

# Westfrankreich

Atlantikküste, Loire,  
Charentes,  
Dordogne

Muriel Brunswig  
Lucia Vallerius

REISE Know-How-Verlag Peter Rump | Bielefeld



## TIPPS

**Karibik-Gefühl an der westfranzösischen Küste:**

Plage des Vergnes | 225

**Auf den Spuren von Richard Löwenherz wandeln:**

unterwegs im westlichen Limousin | 281

**Prähistorische Fundorte entdecken:**

im „Tal der Menschheit“ | 335

**Ein unterirdisches Schloss erkunden:**

das Château de Brézé an der Loire | 102

**Großartiger Blick über wilde Strände und weites Meer:**

Phare de la Coubre | 222

**Mittelalter-Stimmung par excellence:**

Zeitreise in Sarlat-la-Canéda | 352

**Die Zukunft ist schon da:**

im Freizeitpark Futuroscope in Poitiers | 75

**Abgefackelte Muscheln in einer urigen Hütte probieren:**

willkommen auf der Île d'Oléron | 188

Muriel Brunswig, Lucia Vallerius

## Westfrankreich



Partons, la mer est belle. – Lasst uns aufbrechen,  
das Meer ist schön.

Volkslied aus Les Sables-d'Olonne

## Impressum

Muriel Brunswig, Lucia Vallerius  
**REISE Know-How Westfrankreich –  
Atlantikküste, Loire, Charentes, Dordogne**

erschienen im

REISE Know-How Verlag Peter Rump GmbH,  
Osnabrücker Str. 79, 33649 Bielefeld

© REISE Know-How Verlag Peter Rump GmbH

**1. Auflage 2024**

Alle Rechte vorbehalten.

**PDF-ISBN 978-3-8317-5312-3**

### Gestaltung und Bearbeitung

Umschlag: P. Rump, der Verlag

Inhalt: G. Pawlak, W. Rump, der Verlag (Layout);

M. Luck (Realisierung)

Fotonachweis: M. Brunswig (mb); L. Vallerius (lv);

Charentes Tourisme: Marie Claire Chéné (mc),

Stéphane Morand (sm), Elsa Coeffe (ec), Alison

Boissard (ab); Dordogne Tourisme: Coutellerie

Nontronnaise (cn), Jacques Hesault (jh), Thierry

Dordogne libre (td); M. Fräßle (mf); KAOMExR®

ALEGINA (ka); Les Conteurs (lc); Beatrix Manthey

(bm); Lucia Sauer (ls)

Karten: D. Gavrides;

Lektorat: M. Luck

### Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet  
diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie;  
detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über  
<http://dnb.dnb.de> abrufbar.

### Anzeigenvertrieb

KV Kommunalverlag GmbH & Co. KG,  
Alte Landstraße 23, 85521 Ottobrunn,  
Tel. 089 928 096-0, [info@kommunal-verlag.de](mailto:info@kommunal-verlag.de)

REISE Know-How Bücher finden Sie in allen gut sortierten  
Buchhandlungen. Falls nicht, kann Ihre Buchhandlung  
unsere Bücher hier bestellen:

D: Prolit, [prolit.de](http://prolit.de) und alle Barsortimente

A: Freytag-Berndt und Artaria KG, [freytagberndt.com](http://freytagberndt.com)

CH: AVA Verlagsauslieferung AG, [ava.ch](http://ava.ch)

B, LUX, NL: Willems Adventure, [willemsadventure.nl](http://willemsadventure.nl)

oder direkt über den Verlag: [www.reise-know-how.de](http://www.reise-know-how.de)

### Bildlegende Umschlag und Vorspann

Titelbild: Westfrankreich – Land der Schlösser (im Bild  
Château Monbazillac) ([stock.adobe.com](http://stock.adobe.com)) © PackShot)

Vordere Umschlagklappe: Plage des Vergnes (mb);

kleines Bild: Detail eines Baguette-Automaten (mb)

S. 1: Macarons (mb)

S. 2/3: Fassadenmalerei in Angoulême (mb)

Wir freuen uns über Kritik, Kommentare  
und Verbesserungsvorschläge, gern  
per E-Mail an [info@reise-know-how.de](mailto:info@reise-know-how.de).

Alle Informationen in diesem Buch sind von  
den Autorinnen 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  
Produkt haftung ohne Garantie erfolgen  
und dass Verlag wie Autorinnen 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 Autorinnen  
und dienen keinesfalls der Bewerbung von  
Firmen oder Produkten.

Die Information über und die Bereitstellung  
von digitalen Zusatzinhalten (z.B. Links, GPS-  
Tracks o.Ä.) ist eine freiwillige Zusatzleistung  
des Verlages, auf die kein Anspruch besteht  
und für deren Richtigkeit aufgrund der Veränderlichkeit  
solcher Informationen auch nicht  
gehaftet werden kann. Insbesondere behält  
sich der Verlag deshalb vor, die Bereitstellung  
und die Zugriffsmöglichkeit zeitlich zu befristen  
und den Zugriff hierauf auch vorfristig  
abzuschalten.

Muriel Brunswig, Lucia Vallerius

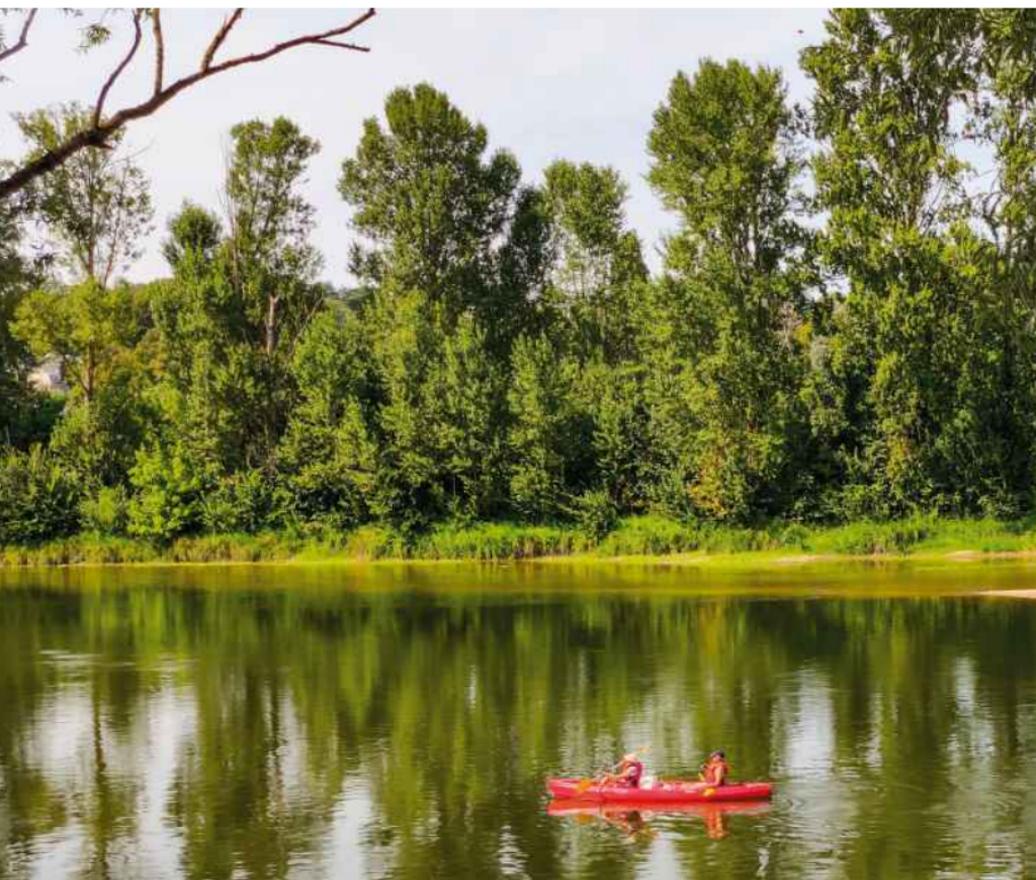
# WESTFRANKREICH – Atlantikküste, Loire, Charentes, Dordogne



# Vorwort

Der Westen Frankreichs: Vollkommen unterschätzt, **wenig bekannt** und dennoch von großartiger Schönheit! Jedes Mal, wenn wir in diese wundervolle Region Frankreichs reisen, sind wir erstaunt, wie wenig deutsche Urlauber wir hier treffen, schließlich hat der Westen Frankreichs so viel zu bieten! Franzosen, Engländer und Holländer wissen das längst und kommen Jahr für Jahr in diesen **zauberhaften Landstrich**, der die Départements Indre-et-Loire, Maine-et-Loire, Vienne, Vendée, Deux-Sèvres, die Charentes und die Dordogne umfasst.

Der Küstenabschnitt zwischen Nantes und der Île d'Oléron heißt in Frankreich **Côte de Lumière**, „Küste des Lichts“. Kein Wunder, schimmert das Meer hier doch jede Minute in einer anderen Farbe. Die Sonne scheint häufiger als sonst am Atlantik, entsprechend beliebt ist die Gegend bei französischen Urlaubern. Man findet in dieser Ecke die besten Austern des Landes, sagenhafte Küstenabschnitte, fantastische Wehrbauten und ideale Bedingungen zum Radfahren sowie für einen Strand- oder Segelurlaub. Die Winde vor der Küste sind legendär – wohl auch deshalb startet hier alle zwei Jahre der Vendée Globe, das weltweit größte Segelrennen.



Doch nicht nur die Küste ist fantastisch: Das **Hinterland** ist das Land der Trüffel und Gänse, der Sümpfe und Wälder, der Höhlen und Schlösser, vor allem aber der lieblichen Hügellandschaften und wundervollen französischen Dörfer und Städte, die den Besucher mit ihrem Charme bezaubern.

Wir nähern uns **in diesem Buch** der Küste **von Norden**: Wir reisen über die Loire an den Atlantik und nehmen uns die Zeit, die Flusslandschaft mit ihren großartigen Schlössern und atmosphärischen Ortschaften zu erkunden. Dann geht es von Nord nach Süd, entlang der wunderbaren Küste mit bezauberndem Hinterland, das zu Ausflügen einlädt,

z.B. in den Naturpark des Marais Poitevin oder in die lebendige Studentenstadt Poitiers. Am Meer locken Segelvergnügen und Strandfeeling – und La Rochelle mit seinem Charme und urbanen Flair.

Der südliche Teil der Côte de Lumière liegt bereits in der **Charente Maritime**, dem Schwester-Département der Charente. Die Region ist selbst vielen Franzosen kaum bekannt, warum, ist vollkommen unklar, denn es sind fabelhafte Gegenden mit kleinen Natursensationen wie den beiden Seen Guizengeard und Trouverac. Zuletzt reisen wir dann in die **Dordogne** mit ihren sagenhaften Höhlen und mittelalterlichen Städtchen. Bekannt ist dieses Département vielen auch durch den liebenswerten *Bruno, Martin Walkers* weltberühmten Chef de Police, der im Périgord Verbrecher jagt.

Uns auf jeden Fall hat der Westen Frankreichs, sowohl die Küste als auch das großartige Hinterland, in seinen Bann gezogen. Wir kannten ihn schon seit Jahren, *Muriel*, weil ihre Familie an der Grenze zwischen Périgord und Charente ihren Zweitwohnsitz hatte, *Lucia*, weil sie begeisterte Höhlenforscherin und die Dordogne somit für sie „heiliges“ Land ist, und doch haben wir ihn auf unseren Recherchereisen vollkommen neu entdeckt.

Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Reisen und schöne Ferien!

*Muriel Brunwig Lucia Vallerius*

Muriel Brunwig  
und Lucia Vallerius

Paddelfahrt auf der Loire



wf\_108.mrb







Neuvic	300	Maison Forte de Reignac/	
Périgueux	302	Château Falaise	344
Château l'Éveque	309	<i>Der Meister der Klippen</i>	346
Sorges-et-Ligueux-en-Périgord	309	Roque Saint-Christophe	347
<b>Périgord Vert</b>	<b>310</b>	Saint-Léon-sur-Vézère	348
Val de Dronne	310	Montignac-Lascaux	349
Brantôme	311	Coly-Saint-Amand	351
Bourdeilles	313	Saint-Geniès	351
Mareuil	314	Sarlat-la-Canéda	352
Villars	315	<i>Denkmalschutz in Frankreich</i>	353
<i>Flow Velo</i>	316	<b>Entlang der Dordogne nach Osten</b>	<b>357</b>
Saint-Jean-de-Côle	316	Allas-les-Mines	357
Thiviers	317	Château des Milandes	358
Château de Hautefort	318	Château de Beynac	358
<b>Bergerac und Périgord Pourpre</b>	<b>319</b>	Jardins de Marqueyssac	359
Bergerac	319	Château de Castelnaud	360
<i>Bar-Tabac – eine französische Institution</i>	324	La Roque-Gageac	361
Monbazillac	326	Domme	362
Eymet	328	<b>Entlang der Dordogne</b>	
Issigeac	329	<b>bis in die Corrèze</b>	<b>364</b>
Beaumont-du-Périgord	329	Château de la Treyne	364
Monpazier	330	Rocamadour	365
Lanquais	331	Martel	367
Lalinde	331	Carennac	368
Molières	332	Loubressac	369
Cadouin	333	Autoire	369
Trémolat	334	Gouffre de Padirac	370
<b>Périgord Noir</b>	<b>335</b>	Saint-Céré	371
Die Vézère: Von Limeuil		<b>Das obere Tal der Dordogne</b>	<b>372</b>
nach Les-Eyzies-de-Tayac-Sireuil	336	Beaulieu- und	
Limeuil	336	Argentat-sur-Dordogne	372
<i>Martin Walker und die idyllische</i>		Les Tours de Merle	374
<i>Welt des Stadtpolizisten Bruno</i>	336	<b>Die westliche Corrèze</b>	<b>375</b>
Le Bugue	337	Brive-la-Gaillarde	375
Les-Eyzies-de-Tayac-Sireuil	338	Donzenac und Pans de Travassac	381
Fort du Roc de Tayac	342	Varetz: Les Jardins de Colette	382
Grotte du Grand Roc	342	Aubazine	383
Grotte de Font de Gaume	343	<i>Coco Chanel –</i>	
Grotte de Rouffignac	343	<i>Die prominente Waise von Aubazine</i>	384
Die Vézère: Von Les-Eyzies-		Turenne	385
de-Tayac-Sireuil nach Montignac	343	Collonges-la-Rouge	387
La Madeleine	344	Curemonte	387

<b>5</b>	<b>Praktische Reisetipps A–Z</b>	<b>388</b>		
	Anreise	390	Reisegepäck und Ausrüstung	410
	Autofahren	392	Sicherheit	410
	Barrierefreies Reisen	394	Sport und Aktivitäten	411
	Camping	395	Sprache	413
	Einkaufen	395	Unterkunft	414
	Ein- und Ausreisebestimmungen	396	Verkehrsmittel	416
	Elektrizität	396	Zeit	417
	Essen und Trinken	397		
	<i>Regionale Spezialitäten</i>	398	<b>6</b>	<b>Land und Leute</b>
	Feiertage, Feste und Events	401		<b>418</b>
	Geld	402	Geografie	420
	Gesundheit	403	Flora und Fauna	421
	Mit Haustier unterwegs	404	Geschichte und Politik	423
	Information	405	Wirtschaft und Umwelt	432
	Mit Kindern unterwegs	405	Bevölkerung	433
	Klima und Reisezeit	406	Kunst und Architektur	434
	Kommunikation unterwegs	407		
	LGBT+	407	<b>7</b>	<b>Anhang</b>
	Notfälle	407		<b>436</b>
	Öffnungszeiten	408	Kleine Sprachhilfe Französisch	438
	Orientierung und Landkarten	409	Literaturtipps	442
	Post	409	Register	446
	Rauchen	409	Die Autorinnen	455
			Schreiben Sie uns!	456



# Steckbrief Frankreich

■ **Landesname:** *République Française*

■ **Staatspräsident Frankreichs:**

*Emmanuel Macron* (seit 2016); Partei des Präsidenten: *La République en marche* (von ihm selbst gegründet), seit 2022 *Renaissance*

■ **Hauptstadt Frankreichs:** Paris

■ **Einwohnerzahl Frankreichs:** 67,75 Mio.

■ **Landesfläche Frankreichs:** 551.695 km<sup>2</sup>

■ **BIP:** 2,958 Billionen US-Dollar (2021)

■ **Arbeitslosenquote:** 6,9% (2023)

■ **Durchschnittsalter:**

41,8 Jahre (in Deutschland: 44,5 Jahre)

■ **Lebenserwartung:**

82,4 Jahre (in Deutschland: 80,7 Jahre)

■ **Frankreichs Rang auf dem World Happiness**

**Report:** Platz 21 (Deutschland Platz 16)

■ **Religionen:** 51% Katholiken,

31% Atheisten, 9% Muslime,

3% Protestanten, 1% Juden

■ **Große Städte in Westfrankreich:**

Tours, Poitiers, Angoulême, La Rochelle, Royan, Saintes, Périgeux, Bergerac, Brive-la-Gaillarde

■ **Départements in Westfrankreich**

(in diesem Reiseführer):

Charente (5956 km<sup>2</sup>)

Charente-Maritime (6964 km<sup>2</sup>)

Corrèze (nur z.T. im Reisegebiet)

Deux-Sèvres (5999 km<sup>2</sup>)

Dordogne (9060 km<sup>2</sup>)

Haute-Vienne (nur z.T. im Reisegebiet)

Indre-et-Loire (6127 km<sup>2</sup>)

Maine-et-Loire (7107 km<sup>2</sup>)

Vendée (6720 km<sup>2</sup>)

Vienne (6990 km<sup>2</sup>)

Die Île de Ré eignet sich perfekt für Aktivitäten am, auf und über dem Wasser

Brantôme im Périgord Vert – eine Kirche in Stein gehauen

wfr 182 mb



# Kartenverzeichnis

Westfrankreich	Umschlag vorn (Blattschnitt) und Umschlag hinten	Stadtpläne und Inselkarten	
		Angoulême	264
		Bergerac	320
		Blois	44
Die Regionen im Überblick	16	Brive-la-Gaillarde	378
Reiserouten und Touren	20, 21, 23	Cognac	252
		Île d'Oléron	190
Durch das Tal der Loire an den Atlantik	34, 94	Île d'Yeu	130
Côte de Lumière	116	Île de Noirmoutier	118
Die Charentes und das westliche Limousin	208, 278	Île de Ré	170
Westliche Corrèze und Dordogne	296	La Rochelle	162
		Les Sables-d'Olonne	140
		Périgueux	306
		Poitiers	68
		Royan	216
		Saint-Gilles	127
		Saintes	232
		Sarlat-la-Canéda	354
		Tours	60

Ein Paradies für Schleckermäuler ist die Confiserie/Glacier Lopez bei Royan

wfr\_222 mb



# Hinweise zur Benutzung

## Nicht vergessen!

Die (touristischen) Highlights der Regionen erkennt man an der **gelben Markierung**.

## UNSER TIPP ...

... Besonders gute und/oder außergewöhnliche Unterkünfte, Restaurants und sonstige Empfehlungen der Autorinnen sind als Tipp gekennzeichnet.

## Der Schmetterling ...

... zeigt an, wo man besonders gut Natur erleben kann oder Angebote im Bereich des nachhaltigen Tourismus findet.

## Kinder-Tipps

 Das Symbol kennzeichnet Sehenswürdigkeiten, Unterkünfte, Aktivitäten usw., die auch kleine Frankreich-Urlauber ansprechen.

## Verweise auf die Stadtpläne

**4** Die Ziffern in den farbigen Kästchen in den „Praktischen Tipps“ der Ortsbeschreibungen verweisen auf den jeweiligen **Karteeintrag**.

## Updates nach Redaktionsschluss

Auf der Produktseite dieses Reiseführers in unserem Internetshop finden sich zusätzliche Informationen und **wichtige Änderungen**.

## Preiskategorien Unterkünfte

In allen Regionen finden sich **Unterkünfte der unterschiedlichsten Kategorien**: Von einfachen Wohnmobil-Stellplätzen bis zum noblen Zimmer im Luxus-Château reicht die Auswahl.

Zur groben Orientierung sind die Unterkünfte in diesem Reiseführer in **vier Preisklassen** eingeteilt; sie gelten für **zwei Personen im Doppelzimmer** (in den einfacheren Kategorien meist ohne Frühstück – ist eines dabei, haben wir es vermerkt).

- ① **bis 80 €**: einfache Hotels, Hostels oder Gîtes und auch Unterkünfte auf Campingplätzen.
- ② **80–160 €**: klassifizierte Hotels bis zu 3 Sternen oder Maison d'hôtes, oft charmant und ab und zu sogar mit Frühstück.
- ③ **160–250 €**: sehr gut ausgestattete Hotels und Gästehäuser mit gehobenem Standard, häufig bzw. in der Regel mit Frühstück.
- ④ **ab 250 €**: exklusive Spa-Hotels und Luxusunterkünfte (auch Schlösser u.Ä.), die Preise können gerade bei den absoluten Top-Adressen auch schnell 500 € und mehr betragen; in dieser Kategorie ist ein Frühstück so gut wie immer im Preis inbegriffen.

## Preiskategorien Gastronomie

- ① **bis 15 €** für ein Hauptgericht oder **bis 25 €** für ein Menü
- ② **15–25 €** für ein Hauptgericht oder **25–35 €** für ein Menü
- ③ **ab 35 €**, nach oben gibt es eigentlich kaum eine Grenze

# Die Regionen im Überblick

## 1 Durch das Tal der Loire an den Atlantik | 30

Wer von der Mitte oder dem Norden Deutschlands an den Atlantik reist, wählt häufig die Strecke über die Loire, weil sich hier gut Zwischenübernachtungen einplanen lassen und das Meer schnell über die Autobahn zu erreichen ist. Doch nur für eine Durchfahrt ist die Region viel zu interessant: Das **Tal der Loire** mit seinen vielen Schlössern und die **Regionen**, die sich **südlich und westlich der Loire** anschließen, sind

zauberhaft schön und rechtfertigen einen langen Aufenthalt. Hier gibt es nicht nur Schlösser wie das pompöse **Château Chambord** (S. 38) und gute Weine, hier gibt es auch eine sagenhafte Natur, Höhlenwohnungen (z.B. in **Turquant**, S. 99) und charmante Städte wie **Tours**



(S. 58), die für sich eine Reise wert sind. Dabei werden in diesem Buch nicht nur die bekanntesten Highlights vorgestellt, sondern auch großartige Plätze weit ab von den geläufigen Pfaden.

## 2 Côte de Lumière | 112

„Küste des Lichts“ – das sagt doch wohl alles! In keiner anderen Gegend an der französischen Atlantikküste scheint so häufig die Sonne wie zwischen **Île d'Oléron** (S. 188) und **Île de Noirmoutier** (S. 114), hinter der die Bretagne beginnt. Auf diesem Küstenstreifen, der Luftlinie keine 200 km lang ist, befinden sich die Départements Charente Maritime und Vendée. Es gibt kilometerlange Dünenstrände, viel Urbanität in **La Rochelle** (S. 159), großartige Festungen und quadratkilometerweise Sumpfgebiete, die allesamt unter Naturschutz stehen. Am erstaunlichsten aber ist, dass hier kaum deutsche Urlauber anzutreffen sind, denn die Küste des Lichts ist ganz in der Hand der Franzosen, die hier mit Vorliebe ihren Urlaub verbringen. Wer Frankreichs Küste also ganz „französisch erleben“ möchte, kommt an der Côte de Lumière nicht vorbei.

## 3 Die Charentes und das westliche Limousin | 204

Ziemlich unbekannt und doch voller zauberhafter Städte wie **Saintes** (S. 230), **Royan** (S. 214) und **Angoulême** (S. 262) sind die beiden Départements **Charente** und **Charente Maritime**, die man in Frankreich einfach nur die Charentes nennt. Sie beginnen östlich der Côte de Lumière, die zum Teil noch zur Charente Maritime gehört, und ziehen sich südlich der Départements Deux Sèvres, Vienne und Haute-Vienne bis ins westliche Limousin. Im Süden werden sie durch die Dordogne begrenzt. Die Charentes locken mit großartigem Weinbrand in **Cognac** (S. 249), mit Kaviar aus der Gironde und den besten Austern Frankreichs. Die perfekte Region also für Liebha-

ber der **guten Küche** und für Menschen, die auch abseits der touristischen Zentren Urlaub machen möchten.

## 4 Westliche Corrèze und Dordogne | 292

Im Zentrum des Département Dordogne liegt die historische **Region Périgord**. Hier konzentrieren sich auf engem Raum zahlreiche Sehenswürdigkeiten, die den Besucher auf eine Zeitreise gehen lassen. Das pittoreske mittelalterliche Dorf **La Roque-Gageac** (S. 361) und die märchenhaften Burgen **Castelnaud** (S. 360) und **Beynac** (S. 358) sind am namensgebenden Fluss Dordogne zu finden. **Sarlat-la-Canéda** (S. 352) mit seiner buchstäblich filmreifen Altstadt liegt etwas abseits des großen Stroms. Von dort ist es nicht weit ins **Tal der Vézère**, wo man ganz tief in die Vorgeschichte eintauchen kann. Die **Höhle von Lascaux** (S. 349) bzw. ihre Nachbildung beeindruckt mit prähistorischer Kunst. Entlang unzähliger Flussschleifen geht es nach **Les-Eyzies-de-Tayac-Sireuil** (S. 338) im Zentrum des „Tals der Menschheit“. Nach der Mündung der Vézère in die Dordogne ist es nicht mehr weit bis nach **Bergerac** (S. 319), wo man im **Maison des Vins** entspannt guten Wein probieren kann.

wfr. 225 lv



# Reiserouten und Touren

## Tour 1: Von Schloss zu Schloss ans Meer (5 Tage)

Natürlich kann man einfach und schnell über die A10 ans Meer fahren. Aber ganz ehrlich? Das wäre wirklich schade! Denn hinter Orléans finden sich die **schönsten Schlösser Europas**, gelegen in einer großartigen Kulturlandschaft voll bekannter und unbekannter Orte. Wer also ein wenig Zeit hat, sollte sie sich auch nehmen und die Loire und die Regionen südlich davon in aller Ruhe erkunden, bevor man sich dann in die Fluten des Atlantiks stürzt.

Die hier vorgestellte Tour beginnt in **Blois** und endet in **La Rochelle**, fünf Tage sollte man sich mindestens Zeit neh-

men, man kann aber auch zwei Wochen daraus machen!

Um das **Schloss Chambord** kommt man nicht herum – es ist das idealtypische Schloss an der Loire, wie einem Märchen entsprungen. Seinem Zauber kann sich niemand entziehen!

Doch der wahre Zauber der Loire folgt erst noch. Statt der großen A10 nimmt man nun die kleinen **Nebenrouten**. Die D925 zum Beispiel verläuft fast immer in Sichtweite der Loire und streift dabei die schönsten Orte.

Ist es Sonntag? Dann unbedingt ab nach **Amboise**. Denn hier findet in den Vormittagsstunden ein riesiger Markt statt. Anschließend lohnt der Weg nach **Tours** – zumindest, wenn man zwi-



schendurch einmal etwas Großstadtflair schnuppern möchte. Hat man davon genug, geht es weiter Richtung Westen. Wer Lust auf Schlösser hat: Auch hier gibt es mehr als genug davon; **Villandry** ist zum Beispiel absolut sehenswert, aber auch das viel kleinere Schloss von **Azay-le-Rideau** lohnt jede Stunde, die man dort verbringt.

Die wirklichen Geheimnisse der Loire aber verbergen sich südlich von Saumur, und zwar unter der Erde. In **Doué-la-Fontaine** gibt es sagenhafte Höhlendörfer, in **Brézé** sogar ein unterirdisches Schloss. Von hier ist es dann nur noch ein Katzensprung nach **Thouars**, wo ein weiteres riesiges Schloss auf den Besucher wartet.

Auf Nebenstrecken nähert man sich dann so langsam dem Meer. Je nachdem, wohin man möchte, wählt man ab Thouars die Strecke über **Parthenay**, ei-

nem verwunschenen mittelalterlichen Städtchen, oder fährt über die A87 nach **Les Sables-d'Olonne**.

■ Viele der Schlösser an der Loire sind **in den Wintermonaten geschlossen**. Wer aber keinen Wert darauf legt, sie von innen zu sehen, wird auch im Winter seine Freude haben. Für die Atlantikküste hingegen sind ein paar Grade mehr angenehm. An **Ostern** und im **Sommer** sind sowohl die Schlösser und Ortschaften an der Loire als auch die Küste sehr gut besucht.

☑ So viele Schlösser – das Château de l'Islette liegt ein bisschen versteckt nahe der Loire

wfr\_185 mb





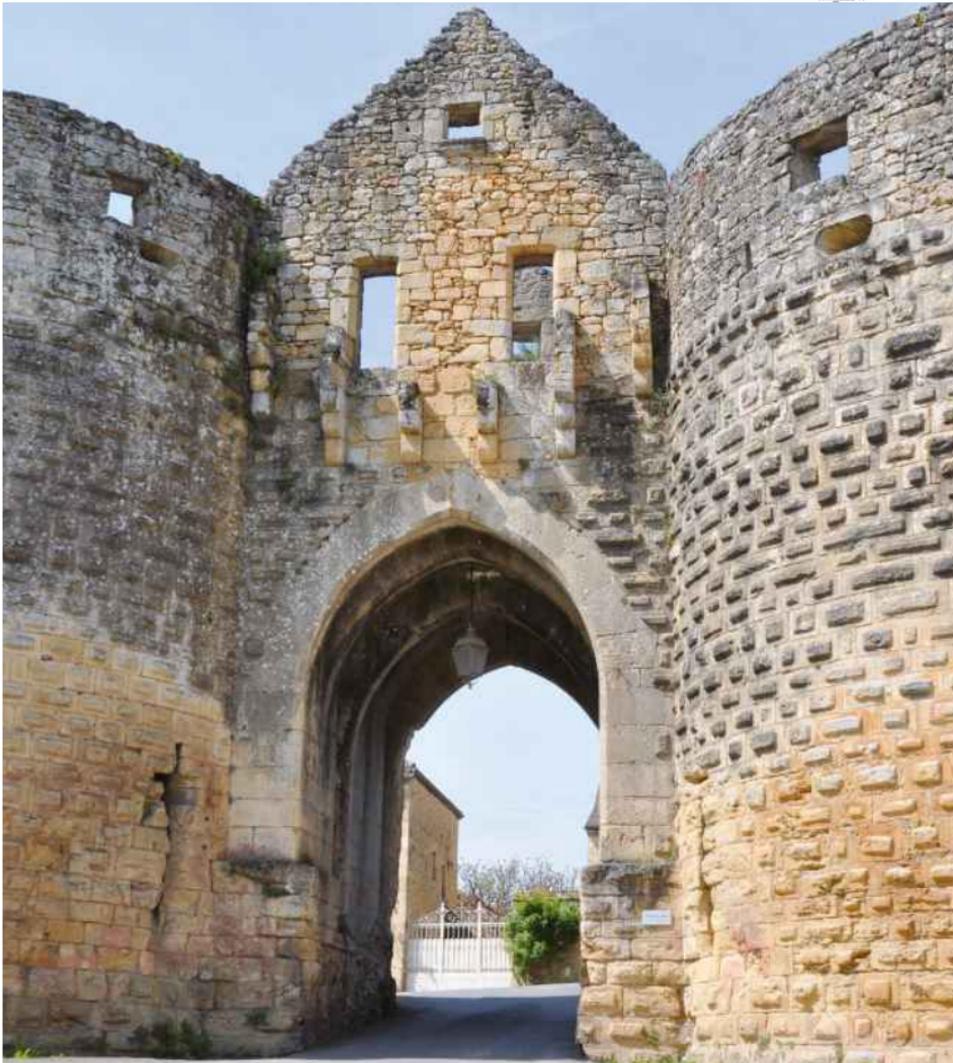
**Montignac** am Fluss Vézère steht dagegen ganz im Zeichen steinzeitlicher Kunst: In einem futuristisch anmutenden Gebäudekomplex taucht man in die mystische Welt unserer prähistorischen Vorfahren ein. Die **Lascaux-Höhle** wurde 1:1 nachgebaut, sodass man die großartigen Wandmalereien gefahrlos aufsuchen und betrachten kann. Gefahrlos auch für die Kunstwerke selbst, denn die Originale bleiben vor menschlichen

Ausdünstungen und schädlichen Bakterien geschützt weiterhin im Berg verschlossen.

In vielen Schleifen zieht die **Vézère** nach Les-Eyzies vorbei an den Überbleibseln einst wehrhafter **Felsenwohnungen**. Insbesondere in den Religions-

☑ La Porte des Tours – ein Rest der Stadtmauer von Domme

wfr\_223lv





wfr\_226 lv

kriegen verschanzten sich Menschen unter den schützenden Felsdächern von Halbhöhlen, sogenannten Abris. Ob am **Roque Saint-Christophe**, in der **Village de la Madeleine** oder im **Maison forte de Reignac** – wie die Bevölkerung früherer Jahrhunderte gelebt, gearbeitet und sich einfallender Eroberer erwehrt hat, kann hier anschaulich nachvollzogen werden. **Les-Eyzies-de-Tayac-Sireuil** war schon in vorgeschichtlicher Zeit ein beliebter Siedlungsplatz: Wo das Flüsschen Beune in die Vézère mündet, muss es ein angenehmer Platz zum Leben gewesen sein. Nirgendwo sonst auf der Welt hat man auf engem Raum eine solche Vielzahl an Steinzeitfunden gemacht. Nicht wenige davon sind im **Prähistorischen Nationalmuseum** ausgestellt, wo man sich von den feinmotorischen und künstlerischen Fähigkeiten unserer Urahren überzeugen kann.

Bei **Limeuil** vereint sich die Vézère mit der mächtigen **Dordogne**, und das Ziel der Reise ist bald erreicht: **Bergerac**. Nach dem lehrreichen Trip durch die Geschichte hat man sich die ausgiebige Weinprobe im Maison des Vins mit Blick auf den Fluss redlich verdient.

■ Die Tour kann man das ganze Jahr hindurch unternehmen, **besonders schön** ist sie jedoch **im Herbst**, wenn die Blätter der Wälder sich bunt färben und die Märkte nach der Hochsaison vor allem von Einheimischen aufgesucht werden. Im Winter sind viele Sehenswürdigkeiten geschlossen.

☒ In diesem historischen Gemäuer befindet sich das Stadtmuseum von Brive-la-Gaillarde

### Tour 3: Auf dem Flow Velo durch den Westen Frankreichs (10-tägige Radtour)

Fahrradtourismus ist absolut angesagt in Frankreich – kein Wunder in der Nation der Tour de France. Das Tolle daran ist, dass sich mit dem Rad eine **Region** un-**gemein intensiv erschließen** lässt, erst recht, wenn Fernradwege derart gut ausgebaut sind wie der Flow Velo, der von Thiviers in der Dordogne einmal quer durch die Charente und die Charente Maritime an die Côte de Lumière auf die Île d'Aix führt. Die Tour kann man **über Veranstalter organisieren**, die sich um den Gepäcktransport und Hotelbuchungen im Vorfeld kümmern, man kann sie aber auch ganz **individuell** in Angriff nehmen, denn die Fahrradmitnahme ist in vielen französischen Regionalzügen kostenfrei möglich, sodass man die Stre-

cke bei Bedarf auch mal unterbrechen kann, oder man reist ganz klimafreundlich schon ab Deutschland mit dem Drahtesel an.

Für den Flow Velo sollte man sich **mindestens eine Woche** Zeit lassen, die offizielle Streckenführung sieht für den Fernradweg sogar 10 Tage à 25 bis 35 km vor; die insgesamt 290 km lange Tour eignet sich auch für Anfänger.

Und wer **den ganzen Westen** Frankreichs mit dem Rad erkunden möchte? Nun, der lässt sich mit dem Zug von der Küste an die Loire bringen und schließt dort den Loire-Fernradweg an den Flow Velo an. Denn eines ist klar: Westfrankreich ist Fahrradland!

Der Flow Velo beginnt inmitten des **Périgord Vert** und führt von dort durch sanfte Hügellandschaft zunächst quer durch den Naturpark Limousin und Périgord Vert. Vor allem an den ersten drei



Tagen sind einige Bergauffahrten zu bewältigen, doch wer **Angoulême** erreicht hat, kann aufatmen: Ab hier gibt es kaum noch Steigungen. Wer Zeit hat, sollte in der Hauptstadt des Comics eine zweite Nacht einplanen und das jugendliche Flair der Stadt, ihre Bars und Cafés genießen.

In zwei Tagesetappen geht es dann nach **Cognac**. Hier muss (!) man Halt machen, schon alleine, um die köstlichen Brantweine zu verkosten. Denn

Cognac hat nichts mit billigem Feuerwasser zu tun, sondern ist ein überaus edles Getränk, wie man bei einer Brennerei-Führung erfahren kann.

Ab Cognac folgt man dem Fluss **Charente**, der den Départements ihre Namen gab. Zunächst fährt man nach **Saintes**, wo man wieder mindestens eine zweite Nacht einplanen sollte, um die herrliche Stadt mit ihrem römischen Erbe anschauen zu können. Anschließend nähert man sich dann ganz langsam und



gemütlich dem Atlantik. In **Rochefort**, das in einer Flussschleife der Charente liegt, locken gute Restaurants und ein riesiges Militärmuseum. Von dort ist es nur noch ein Katzensprung nach **Fou-ras**; von dem zauberhaften Ferienörtchen fährt die Fähre zur **Île d'Aix**, dem offiziellen Ende des Flow Velo. Was für eine herrliche Tour!

■ Die Strecke ist **besonders angenehm im Herbst und Frühjahr** zu fahren, aber auch im Winter macht sie Spaß. Im Sommer hingegen ist es zu heiß, es sei denn, man hat ein E-Bike. Infos auf **la flowvelo.com**.

☑ Der Hafen von La Rochelle

wfr\_184 mb



## LEGENDE

- Winter
- Frühling / Herbst
- Sommer

**Mimosen blühen**

Bei uns ist es noch düster und kalt, während im Westen Frankreichs die Mimosen zu blühen beginnen, vor allem entlang der Côte de Lumière.

**Jazz-Pourpre-Festival in Bergerac**

Im Périgord lockt diese tolle Veranstaltung Musikfans aus aller Welt an.

**Abwechslung im Mai**

Der Mai ist eine sehr gute Jahreszeit: Es wird bereits warm, aber die Hitze der Sommermonate ist noch fern. Am 1. Mai wird in Frankreich grundsätzlich demonstriert. An der Loire leuchten die Nuits de Chambord, ein riesiges Lichterfest mit Lightshow, im Périgord Vert kann der große Blumenmarkt Floralis besucht werden.

JAN

FEB

MÄR

APR

MAI

JUN

**Comicfestival in Angoulême**

Das weltweit größte Festival dieser Art. Man darf sich nicht wundern, wenn man während des Events im Januar die Gallier Asterix und Obelix die Straßen entlanglaufen sieht.

**Gartenfestival in Chaumont**

Das bunte Festival an der Loire öffnet seine Tore, die Installationen bleiben bis zum Herbst stehen.

**Start der Saison**

Ab Ostern öffnen fast alle Sehenswürdigkeiten in der Region. Die offizielle Saison beginnt (und hat im Juli und August ihren Höhepunkt).

**Musikevents**

Der Juni steht im Zeichen der Musik. In Tours findet die Fête de la Musique statt, auf der Île d'Aix das Ohlinda Jazz Festival, in Niort, Saintes und Brive gehen die Musikfeste in den Juli über, und es wird kräftig weiter gefeiert.

**In der Hochsaison rührt sich was**

Im Juli und August ist Hochsaison, dann finden überall im Westen Frankreichs Nacht- märkte statt, Lichtshows und sonstige (touristische) Spektakel. Besonders schön sind die Nuits des Milles Feus in Villandry (Loire) und das Theaterfestival in Sarlat (Dordogne).

**Mimons**

Für Liebhaber der unbekannteren Künste: Das Pantomime- und Kleinkunstfestival findet im Juli in Périgeux statt.

**Weinlese**

Die Weinlese beginnt, denn nicht nur die Region Bordeaux kann Wein, auch die Charentes sind ganz groß dabei!

**Keine Tristesse im November**

Um dem trüben Monat etwas entgegenzusetzen, werden viele Essensmärkte abgehalten, in Vairaigne (Dordogne) das Truthahnfest, in Angoulême das Schlemmerfestival, und im Périgord und in der Charente etablieren sich Trüffelmärkte, wo bislang keine waren. Poitiers trumpft mit einem Filmfestival auf, und der Vendée Globe an der Atlantikküste zieht Hunderttausende von Schauspielern an.

**JUL****AUG****SEP****OKT****NOV****DEZ****National- feiertag**

Der wichtigste Feiertag für die französische Nation ist der 14. Juli.

**Stadtfest in Cognac**

Der Sommer geht mit Straßenfesten, Musik, Tanz und Theater in die Verlängerung.

**Schlemmer-Herbst**

Überall wird ab Oktober Wein gemacht, die Jagdsaison ist eröffnet, die ersten Trüffelsuchen gehen los und damit eröffnen die ersten Trüffelmärkte im Périgord.

**Weihnachten**

Der letzte Monat des Jahres steht ganz im Zeichen des Budenzaubers auf den winterlichen Märkten, die auch kulinarisch eine Sternstunde sind.

**Kultur pur**

Im August findet das Festival d'Art Lyrique in Azay statt. Man kann den unterschiedlichsten Lesungen und Opernaufführungen beiwohnen.

# Fünf sagenhafte Höhlen



wfr\_144 lc

## Grotte de Villars | 315

Wer originale Wandmalereien sehen möchte, wird von der Grotte de Villars begeistert sein. Auch in anderen Höhlen gibt es Malereien zu sehen, klar, aber hier sind sie echt. Mit dem Besuch sollte man sich beeilen, denn es steht zu befürchten, dass er zum Schutz der Bilder bald untersagt oder reglementiert wird.



wfr\_145 mb

## Grotte de Lascaux | 349

Alles unecht, aber das perfekt! Die weltberühmte Höhle mit den prähistorischen Wandmalereien wurde für Besucher zentimetergenau nachgebildet, um die Originalen vor zerstörerischen Bakterien zu schützen.



wfr\_146 mb

## Grotte de Font de Gaume | 343

Wie beklemmend es für die Steinzeitkünstler gewesen sein muss, in die Unterwelt hinabzusteigen, kann man hier nachvollziehen. Dunkelheit, enge, schmale Gänge, Platzangst. Den neuzeitlichen Touristen entschädigen 18.000 Jahre alte Malereien an den Wänden – und manch neuzeitliches Graffiti.



wfr\_147 lc

## Gouffre de Proumeyssac | 337

Felszeichnungen sucht man hier vergebens. Stattdessen kann man sich wie vor hundert Jahren nostalgisch in einem Korb in die Schachthöhle hinunterlassen. Am Höhlengrund erwartet den Besucher eine Zauberwelt aus glitzernden Tropfsteinen.



wfr\_148 mb

## Gouffre de Padirac | 370

Eine Paddeltour mal anders: statt bei Sonnenlicht in der Dunkelheit auf einem unterirdischen Fluss. Den muss man über einen gewaltigen Eingangsschacht über viele Treppen aber erst einmal erreichen. Der Mühe Lohn ist die einzigartige Bootsfahrt auf dem schwarzen Fluss.

# Fünf Leuchttürme zum Staunen

## Phare de Cordouan | 220

Mitten im Meer, nur mit dem Schiff zu erreichen, von der UNESCO als Weltkulturerbe deklariert und mit Sicherheit der schönste Leuchtturm weit und breit. Der 68 m hohe Turm steht im Mündungsbereich der Gironde.



wfr\_149 mc

## Phare de la Coubre | 222

Der Leuchtturm markiert den Übergang von der Côte de Beauté zur Côte Sauvage und befindet sich damit genau zwischen der Gironde und dem offenen Atlantik. Kilometerweit kann man über Dünenlandschaften blicken, während das Jugendstildach des Turms architektonisch begeistert.



wfr\_150 mb

## Phare de Chassiron | 196

Der Turm steht auf einem Kompass inmitten eines kleinen Parks und markiert die Nordspitze der Île d'Oléron. Von hier sieht man das Fort Boyard und kann die benachbarten Inseln Ré, Aix und Madame erkennen, sodass man sich in einem Inselparadies wähen mag.



wfr\_152 mb

## Phare des Baleines | 172

Beeindruckende 57 m hoch ist der sechseckige Leuchtturm der Île de Ré. Wer keine Lust hat, die 257 Stufen bis zur Plattform hinaufzusteigen, schaut sich unten im Museum die Ausstellung zur Geschichte des Walfangs an.



wfr\_151 mb

## Le Grand Phare | 131

1944 sprengten deutsche Soldaten den für die Seefahrt so wichtigen Leuchtturm auf der Île d'Yeu. 1956 wurde er im schönsten Art-déco-Stil wieder aufgebaut, um den Seefahrern aus 56 m Höhe Orientierung zu geben.



wfr\_153 mb

# Fünf fantastische Märkte



wfr\_154 mb

## Sonntagsmarkt in Amboise | 52

Händler aus der ganzen Loire-Region kommen zusammen, um all das zu verkaufen, was die Gegend an kulinarischen Köstlichkeiten hergibt: würzigen Käse, erstklassigen Wein, frischestes Gemüse und köstliche Würste. Da läuft einem das Wasser im Mund zusammen!



wfr\_084 mb

## Markthalle in Royan | 215

Die schönste Markthalle weit und breit! Selbstverständlich gibt es auch besten Fisch, leckere Austern aus der Region und tolle Backwaren, doch all das verblasst im Angesicht der Muschel-Architektur dieser Halle aus den 1950er Jahren.



wfr\_155 mb

## Marché de Victorine in La Côtinière | 199

Täglich ab 15.30 Uhr beginnt im Hafen von La Côtinière auf der Île d'Oléron die große Fischauktion, auf der vielerlei Meeresgetier frisch vom Schiff verkauft wird. Danach wandern die Delikatessen in den Marché Victorine, wo sie an den Endverbraucher gehen.



wfr\_156 jh

## Marché des Producteurs in St Estèphe | 310

Montagabend trifft sich im Sommer Jung und Alt am See von St Estèphe, um bei Live-Musik Kleinigkeiten zu essen und hausgemachte Spezialitäten zu kaufen.



wfr\_157 mb

## Halle Brassens in Brive-la-Gaillarde | 377

Georges Brassens war hier einst gern gesehener Kunde und beschrieb in seinem Lied „Hécacombe“ diese sagenhafte Markthalle, in dem er eine Massenschlägerei zwischen Marktgängern und Polizei vertonte. Grundsätzlich ist sie ein friedlicher Ort und bestens besucht aufgrund der wunderbaren kulinarischen Angebote.

# Fünf märchenhafte Schlösser

## Château Chambord | 38

Als hätte Walt Disney für sein Markenlogo das Schloss Chambord ausgesucht – so sieht es aus. Prätig-verspielt wie aus einem Märchen, voller Türmchen und Prunk, sodass man beim Besuch in Gedanken König oder Königin spielen kann.



wfr\_158 ls

## Château de Clos Lucé | 54

Hier lebte und starb Leonardo da Vinci, hier hing über Jahrhunderte die „Mona Lisa“, und hier wurden und werden die unglaublichsten Apparate und Maschinen nachgebaut, ganz nach den Plänen des alten Meisters. Logisch, dass man sie auch ausprobieren darf!



wfr\_159 bm

## Château de Brézé | 102

Ein Schloss tief in der Erde, mit Höhlensystemen, unterirdischen Prunksälen, riesigen Küchen und einer Weinkellerei. Auch die Räume über der Erde sind sehenswert, doch die unterhalb sind einfach unschlagbar!



wfr\_160 mb

## Château de la Roche Courbon | 243

Fast wäre das Schloss wie einst bei „Dornröschen“ zugewachsen, hätte es nicht der große Schriftsteller Pierre Loti als Kind entdeckt und vor dem ewigen Schlaf gerettet. Und so präsentiert es sich bis heute: Dornröschenhaft und schön.



wfr\_161 sm

## Château de Hautefort | 318

Ein Schloss mit Ökolabel inmitten des Périgord Vert. Es gilt als schönstes Schloss der Dordogne und kann mit den Prunkbauten an der Loire durchaus mithalten, stammt es doch aus ungefähr der gleichen Zeit.



wfr\_120 td