

Raus aus dem Alltag!  
**Französische  
Atlantikküste**

© Joel Damase



**Unvergesslicher  
Radurlaub** für  
Genießer, Naturfreunde  
und Familien



© S. Chebassier

**TRAUMSTRÄNDE**  
BADEPASS & WASSERSPORT



© Farid Makhouf

**ART DE VIVRE**  
GASTLICHKEIT & KOCHKUNST





# NATURIDYLL AM ATLANTIK

© La Véloodyssée/Aurélie Stappf



© La Véloodyssée/Aurélie Stappf

**ANREISE**

- **FLUGZEUG:**  
Frankfurt – Nantes mit Lufthansa  
Berlin – Nantes mit AirFrance  
Frankfurt – Bordeaux mit Lufthansa
- **BAHN:**  
TGV Paris–Bordeaux oder Paris–Nantes in 2 Std.;  
TGV Paris–Arcachon in 3 Std.; Paris–La Rochelle  
in 3 Std.; Paris–Les Sables-d'Olonne in 3½ Std.;  
Paris–La Baule in 3 Std.; Paris–Le Croisic in 3 Std.
- **AUTO:**  
A11: Paris–Nantes; A83: Niort–Nantes; A10:  
Paris–Bordeaux

**1.200 KILOMETER KÜSTE UND 1.050 KILOMETER SPEZIELL ANGELEGTE RADWEGE WARTEN AUF IHRE ERKUNDUNG**



**DÉPARTEMENTS**

**LOIRE-ATLANTIQUE**

**VENDÉE**

**CHARENTE-MARITIME**

**GIRONDE**

**LANDES**

**BIARRITZ PAYS BASQUE**

**Bild ganz links** | Blättrige Felsen, an denen sich die Brandung bricht – ein beeindruckendes Naturschauspiel in Hendaye (französisches Baskenland). **Bild links** | Camping und Radfahren lassen sich an der französischen Atlantikküste wunderbar miteinander verbinden.



**ACCUEIL VÉLO**

**UNTERKÜNFTE & AKTIVITÄTEN:**  
Haben Sie schon mal was von »Accueil Vélo« gehört? Das ist das französische Pendant zur deutschen ADFC-Qualitätsauszeichnung »Bett+Bike«. Unterkünfte, Radvermietungen, Radreparaturwerkstätten, Fremdenverkehrsämter, Restaurants und Sehenswürdigkeiten, die entlang der Radroute liegen, werden mit dem Label »Accueil Vélo« gekennzeichnet. An der französischen Atlantikküste dürfen sich bisher 600 Dienstleister mit dem »Accueil Vélo«-Label schmücken.

[francevelotourisme.com](http://francevelotourisme.com)

## Radurlaub machen wie Gott in Frankreich – willkommen an der französischen Atlantikküste!

Französischem art de vivre (»Kunst des Lebens«) in Kombination mit einem einzigartigen Naturerlebnis kommt man am besten an der Côte Atlantique auf die Spur! Die französische Atlantikküste führt von La Baule im Département Loire-Atlantique bis nach Hendaye im Baskenland – das bedeutet: 1.200 Kilometer Küste mit breiten Sandstränden, die sich über rund 400 Kilometer erstrecken. Von Badespaß bis Wassersport wird hier alles geboten.

Das Tolle für alle Radurlauber: Die französische Atlantikküste setzt auf »Slow Tourismus«. Wer hier radelt, darf genießen. Es ist ausdrücklich erwünscht, diesen Teil Frankreichs in Ruhe zu entdecken. Die frische Atlantikbrise, feinsandige Traumstrände, duftende Pinienwälder im Hinterland, pittoreske Fischerdörfer, Inselflair, UNESCO-Weltkulturerbestätten, Schutzgebiete für die Natur und kulinarische Spezialitäten machen es den Radfahrern dabei leicht.

Zahlreiche Spots für Surfer, Windsurfer und Stand-up-Paddler sowie eine große Aus-

wahl an Unterkünften von Camping und Glamping bis hin zu Hotels und Apartments haben sich ebenfalls dem »Slow Tourismus« und der Nachhaltigkeit verschrieben. Die französische Atlantikküste ist dabei ein ganzjährig attraktives Reiseziel, auch in der Nebensaison. Selbst in den Herbst- und Wintermonaten herrscht ein mildes Klima zwischen 7 und 11 Grad Celsius vor.

### LA VÉLODYSSÉE – SICHERE ABSCHNITT DER ATLANTIC COAST ROUTE (EV1)

Zweirad-Liebhabern stehen an der französischen Atlantikküste insgesamt etwa 1.050 Kilometer speziell angelegte und gesicherte Radwege und Routen zur Verfügung.

Folgende fünf bekannte Radwege kreuzen oder befinden sich vollständig an der französischen Atlantikküste: La Véloodyssée, La Vélocéan®, La Vélo Francette®, La Flow vélo®, Le Tour de Gironde à vélo®.

La Véloodyssée (Route EuroVelo 1) ist der längste Radweg Frankreichs. Hier ist das Meer nie weit weg. Auf 1.290 Kilometern geht es von Roscoff (Bretagne) bis zur Atlantikküste in Hendaye an die Grenze zu Spanien. Ob man von Norden nach Süden oder umgekehrt fährt, bleibt jedem selbst überlassen – die Route ist vollständig ausgeschildert

und nutzt meist familienfreundliche »Greenways/Grüne Wege« (»Voies Vertes«), um mehr Sicherheit zu gewährleisten. 72 Prozent der Strecke werden auf autofreien Wegen zurückgelegt.

*»Entscheiden Sie sich für einen All-Inclusive-Aufenthalt auf der La Véloodyssée! Unsere Partner-Reiseveranstalter und spezialisierten Agenturen können Ihnen die besten Angebote machen, um den längsten Radweg Frankreichs in Ihrem eigenen Tempo zu entdecken. Für weitere Informationen können Sie die Webseiten von Bike Frankreich, Le Vélo Voyageur, Grand Angle, Abicyclette Voyages, Randovélo und France à Vélo aufrufen!«*

[cycling-lavelodysee.com](http://cycling-lavelodysee.com)

### AUSGEZEICHNET!

Als ideale Startpunkte für das Radabenteuer an der französischen Atlantikküste sowie als ohnehin absolut sehenswert stechen die Städte Bordeaux, Nantes, La Rochelle, Royan, Saint-Nazaire und Bayonne hervor.

Apropos »sehenswert«: In Frankreich vergibt der Kulturminister an Gemeinden oder Gegenden, die ihr kulturelles Erbe herausstellen und einen besonderen Umgang mit Touristen pflegen, das Zertifikat »Villes et Pays d'art et d'histoire«. Folgende Städte an der französischen Atlantikküste wurden hiermit ausgezeichnet: Guérande, Ile de Ré, Rochefort, Royan, Bayonne, Saint-Jean-de-Luz, Ciboure, Nantes und Saint-Nazaire.

Als »Schönste Dörfer Frankreichs« (»Les Plus Beaux Villages de France«) sind Ars-en-

Ré, La Flotte en Ré, Hiers-Brouage, Mornac-sur-Seudre, Talmont-sur-Gironde, Sare und Ainhoa gelistet.

Zu guter Letzt müssen hier auch noch beispielhaft einige Naturschutzgebiete der französischen Atlantikküste Erwähnung finden, die da wären: Courant d'Huchet, Étang Noir, Marais d'Orx, Lilleau des Niges, La Belle Henriette, Réserve naturelle régionale du marais de Brière, Marais Poitevin, der regionale Naturpark Médoc und der regionale Naturpark Landes de Gascogne. Dünen, Salzgärten, Wälder, Sümpfe, Feuchtgebiete, Seen, Lagunen, Watt, Sand und Felsen usw. – der Reichtum an Landschaftsformen, Flora, Fauna und wildlebenden Tieren ist für den Radreisenden hier immer wieder aufs Neue beeindruckend.

### MEHR INFORMATIONEN

Atlantikküste Frankreich:  
[ATLANTIKKUSTEFRANKREICH.DE](http://ATLANTIKKUSTEFRANKREICH.DE)



Der bisher einzige topographische Rad-Reiseführer vom Verlag Esterbauer in deutscher Sprache über die La Véloodyssée.

[cycling-lavelodysee.com/practical-info/guides-and-books](http://cycling-lavelodysee.com/practical-info/guides-and-books)

### INHALT

<b>Einleitung</b>	
Natur-, Kultur- und Aktivurlaub	2
<b>Loire-Atlantique</b>	
Alte Salzgärten & Metropole Nantes	4
<b>Vendée</b>	
Badefreuden & Kulinariktraum	6
<b>Charente-Maritime</b>	
Maritimes Abenteuer für sich	8
<b>Gironde</b>	
Durch eine sonnendurchflutete Landschaft radeln	10
<b>Landes</b>	
Fast wie ein Roadtrip in Kalifornien	12
<b>Biarritz Pays Basque</b>	
Wildes französisches Baskenland	14

### UNTERKÜNFTE

Zahlreiche Unterkünfte gehören dem Netzwerk »Gîtes de France« an. Die Gästezimmer und Ferienhäuser befinden sich meist in direkter Nähe zum Haus des gastfreundlichen Vermieters. Darüber hinaus ist die Auswahl an Campingplätzen riesig. Infos:

[gites-de-france.com/de/pays-de-la-loire](http://gites-de-france.com/de/pays-de-la-loire) [campings-online.de](http://campings-online.de)



LOIRE-ATLANTIQUE

© J. Jehanin



© A. Lamoureux



© T. Locquard



# LOIRE-ATLANTIQUE

## Stille Sumpflandschaft, alte Salzgärten und 1.500 Kilometer Radwege

Das französische Département Loire-Atlantique ist ein äußerst facettenreiches Gebiet mit abwechslungsreichen Landschaftsbildern: Wer sich hier auf den Sattel schwingt, wird von den verschiedenen Stimmungen der Natur sowie dem kulturellen und historischen Erbe entlang der Atlantikküste verzaubert sein.

Nantes, die Hauptstadt der Region Loire-Atlantique, ist eine pulsierende Metropole, die neben einer reichen Geschichte auch ein kulturelles Angebot zu bieten hat (z. B. über 13 Museen).

Wer aber die ganze Vielfalt der Loire-Atlantique kennenlernen möchte, der nimmt sich einfach die Loire als zentrale Achse – entlang dieser erstreckt sich nämlich die Küstenlinie über 133 Kilometer von den Fischerhäfen Piriac-sur-Mer oder Le Croisic bis hin zu den Sanddünen südlich von Pornic.

Radreisende können auf den großen Radwegen Loire à Vélo®, La Véloodyssée oder La Vélocéan® die Gegend erkunden.

Wer der La Véloodyssée folgt, wird nach der längsten Brücke Frankreichs, »Pont de Saint-Nazaire« (3.356 m), auf das zeitgenös-

sische Kunstwerk »Serpent d'Océan« von Huang Yong Ping stoßen. Das Schlangenskelett, das bei Flut erscheint, bewacht die Loire-Mündung. Hier kann man die Loire à Vélo®-Tour starten oder weiter auf der La Véloodyssée nach Süden radeln.

### DIE HIGHLIGHTS

Eine sehr gute Möglichkeit, die Loire-Atlantique mit dem Fahrrad zu entdecken, ist auch die La Vélocéan®. Zunächst wird das Gebiet zwischen den Salzwiesen und dem etwa 40.000 Hektar großen Regionalen Naturpark Brière (als Natura 2000-Gebiet eingestuft) durchquert, um an die wilde Küste zu gelangen. Dann spielen die schönen Badeorte der Bucht von Le Pouliguen und die Hafenstadt Saint-Nazaire an der Loiremün-

**Großes Bild links** | Nur wenige Kilometer von Pornic reizt Préfaïlles mit einer zerklüfteten Küste und kleinen Buchten. **Bild ganz oben** | Sonnenuntergang in Pornichet. **Bild oben** | Assérac liegt nordwestlich von Saint-Nazaire in der Landschaft Brière.

dung die Hauptrolle. Hier werden die größten Kreuzfahrtschiffe der Welt gebaut. Ein U-Boot-Stützpunkt sowie U-Boot-Bunker, die im Zweiten Weltkrieg für die deutsche U-Boot-Flotte errichtet wurde, prägen noch heute den Hafenbereich der Stadt. Etwa 170 km Radstrecke sind in und um Saint-Nazaire ausgebaut. So verbindet zum Beispiel die Saint-Nazaire-Brücke die Stadt Saint-Nazaire mit Saint-Brevin-les-Pins, einem echten Familien- und Wassersport-Badeort. Dazu kommen die teils bewaldete Dünenlandschaft hinter den Stränden und die Waldgebiete im Hinterland.

Etwa 17 km von Saint-Nazaire entfernt, punktet das Seebad La Baule mit einem 7 km langen Sandstrand und lädt u.a. zum Flanieren ein. Nicht verpassen sollte man hier auch die mittelalterliche Stadt Guérande. Das massive St-Michel-Stadttor aus dem 14./15. Jahrhundert birgt sogar ein Museum.

Auch Pornichet ist ein idealer Ausgangspunkt, um die Region auf dem Sattel zu entdecken. Bunte Villen auf der einen Seite, auf der anderen Seite die grüne Landschaft, durch die man bestens genussradeln kann. Am Meer entlang führt ein Küstenweg.

An der Côte de Jade gelegen, ist Pornic ein erwähnenswertes Ziel für Radfahrer, um zu entspannen. Ob beim Baden oder Kosten eines selbstgemachten Eis – hier heißt es: einfach mal durchatmen!

## Tourentipp

»Die Seele der Fischer in La Turballe«

Länge: 20 km | Dauer: ca. 1 Std. 20 Min. |

Schwierigkeitsgrad: einfach

Wolfsbarsch, Makrele, Tintenfisch: Der Hafen von La Turballe ist ein wichtiger Fischereihafen in der Loire-Atlantique. Hier startet die Rundtour »Lâme des pêcheurs à La Turballe«.

Südlich von La Turballe speisen Kanäle die Salzsümpfe, hier wird das traditionelle Meersalz Gros Sel de Guérande abgeschöpft. **Tipp:** Teilnahme an der Führung des Salzbauern Philippe Constant (»Le Mulon de Pen-Bron«).

Sehenswert ist außerdem der Glockenturm von Trescalan (Notre-Dame-de-la-Miséricorde), der einen atemberaubenden Ausblick auf die Hügellandschaft von Guérande, die Flüsse Vilaine und Loire und den Atlantik freigibt.

### MEHR INFORMATIONEN

LOIRETAL-ATLANTIK.COM

### DIE BESTEN EMPFEHLUNGEN

#### • AKTIVITÄTEN:

Museum »Escal'Atlantic«, befestigte Schleuse mit ehemaligem U-Boot »Sous-marin Espadon«

🔗 [saint-nazaire-tourisme.de](http://saint-nazaire-tourisme.de)

Ausstellungsprojekt

»Les Machines de l'île« in Nantes

🔗 [lesmachines-nantes.fr](http://lesmachines-nantes.fr)

🔗 [nantes-tourisme.com/fr](http://nantes-tourisme.com/fr)

Besichtigung der Salzgärten

🔗 [de.labaule-guerande.com](http://de.labaule-guerande.com)

#### • RESTAURANT-TIPP:

Nina à la Plage (7 Boulevard des Océanides, 44380 Pornichet)

#### • UNTERKUNFTS-TIPPS:

Fleur de Sel

🔗 [saint-brevin.com](http://saint-brevin.com)

La Brise de Mer in Saint-Michel-Chef-Chef

🔗 [labrisedemer.com](http://labrisedemer.com)

#### • FAHRRADTOUREN:

Les Trottes de l'Ouest:

La Baule-Guérande

🔗 [lestrottesdelouest.com](http://lestrottesdelouest.com)

#### • FAHRRADVERLEIH

#### & REPARATUREN:

»Bike Evasion« (9 ter rue du Général Leclerc, 44510 Le Pouliguen); »Sea, bike and sun« (23

Quai L'Herminier, 44210 Pornic)

**Bild unten** | Charmant: der Hafen von Le Croisic.



© J. Damase

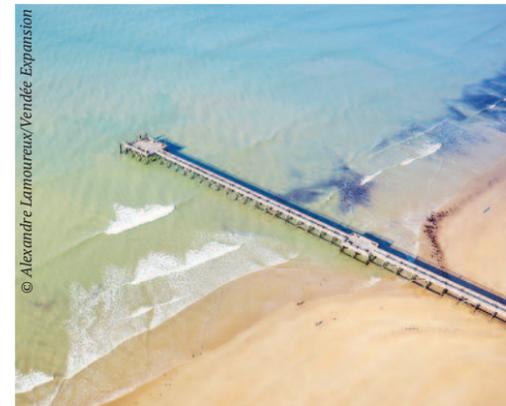
# VENDÉE



© S. Bourcier



© S. Bourcier



© Alexandre Lamoureux/Vendée Expansion



Vendée

# VENDÉE

## Traum-Sandstrände, bekannte Badeorte und unberührte Natur

1.800 Kilometer Radwege finden Radurlauber im französischen Département Vendée, das im Westen des Landes in der Region Loiretal-Atlantik liegt. Ganz in der Nähe befindet sich der berühmte Parc du Puy du Fou, ein historischer Themenpark mit großem Spektakel für die ganze Familie. Die Radwege der La Vélodyssée und der Vélo Francette® bringen einen hin – und u. a. auch zu den folgenden ausgewählten Ortschaften der Vendée.

### PAYS DE SAINT-JEAN-DE-MONTS

Pays de Saint-Jean-de-Monts, zum nord-westlichen Teil der Vendée gehörend, wartet mit einem 171 km großen Radwegenetz auf. Es ist das größte markierte Radwegenetz der Region Loiretal-Atlantik, eingebettet in 80 % Naturgebiete, davon 15 % in Staatswäldern. Hier können Radfahrer dem 25 Meter hohen Aussichtspunkt Pey de la Blet einen Besuch abstatten. Von oben hat man einen atemberaubenden Blick auf das bretonische Marschland der Vendée. Wer gerne Naturlandschaften beobachtet, sollte sich auch den Pier von Saint-Jean-de-Monts merken, und sich dort den Sonnenuntergang anschauen.

Ein weiteres Highlight in Saint-Jean-de-Monts ist das fünf Hektar große Ökoku-

seum Daviaud, das dem bretonischen Sumpfgewässer gewidmet ist.

### PAYS DE SAINT-GILLES-CROIX-DE-VIE

Mit 32 Kilometern Küstenlinie, 22 Stränden und einem Yachthafen im Herzen der Stadt ist Pays de Saint-Gilles-Croix-de-Vie vor allem ein Ziel für Wassersportler.

Als Fischereihafen liegt Saint-Gilles-Croix-de-Vie in Frankreich an sechster Stelle in puncto angelandeter Fischtonnage. Saint-Gilles wird auch die »Hauptstadt der Sardine« genannt und verdankt dem kleinen blauen Fisch die begehrte französische Auszeichnung »bemerkenswerter Ort des Geschmacks« (»Sites Remarquables du Goût«).

**Bild ganz links** | »Sehnsucht Meer«: Schöne Radtour in Brétignolles-sur-Mer. **Bild ganz oben** | Einzigartiges Naturgebiet: Ein Radweg führt durch die Sümpfe der Ile d'Olonne.

**Bild oben** | Paradiesisch: Der Pier von Saint-Jean-de-Monts. **Kleines Bild rechts** | Willkommen auf dem familienfreundlichen Luxus-Campingplatz »La Dune des Sables«!

### LES SABLES-D'OLONNE

Die Hafen-, Fischer- und Badestadt Les Sables-d'Olonne ist Start- und Zielort des härtesten Segelrennens der Welt, des Vendée Globe, das alle vier Jahre stattfindet. Übrigens: Als erster Deutscher war 2020 der Hamburger Boris Herrmann bei der Vendée Globe dabei!

Aber auch wer Erholung sucht, wird hier fündig: Vorbei an Sumpflandschaften, durch Wälder, entlang der Küste und des Flusses findet man viel Ruhe und genießt die charakteristische Fauna und Flora der Umgebung.

Das Radfahren durch die Naturgebiete ist ein besonderes Erlebnis. Zudem stehen 320 Kilometer Wanderwege zur Verfügung. Die Observatorien von Olonne und Île-d'Olonne ermöglichen es, die Vögel des Sumpfes zu sehen und sie in ihrem Lebensraum zu beobachten.

Tipp: Für Weinliebhaber empfiehlt sich ein Stopp beim Weingut Domaine Saint Nicolas, wo man sogar Deutsch spricht.

### LA TRANCHE-SUR-MER

Gegenüber der Île de Ré und zwischen Les Sables-d'Olonne und La Rochelle gelegen, besticht der Badeort La Tranche-sur-

Mer. Aufgrund seiner Lage an der Straße der La Vélodyssée ist La Tranche-sur-Mer ein Anziehungspunkt für Radfahrer aus der ganzen Welt.

## Tourentipp

### Rundkurs um La Tranche-sur-Mer

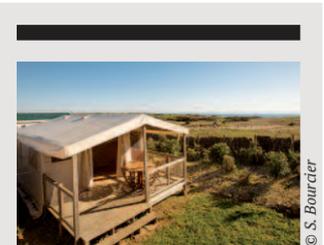
**Start:** Strand von Terrière, Rond-Point de la Belle Henriette | **Länge:** 9,7 km | **Rundfahrt:** 19,4 km |

**Wegbeschaffenheit:** Uferpromenade, Asphalt

La Tranche-sur-Mer wird mit seinen weiten, flachen Sandstränden (insgesamt 14,7 Kilometer lang) auch »das kleine Kalifornien der Vendée« genannt und begeistert mit einer der schönsten Panoramalandschaften der Vendée. Zwischen dem Strand von Terrière und einem Pinienwald sowie der Lagune La Belle Henriette kann der Radreisende hervorragend entspannen und viel entdecken.

### MEHR INFORMATIONEN

VENDEE-TOURISM.CO.UK/IM-INTERESTED/CYC-  
LISTS-FRIENDLY



© S. Bourcier

### DIE BESTEN EMPFEHLUNGEN

#### • UNTERKUNFTS-TIPPS:

Accueil-Vélo-Ferienwohnanlage »Le domaine de Sherwood«, liegt in unmittelbarer Nähe der La Vélodyssée, mit einem gesicherten Fahrradraum, ganzjährig geöffnet, Wohnräume bieten Platz für 6 bis 16 Personen

[lesherwood.com](https://www.lesherwood.com)

Accueil-Vélo-Familien-Campingplatz »Chadotel La Dune des Sables \*\*\*\*«, direkter Zugang zum Strand Anse de la Chaillé, Wald Olonne, 250 Stellplätze

[www.chadotel.com/camping-la-dune-des-sables-les-sables-dolonne/](https://www.chadotel.com/camping-la-dune-des-sables-les-sables-dolonne/)

Accueil-Vélo-Appartements »La résidence Belle Plage«, auf Familienaufenthalte mit großen Appartements spezialisiert

[residencebelleplage.com](https://residencebelleplage.com)

Weitere Camping-Adressen

[campings-vendee.fr](https://campings-vendee.fr)

**Bild unten** | Exklusiver Fang: Sardinen von Saint-Gilles-Croix-de-Vie.



© Farid Makhlouf

## CHARENTE-MARITIME



© Aurélie Stapff/La Vélolyssée

# CHARENTE-MARITIME

## Inseldreien und Land der Austern

Die Küste des französischen Départements Charente-Maritime erstreckt sich über 463 Kilometer von der Bucht von Aiguillon bis zur Mündung der Gironde. Den wohlklingenden Badeorten Royan und Saint-Palais-sur-Mer sowie den Inseln Île de Ré, Île d'Oléron, Île d'Aix, Île Madame kann niemand widerstehen. Rochefort ist ein maritimes Abenteuer für sich und La Rochelle ein echter Schatz im Atlantik.

Die Region Charente-Maritime wird zu Recht als Radrouten-Paradies bezeichnet. Mehr als 7.000 Kilometer Radwege stehen dem Besucher hier offen. Da wäre die Fahrradroute »La Vélo Francette« entlang der Atlantikküste, die »La Vélo Francette« von der Normandie nach La Rochelle, die Tour »Le Canal des 2 Mers à Vélo« zum Mittelmeer, »La Scandibérique« auf der Pilgerroute von Norwegen nach Santiago de Compostela und eine neue, aktuelle Touroption, die »La Flow Vélo«, die über die Charente von der Dordogne zur Île-d'Aix führt.

### ROYAN, LA ROCHELLE & ROCHEFORT

Radfahrer erwartet im Département Charente-Maritime Natur, Badespaß, Ge-

schichte, Kultur und Austernzucht. Royan beispielsweise ist ein historischer Badeort, der mit seinen Belle-Époque-Villen und einigen bedeutenden Bauten der Nachkriegsarchitektur fasziniert.

Auch La Rochelle wird geschichtsinteressierte Radfahrer glücklich machen, denn die Entstehung des alten Hafens geht bis ins 10. Jahrhundert zurück – bewacht wird der Zeitzeuge des Mittelalters vom Turm Chaîne und dem Turm Saint-Nicolas. Ebenfalls auf Ihrem Weg: Geheimgänge, Arkaden und elegante Herrenhäuser. Mit rund 230 Kilometern Radwegen punktet La Rochelle mit einer Vielzahl an Tourmöglichkeiten.

Tipp: Für Familien ist das Aquarium von La Rochelle spannend, hier kann man über 12.000 Meerestiere staunen.



© Farid Makhlof



**Bild ganz links** | Traumhaft schön: Sonnenuntergang über La Rochelle. **Bild ganz oben** | Lust auf Glamping (»Glamorous Camping«)? **Bild oben** | Entspannte Radtour auf der Île-d'Aix.

Es geht »maritim« weiter, denn auf dem ehemaligen Hafengelände von Rochefort erstreckt sich eine schlossähnliche Anlage, die bisweilen als »l' Arsenal des Mers« apostrophiert wird. Hier haben mehr als 550 Schiffe das Licht der Welt erblickt. Überhaupt hat das »Meeresarsenal« in Rochefort, »l' Arsenal des Mers«, nach drei Jahrhunderten maritimer Geschichte viel zu bieten und lässt Besucher zu Entdeckern werden. Wie wäre es zum Beispiel mit einer Schifffahrt um das berühmte Fort Boyard von Rochefort Océan?

### INSELTRÄUME

Was gäbe es Schöneres, als die Kleinode der Charente-Maritime, die aus dem Wasser ragen, kennenzulernen? Die Île d'Oléron ist Frankreichs größte Atlantikinsel (über 30 Kilometer lang). Hier findet sich auch das weitflächigste Austernbecken Europas. Außerdem lässt sich mal Sumpfgebiet, mal Wald mit dem Fahrrad entecken. Ein sehenswertes Kulturerbe ist auch das Bassin de Marennes (wo Land und Meer immer wieder aufeinandertreffen): Besuchen Sie die Zitadelle von Brouage, den Glockenturm, die Mühle Moulin de Loges und die Seefestung Fort Louvois!

Nur eine Brücke trennt La Rochelle von der Île de Ré. Auch diese Insel lässt sich dank der 138 Kilometer Radwege herrlich auf dem



3 km

Sattel erkunden: Unterwegs ziehen einen zehn reizvolle Dörfer, darunter Ars en Ré und La Flotte, die zu den schönsten Dörfern Frankreichs zählen, in den Bann.

## Tourentipp

### Radtour Royan Atlantique bei Marennes

Länge: 161 km | Dauer: ca. 12 Std. | Schwierigkeitsgrad: mittel

Ausgehend von einem kleinen Hafen (Chemin De La Plage, 17120 Arces) folgt die Route der Gironde-Mündung und ihrer hügeligen Landschaft. Man wird Zeuge der Überreste der ehemaligen Verteidigungslinie, des Atlantikwalls. Am Ende kommen Radfahrer in den Genuss herrlicher Panoramen auf die Seudre-Mündung.

### MEHR INFORMATIONEN

ATLANTIKKUSTEFRAANKREICH.DE/  
CHARENTE-MARITIME

### DIE BESTEN EMPFEHLUNGEN

• **AKTIVITÄTEN:**  
»Le Phare de La Coubre« (64 m)  
[atlantic-cognac.com/charentes-most-beautiful-lighthouses](http://atlantic-cognac.com/charentes-most-beautiful-lighthouses)

Bootsreise mit einem Katamaran  
[kapalouest.com](http://kapalouest.com)  
»Nachtour Oceana Lumina«  
[rochefort-ocean.com/de](http://rochefort-ocean.com/de)

• **RESTAURANT-TIPP:**  
*La Fabuleuse Cantine* (Place B. Moitessier, 17000 La Rochelle)

• **UNTERKUNFTS-TIPPS:**  
L'esprit du 8  
[lespritdu8.com/en](http://lespritdu8.com/en)  
Camping La Tour des Prises  
[lesprises.com/de](http://lesprises.com/de)  
Camping-Adressen:  
[campings-atlantique.de](http://campings-atlantique.de)

• **FAHRRADWERKSTATT:**  
»La clinique du vélo à Marennes« (15 Rue du Général de Gaulle, 17320 Marennes-Hiers-Brouage)

• **TOURISMUS:**  
[atlantic-cognac.com](http://atlantic-cognac.com)  
[atlantikkustefrankreich.de/radfahren](http://atlantikkustefrankreich.de/radfahren)  
[infiniment-charentes.loopi-velo.fr](http://infiniment-charentes.loopi-velo.fr)

**Bild links** | Frisch und lecker: Verpassen Sie nicht eine Austernverkostung auf der Île de Ré und der Île d'Oléron!



© Farid Makhlof



© David Remazeilles/Gironde Tourisme



© Vincent Bengold



© David Remazeilles/Gironde Tourisme



# GIRONDE

## Mit dem Fahrrad durch ein Mosaik von Landschaften

Wie kam das Département Gironde zu seinem Namen? Zwei der bedeutendsten Flüsse der Region, die Dordogne und die Garonne, vereinen sich hinter der Hauptstadt Bordeaux zur Gironde – et voilà! Entlang der Gewässer und Kanäle geht es mit dem Fahrrad durch die sonnendurchflutete Landschaft im Südwesten Frankreichs, die geprägt ist von Weinbergen, Kiefernwäldern und hübschen Dörfern.

**Bild unten |** Das Weinbaugebiet Bordeaux, auf Französisch Bordelais, ist das größte zusammenhängende Anbaugebiet der Welt für Qualitätswein.



© David Remazeilles/Gironde Tourisme

La Vélodyssée, der Radfernweg des Atlantiks, folgt der Gironde auf einer 170 Kilometer langen Strecke. Die Strecke beginnt an der Pointe de Grave, gegenüber dem Leuchtturm von Cordouan (seit Juli 2021 UNESCO-Weltkulturerbe), durchquert Dünen, Pinienwälder und die großen Seen, verläuft durch die etwa 155 Quadratkilometer große Bucht Bassin d'Arcachon und endet am Fuß der höchsten Wanderdüne Europas, der Dune du Pilat. Auf 100 bis 110 Meter türmt sich hier der Sand – ein echtes Naturwunder.

### KALIFORNIEN IM BORDEAUX

In der Weinregion Médoc im Bordeaux entstehen legendäre Weine von den be-

rühmtesten Weingütern weltweit. Der Radweg der La Vélodyssée bringt einen in die Nähe der Weinberge von Médoc. Man passiert die Gemeinden Soulac-sur-Mer, Montalivet, Hourtin, Carcans, die nicht weit entfernt von den Weinbaugebieten mit klangvollen Namen sind: Margaux, Saint-Julien, Pauillac. Ein Verkostungsbesuch ist natürlich Pflicht!

In Lacanau, einem bekannten Badeort und beliebten Surfsport, führt die La Vélodyssée ins weniger als 60 km entfernte Bordeaux. Das historische Zentrum von Bordeaux zählt aufgrund seines außergewöhnlichen architektonischen Ensembles zum UNESCO-Weltkulturerbe.

**Großes Bild links |** Bade-Zwischenstopp in Soulac-sur-Mer. **Bild ganz oben |** Fahrradtour entlang des Flusses Garonne in Bordeaux. **Bild oben |** Gourmet-Pause an der Bucht von Arcachon.

Bei einem Spaziergang oder Radtour durch die Stadt fühlt man sich in eine andere Epoche versetzt und staunt über mehr als 350 Denkmäler.

### IM ZEICHEN DES WASSERS

Ob schicke Badeplätze, der größte Süßwassersee Lac de Hourtin et de Carcans, zahlreiche Kanäle, die Bucht Bassin d'Arcachon, die Austernzuchtdörfer Arès, Andernos-les-Bains, Lanton und Arcachon, das atemberaubende Panorama mit Blick auf den Ozean – ja, die Radregion Gironde steht »im Zeichen des Wassers«, es gibt aber auch Schlösser, Wälder, Salzwiesen, Sandbänke und das bereits erwähnte Weinbaugebiet zu entdecken.

### MEHR INFORMATIONEN

GIRONDE-TOURISME.FR/DE/

## Tourentipps

»Le Tour de Gironde«  
Länge: 480 km

Der 480 km lange Rundweg »Le Tour de Gironde«, der zu 90 % aus Radwegen besteht, zeigt das französische Département als Weinbau-, Architektur-, Meeres- und Kulturerbe-Region. Insgesamt kommt man bei der aussichtsreichen Radtour an zehn Schätzen der Gironde vorbei, von denen fünf auf der Liste des UNESCO-Welterbes stehen. Einen Teil der Tour nimmt den Streckenverlauf der La Vélodyssée mit auf.

»Die Schleife um die Bucht von Arcachon«  
Länge: 77 km

Es geht entlang des Beckens von Arcachon, Radfahrer werden Zeuge einer bemerkenswert ausgeprägten Flora und Fauna. Übrigens: Innerhalb des Bassin d'Arcachon befindet sich eine Vogelschutzinsel.

»Die Rundtour um den See von Hourtin-Carcans«  
Länge: 60 km

Zwischen Wäldern und Meer führt die Tour um den größten Süßwassersee Frankreichs, den Lac de Hourtin et de Carcans (Fläche: ca. 57 km<sup>2</sup>).

### DIE BESTEN EMPFEHLUNGEN

#### • AKTIVITÄTEN:

»La dune du Pilat«, die höchste Düne Europas  
[ladunedupilat.com/en/](http://ladunedupilat.com/en/)  
Wassersport in Lacanau  
[medoc-atlantique.de](http://medoc-atlantique.de)

#### • UNTERKUNFTS-TIPPS

##### (ACCUEIL VÉLO):

»Camping des Pins à Soulac«, auf der Halbinsel Médoc  
[campingdespins.fr](http://campingdespins.fr)  
Camping Fontaine Vieille à Andernos, liegt am Bassin d'Arcachon  
[fontainevieille.fr](http://fontainevieille.fr)  
Hotel Vitalparc in Lacanau  
[vitalparc.com](http://vitalparc.com)  
Mehr Camping-Adressen:  
[camping-gironde.fr](http://camping-gironde.fr)  
[campsites-gironde.co.uk](http://campsites-gironde.co.uk)

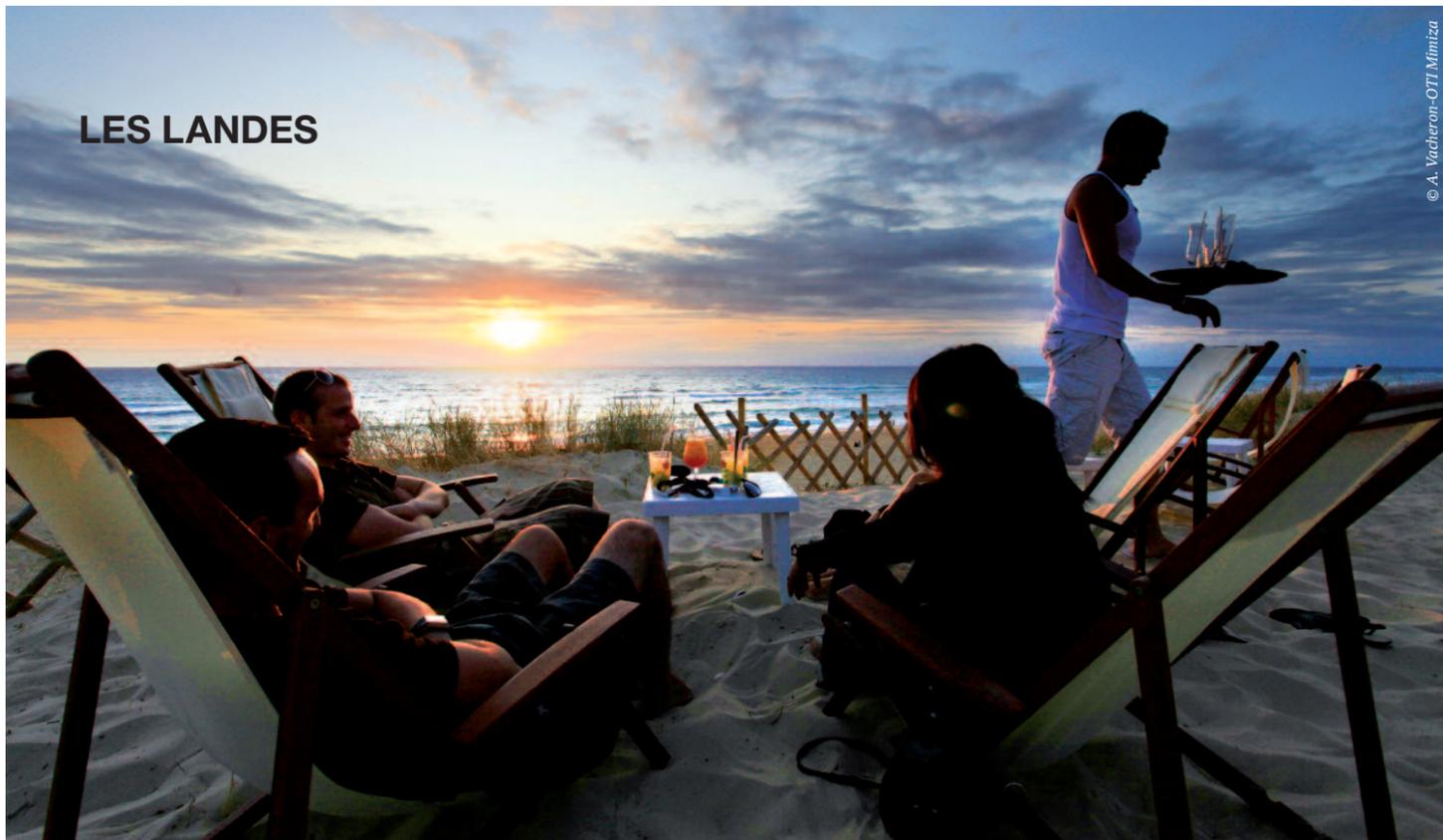
#### • RADREISE-VERANSTALTER:

Agentur Evazio in Bordeaux  
<https://www.evazio.com/en>

#### • TOURISMUS:

[gironde-tourisme.fr](http://gironde-tourisme.fr)  
[bassin-arcachon.com/willkommen-in-der-bucht](http://bassin-arcachon.com/willkommen-in-der-bucht)  
[medoc-atlantique.de](http://medoc-atlantique.de)  
[medocpleinsud.com](http://medocpleinsud.com)  
[cycling-lavelodyssee.com](http://cycling-lavelodyssee.com)

## LES LANDES



© A. Vacheron-OTT Mimiza



© OT de Soustons



© S. Chebassier



Landes

# LES LANDES

## »Pazifisches Flair« entdecken und mit Meeresrauschen aufwachen

Ein Urlaub im französischen Département Les Landes könnte man beinahe mit einem Roadtrip in Kalifornien vergleichen, allerdings nicht am Pazifik, sondern am Atlantik! Man glaubt sich fast in »Venice Beach«, wenn da nicht die herrlichen Pinienwälder wären. Radreisende dürfen sich über ein insgesamt 500 Kilometer langes Radwegenetz freuen. Wir geben die besten Tipps zur Region.

Gleich hinter der Küstendüne und wunderschönen Sandstränden erstrecken sich inmitten grüner Wälder große, kristallklare Seen und Feuchtgebiete (teils unter Naturschutz stehend). Dieses paradiesische Bild und »Von-allem-etwas« beschreibt einen Urlaub im Département Landes sehr treffend. Radreisende sollten also unbedingt genügend Zeit einplanen, um auch mal einige der insgesamt 15 Badeorte kennen zu lernen sowie die Strände zu genießen, zu schwimmen, zu fischen oder auch um Wassersport zu treiben.

**Bild links** | Luftaufnahme des Campingplatzes »Le Saint Martin« in Moliets.

### HIGHLIGHTS VON NORD NACH SÜD

Zu einem gelungenen Urlaubserlebnis in der Region Landes gehört das Fahrrad einfach dazu. Entlang der Küste stößt man u. a. auf folgende Ferienortschaften.

Biscarrosse verzaubert mit einem etwa fünf Kilometer langen feinen Sandstrand, drei Seen, die über einen Kanal miteinander verbunden sind und auch die höchste Wanderdüne Europas, die Düne von Pilat, ist von Biscarrosse aus gut mit dem Fahrrad zu erreichen. Es führt uns weiter nach Mimizan, eine Stadt, die auch »Perle der Silberküste« genannt wird. Hier gibt es zehn Kilometer Sand mit sechs überwachten Stränden, davon ein wellengeschützter

**Großes Bild ganz links** | Wie wäre es mit einem Aperitif am Strand von Mimizan? **Bild ganz oben** | Mit dem Fahrrad geht es zum See »Lac de Soustons«. **Bild oben** | Surfschule in Landes.

Strand am Küstenfluss Courant de Mimizan – ein echtes Familienparadies!

Einen ganz besonderen Strand findet man auch mit dem »Contis plage« – dieser liegt nämlich ganz am Ende einer von Holzhäusern gesäumten Straße. Hier, wo der Fluss Courant de Contis in den Ozean mündet, glitzert die Natur zu jeder Tageszeit in tausend Farben. Fahrradwege führen direkt am einzigen Leuchtturm der Region Landes vorbei.

Der Strand von Moliets gehört hingegen zu den Lieblingsstränden der Einheimischen. Hier mündet der Courant d'Huchet in den Ozean und teilt die endlosen Weiten in zwei Strände, die im Rhythmus der Gezeiten immer wieder neue Formen annehmen. Ein fantastisches Naturschauspiel.

Im Badeort Vieux-Boucau/Port d'Albret bietet sich eine Rundtour um den See an.

Nicht unerwähnt sollten auch die kulinarischen Highlights der Region bleiben. Es empfiehlt sich, eine Pause in Capbreton zu machen. Der hiesige Fischmarkt ist der Treffpunkt für Feinschmecker und Fischliebhaber. Außerdem reihen sich entlang der Strände zahlreiche Geschäfte sowie Restaurants und Bars mit einladenden Terrassen zum Relaxen und Genießen.

## Tourentipp

»Kiefern, Seen und Meer«

Länge: 25 km

Die wunderschöne Radschleife zwischen Kieferngebieten, Seen und Meer führt an den französischen Ortschaften Soustons, Azur, Messanges und Vieux-Boucau vorbei. Der größte Teil der Strecke verläuft auf befestigten Radwegen; etwa 3 km sind etwas hügeliger und zwischen Azur und Messanges wird kurzzeitig eine gemeinsame Fahrspur benutzt, die auf 30 km/h begrenzt ist.

Sehenswertes/Tipps entlang der Route:

**Soustons (1):** Park »Pointe des Vergnes« – staunen Sie über Erlen, Sumpfyzypressen und andere sehr alte Baumarten.

**Azur (2):** Machen Sie eine Pause auf dem Holzsteig »ponton en bois« mit Überdachung.

**Messanges (3/4):** Sand und Strände, so weit das Auge reicht! Machen Sie außerdem einen Ausflug zum See »Étang de Moisan«.

**Vieux-Boucau (5):** Der See »Le lac de Port d'Albret« lädt zu einem erfrischenden Bad ein.

### MEHR INFORMATIONEN

LANDES-FERIEN.COM

### DIE BESTEN EMPFEHLUNGEN

• **AKTIVITÄTEN:**  
Bootsfahrt auf dem Lac de Léon zum Courant d'Huchet (»Kleiner Amazonas von Landes«)

📄 [bateliers-courant-huchet.fr](https://www.bateliers-courant-huchet.fr)  
Geocaching-Schnitzeljagd

📄 [terra-aventura.fr/de](https://www.terra-aventura.fr/de)  
Surfspots & Surfschulen

📄 [surfinlandes.com](https://www.surfinlandes.com)

• **RESTAURANT-TIPP:**  
Restaurant Grand Hôtel de la Plage à Biscarrosse (2 Avenue de la Plage, 40600 Biscarrosse)  
📄 [legrandhoteldelaplage.fr/fr/restaurant](https://www.legrandhoteldelaplage.fr/fr/restaurant)

• **UNTERKUNFTS-TIPPS (ACCUEIL VÉLO):**  
Hotel Emeraude des Bois in Mimizan  
📄 [emeraudesbois.com/fr](https://www.emeraudesbois.com/fr)  
Camping Saint Martin in Moliets  
📄 [camping-saint-martin.fr/campingplatz-frankreich-landes.html](https://www.camping-saint-martin.fr/campingplatz-frankreich-landes.html)  
Weitere Adressen  
📄 [landes-ferien.com](https://www.landes-ferien.com)

• **TOURISMUS:**  
📄 [atlantikkustefrankreich.de/les-landes](https://www.atlantikkustefrankreich.de/les-landes)

## BIARRITZ PAYS BASQUE



# DAS FRANZÖSISCHE BASKENLAND

## Zwischen tosenden Wellen und einsamer Berglandschaft

Das Handwerk im französischen Baskenland hat eine lange Tradition. Das bekannteste Produkt ist sicherlich die in ganz Frankreich verbreitete »Baskenmütze«. Radfahrer staunen aber vor allem über die zerklüfteten und ursprünglichen Täler, grünes, hügeliges Weideland sowie traumhafte Küstenlandschaften und Seebäder, die das Baskenland zu einem ganz besonderen Reiseziel machen.

**Bild unten** | Auf einer Bergpässe-Tour im Baskenland entdeckt man auch hübsche, kleine Gemeinden wie hier Sainte-Engrâce.



Zur geographischen Einordnung: Das französische Baskenland grenzt an die spanischen Autonomen Gemeinschaften Navarra und Baskenland im Süden, im Westen an den Golf von Biskaya, im Norden an das französische Département Landes und an die historische Provinz Béarn im Osten. Längs der Südgrenze verläuft der westlichste Teil der Pyrenäen.

### RADFAHREN & SURFEN

Von Bayonne (kulturelle Hauptstadt des französischen Baskenlands) bis an die französisch-spanische Grenze nach Hendaye radelt man etwa vierzig Kilometer am Meer auf der La Vélodyssée entlang, wobei sich Bade-

orte, kleine Fischerdörfer und international bekannte Surfsports abwechseln.

**Tipp:** Wer hier on tour ist und die Strände und Buchten mit dem Fahrrad erkundet, sollte über eine Surfboard-Halterung fürs Fahrrad nachdenken, dann können Sie, wo immer die Wellen gerade perfekt sind, anhalten und eine Surf-Session einlegen.

### BIDART

Im Herzen der baskischen Küste, zwischen Biarritz und Saint-Jean-de-Luz, befindet sich das charmante Küstendorf Bidart. Hier gibt es viele Fahrrad-Verleiher (z. B. Martybike und Loumabike). Der Strand von Erregetia



**Großes Bild ganz links** | Wo Zeit keine Rolle spielt: mit dem E-Bike im beliebten Badeort Biarritz an der sonnenverwöhnten Atlantikküste. **Bild ganz oben** | Beeindruckende Aussichten: Der Col de Burdin-curutcheta ist ein 1.135 Meter hoher Bergpass. **Bild oben** | Radtour in Espelette – hier wird die traditionelle Chili-Sorte »Piment d'Espelette« mit fruchtig-süßer Note angebaut.

ist ein toller Surfsport. Und auch so gibt es rund um Bidart interessante Ausflugsziele (Château d'Ibarriz, Kirche Notre-Dame de l'Assomption, Kapelle Sainte-Madeleine,...).

### BIKE & MOUNTAIN

Ein paar Kilometer von den Stränden entfernt, zieht es Radfahrer mitten in die Berge, wo sie auf Wälder und traditionelle Dörfer treffen und atemberaubende Rundblicke genießen können. Sie haben Lust auf eine Herausforderung auf den Pässen des baskischen Gebirges? Schauen Sie sich den Larrau-Pass näher an! Radfahrer können hier 1.230 m Höhenunterschied mit 8,4 % Steigung über eine Strecke von 15 km und 12 % Steigung auf 4 km bewältigen. Als Belohnung gibt's den Blick auf den 2.017 Meter hohen Pic d'Orhy, der die Grenze der spanischen Autonomen Region Navarra und des historischen baskischen Gebiets Zuberoa markiert.

### MEHR INFORMATIONEN

BIARRITZ-PAYS-BASQUE.COM/DE



## Tourentipp

Von Biarritz nach Saint-Jean-de-Luz  
Länge: 14,2 km

Die letzte Etappe der La Vélodyssée an der französischen Atlantikküste startet im eleganten Badeort Biarritz. Von hier aus passieren Radurlauber typisch baskische Dörfer mit ihren Pelota-Plätzen. Das baskische Pelotaspiel – ein schnelles Ballspiel – galt schon unter den Mayas und Azteken als beliebte Freizeitbeschäftigung. Im französischen Baskenland ist es sowohl Volks- als auch Profisport.

Insgesamt betrachtet ist die letzte Etappe der La Vélodyssée eher anspruchsvoll. Belohnt wird man während seiner Tour aber vielmals: Architektur und Geschichte in Biarritz, zahlreiche Villen aus dem 19. Jahrhundert in der Stadt Guéthary (das kleinste Dorf an der baskischen Küste), tolle Surfsports, im Badeort Bidart locken sechs Strände mit Blick auf die Pyrenäen, das historische Gebäude Maison de l'Infante u. v. m. Bei der Ankunft in der Bucht von St-Jean-de-Luz, mit dem Berg La Rhune (»Berg der Mythen«) im Hintergrund, wird man doch etwas wehmütig.

Die Tour muss aber noch nicht zu Ende sein: Kosten Sie unbedingt das baskische Dessert »Gâteau Basque«, das mit seinem feinen Teig und der saftigen Crème nach Urlaub schmeckt. Es gibt sogar ein Museum, das »Musée du gâteau basque«. Hier erfahren Besucher alles über die Handwerkskunst des traditionellen baskischen Kuchens.

### DIE BESTEN EMPFEHLUNGEN

#### • AKTIVITÄTEN:

»Randoeko«: Fahren Sie mit einem Elektro-Quad durch das Baskenland  
[rando-eko.com](https://www.rando-eko.com)  
 Surfschule »l'Ecole de la glisse« am Strand Erregetia  
[lecoledelaglisserie.com](https://www.lecoledelaglisserie.com)

#### • RESTAURANT-TIPP:

Restaurant *Ahpe* (34 Av. Du Président JF Kennedy, 64200 Biarritz);  
 Restaurant *Ezkie* (6 Avenue de la Grande Plage, 64210 Bidart)

#### • UNTERKUNFTS-TIPPS:

Domaine de Bassilour - Bidart  
[domainedebassilour.com](https://www.domainedebassilour.com)  
 Etchemaite in Larrau  
[hotel-etchemaite.fr](https://www.hotel-etchemaite.fr)

#### • FAHRRADVERLEIH & REPARATUREN:

»Martybike« (111 Avenue de Biarritz, 64210 Bidart); »Loumabike« (15 Avenue Cumba, 64210 Bidart)

#### • TOURISMUS:

[cycling-lavelodysee.com/](https://www.cycling-lavelodysee.com/)  
[cycle-route](https://www.cycle-route.com/)  
[levelovoyageur.com/fr](https://www.levelovoyageur.com/fr)  
 (Reiseveranstalter  
 »Le Vélo Voyageur«)

Atlantikküste  
Frankreich



Explore France™ 

# Perfekte Ferien am Meer

Erfahren Sie mehr unter:  
[www.atlantikkustefrankreich.de](http://www.atlantikkustefrankreich.de)

*#Explore France*

