wichtigsten Reiseziele einzuplanen.

① ★★ Marseille

Die lebendige, multinationale Stadt hat viel zu bieten. Architektonisches Aushängeschild ist das Museum der Zivilisationen Europas und des Mittelmeers, MuCEM (S. 40).

② ★★ Vaison-La-Romaine

Römische Stadtkultur vom Amphitheater bis zu Villen mit Mosaikfußböden ist hier in aller Vielfalt bestens erhalten (S. 102).

③ ★★ Nice

Das malerisch an der Riviera gelegene Nizza ist italienisch geprägt. Flaneure schätzen die Promenade. Henri Matisse ist nur einer der vielen Künstler, die sich an der Promenade des Anglais niederließen (S. 166).

④ ★★ Les Calanques

Die Felsenküste zwischen Marseille und Cassis ist ein Paradies für Wanderer, die atemberaubende und geschützte Landschaften direkt am Meer entdecken wollen (S. 43).

⑤ ★★ Saint-Tropez

Stars und Sternchen machen den Ort mit seinem Hafen und den Stränden jeden Sommer zum Tummelplatz

des Jetsets. Erst im Herbst und Winter wird es ruhiger (S. 136).

⑥ ★★ Aix-en-Provence

Universität, Märkte und Festspiele sorgen das ganze Jahr über für Trubel. Der Cours Mirabeau gehört mit seinen Cafés und prachtvollen Hausfassaden zu den schönsten Straßen der Welt (S. 45).

⑦ ★★ Avignon

Die Festungsmauer aus dem Mittelalter ist noch erhalten. Mitten in der Stadt kündigt der Papstpalast von einstiger großer Macht (S. 105).

⑧ ★★ Saint-Paul-de-Vence

Kunst und Künstler des 20. Jh.s prägen das Dorf vor allem durch die Sammlung der Fondation Maeght (S. 169).

⑨ ★★ Luberon

Rund um Apt verspricht die Provence wahre Postkartenansichten: Lavendelfelder, Olivenhaine, Schlösser, Schluchten, fruchtbare Täler und kaum bewachsene Hoch Ebenen (S. 110).

⑩ ★★ Camargue

Rosarote Flamingos, weiße Pferde und schwarze Stiere sind zwischen Meer und Binnenseen, Salzärten und Reisfeldern die Hauptdarsteller im Delta der Rhône (S. 70).

Ein Gefühl für die Provence bekommen ...

Erleben, was die Provence ausmacht,
ihr einzigartiges Flair spüren. So, wie die
Einheimischen selbst.

Einkaufen auf dem Markt

Auf den Märkten der Provence gibt es nichts, was es nicht gibt. Schnuppern Sie an frischem Gemüse oder reifen Früchten, nehmen Sie den Duft von würzigem Käse und herzhaften Kräutern oder das Aroma des frischen Fisches am Vieux Port (Alten Hafen) von Marseille wahr, auf dem Cours Saleya in Nizza, auf den zentralen Plätzen von Aix-en-Provence, Apt und Carpentras oder entlang der Kanäle von L'Isle-sur-la-Sorgue.

Baden in der Großstadt

Ein gutes Dutzend Strände zählt Marseille – einer breitet sich sogar kaum 20 Minuten zu Fuß vom Alten Hafen entfernt aus. Per Bus sind auch die meisten anderen problemlos zu erreichen, seien sie nun weitläufig und feinsandig wie etwa Les Plages du Prado und du Prophète oder eher felsig wie La Baie des Singes (Affenbucht) an der Spitze des Cap Croisette. Kommen Sie aber in jedem Fall zeitig – die Marseiller

lieben ihre Strände in den heißen Monaten sehr!

Wandern an der Küste

Die alten Zöllnerpfade feiern eine Renaissance und führen auf Schritt und Tritt direkt am Meer entlang. Einer der schönsten Küstenwanderwege (»sentier littoral«) zieht sich auf der Halbinsel von Saint-Tropez von L'Escalet zum Cap Lardier. Dort findet man selbst im Hochsommer herrliche einsame Buchten zum Baden.

Pétanque spielen

Für Frankreichs Volkssport tut es auch ein schlichter Sandplatz. Das zeigt schon ein Stich aus dem 18. Jh., der im Musée du Vieux Marseille hängt und auf dem eine Boulepartie zu sehen ist. Einen Rekord stellte 1772 ein Spieler aus Aix-en-Provence auf: Er schaffte die Distanz Aix – Marseille in 500 Würfen! Und auch der Violinist Niccolò Paganini spielte in Marseille Boule, kaum zehn Jahre nach der Gründung des ersten

Die Farbe Lila dominiert im Sommer in der Region. Warum nicht ein wenig Provence mit nach Hause nehmen?



Liebhaber von Fisch und Meeresfrüchten kommen in der Provence voll auf ihre Kosten.



114

Steil hinauf geht es durch die Gassen des hübsch restaurierten Dorfes Lacoste.



»Cercle des Boulomanes«. Mit der Mondial La Marseillaise à Pétanque richtet Marseille zudem seit 1962 das inzwischen weltweit größte offene Boule-Turnier aus. Es findet jährlich Anfang Juli statt.

Radeln an den Côtes du Rhône

Vom römischen Orange über legendäre Weinörtchen wie Château-neuf-du-Pape und Gigondas bis zu den Hängen des Mont Ventoux führt eine ausgeschilderte Radroute durch das Herz der Provence (120–242 km). Sie lässt sich problemlos auch in Teilstrecken bewältigen – und/oder auch per E-Bike. So kann man unterwegs gut das eine oder andere Glas Côtes du Rhône probieren.

Licht für moderne Kunst

Paul Cézanne hat Ende des 19. Jh.s in Aix-en-Provence mit dem Licht der Provence das Zeitalter der modernen Kunst eingeläutet. Seine illustren Kollegen wie Vincent van Gogh, Pablo Picasso, Nicolas de Staël, Henri Matisse und Marc Chagall haben in Arles, Mougins, Antibes, Nizza oder Saint-Paul-de-Vence das Werk weitergeführt und schließlich zeitgenössischen Künstlern wie Yves Klein, Victor Vasarely, César und Ben Vautier den Weg geebnet.

Schlummern im Fass

Corine und Jean-Luc stammen aus einer Winzerfamilie – was liegt da

näher, als den Gästen ihres B & Bs in Beaumes-de-Venise auch eine Fass-Unterkunft anzubieten? Eine Dusche, eine Toilette und sogar eine Küche finden Platz in den gewölbten 20 m² des »tonneau« inmitten ihrer rund 13 ha messenden Rebendomaine. Die Beine hochlegen, ein Gläschen Wein und den Blick auf die Dentelles de Montmirail – was will man mehr?

Schlemmen am Meer

Eine wahre Fischsuppensinfonie, bei der die »klassische« Bouillabaisse im neuen Gewand daherkommt, und minimalistischer Luxus bis hin zur Sonnenterrasse hoch über dem Meer: Das Gourmet-Restaurant und Luxushotel Le Petit Nice an der Küstenstraße von Marseille, das von Gérard Passédat geführt wird, ist in jeder Hinsicht einzigartig. Und nicht das einzige Schatzkästchen in der Region ...

Staunen in den Dörfern

Wie Perlen an einer Kette reihen sich in der Provence die *villages perchés* aneinander. Die schönsten dieser uralten, aus dem lokalen Gestein an Bergflanken oder auf einem Grat erbauten Dörfer birgt der Luberon: Oppède, Ménerbes, Lacoste und Bonnieux beispielsweise im Süden, Gordes, Jocas, Roussillon und Bédoin weiter nördlich. Ein Spaziergang durch ihre kleinen Gassen garantiert stets auch wunderbare Aussichten.

Schon der Anblick und der Duft der Lavendelfelder – wie hier auf dem Plateau de Valensole – haben eine beruhigende Wirkung.



Magazin

Lavendelduft und Sterneküche, antikes Erbe und kühne Moderne, Natur und Kultur in großer Vielfalt – voilà: die Provence!

Seite 12–31



Provenzalische Kultur

Die Provence ist nicht nur berühmt für mildes Klima und eine schöne Landschaft, für gute Küche und edles Parfüm, sondern auch für eine ganz eigene Tradition in Sprache, Literatur und Brauchtum.

Einst durchzog eine Sprachgrenze Frankreich: Im Norden sprach man die »Langue d’Oil« (Französisch), im Süden die »Langue d’Oc« (Okzitanisch), wozu auch das Provenzalische gehört. Seine literarische Blüte erlebte das südliche Idiom vom 11. bis zum 13. Jh. mit der altokzitanischen Troubadour-Dichtung. Danach schwand seine Bedeutung zusehends. Der Dichter Frédéric Mistral gründete 1854 die literarische Gesellschaft »Félibrige«, um Sprache und kulturelle Identität seiner provenzalischen Heimat zu bewahren. Ihm zu Ehren hört man für die Sprache mitunter auch die Bezeichnung Mistralien.

Provence im Buch

Frédéric Mistral wurde für sein bekanntestes Werk, das auf Provenzalisch verfasste Versepos »Mirèio«, 1904 mit dem Literaturnobelpreis ausgezeichnet. Aus der Provence stammen auch seine berühmten Autorenkollegen Henri Bosco,

Alphonse Daudet, Jean Giono und Marcel Pagnol. Pagnol wurde in Deutschland durch seine Autobiografie »Marcel. Eine Kindheit in der Provence« (1961) bekannt. In seinem Heimatort Aubagne ist eine Erinnerungsstätte eingerichtet, deren Besuch ebenso lohnt wie der des ehemaligen Wohnhauses von Giono (»Der Husar auf dem Dach«, 1955) in Manosque. In Fontvieille kann man die Mühle besichtigen, wo Daudet angeblich seine berühmten »Lettres de mon Moulin« (»Briefe aus meiner Mühle«, 1866) niederschrieb.

Provenzalisch heute

Echtes Provenzalisch hört man heute am ehesten im Département Bouches-du-Rhône – um Arles, Glanum und Les Baux – sowie in Monaco, Menton und Nizza als Monégasque, Mentonnais und Nissart (Niçois). Es wird als lebendig und einfallsreich empfunden und oft scherzhaft gebraucht. »Boucan« statt »bruit« für den »Lärm«, »cafi« und nicht »plein«,



Typisch für die traditionellen provenzalischen Stoffe sind die pastelligen Farben.

Links und unten: Arlesianer Trachten bei einer Prozession und bei der Fête des Gardians





Beim Stierkampf anlässlich der Feria Pascale darf auch Musik nicht fehlen.

um »voll« oder »gefüllt mit« zu sagen, und »dégün« anstelle von »personne« für »niemand« – das Provenzalische erlebt definitiv ein Comeback: Es wird insgesamt von rund 350 000 Menschen gesprochen; außerdem wird es wieder an Schulen und Universitäten unterrichtet. Straßen- und Hinweisschilder in der Provence sind oft zweisprachig gehalten, und ein lokaler TV-Sender in Nizza strahlt sein Programm in Nissart aus, unterlegt mit französischen Untertiteln.

Tradition, Tapenade und Trachten

Traditionen werden in der Provence bewahrt und gepflegt: Auf kulinarischer Ebene geschieht das ohnehin seit jeher, was sich im breiten Angebot provenzalischer Spezialitäten

wie Bouillabaisse, Tapenade, Daube provençale (ein Schmorgericht mit Rindfleisch) und Ratatouille äußert.

Das Leben in der Provence ist aber auch intensiv mit altem Brauchtum verbunden, besonders im Advent, wenn »santons« (Krippenfiguren, S. 58, 122), »pastorales« (weihnachtliche Singspiele auf Provenzalisch), Volkstänze und Noëls (provenzalische Weihnachtslieder) im Vordergrund stehen. Das ganze Jahr über finden Märkte und Veranstaltungen statt, bei denen oft Tracht getragen wird. Die schönste haben die Frauen von Arles: fein gearbeitete Spitzenblusen und -überkragen, oft kombiniert mit Kleidern aus bunt gemusterten Stoffen, reich bestickten, »fichus« genannten Samtkappen und Schmuck.

In der Arena

In Arles und der benachbarten Camargue frönt man seit einiger Zeit auch wieder dem »cours camarguais«, der regionaltypischen unblutigen Form des Stierkampfes, bei der der »raseteur« dem Stier Trophäen in Form von Pompons und Schnüren vom Kopf reißen muss. Anschließend werden die Tiere wieder auf die Weide entlassen. Im Amphitheater von Nîmes dagegen finden noch Stierkämpfe in der auch in Spanien verbreiteten Form statt. Hierbei verlassen die Tiere die Arena nicht lebend.

Modemekka Marseille

Auch Mode aus der Provence macht auf den Laufstegen dieser Welt von

sich reden. Pionier war der 1951 in Arles geborene Modeschöpfer Christian Lacroix, der das Haus, das seinen Namen trägt, 2009 allerdings verlassen hat. Heute ist er als Designer für Bühnenkostüme und Firmenuniformen aktiv, er hat außerdem die Innengestaltung der Hochgeschwindigkeitszüge übernommen sowie von Straßenbahnen in Montpellier und die Innenräume eines Hotels in seiner Heimatstadt ausgestaltet. Das aktuelle Modezentrum in der Provence ist Marseille. Hier sind Marken wie Le Marseillais, Pomponette, Madame Zaza, Fille de Lune, Floh oder Les Fées Bizar(t) vertreten, und viele junge Designer eröffnen hier Boutiquen – auch in Vierteln abseits der Touristenpfade.

Marseille punktet mit Edelboutiquen am einstigen Prachtboulevard Canebière.



So spielt man Pétanque

»Klack!« Eine Metallkugel trifft auf eine zweite, die bereits auf dem sandigen Boden liegt; diese rollt ein Stück nach rechts, ein Raunen ist zu hören.
Ein Punkt für den Werfer – Sieg!

Boule gehört zu den Kulturgütern, die man typischerweise mit Frankreich assoziiert. In der Provence ist das Kugelspiel als Pétanque bekannt. Es wurde 1910 in

La Ciotat nahe Marseille erfunden. Die Bezeichnung Pétanque leitet sich von »pieds tanqués« (fixierte Füße) ab, denn die Füße eines Spielers müssen innerhalb eines

Das Klackern der Metallkugeln gehört zur typisch provenzalischen Geräuschkulisse.





Das Spiel verbindet Generationen – wie wäre es also mit einer Partie Pétanque?

Kreises verharren, während er seine Kugel wirft. Gespielt wird auf planiertem Sand oder Kies, und die Mehrzahl der Gemeinden verfügt über ein »terrain de pétanque« oder Boulodrome – gewöhnlich auf dem Hauptplatz oder vor einem Café.

Pétanque folgt strengen Regeln: Die Spieler werfen abwechselnd ihre »boules« auf die Bahn, entweder um die beste Position nahe dem »cochonnet« (Zielkugel) zu erobern oder um gegnerische Kugeln aus dem Feld zu schießen. Dabei ist ein

gutes Maß an Strategie und Präzision erforderlich. Wessen Kugel nach einem Durchgang der Zielkugel am nächsten ist, der gewinnt einen Punkt. Ein komplettes Spiel endet meist mit 13 Punkten. Für weitere Infos: www.boulesobut.de/de/spiel-regeln-fur-petanque.

Boule bzw. Pétanque ist Frankreichs beliebteste Sportart – kein Wunder, kann es doch von Groß und Klein gespielt werden! Neben 17 Mio. Franzosen begeistert es inzwischen Menschen in aller Welt.

Goldgelbes Pigment in sandigem Gestein

Der Luberon birgt reiche Ockervorkommen. Bereits in der Antike wurde die Erdsandfarbe aus der Region genutzt. Rund 25 km zieht sich das provenzalische Massif de l'Occre von Goult bis Gignac.



Roussillon ist nicht nur wegen der Ockervorkommen einen Besuch wert.

Berühmt für seinen Ocker war und ist vor allem das Dorf Roussillon. Schon Ende des 18. Jh.s versuchte hier Jean-Étienne Astier, das Pigment aus dem gelben und roten Sandstein der Umgebung zu extrahieren. 1810 gab es bereits drei Ockerfabriken um und in Roussillon, um die seit der Altsteinzeit bekannte Erdfarbe – ein Gemisch aus Brauneisenstein mit Ton-

mineralen, Quarz und Kalk – im großen Stil abzubauen. Bekannt für seine besonders gute Qualität wurde bald der Goldocker mit seinem herrlich leuchtenden Farbton, dem typischen Barockgelb.

Bis 1930 fanden gut 1000 Personen Arbeit in den Ockerbrüchen Roussillons. Inzwischen liegen sie brach. Gleiches gilt für die neun anderen Ockerstätten der Region, darunter die Colline de la Gardette und das weitläufige Colorado-Areal bei Bouvène, südlich von Rustrel. Des- sen Vorkommen wurden schon von den alten Römern genutzt, gerieten dann aber in Vergessenheit und wurden erst 1780 wiederentdeckt. Die spektakuläre Farbenpracht des Gesteins erschließt sich am besten bei einer Wanderung. Bei Gargas kann man zudem die Mines de Bruoux besichtigen, ein ehemaliges unterirdisches Ockerbergwerk mit bis zu 15 m hohen Galerien.

Die Ockerbrüche Roussillons leuchten
herrlich warm und intensiv.

