

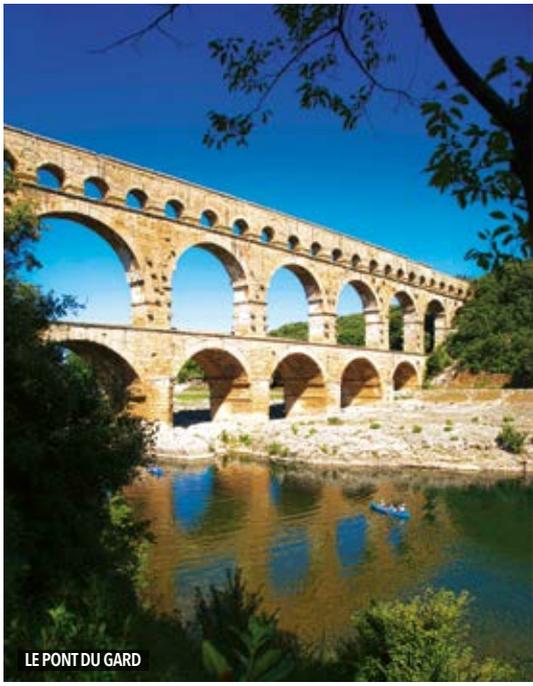


OCCITANIE Sud de France

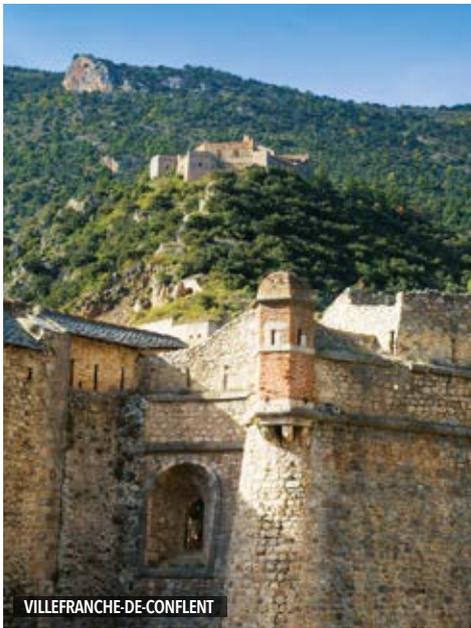


PRESSEMAPPE REISEERFAHRUNGEN 2018





LE PONT DU GARD



VILLEFRANCHE-DE-CONFLENT



CARCASSONNE



GORGES DU TARN



GAVARNIE



CANAL DU MIDI



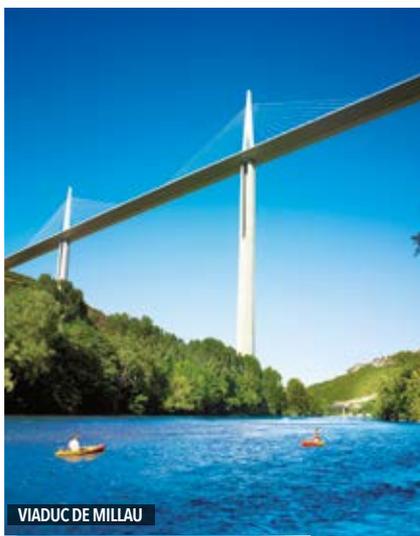
SAINT-GUILHEM-LE-DÉSERT



ALBI



PIC DU MIDI



VIADUC DE MILLAU



BANYULS - CRIQUE CÔTE VERMEILLE



GRUISSAN



TOULOUSE



MONTPELLIER



LOURDES



OCCITANIE Sud de France, Nehmen Sie sich die Zeit, alles zu erleben



- **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** (Pyrenäen und Cevennen), **1 Meeresnationalpark** (Golfe du Lion) und **6 regionale Naturparks**
- **30 Thermalbäder**
- **44 Wintersportorte** in den Pyrenäen und dem Zentralmassiv
- **220 Kilometer Mittelmeerküste** und **37 Yachthäfen**



Inhalt

TOURISTISCHE KENNZAHLEN	> SEIT 5
DIE EROBERUNG DES HIMMELS UND DES WELTRAUMS	> SEITEN 6 BIS 8
IM HERZEN DER NATUR	> SEITEN 9 BIS 14
KULINARISCHE REISEN	> SEITEN 15 BIS 19
WELLNESS	> SEITEN 20 BIS 22
KNOW-HOW UND ZEITGENÖSSISCHES DESIGN	> SEITEN 23 BIS 25
ZIMMER MIT AUSSICHT	> SEITEN 26 UND 27

4
TOURISTISCHE REGION
FRANKREICHS



mit

14 MILLIARDEN

touristischen Verbrauchs



und

120.000

Angestellten in der Tourismusbranche



das entspricht

10%

des regionalen BIP

1
PLATZ BEI DEN TOURISTISCHEN
EMPFANGSKAPAZITÄTEN IN FRANKREICH



mit

3,3 MILLIONEN

Betten



fast

24 MILLIONEN

Übernachtungen in Freiluft-hotels
(1. Platz im nationalen Vergleich)



15,7 MILLIONEN

Übernachtungen in Hotels
(4. Rang in Frankreich)



1
REGION BEI DER FREQUENTIERUNG
DURCH FRANZÖSISCHE TOURISTEN



3

REGION BEI DER FREQUENTIERUNG
DURCH AUSLÄNDISCHE TOURISTE



30 MILLIONEN

Besucher pro Jahr

Übernachtungszahlen ausländischer Touristen
aus den wichtigsten Märkten
Hotels + Campingplätze 2016 in Mio.



1
THERMALREISEZIEL
IN FRANKREICH



mit rund

166.000

Kurgästen



in

30

Thermalbädern



das entspricht fast

1/3

des nationalen Kurbädermarktes

Die Eroberung des Himmels und des Weltraums



Toulouse feiert das hundertjährige Jubiläum der ersten Fluglinie des Luftfahrtpioniers Latécoère und gedenkt der spannenden Geschichte der Eroberung des Luftraums. Die Stadt offenbart großzügig die Geheimnisse dieser gemeinsamen Glanzzeiten, die das Herz der Stadt höher schlagen lassen. Der Pic du Midi, das Festival der Astronomie von Fleurance (Festival d'astronomie de Fleurance) im Département Gers und einige der klarsten Himmel Frankreichs bereichern dieses Ereignis in Okzitanien.

TOULOUSE (HAUTE-GARONNE)

STÄDTE-TRIP IN DIE EUROPÄISCHE HAUPTSTADT DER LUFTFAHRT UND DES WELTRAUMS

Ein Wochenende in Toulouse: mit dem Pass Tourisme den Kopf in den Wolken haben. Sie können den Pass für 1, 2 oder 3 Tage im Fremdenverkehrsamt Toulouse erwerben. Er gewährt Ihnen kostenlosen Eintritt zu verschiedenen Museen im Stadtzentrum und enthält eine vom Fremdenverkehrsamt organisierte Stadtführung. Inhaber des Passes können ebenfalls kostenlos den öffentlichen Nahverkehr (Metro, Tram, Bus) sowie den Flughafen-Transfer nutzen. Er bietet Ihnen weiterhin ermäßigten Eintritt bei vielen touristischen Sehenswürdigkeiten.

ENTDECKEN SIE „LA PISTE DES GÉANTS“ UND „L'ESPACE MÉMOIRE AÉRO“

Das kulturelle Highlight 2018, ein Event zwischen Tradition und Innovation. In Montaudran, der Geburtsstätte der Toulouser Luftfahrt, entstehen drei Bereiche: der "Espace Mémoire Aéro", der sich den Pionieren der französischen Luftpost widmet; die „Jardins de la ligne“ rund um die ehemalige Landebahn, die seit 1997 unter Denkmalschutz steht, und die „Halle de La Machine“. Die Maschinenhalle widmet sich ganz der Straßenkunst und den gigantischen Maschinen der Compagnie la Machine, einer von François Delarozière gegründeten Firma. Insgesamt 150 Maschinen bieten Ihnen ein einzigartiges Spektakel.

www.toulouseaerospace.com/fr/poles/La-Piste-des-Geants
www.toulouse-tourisme.com



BESUCHEN SIE DIE CITÉ DE L'ESPACE

Die Cité de l'Espace von Toulouse, der europäische Themenpark des Weltraums, ist der Ort für Familien mit kleinen Kindern schlechthin. Zahlreiche Attraktionen werden Ihnen geboten: ein IMAX-Kino mit einem riesigen Bildschirm, ein

Planetarium, ein Simulator, mit dem Sie den Mond erkunden können, ein Nachbau der Rakete Ariane 5, ein Raumfahrtzentrum für 6-12-Jährige, ein Spielplatz für die kleinen Astronauten ab 3 Jahren, das Raumschiff Soyouz und ein Nachbau der Raumstation Mir. Als Erlebnisstätte zwischen Forschern, Astronauten und der breiten Öffentlichkeit ist die Cité de l'Espace immer in Bewegung und dank wechselnder, temporärer Ausstellungen immer auf dem neuesten Stand der Raumfahrttechnologie.

www.cite-espace.com

> ERLEBEN SIE DIE GROSSEN ABENTEUER DER LUFTFAHRT

Das einzigartige Museum Aeroscopia öffnet seine Pforten und präsentiert das außergewöhnliche Erbe der Luftfahrt, über das Toulouse verfügt. Das Museum, das sich gegenüber dem Airbus-Werk befindet, liefert Einblick in die Geschichte der Luftfahrt und ermöglicht es, an Bord einer richtigen Concorde, eines Airbus A330B, einer A400M und eines Super Guppy zu gehen. Wenn Sie möchten, können Sie einen Besuch der Werksanlage des Airbus A380 oder A350 anschließen.

www.musee-aeroscopia.fr

www.manatour.fr

AVIASIM, EIN AUSSERGEWÖHNLICHER FLUGSIMULATOR

Dieser Flugsimulator versetzt Sie auf äußerst realistische Weise in ein Cockpit eines Airbus A320. Eine einzigartige Erfahrung, unter Anleitung eines professionellen Fluglehrers.

www.aviasim.fr

Worum geht es? Toulouse aus der Luft entdecken.

Wann? Von Juli bis Dezember 2018.

Welche Experten sind vor Ort? Die Experten der Société d'Astronomie Populaire Toulouse (saptoulouse.net), Ingenieure (Sylvestre Meurice von IRAP), Techniker, Astronauten (je nach Verfügbarkeit), Verantwortliche von Unternehmen, die sich mit den Transportmitteln der Zukunft beschäftigen, und gerade dabei sind, sich in Toulouse anzusiedeln (easymile.com, eva.xyz).

Eine Unterkunft? Das legendäre Hotel Grand Balcon. Hier haben schon Luftfahrtpioniere wie Mermoz, Guillaumet und Antoine de Saint-Exupéry (dessen Zimmer mit der Nummer 32 detailgetreu nachgebaut wurde) übernachtet. Oder das Hotel la Caravelle, eine Einrichtung aus den 60er Jahren, komplett und dem Thema Luftfahrt entsprechend renoviert.

<http://grandbalconhotel.com>, www.lacaravelle-toulouse.com

FLEURANCE UND MAUROUX (GERS)

EIN FESTIVAL IN DEN STERNEN

Das Astronomie-Festival von Fleurance (festival d'astronomie de Fleurance), das unter der Schirmherrschaft des Astrophysikers Hubert Reeves steht, ist in seiner Art einzigartig in Europa. Seit nun mehr als 20 Jahren steht die Wissenschaft immer Anfang August der allgemeinen Öffentlichkeit offen.

> **Der Wissenschafts-Marathon** lädt 12 Spezialisten (Wissenschaftler, Philosophen, Schriftsteller, große Zeitzeu-

gen...) ein, 12 Stunden lang abwechselnd ein aktuelles Thema der Wissenschaft aus verschiedenen Blickwinkeln zu beleuchten.

> **Das Astronomie-Festival** vereint eine Woche lang Festivalbesucher und Wissenschaftler und bietet rund 150 Aktivitäten (Vorträge, Veranstaltungen, Workshops, astronomische Abende mit Beobachtung des Sternenhimmels...).

> **Das „Astro-Jeunes-Festival“** ist das einzige astronomische Festival für Kinder und Jugendliche (4-17 Jahre) in Europa. Es lädt sie ein, sich mit den Geheimnissen des Himmels, der Sterne und des Weltraums auseinanderzusetzen.

Worum geht es? Die Geheimnisse des Himmels ergründen.

Wann? Astronomie-Festival: Vom 1. April bis 31. Oktober und vom 4. bis 10. August 2018. (Außerhalb der Öffnungszeiten ist ein Besuch nur ohne Unterkunft vor Ort möglich.)

Welche Experten sind vor Ort? Bruno Monflier, Präsident des Astronomie-Festivals von Fleurance und Gründer der „Ferme des Etoiles“. Es besteht die Möglichkeit, einen Wissenschaftler während des Festivals zu treffen.

Eine Unterkunft? Während der Saison ein Zimmer in einem Gästehaus buchen oder in einer ungewöhnlichen Unterkunft: der Astrobulle.

www.fermedesetoiles.fr

Die Ferme des Etoiles in Mauoux lässt Sie mit der Familie oder unter Freunden in einer stimmungsvollen Atmosphäre den Sternenhimmel betrachten. Im Abendprogramm sind außerdem eine Show im Planetarium, ein typisches Essen der Region Gers und Sternbeobachtungen enthalten.





PIC DU MIDI (HAUTES-PYRÉNÉES)

DER PIC DU MIDI REVOLUTIONIERT SICH SELBST

Nach der Eröffnung des höchstgelegenen Planetariums Europas kann sich der Pic du Midi einer weiteren Attraktion rühmen: In 2877 Meter Höhe wurde eine 10 Meter lange Eisenbrücke über dem Abgrund errichtet. Sie bietet eine einmalige Aussicht auf die Pyrenäen. Ein neues Restaurant mit Panoramablick, exklusiver Terrasse und Brauerei erweitern das gastronomische Angebot.

Worum geht es? Der Leere die Stirn bieten.

Eine Unterkunft? Ein Zimmer in einem der höchstgelegenen Hotels Europas, auf dem Gipfel des Pic du Midi. Insgesamt gibt es nur 15 Zimmer, die denjenigen Besuchern vorbehalten sind, die das immense Glück haben, ganz nah unter den Sternen zu schlafen und einen Sonnenaufgang im Hochgebirge mitzuerleben.

www.picdumidi.com

REGIONALER NATURPARK CAUSSES DU QUERCY (LOT)

DER KLARSTE HIMMEL FRANKREICHS

Die Karte, die die Qualität des Nachthimmels in Frankreich aufzeigt, lässt ein schwarzes Dreieck über den Causse du Quercy. Hier, zwischen Rocamadour und dem Vallée du Célé, befindet sich das Gebiet mit der wenigsten Lichtverschmutzung Frankreichs. Dank der errichteten Observationsstätten kann man in tiefster Nacht die Milchstraße bewundern.

Wann? Im Sommer.

Welche Experten sind anwesend? Astronomie-Spezialisten.

Eine Unterkunft? Viele Unterkünfte verfügen über die erforderlichen Materialien, um den Sternenhimmel zu beobachten.

www.parc-causses-du-quercy.fr

NATIONALPARK CEVENNEN (LOZÈRE)

NACHTWANDERUNG

Die schwache Luftverschmutzung, die von der niedrigen Bevölkerungsdichte und fehlender Ballungszentren oder Industriestandorte herrührt, macht aus den Cevennen, genauer gesagt aus dem Nationalpark, ein ideales Gebiet, um den Nachthimmel zu beobachten. Von der UNESCO als weltweites „Biosphärenreservat“ ausgezeichnet, bietet sich der Park auch dazu an, die nächtliche Biodiversität zu beobachten (Eulen, Fledermäuse, Nachtfalter).

Wann? Das ganze Jahr über, aber vor allem im Sommer, wenn zahlreiche astronomische Feste stattfinden.

Welche Experten sind anwesend? Angestellte des Nationalparks Cevennen und Hobby-Astronomen.

www.cevennes-parcnational.fr

Der Nachthimmel im Nationalpark der Pyrenäen ist von ungewöhnlicher Klarheit und wurde daher von der International Dark-Sky Association als Lichtschutzgebiet ausgezeichnet. Diese Auszeichnung steht für die Reinheit einer Stätte, ihrer Förderung durch regionale Akteure und das Engagement letzterer, gegen die steigende Lichtverschmutzung anzukämpfen und den nächtlichen Himmel zu schützen.



Im Herzen der Natur



Als Naturschutzgebiete beherbergen die Naturparks hunderte Tierarten, außergewöhnliche und seltene Exemplare, und überraschende Schätze. An natürlichen Schätzen fehlt es Okzitanien nicht: Tropfsteinhöhlen, Grotten, geschützte Küstengebiete und anmutige Gebirge versprechen außergewöhnliche Erlebnisse.

Naturparks

NATIONALPARK PYRENÄEN UND REGIONALER NATURPARK PYRÉNÉES ARIÉGEISES (HAUTES-PYRÉNÉES UND ARIÈGE)

ENTDECKEN SIE DIE „STARS“ DER BERGE

> **Der Herrscher der Pyrenäen:** Nachdem er ein Jahrhundert lang aus den französischen Pyrenäen verschwunden war, ist der Iberiensteinbock seit 2014 dank eines Wiederansiedlungsprojekts des Nationalparks Pyrenäen und des Regionalen Naturparks Pyrénées Ariégeoises wieder in den Bergen zu finden. Dieses für die Fauna der Pyrenäen typische Huftier, das auch an den Wänden prähistorischer Höhlen abgebildet ist, wandelt seither auf den Pfaden der zwei Parks. Man kann eigenständige Wanderungen unternehmen oder sich mithilfe eines Führers auf die Spuren des Steinbocks begeben.

Geführte Wanderungen: www.produits-parc-pyrenees-ariegeoises.fr
www.bouquetin-pyrenees.fr

> **Der Braunbär:** Der Braunbär ist ein für das Massiv der Pyrenäen typisches Tier. Die Pyrenäen im Departement Ariège mit dem Aran-Tal und der historischen Provinz Comminges beherbergen etwa dreißig Braunbären, die im Rahmen eines Wiederansiedlungsprogrammes des Staates hier wieder ein Zuhause gefunden haben. Auf diese Weise will man ihrem Aussterben in den Pyrenäen entgegenwirken.

NATIONALPARK CEVENNEN (LOZÈRE)

4 ARTEN, DIE WILDE FAUNA ZU ENTDECKEN

1/ Auf den Spuren der Biber oder auf der Suche nach Geiern: Nehmen Sie an kostenlosen, von Mitarbeitern des Nationalparks organisierten Ausflügen im Sommer teil.

2/ Rund um den Hirsch werden kostenpflichtige, professionelle Führungen des Vereins Sentiers vagabonds (www.sentiersvagabonds.com), ein Partner des Nationalparks, angeboten.

3/ Bewundern Sie von einer extra eingerichteten Beobachtungsstation die Mufflons, die sich am Gipfel des Aigoual niedergelassen haben (www.causses-aigoual-cevennes.org).

4/ Entdecken Sie die Geheimnisse der großen Raubvögel der Cevennen während eines Aufenthaltes, der ganz unter dem Zeichen des Ökotourismus steht und von einer erfahrenen Bergführerin geleitet wird (www.languedoc-nature.com).





NATIONALPARK CEVENNES (LOZÈRE E GARD)

FOLGEN SIE DEN TRANSHUMANTEN HIRTEN

Ein Treffen mit transhumanten (d.h. Wanderweidewirtschaft betreibenden) Hirten: Unter Begleitung eines Mitarbeiters des Parks können Sie den Alltag zweier Hirten auf der Sommerweide des Aubaret oder der La Vialasse kennenlernen und die Arbeit der Hütehunde und der Pyrenäenberghunde (Patou) während des Sommers miterleben.

Renseignements : www.cevennes-parcnational.fr

REGIONALER NATURPARK PYRÉNÉES CATALANES (PYRÉNÉES-ORIENTALES)

ERLEBEN SIE DAS HERDENLEBEN DER MÉRENS-PFERDE

Die Mérens-Pferde sind eine Pferderasse aus den Pyrenäen, die für ihre Trittsicherheit bekannt ist und deren Arterhaltung leider bedroht ist. Erleben Sie eine einmalige Erfahrung und folgen Sie der Herde von Nathalie (bestehend aus ca. 30 bis 50 Pferden), die den Sommer auf der Sommerweide von Porté-Puymorens verbringt. Im Herbst wird die Herde die Weiden im Flachland auf-

suchen. Im Frühling ziehen sie wieder zurück nach Porté-Puymorens, eine Gemeinde im Regionalen Naturpark der katalanischen Pyrenäen. Dieser Aufenthalt von 4 Tagen ermöglicht es Ihnen, den Park und seine vielfältigen Landschaftsformen kennenzulernen.

www.pyren-equus.com

GEHEN SIE AN BORD DES „TRAIN JAUNE“

Erleben Sie eine ungewöhnliche Reise an Bord eines der bedeutendsten Symbole Kataloniens, der aufgrund seines auffälligen gelben Anstrichs liebevoll als „Canari“ („Kanarienvogel“) bezeichnet wird: Der „gelbe“ Zug verbindet Villefranche-de-Conflent (427 m) mit Latour-de-Carol (1 232 m) und legt dabei 63 Kilometer und einen Höhenunterschied von 1200 Metern bis zum Bahnhof von Bolquère, dem höchstgelegenen Frankreichs (1593 m), zurück. Die Gebirgsbahn wurde zu Jahrhundertbeginn erbaut und ist die einzige, die eine Steigung von mehr als 6% meistern kann. Während der Sommermonate erfreuen sich die offenen Sommerwagen großer Beliebtheit.

Worum geht es? Mit einem Kanarienvogel reisen.

Wann? Das ganze Jahr über.

Welcher Fachmann ist anwesend? Der Zugführer.

www.pyrenees-cerdagne.com



Grotten und Höhlen

PADIRAC (LOT)

EINE REISE ZUM MITTELPUNKT DER ERDE



Nach einem schwindelerregenden Abstieg in 103 Meter Tiefe (keine Panik: es gibt einen Aufzug...) kann die 90-minütige Führung beginnen. Ein Großteil der Besichtigung findet an Bord eines kleinen Bootes auf dem unterirdisch verlaufenden Fluss statt, bis zum Lac de la Pluie. Dort befindet sich der Grande Pendeloque (ein 60 Meter hoher Stalaktit), der wie an einem Seil aufgehängt von der Decke schwebt. Zu Fuß geht es weiter zur 94 Meter hohen Salle du Grand Dôme, die durch ihre zahlreichen - durch die Natur während Millionen von Jahren geformten - Tropfsteine beeindruckt.

Im Laufe des Jahres finden zahlreiche Veranstaltungen statt, wie zum Beispiel „Les visites Explorateurs“ in totaler Dunkelheit, die „Fête de la musique“ 103 Meter unter der Erde, und während des Osterwochenendes eine Ostereiersuche...

Worum geht es? Ein unterirdisches Abenteuer in Booten erleben.

Wann? Von März bis November.

www.gouffre-de-padirac.com

SALLES-LA-SOURCE (AVEYRON)

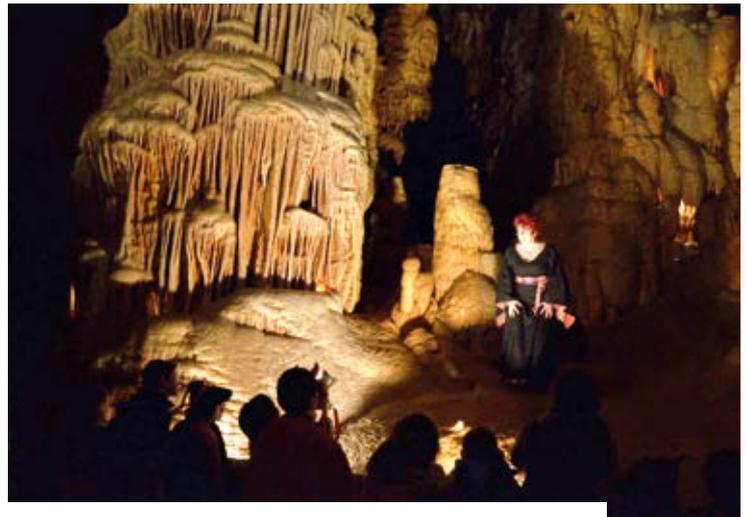
ALIGOT-HÖHLENWANDERUNG

Dieser unterirdische Spaziergang, der unter einem wunderschönen Wasserfall vorbeiführt, offenbart Ihnen eine ungeahnte Welt der von Natur und Zeit geformten Tropfsteine. Nach einem Abstieg aus 10 Metern Höhe ist es Zeit für ein Picknick: Dabei darf ein Aligot (für die Region typisches Kartoffelpüree) nicht fehlen!

Wann? Im Frühling und im Herbst.

Welche Experten sind anwesend? Ein Höhlenforscher.

<http://vert-tea-jeu.com>



MEYRUEIS (LOZÈRE)

DAS MÄRCHEN DER ROSAFARBENEN HÖHLE

Die „rosa Höhle“ war mit ihrer Eröffnung 1890 die erste öffentlich zugängliche Grotte Frankreichs. Viele Höhlenmärchen ranken sich um sie, die kleine wie große Besucher interessieren. Erzählungen und Legenden erfüllen diese Höhle, die normalerweise Besuchern verschlossen bleibt.

Wann? Ein bis zwei Nachmittage pro Woche, im Juli und August.

Welche Experten sind anwesend? Clémentine Magiera, Märchenerzählerin.

<http://grotte-dargilan.com/animations.html>

GORGES DU TARN (LOZÈRE)

DIGITAL DETOX- AUFENTHALT

Unter der Erde gibt es keine 4G, kein W-Lan und auch kein Telefonnetz. Genau hier beginnt das Abenteuer der „digitalen Entgiftung“: mit einer Höhlentour bis in die Tiefen der Erde hinein. Essen bei Fackelschein und eine Nacht in einer Hängematte runden das Ereignis ab.

Worum geht es? Von der Welt abgeschnitten sein.

Wann? Von Mai bis September.

Welche Experten sind anwesend? Outdoor-Sportlehrer.

<http://aventurecordes.wixsite.com/lalou/bivouac>
www.sport-nature-lozere.com

HURES-LA-PARADE (LOZÈRE)

UNTERGRUND-KONZERTE IM WAHRSTEN SINNE DES WORTES

Mehr als 100 Meter unter der Erde, in einem Saal, der ohne Probleme die Kathedrale Notre-Dame von Paris unterbringen könnte, werden in der Höhle Aven Armand Untergrund-Konzerte organisiert – und zwar im wahrsten Sinne des Wortes! Jazzkünstler oder Interpreten klassischer Musik treten auf dieser einzigartigen Bühne auf, untermalt von einer Ton- und Lichtshow.

Worum geht es? Eine unvergleichliche Akustik erleben.

Wann? Juli und August.

www.avenarmand.com

Wilde Küste

VAUVERT (GARD)

REITSCHULE CAMARGUE

Die Reitschule Camargue ist in erster Linie eine typische Ausbildungsstätte von Gardians (berittene Stierhüter Südfrankreichs) und ihren Stierherden. Diese Schule befindet sich auf einem 400 Hektar großen Anwesen, einem „mas“ (Landhaus in der Provence), im Herzen der wilden Camargue, wo sich Reiskultur und Zucht der Camargue-Pferde vereinen.

Pluspunkte? Kurse auf Englisch und Deutsch.

Welche Experten sind anwesend? Bernard Roche, Viehzüchter, Landwirt, staatlich geprüfter Ausbilder, Präsident der Französischen Reitsportföderation der Camargue (Commission Camargue de la Fédération Française d'Equitation), Leiter der ersten Reitschule in der Camargue.

www.masdesiscles.com

GARD, HÉRAULT, AUDE

ENTDECKEN SIE EINE NEUE TIERWELT

Weißer Pferde galoppieren über die Strände des Departements Gard bis zu den Dromedaren in Pays de Thau. Oder auch: Wie kann man die tierische Vielfalt der Küsten und ihrer Lagunen besser wertschätzen?

> **Indem Sie an einer „Course camarguaise“ teilnehmen** und zusammen mit vielen anderen Stierkampfbegeisterten die Geheimnisse dieser zu 100 % der Camargue angehörenden Welt kennenlernen.

> **Indem Sie eine Manade (Ranch) besuchen**, um die Pferde und Stiere der Camargue zu beobachten.

<http://promessesdetaureaux.fr>



> **Indem Sie die rosa Flamingos beobachten**, die die Lagunen in den Naturschutzgebieten bevölkern.

www.ville-lattes.fr/maison-de-la-nature

www.cpiebassindethau.fr/eauhippo-thau

<http://bagnas.n2000.fr>

> **Indem Sie die verletzten Meeresschildkröten besuchen**, die im Cestmed-Zentrum in Grau du Roi oder im Becken von La Grande Motte gepflegt werden, bevor sie wieder im Meer ausgesetzt werden.

www.cestmed.org

> **Indem Sie die Welt der Kameliden betreten**, und zwar im Massiv de la Gardiole, zusammen mit zwei Vertretern der Association Dromasud, die Wanderungen mit Dromedaren organisiert.

www.dromasud.fr

Wann? Juni oder September.



Das Bassin de Thau ist die größte Lagune des Languedoc. Der natürliche Reichtum begünstigt die Muschelzucht und gibt zahlreichen Tierarten ein Zuhause, insbesondere den Seepferdchen.



Der Regionale Naturpark Narbonnaise vereinigt etwa zwanzig Verbände, die von Frühling bis Herbst Aktivitäten, Ausflüge und geführte Wanderungen anbieten.

REGIONALER NATURPARK NARBONNAISE (AUDE)

AUF DER ERDE UND IN DEN LÜFTEN

Ein begehrtes Gebiet: Der Regionale Naturpark Narbonnaise beherbergt 400 von 950 möglichen Vogelarten, die man in Westeuropa beobachten kann. Genauer gesagt: Okzitanien ist der beste Ort für eine Vogelbeobachtung! Das Küstengebiet des Aude befindet sich auf einer Vogelzug-Strecke und ist nicht nur eine Durchgangsstation, sondern auch ein bevorzugter Rastplatz für Zugvögel.

Wann? Im Frühling oder im Herbst.

Welche Fachleute sind anwesend? Experten von Naturschutzvereinen: Verband der Vogelschützer von Aude (Ligue de Protection des Oiseaux de l'Aude) und Aude Nature.

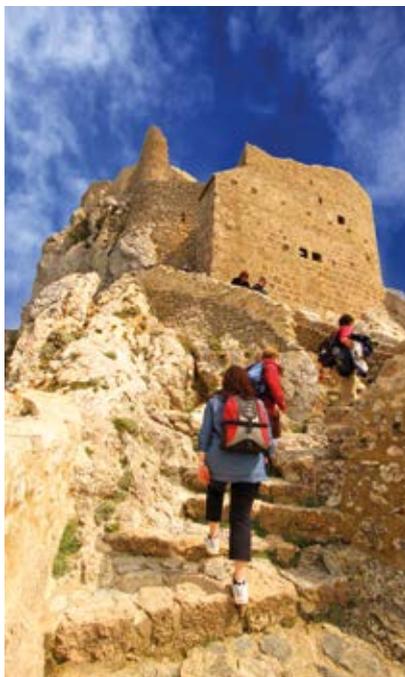
www.parc-naturel-narbonnaise.fr



Symbolträchtige Routen

AUDE

GESCHICHTE BEIM WANDERN



Von Port-la-Nouvelle bis Foix reihen sich 12 Etappen auf dem 250 Kilometer langen Sentier Cathare aneinander, der zu den GR-Fernwanderwegen gehört. Er führt zu den Burgen, Festungen und Zitadellen der Katharer, die im Herzen des Weinbaugebietes Corbières und der Pyrenäen des Departements Ariège liegen.

Wann? Ab Frühling.

Welche Fachleute sind vor Ort? Ein Fremdenführer des Pays cathare, der Müller-Bäcker von Cucugnan, ein Chefkoch aus Cucugnan.
Zusätzliche Angebote? Entdecken Sie die „Terroirs du Vertige“ per Quad oder Cucugnan anhand eines Märchens.

www.audetourisme.com

Spezielle Webseite: www.lesentiercathare.com

DIE ERSTE PILGERFAHRT MIT DEM FAHRRAD

Am 4. und 5. August werden zum ersten Mal die Werte des Fahrradfahrens (Geselligkeit, Teilen) gefeiert und Spenden gesammelt, um bedürftigen Familien Fahrräder schenken zu können. Das Ganze steht unter dem Motto „Fahrräder für alle“: Segnung der Fahrräder in der Grotte, Rundfahrt Lourdes-Aubisque-Lourdes, Besteigung eines Gipfels bei Nacht, eine 1 Kilometer lange Fahrt nach Lourdes mit einem Fahrrad mit festem Ritzel, eine Fahrt mit dem Elektrofahrrad nach Gavarnie, Mountainbike-Abfahrt vom Pic du Midi und vom Pic du Jer.



ROUMENS (HAUTE-GARONNE)

ERKLIMMEN SIE EINEN PASS DER TOUR DE FRANCE ... MIT EINEM ELEKTROFAHRRAD

Wagen Sie den Versuch: Erklimmen Sie den Anstieg bis Superbagnères, dem legendären, schon mehrmals gewählten Ankunftsort der Tour de France. Christian Laffont von Luchon Cycling wird Sie dabei unterstützen (ein Fahrradverleih und ein Auto werden Sie begleiten, für den Fall, dass Sie die Kräfte verlassen sollten!). Die ersten neun Kilometer führen am Tal Lys und seinem Wasserfall vorbei, dann geht es den steilen Berg hinauf bis Superbagnères, das eine wunderbare Aussicht auf die höchsten Gipfel der Pyrenäen bietet (Aneto 3404 Meter). Die Strecke hat eine 18 Kilometer lange Steigung mit einem Gefälle von 6,3% und 1170 Höhenmetern.

Wann? Von Mai bis Oktober.

Welche Fachleute sind vor Ort? Christian Laffont, Weltmeister der Fahrradweltmeisterschaft der Feuerwehr im Zeitfahren, Kategorie „Master“.

<http://luchon-cycling.com>

HAUTES-PYRÉNÉES

„PYRENÄEN CYCL’N TRIP“, DEN RADFAHRERN VORBEHALTENE GEBIRGSPÄSSE

Vom 30. Juli bis 3. August, gerade nachdem die Tour de France die Gebirgspässe der Pyrenäen hinter sich gelassen hat, können Sie sich selbst an den Etappen versuchen, und das ganz ohne Autoverkehr! Jeden Tag von 9 bis 12 Uhr ist es möglich, ein, zwei oder drei Gebirgspässe zu befahren. Autos sind zu dieser Zeit untersagt. Eine außergewöhnliche Woche, um in seinem ganz eigenen Rhythmus zu radeln. Sie haben die Wahl zwischen 10 Bergpässen und mehr als 100 Kilometern Anstieg, die nur den Fahrradfahrern vorbehalten sind.



Wann? Vom 30. Juli bis 2. August, jeden Vormittag von 9 bis 12 Uhr.

Eine Unterkunft? Die Boutique des Pyrénées bietet Ihnen im Rahmen des „Pyrenäen Cycl’n Trip“ passende Aufenthalte an (Übernachtungen, Gepäcktransport zwischen den einzelnen Etappen, Aktivitäten für Nicht-Fahrradfahrer).

www.tourisme-hautes-pyrenees.com

Die Tour de France, die oft durch Hautes-Pyrénées führt und die vom 21. bis 27. Juli durch die Region fahren wird, verspricht dieses Jahr eine außergewöhnliche Ausgabe: Eine Etappe wird am 27. Juli von der Wallfahrtsstätte Lourdes aus starten.

Kulinarische Reisen

Außergewöhnliche Produkte, renommierte Weinbaugebiete, überliefertes Know-how: In Okzitanien steht ein Aufenthalt immer unter einem kulinarischen Stern.

Gastronomie

SAMATAN (GERS)

DIE FOIE GRAS (STOPFLEBER), EIN SPITZENPRODUKT

Beim Foie gras Markt von Samatan, der größte seiner Art auf der Welt, wird das Produkt direkt vom Hersteller an den Konsumenten verkauft. Der „Karkassen-Markt“ bietet Gänse- und Entenprodukte (Gerippe nach dem Tranchieren) an. Der „Foie gras-Markt“ preist Gänse- oder Entenstopfleber an, eine Erfahrung, die Sie nicht verpassen sollten. Nur eine Regel gilt es vor dem großen Ansturm auf den Markt zu beachten: Warten Sie den Pfiff ab, der die Eröffnung des Marktes ankündigt, bevor Sie sich zu den besten Produkten durchkämpfen. Holen Sie sich Tipps von den Profis, um die Foie gras auf traditionelle Weise zuzubereiten zu können.

Worum geht es? Sich von der Leidenschaft für die Foie gras anstecken lassen.

Wann? Von Ende Oktober bis Mitte Dezember.

Welche Fachleute sind anwesend? Ein Tierarzt, dieser muss auf einem Foie gras-Markt immer anwesend sein, ein Produzent von Entenleber der IGP Gers (Indication Géographique Protégée, geschützte geografische Angabe), Küchenchefs für Kochworkshops: Eric Sampietro, Koch im La Table des Cordeliers in Condom (www.latabledescordeliers.com) oder Bernard Bach, Koch im Le Puits Saint-Jacques in Pujaudran (<http://lepuitsaintjacques.fr>).

www.samatan-gers.com



LALBENQUE (LOT) UND UZÈS (GARD)

IM LAND DES SCHWARZEN GOLDES

Der Schwarze Trüffel, die geliebte Diva der Region, ist ein Prunkstück der regionalen Gastronomie sowie ein Vorzeigeprodukt der französischen Küche. Die Trüffel-Ernte in Okzitanien ist eine jahrhundertealte Tradition. Zwei Märkte wurden als „Bemerkenswerter Ort des Geschmacks“ (Sites Remarquable du Goût) ausgezeichnet.

> **Im Pays d'Uzès finden während des Winters**, der Saison des Schwarzen Trüffels, das berühmte Fest „Tuber melanosporum“ sowie das „Trüffel-Wochenende“ statt.

Wann? Von Dezember bis März ist „Trüffelsaison“ im Pays d'Uzès. Den ganzen Winter über gibt es Märkte, Abendveranstaltungen, Verkostungen und diverse andere Vergnügungen rund um den Trüffel.

Welche Fachleute sind anwesend? Von Mitte Dezember bis Mitte Januar können Sie Rémy Avignon antreffen, Trüffelbauer in Mas de Combes Saniolhac-Sagriès im Département Gard. Weiterhin können Sie an Trüffel Führungen – und Verkostungen sowie der Trüffelernte teilnehmen.

> **Der Trüffelmarkt von Lalbenque:** Eine Hochburg des Schwarzen Trüffels in Quercy (Département Lot).

Wann? Wochenmarkt, jeden Dienstag von Dezember bis März.

Welche Fachleute sind anwesend? Pierre-Jean und Elisabeth Pebeyre, die 5. Generation des Hauses Pebeyre, 1897 in Cahors gegründet.

www.lalbenque.net

www.tourismegard.com

<https://blog.tourisme-occitanie.com>



MOISSAC UND SAINT-PAUL D'ESPIS (TARN-ET-GARONNE)

DER CHASSELAS VON MOISSAC

Der Chasselas von Moissac wurde vor nicht allzu langer Zeit ins immaterielle Weltkulturerbe aufgenommen: eine schöne Belohnung, die die Arbeit und das einzigartige Know-how der Chassellatiers (Hersteller von Gutedel, einer Weißweinsorte) honoriert.

Wann? September und Oktober.

Welche Fachleute sind anwesend? Anne-Marie Morgadès, Leiterin des Weinguts St-Jean. Sabine und Jean-Emmanuel Rigal, Chassellatiers des Weinguts Guyraudelle. Georges Olivier Cassar, Leiter des Klosters von Moissac.

Höhepunkte? Besichtigung eines Chassellatiers-Weinguts. Seit

sechs Generationen stellt die Familie Rigal diesen Schatz her. Entdeckung eines „Chasselas-Konservatoriums“, in dem die Familie Rigal zahlreiche Varianten von Chasselas angebaut hat, die aus der ganzen Welt kommen.

Eine Unterkunft? Das Gutshaus St-Jean, tolles Hotel neben der Ferme de la Guyraudelle gelegen. Anne-Marie Morgadès serviert hier ihre Spezialität: Foie gras, angebraten in Chasselas.

Restauranttipp? Der Kiosque de l'Uvarium, eines der

besten Restaurants der Stadt, wo Gäste umgeben von Art Déco-Fresken von dem außergewöhnlichen Rahmen zwischen Tarn und dem Canal des Deux Mers profitieren können. 1925 wurde Moissac zum Zentrum einer Traubenkur mit einem extra geschaffenen „Uvarium“, das dieser speziellen Traubenkur gewidmet ist.

www.tourisme-tarnetgaronne.fr

www.chasselas-de-moissac.com

<http://tourisme.moissac.fr/>

www.manoirsaintjean.com

SAINT-HILAIRE-DE-LAVIT (LOZÈRE)

FESTE IN DEN SOMMERMONATEN

Seit 2011 gehören die Causses und die Cevennen zum Kulturerbe der Menschheit. Hier wiederholt sich jedes Jahr, gegen Frühlingsende, dasselbe Ritual: Die Herden müssen auf die Sommerweiden getrieben werden, auf gepflasterten Wegen bis zum kleinen Dörfchen Ayres. Die ganze Region feiert die sogenannte Viehtrift, zu deren Gelegenheit alle Bewohner ihre Festtagskleidung anlegen.

Wann? Samstag, 9. Juni 2018.

Höhepunkt? Tauchen Sie im Rahmen des Festivals „Total Festum“ in die Welt Okzitanien und Kataloniens ein.

Welche Fachleute sind vor Ort? Wanderschäfer aus den Cevennen, lokale Erzeuger und Kunsthandwerker.

www.lozere-tourisme.com

LA BORIE (LOZÈRE)

DER PÉLARDON... VERSION DO-IT-YOURSELF!

Man muss sich zuerst wie ein echter Käsehersteller kleiden (Hemd, Überschuhe und Charlotte), bevor man die Käserei betreten darf, die gerne Lehrlinge empfängt. Die Ferme des Cévennes stellt Pélardons her (ein französischer Weichkäse aus Ziegenmilch), ein für die Cevennen typischer Käse, der mit dem AOC-Siegel versehen ist, sowie Tommes de chèvre (Ziegenkäse).

Worum geht es? Eingießen, aus der Form nehmen, erhitzen, gerinnen, umrühren.

Wann? Ganzjährig.

Welche Fachleute sind vor Ort? Käsehersteller und Viehzüchter von La Ferme des Cévennes.

www.lafermedescevennes.com

„Sie können Moissac nicht verlassen, ohne die berühmte Abtei Saint-Pierre von Moissac besichtigt zu haben, ein Meisterwerk romanischer Kunst, das zum UNESCO-Weltkulturerbe gehört.“





Weintourismus

GERS

ARMAGNAC, DAS LUXUSPRODUKT DES HERBSTES AUS DEM DEPARTEMENT GERS

Armagnac, der beste Weinbrand Frankreichs, ist der Urheber der Spirituosen. Weit von einem standardisierten Einheitsprodukt entfernt, trägt jeder Armagnac die Handschrift seiner Familie und seines Produzenten. Die Welt des Armagnac gilt es im Herbst zu entdecken, wenn das Département Gers im Rhythmus der Destillation lebt. Die Festlichkeiten in den Dörfern und Weingütern, die mit dieser Zeit einhergehen, sind von Geselligkeit und neuen Entdeckungen geprägt.

Wann? Von Ende Oktober bis Mitte Dezember.

Welche Fachleute sind vor Ort? Ein Winzer/ eine Winzerin, ein Koch und Experten für Fortbildungen und Cocktail-Workshops.

Höhepunkte? Besichtigung eines Weinguts; eine Fortbildung, um sich mit den unterschiedlichen Branntweinen und ihren Rebsorten und Böden vertraut zu machen, und um zu lernen, zu welchem Essen Armagnac serviert werden kann; ein Cocktail-Workshop; der Destillation eines Armagnac beiwohnen mit der Möglichkeit, zu Füßen des Destillierkolbens, der gerade den Armagnac erhitzt, an einem Abendessen teilzunehmen, Anfang November - Dezember

www.armagnac.fr

Flamme de l'Armagnac: www.armagnac.fr/les-manifestations-de-l-armagnac

MINERVOIS (AUDE)

EINE WANDERUNG IN DEN WEINBERGEN IN MÉHARIS

Anne, Winzerin und Eigentümerin eines gemütlichen Gästehauses in Minevois, hat sich mit einem Autoverleih, der sich auf das Freizeitauto Méhari spezialisiert hat, zusammengeschlossen, und bietet nun Halbtagesausflüge voller Überraschungen an. Sie erzählt den Besuchern dabei fesselnde Geschichten aus dem Leben einer Winzerin und Geschichten der Region mit ihren kleinen Wegen und Landschaften.

Pluspunkte? Bewirtung auf Französisch, Englisch und Deutsch.

www.creva-tinas.com





CHARMANTES DUO IN EINEM 2 CV (ENTE)

Vor genau 4 Jahren hat Isabelle Castro das Abenteuer Weintourismus gewagt, und führt ihre Besucher nun auf individuelle Weise durch die Weinberge von Corbières und Fitou – mit einem Citroën 2CV (in Deutschland üblicherweise als Ente bezeichnet), dem Kultauto des French Touch. Ihr Grundsatz? Tourismus, der Emotionen hervorruft. Für sie ist die Erkundung eines Weinbergs eine Begegnung mit einer einzigartigen, mediterranen Landschaft, zugleich teilt man die Leidenschaft der ambitionierten Winzer und Winzerinnen. Isabelle Castro wird unterstützt von Thiphaine Thibert, von Beruf Sommelier, der seine Touren mit dem 2 CV im Umkreis von La Clape und dem hübschen Dorf Peyriac-de-Mer anbietet.

www.vin4heurestour.fr

ASSIGNAN (HÉRAULT)

„DIGITAL DETOX“- AUFENTHALT IN CASTIGNO

Das Dorf Castigno in Assignan, auf dem Gebiet von Saint-Chinian, ist mit keinem anderen zu vergleichen. Kein



Fernsehen, kein W-Lan, so gut wie kein Netz... Doch hier bedeutet das eine Chance: Hier nimmt man sich Zeit zu entspannen, inmitten der Weinberge, wo alle Weine der Region in Bio-Weine umgewandelt wurden. In den drei Restaurants des Ortes (Wein-Tapas-Bar, Thai-Restaurant, Gourmetrestaurant) werden Sie kulinarische Genüssen erleben und das riesige Weinlager der Besitzer kennenlernen. Sie gönnen sich einen Moment echter Entspannung in einem wahren Wellnessanwesen...

Worum geht es? Sich einen entspannten und hochklassigen Aufenthalt gönnen.

Wann? Das ganze Jahr über.

Welche Fachleute sind vor Ort? Die Winzer Marc und Tine Vestraete.

Höhepunkte? Verschiedene Möglichkeiten, die Weinberge zu erkunden, sei es mit einem Elektrofahrrad oder einem Motorroller.

www.villagecastigno.com

BEUCAIRE (GARD)

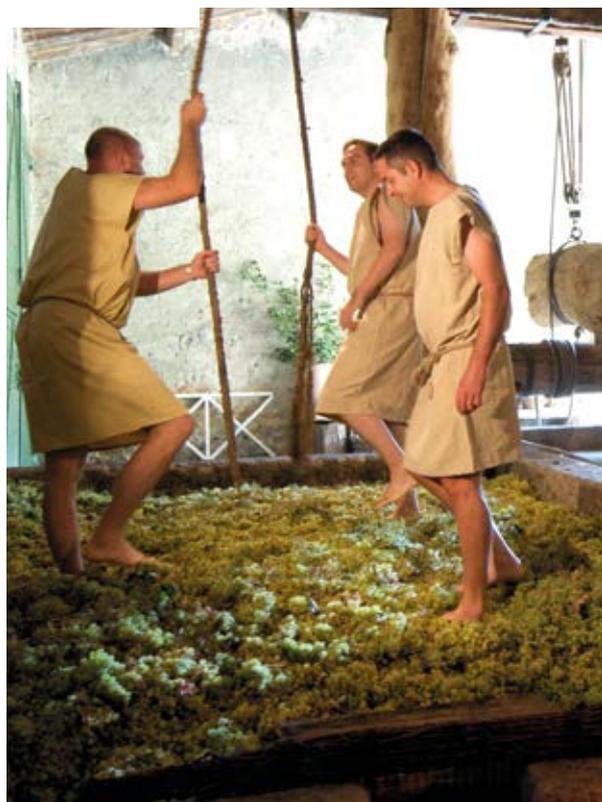
RÖMISCHE WEINLESE IM WEINBAUGEBIET COSTIÈRES DE NÎMES

Das Weingut Mas des Tourelles in Beaucaire, das einem gallo-römischen Weinkeller nachempfunden ist, beeindruckt durch seine riesige Weinpresse und seinen Traubensaft, der in Terrakotta-Krüge und –gefäße fließt. Ein tolles Beispiel experimenteller Archäologie, die Sie auch bei einem Spaziergang im Garten und in den römischen Weinbergen genießen können.

Wann? September 2018 (ein genaues Datum steht noch nicht fest).

Welche Experten sind vor Ort? Winzer.

www.tourelles.com



TOULOUSE (HAUTE-GARONNE)

DIE BESTE WEINBAR DER WELT

Die Bar N°5 in Toulouse verspricht sinnliche Erfahrungen und ein einzigartiges Geschmackserlebnis. Vor Kurzem wurde sie von der renommierten Zeitschrift „The World of Fine Wine“ zur besten Weinbar der Welt gekürt. Ein Preis, der die hohe Qualität sowie den ausgezeichneten Empfang auszeichnet. Thomas Cabrol, der Leiter dieser Bar, setzt auf ein breites Angebot (das N°5 hat 3300 verschiedene Flaschenweine sowie 300 Weinschläuche im Angebot). Der Preis wird ihn weiter dazu antreiben, die Karriereleiter empor zu klettern.

www.n5winebar.com



TAL DES LOT – DAS WEINBAUGEBIET CAHORS (LOT)

ENTDECKEN SIE DAS DEPARTEMENT LOT UND SEINE WEINBERGE PER BOOT

Gehen Sie in Bouziès, am Fuße des spektakulären Dorfs Saint Cirq-Lapopie gelegen, an Bord. Entdecken Sie während Ihrer einwöchigen Bootstour auf dem Lot die Weinberge von Cahors-Malbec. Diese außergewöhnliche Woche gliedert sich in verschiedene Etappen, auch Treffen mit Winzern stehen auf dem Programm. Jedes Weingut

hat eine Bootsanlegestelle eingerichtet, damit die Besucher für eine Weinprobe von Bord gehen können. Entdecken Sie insbesondere das Weinchâteau Armandière, das über 25 Hektar Weinreben Cahors-Malbec verfügt.

Wann? Von Mitte April bis Ende Oktober.

Welche Fachleute sind vor Ort? Das Team der „Espace Malbec Lounge“ von Cahors und Bernard Bouyssou, Winzer des Château Armandière.

Höhepunkte? Besuch der Tropfsteinhöhle Pech-Merle, Besichtigung von Saint-Cirq Lapopie.

Restauranttipp? Im Château Chambert (ein zum Weingut gehörendes Bistro).

www.tourisme-lot.com



Die Brücke Pont Valentré, ein Bauwerk aus dem 14. Jahrhundert, gehört wie die Kathedrale Saint-Étienne und die Jakobswege zum UNESCO-Weltkulturerbe.

Wellness



Wir lassen die Natur die Oberhand gewinnen und geben uns den Experten-Behandlungen „Made in Okzitanien“ hin.

Wellness und exklusive Behandlungen, die es nur in Okzitanien gibt

BAGNÈRES-DE-LUCHON (HAUTE-GARONNE)

EIN IN EUROPA EINZIGARTIGES VAPORARIUM

Die Einrichtung „Luchon Forme et Bien-être“ beherbergt zwei kleine Wunder: ein rundes und majestätisches Entspannungsbad, verbunden mit einem Vaporarium durchzogen von unterirdischen Galerien, und ein natürliches Hammam, das in seiner Art einzigartig in Europa ist. Ende der 60er Jahre angelegt, wurden diese Galerien 2010 renoviert: Das mit Schwefel durchsetzte Thermalwasser wird durch die Bergwände gefiltert und setzt dabei Dampf frei, der zwischen 38°C und 42°C warm ist.

www.luchon-bien-etre.fr



AVÈNE (HÉRAULT)

SICH MIT SEINER HAUT AUSSÖHNEN

Die Thermenanlage von Avène lässt Sie ein kraftvolles und einzigartiges Thermalwasser erleben, das beruhigende und entzündungshemmende Eigenschaften aufweist, die wissenschaftlich belegt und weitreichend anerkannt sind. Die Thermalkur ist der Dermatologie gewidmet, und erlaubt es Erwachsenen und Kindern, von einem auf ihre Bedürfnisse angepassten Behandlungsprogramm zu profitieren.

Weitere Vorteile? Von Experten geleitete Workshops und Tagungen liefern den Patienten Tipps, wie sie ihren Alltag erleichtern können.

www.avenecenter.com

BAGNOLS-LES-BAINS (LOZÈRE)

AUSFLUG IN DIE RÖMERZEIT

Das Thermalbad von Bagnols-les-Bains ist eines der ältesten Frankreichs und auch eines der ersten, bei denen der öffentliche Nutzen erkannt wurde. Am Fuße des Mont Lozère gelegen, ist es dafür berühmt, seit der Römerzeit Authentizität und einen herzlichen Empfang zu vereinen. Das Wasser der heißen Quelle, welches mit einer Temperatur von 41,5°C sprudelt, zeigt die Bandbreite seiner Wirkung bei allerlei Anwendungen des Thermalspas Aqua Calida. Ein wahrer Wellnessbereich mit zwei Thermalwasserpools, einem Jacuzzi, zwei Hammams, Kalt-Warm-Bädern, einem sensorischen Bereich und einem Cardio-Trainings-Bereich.

Die Neuheit 2018? Die neuen Gesichts- und Körperanwendungen Aqua Calida mit Bio-Produkten.

www.bagnols-les-bains.com



LA CHALDETTE (LOZÈRE)

NATÜRLICHE WELLNESS

In einer außergewöhnlichen Umgebung im Herzen des Aubrac empfängt die Thermalstation La Chaldette Kurgäste von Februar bis November. Verschiedene Angebote sind möglich: Halbtags- und Ganztags-Pauschalen sowie Pauschalen bis zu 6 halben Tagen. Jeweils inklusive ist der Zugang zum Wellnessbereich mit zwei Aktivbädern, einer Sauna, einem Hammam, einem Solarium, einer Vernebelungskabine sowie einem Ruhebereich. Alle Wasseranwendungen sind auf Basis von 35°C warmem Thermalwasser mit heilender Wirkung. Die Hydromassage-Bäder können mit Bio-Hydrolat (Aromatische Wasser) aus dem Lozère versetzt werden.

Weitere Vorteile? Die Anwendungen mit Aubrac-Tee, der typischen Pflanze des Aubrac, mit schmerzlindernder, entzündungshemmender und erfrischender Wirkung.

www.lachaldette.com

BAGNERES-DE-BIGORRE (HAUTES-PYRÉNÉES)

ANWENDUNGEN „MADE IN PYRÉNÉES“

Eine halbe Stunde vom Pic du Midi entfernt, beherbergt der Thermalkurort Bagnères-de-Bigorre ein Kur- und Freizeitzentrum mit historischem Charme: Aquensis, ein Thermal-Spa mit einer außergewöhnlichen Architektur. Die Palette der innovativen Anwendungen, die vom Aquensis angeboten werden, umfasst Anwendungen „Made in Pyrénées“, die typische Produkte der Pyrenäen nutzen: Massagen mit ätherischen Ölen oder ein Hydromassagebad mit Thermalwasser oder Marmorkiesel laden zur Entspannung ein.

Die Vorteile? Das Angebot Golf & Spa bietet eine Runde auf dem Golf de Bigorre und einen Wellnessaufenthalt an. Für Abenteuerer gibt es das Angebot Pic & Bulles mit Zugang zur Terrasse des Pic du Midi. Dank des wohltuenden Thermalwassers können Sie den Tag entspannt ausklingen lassen.

www.aquensis.fr

CAUTERETS (HAUTES-PYRÉNÉES)

DIE FREUDEN EINER AUSSENLAGUNE

Ein riesiger Bereich von 2 500m², nur wenige Meter von der berühmten César-Therme und der Seilbahn zur Skistation

von Cauterets entfernt, ist ganz der Entspannung mit Thermalwasser gewidmet. Les Bains du Rocher bieten eine 200m² große Außenlagune, die einzigartig in den Hochpyrenäen ist. Umgeben von einem Mineralstrand mit Sonnenliegen lädt sie ein, das grandiose Bergpanorama zu genießen. Les Bains du Rocher orientieren sich an natürlicher Wellness dank der zwei neuen Pflegeserien Yon-Ka und Ballot-Flurin sowie dem neuen Apparat LPG endermologie® Anti-âge und Schlankheit.

Weitere Vorteile? Das Angebot Aquanature beinhaltet einen Spaziergang auf den Wegen des Lac de Gaube sowie 2 Stunden Eintritt für die Bains du Rocher. Weiterhin gibt es Angebote für Ski, Golf, Mountainbike und Langlauf. Im Fitnessbereich werden zahlreiche Aktivitäten angeboten wie Aquabiking und Yoga.

www.bains-rocher.fr

MOLITG-LES-BAINS (PYRÉNÉES-ORIENTALES)

GESUNDHEITS- UND WELLNESSOASE



Die Thermalwässer von Molitg sind reich an kostbarem, natürlichem Plankton, welcher in der Rheumatologie, der Dermatologie, bei Atemwegserkrankungen und Erkrankungen der Nasen- und Rachenschleimhaut Anwendung findet. Ihr Wellness-Programm steht im Kontrast zum ewigen Schnee des Mont Canigou. Das Thermalzentrum von Molitg erstreckt sich zwischen Pinien und Oleander im Herzen dieser atemberaubenden Landschaft und hat zwei Bestimmungen: Gesundheit mithilfe der Chaine Thermal du Soleil und Wellness dank der Compagnie des Spas.

Vorteile? Ein Jahrtausendwasser reich an nährstoffhaltigem Thermalplankton und exklusive Behandlungen, einige davon gar patentiert (Kaolin-Floating-Bad, Behandlung mit frischen Thermalplankton).

www.chainethermale.fr/molitg-les-bains.html

Das Château de Riell, Schloss der Gruppe Relais & Châteaux und ein barockes Refugium für elegante Abenteuerer, überragt mit seinen hohen Zinnen die Hänge aus Trockenstein des Hügels, auf dem sich das Grand Hôtel befindet.

Wellness und Architektur

BAGNÈRES-DE-BIGORRE (HAUTES-PYRÉNÉES)

EIN IMPOSANTER WELLNESS-TEMPEL: AQUENSIS



Der kleine Thermalkurort Bagnères-de-Bigorre beherbergt ein Thermal- und Freizeitzentrum, das in einem Flügel des Kursaals aus dem 19. Jahrhundert untergebracht ist und eine einmalige Architektur aufweist: eine wahre Kathedrale aus Glas, Holz, Marmor und Wasser, überragt von einer Dachterrasse mit Open-Air-Jacuzzis und den Pyrenäen im Hintergrund.

www.aquensis.fr

ARGELÈS-GAZOST (HAUTES-PYRÉNÉES)

EINE AUFFORDERUNG ZUR REISE: LE JARDIN DES BAINS

In einem wunderschönen Gebäude aus dem 19. Jahrhundert untergebracht, das die Thermen Argelès-Gazost beherbergt, und neben dem Park des Thermalbads gelegen, lädt Sie der Jardin de Bains zu einer Reise durch seine Gärten ein. Von den sprühenden Wasserfällen im Smaragdgarten zur intimen Atmosphäre des Hammams von Babylon, findet der Besucher in den beiden Hauptpavillons die angenehmen Wohltaten der Wassergärten. Der Smaragdgarten, eine große Rotunde vor dem Hintergrund von Inka-Skulpturen, erinnert an verschüttete Ruinen im Herzen des Urwalds.

www.lejardindesbains.com

LUZ-SAINT-SAUVEUR (HAUTES-PYRÉNÉES)

AUF DEN SPUREN VON EUGENIE: LUZEA

Zwischen neoklassizistischer Architektur und zeitgenössischen Pflegeeinrichtungen vereint das Thermalbad Luzéa Marmor, Glas und ein Mosaik aus Edelsteinen. Es lädt Sie auf den Spuren von Eugenie zu einer fürstlichen Entspannung ein.

Höhepunkt? Das Marmorbecken der Kaiserin Eugenie, das die modernsten Balneotherapie-Technologien in sich vereint.

www.tourisme-hautes-pyrenees.com

AMELIE-LES-BAINS (PYRÉNÉES-ORIENTALES)

RÖMISCHE RELIKTE

Das Spa und Thermalbad Amélie, auf Relikten antiker Bäder errichtet, wurde vollständig renoviert: Aufgrund seiner gallo-römischen Überreste – das Gewölbe stammt aus dem 2. Jahrhundert – wurde das Thermalbad unter Denkmalschutz gestellt. Es erstreckt sich über drei Etagen und bietet eine Ruhezone im Stil des 19. Jahrhunderts, ein Wellnesszentrum, ein Vaporarium und ein großes Thermalwasser-Schwimmbecken mit Unterwasserdüsen und Schwanenhals.

www.thermes-amelie.com



Know-how und zeitgenössisches Design



Überliefertes Wissen angepasst an den heutigen Geschmack, innovative Metropolen mit modernstem, zeitgenössischem Design: die Region Okzitanien zeichnet ihren zukünftigen Weg zwischen Tradition und Moderne.

Know-how/ Handwerkskunst

ROUMENS (HAUTE – GARONNE)

DAS FÄRZEN MIT PASTELFARBEN AUSPROBIEREN, HANDGEFERTIGT UND PFLANZLICH

Thierry Potente, Färbermeister im Atelier „Le Carré Bleu de Pastel“ bietet im Rahmen von Workshops Einblicke in das Pastellfärben.

Wann? Das ganze Jahr.

Mit welchen Experten? Thierry Potente, Färbermeister und Erbe eine langen Tradition.

www.facebook.com/carrebleuvel/

LECTOURE (GERS)

VORTEILE DES PASTELLS - 2 ARTEN, VON SEINER WIRKUNG ZU PROFITIEREN

1/ Mit dem **Pastel** oder auch Färberwaid erhält man außergewöhnliche Blautöne. Früher wurde es vor allem

für das Färben von Textilien verwendet, aber auch Maler und Dekorateur aus ganz Europa nutzten diese Farbe. Seit 1994 lässt das „Bleu de Lectoure“ das Pastell wiederaufleben: Die 3 jungen Unternehmer, die die Firma übernommen haben, bringen mit einer 100% natürlichen Färbertinktur neuen Schwung in das Färbergewerbe. Die Pflanzen des Färberwaid werden im Departement Gers angebaut – eine absolute Neuheit.

2/ Die **Thermen von Lectoure**, in einem ehemaligen Stadtpalais untergebracht, zählen zu den schönsten Thermenrichtungen von Frankreich. Auf einem natürlichen Felsvorsprung gelegen, bietet die Einrichtung einen unverbaubaren Blick über die Täler des Gers. Massagen, Peeling, Wickel... Für das Wohlbefinden wird eine ganze Palette an Behandlungen auf Basis von Öl de Cocagne® (natives Pastellöl) angeboten. Seit 2017 gibt es auch eine neue Behandlungsreihe auf Basis von nativem Pflaumenöl, hergestellt aus Pflaumen der Gascogne.

Höhepunkte? Erleben Sie die überlieferte Kultur des Pastells: Vorführung des Färbens und Behandlung in den Thermen von Lectoure auf Cocagne-Öl-Basis (natives Pastellöl).

Mit welchen Experten? Die Färber von Bleu de Lectoure und der Landwirt, der die Pastellpflanzen anbaut.

www.bleu-de-lectoure.com

www.valvital.fr/stations-thermales/lectoure/



SAINT-MARTIN-DE-BOUBAUX (LOZÈRE)

KÖRBE MIT ÄSTEN VON KASTANIENBÄUMEN FLECHTEN

Die Edelkastanie ist ohne Zweifel eins der Symbole der Cevennen. Serge Bruguière, leidenschaftlicher Kastanienproduzent, bewirtschaftet 6 Hektar Kastanienwald, aus dessen Früchten z.B. Kastaniencreme hergestellt wird – oder eben Körbe. An seiner Seite wird die Kunst des Korbflechtens zu einem Kinderspiel. Dies kann man bei einem Kurs ausprobieren.

Wann? Vom 22. bis 26. Januar 2018, vom 5. bis 9 Februar 2018 oder vom 12. bis 16. März 2018.

Mit welchem Experten? Serge Bruguière, Kastanienproduzent und Korbflechter.

www.lesavoirfaire.fr

NÎMES (GARD)

ZUM SHOPPEN

Seit dem Mittelalter werden „Serge de Nîmes“ Seidenstrümpfe, bedruckte Kaschmirstoffe, Boutis und Piqué Marseillais (eine spezielle Sticktechnik, bei der Reliefs entstehen) in den Seidenraupenzuchtstätten der Ce-

vennen, in den Ateliers in Nîmes oder den umliegenden Dörfern entworfen. Serge de Nîmes wurde beispielsweise benutzt, um die Wagen, die bei der Eroberung des Westens der USA eingesetzt wurden, zu bedecken. Daraus entwickelte sich später die „Jeans“ wie wir sie heute kennen.

Vorteile? Fünf Firmen aus dem Gard stellen Bio-Produkte her. Diese sind in ihren Boutiquen, unweit des Produktionsstandortes, erhältlich, werden aber auch in ganz Frankreich vertrieben.

Die Must-Sees? Die Geschäfte Cacharel et Soleiádo, die Schuhfabrik La botte gardiane, die Textilfirma Eminence und Strümpfe von WELL.

www.tourismegard.com

Städtetourismus

MONTPELLIER (HÉRAULT)

VERSTECKTES DESIGN

Montpellier verfügt über eine gewagte zeitgenössische Architektur, die sich in den modernen und futuristischen Stadtvierteln z.B. bei Gebäuden wie Pierresvives, dem Rathaus, dem Viertel Port Marianne, Antigone ... wiederfindet. Diese wurden von international renommierten Architekten (Jean Nouvel, Zaha Hadid, Massimiliano Fuksas, Ricardo Boffil) entworfen. Eine moderne Architektur trifft auf einen mehr als 1000-jährigen Städtebau, verdichtet in einem alten Stadtkern: Die befestigte, mittelalterliche Stadtmauer, das Labyrinth aus kleinen Gassen, die Höfe der Stadtpalais, ... sind zu unumgänglichen kulturellen Stätten der modernen Architektur oder des zeitgenössischen Designs geworden, wie zum Beispiel das Panacée oder Agora, die Cité Internationale de la Danse (Internationales Tanzzentrum).

Wann? Das ganze Jahr.

Höhepunkte? Spaziergang durch das Viertel Port Marianne, auf den Spuren des modernen Montpellier mit dem Rathaus von Nouvel und Fontès, dem RBC Design Center, der Hotelfachschule Georges Frêche, dem Lez-Markt, al-





ten Lagerhallen, die von Streetart-Künstlern neu gestaltet wurden und nun Start-Ups, Restaurants, Handwerker und Antiquitätenhändler beherbergen.

Kochkurs im RBC Kitchen, Restaurant des RBC Design Center.

Entdeckung der historischen Stätten: Agora Cité Internationale de la Danse (ein ehemaliges Frauengefängnis), Panacée – Zentrum für zeitgenössische Kultur (erste Stätte, an der Medizin unterrichtet wurde), das Carré Sainte-Anne (entsakralisierte Kirche).

Ein Restaurant? Mittagessen im Restaurant L'Arbre Blanc, Architektur des 21. Jahrhunderts.

Eine Unterkunft? In einer charmanten Unterkunft mit einer modernen Inneneinrichtung.

Welche Experten sind vor Ort? Charles Fontes oder Eric Cellier, Köche des Restaurants L'Arbre Blanc. Nicolas Bourriaud, Direktor des MoCo und der Panacée, Mitbegründer des Palais de Tokyo. Choreografen des Agora, Cité Internationale de la Danse.

www.montpellier-tourisme.fr

TOULOUSE (HAUTE-GARONNE)

VON TRADITIONELLER KUNST UND STÄDTISCHER KULTUR

Toulouse wagt den Spagat zwischen eher traditionellen Kunsthandwerkern und international bekannten Graffiti-Sprayern. Zwischen diesen beiden Extremen bieten die großen Museen und kulturellen Stätten der Stadt ein umfangreiches Programm an Sonderausstellungen und großformatigen Veranstaltungen, so wie das Theater oder das Capitol-Orchester, die Stars der klassischen und lyrischen Kunst eine Bühne bieten.

Pluspunkte? Die Kunstwerke in der Toulouser Metro, sehr empfehlenswert.

Wann? Von Mai bis Oktober 2018.

Höhepunkte? Graffiti-Tour durch die Stadt (mit dem Fremdenverkehrsamt), Besichtigung der unumgänglichen Museen, aber auch von außergewöhnlichen und weniger bekannten Stätten, Besuch des Hausbootes Maison Nougara, Blick hinter die Kulissen des Theaters und/oder des Capitol-Orchesters (Ballett, Orchester, Gesang).

Eine Unterkunft? Hotels, die sich der Kunst und ihrer Schöpfung widmen (Hôtel des Arts, Hôtel des Beaux Arts, Villa du Taur)

Welche Experten sind vor Ort? Je nach Verfügbarkeit: Künstler, Kunsthandwerker, Graffiti-Sprayer, Konservatoren, Galeristen.

www.toulouse-tourisme.com



Zimmer mit Aussicht



CARCASSONNE (AUDE)

HÔTEL LES TROIS COURONNES **** MIT TOLLEM BLICK AUF DIE ALTSTADT

Nur 10 Gehminuten von der mittelalterlichen Altstadt von Carcassonne entfernt, bietet dieses Hotel-Restaurant seine luxuriösen Dienste im Rahmen einer majestätischen Kulisse an. Am anderen Ufer der Aude erheben sich die Stadtmauern der Altstadt mit ihren zahlreichen Türmen, die wie Steinspitzen über die mittelalterliche Altstadt thronen. Diese zählt zum Weltkulturerbe der UNESCO, genauso wie der nahe gelegene Canal du Midi.

Pluspunkt? Das zauberhafte Feuerwerk, das am 14. Juli die Altstadt erhellt.

Wann? Ganzjährig geöffnet.

www.hotel-destroiscouronnes.com

LAGUIOLE (AVEYRON)

LE SUQUET*** : ALLTAGSFLUCHT GARANTIERT

Ein Gebäude im Einklang zwischen Himmel und Erde, so scheint das Suquet den Elementen zu trotzen. Dieser Wohnort, erdacht von Ginette und Michel Bras, heute bewohnt von Véronique und Sébastien Bras, wurde in völliger Harmonie mit der Umgebung entworfen. 1992 unter der Leitung der Architekten Éric Raffy und Philippe Ville-roux erbaut, wurde er kürzlich von Thierry Chalaux neu hergerichtet. Die Architektur, streng wie die sie umgebende Landschaft, greift deren Linien und Stoffe auf – das Licht, die Fauna, die Mineralien – um sie auf eine reine und zeitgenössische Art zu interpretieren.

Wann? Wiedereröffnung im Frühjahr 2018, nachdem die Renovierungsarbeiten der Zimmer abgeschlossen sind.

Wen werden Sie dort antreffen? Sébastien Bras.

www.bras.fr

PIC DU MIDI (HAUTES-PYRÉNÉES)

MAGISCHE NACHT AUF DEM GIPFEL

Mit seinen außergewöhnlichen Nächten lädt der Pic du Midi zu einem Programm reich an Emotionen und Entdeckungen ein. Sonnenaufgang und Sonnenuntergang, eine Nacht unter den Sternen, Zugang zur Sternwarte...

Wann? Von Januar bis Oktober.

www.picdumidi.com

COLLIOURE (PYRÉNÉES-ORIENTALES)

RELAIS DES TROIS MAS****: SCHLAFEN AM HANG EINER KLIPPE

Im Schatten mehrerer Hundert Jahre alter Pinien, ausgestattet mit einem Swimmingpool mit Blick über das Mittelmeer, bietet das Hotel Le Relais des Trois Mas 23 Zimmer und Suiten mit einem tollen Panoramablick über die Bucht von Collioure und die Kirche Notre-Dame des Anges. **Pluspunkt?** Ein brandneuer Whirlpool mit Blick über das Meer verspricht Momente voller Entspannung.

Ein Restauranttipp? Das Restaurant La Balette ist eines der besten der Region. Frédéric Bacquié, seit 2009 mit einem Michelin-Stern ausgezeichnet, bietet Ihnen einen kulinarischen Rundgang durch die außergewöhnlichen lokalen Produkte.

www.relaisdestroismas



SAINT-CIROQ-LAPOPIE (LOT)

SCHLAFEN MIT BLICK AUF DAS MITTELALTERLICHE DORF SAINT-CIROQ-LAPOPIE

Das Hotel Le Saint Cirq***, gegenüber des Dorfes Saint-Cirq-Lapopie und im Herzen des Regionalen Naturparks Causses du Quercy gelegen, bietet Ihnen eine unverbaute Sicht auf das Tal des Lot. Vom 15. Juni bis 15. September laden Boote zu Spazierfahrten auf dem Lot ein.

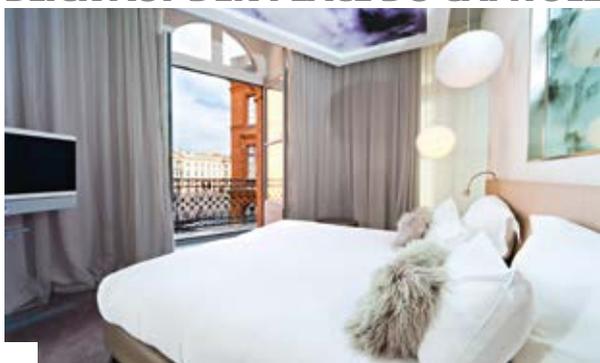
Wann? Ganzjährig geöffnet.

www.hotel-lesaintcirq.com



TOULOUSE (HAUTE-GARONNE)

HOTEL LE GRAND BALCON **** BLICK AUF DEN PLACE DU CAPITOLE



Der originelle Charme dieses eleganten Hotels, das vom Architekten Jean-Philippe Nuel entworfen wurde, begründet sich im Zusammenspiel aus kreativem und gemütlichem Design und dem Festhalten an seine abenteuerliche Vergangenheit der Toulouser Luftpost. Die Suite Saint-Exupéry mit ihrer prachtvollen Retro-Einrichtung und der modernen Ausstattung bietet ein wirklich einmaliges Erlebnis.

Pluspunkt? Einen zauberhaften Blick über die Place du Capitole.

Wann? Ganzjährig geöffnet.

<https://grandbalconhotel.com>

LE GRAU DU ROI – PORT CAMARGUE (GARD)

HÔTEL LE SPINAKE**** ALLE SEGEL SETZEN...

Eine gastronomische und touristische Institution wechselt den Besitzer: Das Etablissement, lange Zeit mit einem Michelin-Stern ausgezeichnet, verfügt über einen privaten Anleger für seine Gäste inmitten des größten Yachthafens von Europa. Nun wurde es von Patrick und Véronique Thierry umgebaut. Die neuen Eigentümer, die bereits über Hotellerieerfahrung auf Bali verfügen, haben eine Idee im Kopf: mit den Traditionen der Hotellerie und Restauration brechen und das Dornröschen einer Verjüngungskur unterziehen. In der Küche hat Laurent Barrière die Nachfolge von Jean-Pierre Cazals, dessen Souschef er war, übernommen.

Wann? Ganzjährig geöffnet.

www.spinaker.com



LA GRANDE MOTTE (HÉRAULT)

HÔTEL LA PLAGE ***** EINE NACHT MIT BLICK AUF DIE WEITEN DES MEERES

Das Hotel La Plage Art et Emotion in La Grande-Motte steigt eine Kategorie auf und erhält nach einer umfangreichen Renovierung 5 Sterne. In einem gemütlichen, aber dennoch modernen Rahmen, direkt am Meer, verfügt das Hotel über 31 Zimmer, davon 7 Suiten, die einen atemberaubenden Blick auf das Mittelmeer bieten. Die Zimmer im Erdgeschoss, etwas größer, verfügen über einen privaten Garten von 35m².

Wann? Ganzjährig geöffnet.

<https://laplage-artetemotions.com>

ARGELES-SUR-MER (PYRÉNÉES-ORIENTALES)

CHÂTEAU VALMY, GÄSTEZIMMER ÜBER DER CÔTE VERMEILLE

Seit 1930 weiß dieser familiäre Weinbetrieb die Exklusivität des Weins und die Schönheit des Weinbergs zu verschmelzen. Am Fuße des Albères-Massivs und über dem Meer gelegen, produziert das 24 Hektar große Weingut Weine der Appellationen Côtes du Roussillon, Muscat de Rivesaltes und Rivesaltes.

Vorteile? Der wunderbare Park eignet sich ideal zum Meditieren und Relaxen, während der 25 Meter lange Swimmingpool aus Granit zum Erfrischen und der Whirlpool zur Entspannung einladen.

Wann? Ganzjährig geöffnet.

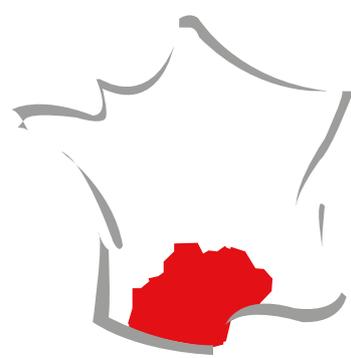
www.chateau-valmy.com



ESPAGNE

ANDORRE

MER MEDITERRANEE



www.tourisme-occitanie.com



Comité Régional du Tourisme

TEILEN SIE OCCITANIE Sud de France



PHOTOS : © WWW.HKVISUALS.COM - © TISSED - © CASTIGNO - © MABIELSA NIELS - © AXEL PLAGNARD - © HPTÉ/AQUENSIS JARNO - © G. DESCHAMPS - © J. LE GRAND, BALCON - © ADT TARN-ET-GARONNE - © CHEVALKOMAROFF - © OT GRASSANT - © CLEMENTINE MAGIERA - © E. PERRIN/GRANDMARDONNOURISME - © MC. LUCAT -
 © LOTTOURISME/C. DRY - © J.P. MALAFOSSE - © A. BOUSSOU - © J.C. BARTHES - © E. HENRY - © A. COUGNENC - © SES/GOUFFRE DE PADIRAC - L. NIESPOULOUS - © S. LUCCHESI - @HPTÉ/LAURENCE BOILEAU - © STUDIO NATURE.COM - © SPINAKEE - @HPTÉ/LAURENCE BOILEAU - © MARCHÉ DU LEZ - © OT DE MONTPELLIER - © JE VOUS EMMÈNE - © J. BELONDRADE - © M. FERNANDEZ/L'PO AUDE -
 © X. JUDOT - © P. NIN - © J. DAVID - © OT TOULOUSE - © BOUSTIFAILLES ET JUS DE RAISIN