



Vorwort	9
Die schönsten Reiseziele	10
Das Wichtigste in Kürze	12
Unterwegs mit Kindern	15

**LAND UND LEUTE** 17

Französische Atlantikküste: Zahlen und Fakten	18
--	----

<b>Naturraum</b>	19
Geologie	19
Landschaften	21
Flüsse	24
Küste und Strände	27
Klima und Reisezeit	32
Flora und Fauna	33

<b>Geschichte</b>	41
Provincia Gallia Aquitania	41
Frankenreich	42
Grafschaft Poitou	44
Herzogtum Aquitanien	45
Hundertjähriger Krieg	49
Königreich Frankreich	52
Religionskriege	54
Absolutismus	56
Französische Revolution	57
Aufstand der Vendée	58
Von Napoleon bis zur Fünften Republik	60
Frankreich unter Macron	64

<b>Wirtschaft</b>	68
Landwirtschaft	68
Tourismus	68
Industrie und Handwerk	69

<b>Ess- und Weinkultur</b>	70
Küche der Atlantikküste	70
Fisch oder Fleisch?	73
Austern, Muscheln und Krustentiere	74
Butter und Käse	77
Kuchen	79
Wein und Co.	80

**NANTES UND  
DAS PAYS NANTAIS** 87

**Nantes** 88  
 Stadtgeschichte 88  
 Stadtbesichtigung 92  
 Le Voyage à Nantes 95  
 Château des ducs de Bretagne 96  
 Kathedrale 102  
 Quartier Bouffay 102  
 Quartier Graslin 105  
 Île de Nantes 113  
 Musée d'Art de Nantes 116  
 Jardin des Plantes 117  
 Quartier Chantenay 119  
 Folies Nantaises 121  
 Nantes – Informationen 122

**Pays Nantais** 129  
 Saint-Nazaire 131  
 La Grande Brière 140  
 Côte d'Amour 147  
 Guérande 159  
 Pays de Retz 166

**BAS-POITOU** 179

**Nördliche Vendée** 181  
 Marais Breton-Vendéen 182  
 Île de Noirmoutier 189  
 Île d'Yeu 200  
 Saint-Gilles-Croix-de-Vie 209

**Südliche Vendée** 217  
 Les Sables-d'Olonne 217  
 Ästuar von Payré 227  
 Baie d'Aiguillon 231  
 Marais Poitevin 234

**AUNIS** 247

**La Rochelle** 250  
 Stadtgeschichte 250  
 Wirtschaft 257  
 Vieux-Port 259  
 Altstadt 262





Quartier Saint-Nicolas	265
Quartier Le Gabut	266
Parc Charruyer	266
Museen	267
La Rochelle – Informationen	271

<b>Île de Ré</b>	278
Wirtschaft	278
Geschichte	280
Rivedoux-Plage	283
Fort La Prée	284
Abbaye Notre-Dame-de-Ré	285
La Flotte	285
Saint-Martin-de-Ré	286
Loix	288
Ars-en-Ré	288



<b>Côte des Fleurs</b>	295
Angoulins	295
Châtelaiillon-Plage	297
Fouras	300
Île d'Aix	302
Rochefort	310
Port-des-Barques	320
Marennes-Hiers-Brouage	322

<b>Île d'Oléron</b>	333
Saint-Trojan-les-Bains	335
Saint-Pierre-d'Oléron	336
Saint-Georges-d'Oléron	337
Saint-Denis-d'Oléron	338
Le Château-d'Oléron	338
Île d'Oléron – Informationen	340

<b>Côte de Beauté</b>	347
Royan	347
Umgebung von Royan	352



**REISETIPPS VON A BIS Z** 360

**SPRACHFÜHRER** 378

Kulinarischer Sprachführer 382

## ANHANG

Glossar 394

Literatur 398

Die französische Atlantikküste  
im Internet 400

Über die Autorin 401

Danksagung 401

Register 402

Bildnachweis 406

Kartenregister 407

Karten- und Zeichenlegende 408

## EXTRA

Ein ewiges Auf und Ab – die  
Gezeiten 31

Wer ist der Dieb? 38

Aufgetischt ... vom »préfou« zum  
»tourteau« 82

Die doppelte Königin – Anne de  
Bretagne 100

Das weiße Gold 165

Leuchttürme – Kathedralen des  
Meeres 205

Der König der Sümpfe 236

Belagerung der schönen Rebellin 255

Napoleons letzte Tage in  
Frankreich 305

Harte Schale, weicher Kern 326



## Die schönsten Reiseziele

### Städte

#### 1 Nantes

Nantes gehört seit Jahren zu den Top 5 der lebenswertesten Städte Frankreichs. Die einstige Hauptstadt der Herzöge der Bretagne gilt inzwischen als kreativste Stadt im Land, mit einem beeindruckenden Kulturangebot. Neben historischen Monumenten wie dem Herzogsschloss und der Kathedrale kommen alljährlich im Rahmen des einzigartigen Kunstprojektes Estuaire zeitgenössische Kunstwerke hinzu. → S. 88



#### 2 La Rochelle ▲

Die lebendige Hauptstadt der Charente-Maritime atmet das Flair einer Hafenmetropole. Der Alte Hafen, bewacht von zwei Türmen, ist Postkartenmotiv Nummer eins. Patrizierhäuser aus der Renaissance, Fachwerkhäuser und Arkadengalerien verleihen der Altstadt Charme, und malerische Gassen laden zum Bummeln ein. → S. 250

#### 3 Rochefort

Auf königlichen Willen aus dem Boden gestampft, wurde Rochefort im 17. Jahrhundert der wichtigste Kriegshafen am Atlantik. Im ehemaligen Arsenal ist vor allem die Königliche Seilerei höchst sehenswert. → S. 310

### Küsten und Strände ▼

Die inklusive Inseln und Buchten rund 850 Kilometer lange Küste zwischen den Mündungen der Loire und der Gironde hat meist feinen Sandstrand, der vor allem bei Ebbe unendlich weit erscheint.

Nördlich der Loire-Mündung erstreckt sich die 4 Côte d'Amour (→ S. 147), deren Herzstück die **Bucht von La Baule** (→ S. 151) ist mit einem der schönsten und längsten Strände ganz Europas. Cineastischen Weltruhm erlangte die Liebesküste durch Jacques Tati, der als Monsieur Hulot Ferien am feinen Strand von **Saint-Marc-sur-Mer** machte (→ S. 135).

Südlich der Loire-Mündung beginnt die 43 Kilometer lange 5 Côte de Jade, die sich durch das Pays de Retz (→ S. 166) bis zum Marais Breton-Vendéen (→ S. 182) zieht.

Über 250 Kilometer erstreckt sich die 6 Côte de Lumière an der Küste der Vendée bis zum einsamen Ästuar von **Payré** (→ S. 227) und zur **Bucht von Aiguillon** (→ S. 334). Ein Strand geht meist nahtlos in den nächsten über.

Südlich von La Rochelle reihen sich die schönen Strände der 7 Côte des Fleurs



(→ S. 295) wie an der Perlschnur aufgezogen bis zur Mündung der Seudre.

Klein, aber fein ist der Küstenabschnitt der

**8 Côte de Beauté** (→ S. 347), der sich bis zur Gironde erstreckt.

### Sümpfe ▼

Anstelle ehemaliger Meeresbuchten entstanden vor Urzeiten Sumpflandschaften mit einem einzigartigen Reichtum an Pflanzen und Tieren. Die **9 Grande Brière** (→ S. 140), das **10 Marais Breton-Vendéen** (→ S. 182) und das **11 Marais Poitevin** (→ S. 234) sind ideale Ziele für Naturliebhaber. Bestens geeignet für Vogelbeobachtungen, aber auch für Fahrradtouren oder Bootsfahrten, bei denen man in Kähnen geräuschlos durch die ruhige, magische Landschaft gleitet. Auch Angler kommen in den Marais voll auf ihre Kosten.



### Inseln

Obwohl sie oft nah beieinander liegen, sind die Inseln der Atlantikküste doch sehr unterschiedlich. Und jede für sich genommen ist äußerst reizvoll. Wegen ihres milden Klimas, das sie dem Golfstrom verdanken, werden sie auch als Mimoseninseln bezeichnet.

#### **12 Île de Noirmoutier**

Die Île de Noirmoutier gilt als vornehmere Insel. Im 19. Jahrhundert traf sich auf dem langgestreckten Eiland alles, was Rang und Namen hatte. Einen einzigartigen Inselzugang bietet die Passage du Gois mitten durchs Meer, die nur bei Ebbe zu befahren ist. → S. 189

#### **13 Île d'Yeu**

Die Île d'Yeu ist die am weitesten vom Festland entfernte Insel. Schmuggler und Seefahrer prägten ihre Geschichte. Weite Strände an der Ostküste und schroffe Felsen an der Westküste sorgen auf der 23 Quadratkilometer kleinen Insel für landschaftliche Reize. → S. 200

#### **14 Île de Ré ▼**

Die Île de Ré hat einen ganz besonderen Charme, der sie zum begehrten Domizil vieler Promis macht. Unbedingt lohnend ist der Besuch wegen zauberhafter Dörfer wie Saint-Martin-de-Ré oder des Marktes von La Flotte. → S. 278



#### **15 Île d'Aix**

Auf der autofreien Île d'Aix scheint die Zeit stehengeblieben zu sein, und im Musée napoléonien ist sie dies tatsächlich. Der Kaiser der Franzosen verbrachte auf der Insel seine letzten Tage auf französischem Boden. Zum ausgeklügelten Verteidigungssystem des Arsenal von Rochefort gehörte nicht nur die Insel selbst, sondern auch das Fort Boyard. Mitten im Atlantik ragt die Festung aus dem Wasser. → S. 302

#### **16 Île d'Oléron**

Frankreichs zweitgrößte Insel nach Korsika ist vor allem ein Naturparadies – mit 140 Pflanzen- und 250 Vogelarten. Aktivurlauber können sich nicht nur auf zahlreiche Wanderwege, sondern auch auf ein gut ausgebautes und ausgeschildertes Radwegenetz freuen. → S. 333

# LAND UND LEUTE



## Französische Atlantikküste: Zahlen und Fakten

**Regionen:** Pays de la Loire und Nouvelle-Aquitaine

**Historische Provinzen:** Bretagne, Bas-Poitou, Aunis, Saintonge

**Départements und deren Hauptstädte:** Loire-Atlantique (Nantes), Vendée (La Roche-sur-Yon), Charente-Maritime (La Rochelle)

**Gesamtfläche:** 20 660 km<sup>2</sup>

**Fläche nach Départements:** Loire-Atlantique: 6997 km<sup>2</sup>, Vendée: 6761 km<sup>2</sup>, Charente-Maritime: 6899 km<sup>2</sup>

**Größte Städte:** Nantes (545 000 Einwohner), La Rochelle (77 000), Saint-Nazaire (72 000), Les Sables-d'Olonne (47 000), Rezé (43 000)

**Gesamteinwohnerzahl:** 2,765 Mio.

**Einwohnerzahl nach Départements:** Loire-Atlantique 1,43 Mio., Vendée 485 400, Charente-Maritime 651 400

**Bevölkerungsdichte:** 134 Einwohner/km<sup>2</sup>

**Bevölkerungsdichte nach Départements:** Loire-Atlantique 204 Einwohner/km<sup>2</sup>, Vendée 101, Charente-Maritime 94

**Durchschnittsnettoeinkommen/Monat:** 2175 Euro

**Durchschnittseinkommen nach Départements:** Loire-Atlantique 2369 Euro, Vendée 2047, Charente-Maritime 2103

**Wichtigste Flüsse:** Loire, Charente, Gironde

**Küstenlänge:** 853 km

**Strände:** 378 km

**Naturschutzgebiete:** Parc naturel régional de Brière, Parc naturel régional du Marais Poitevin; geplant sind zudem: Parc naturel régional Marennes – Oléron, Parc naturel régional de l'Île de Ré, Parc naturel régional de l'Estuaire de la Loire

**Wichtigste Wirtschaftszweige:** Tourismus (Loire-Atlantique: 6,5 % des Bruttoinlandsprodukts, Vendée: 8,5 % des BIP, Charente-Maritime: 8 % des BIP) und Landwirtschaft (Loire-Atlantique: 409 000 ha, 58 % der Fläche, 4,8 % des BIP; Vendée: 477 000 ha, 71 % der Fläche, 10,7 % des BIP; Charente-Maritime: 444 000 ha, 64 % der Fläche).

**Flagge:** Die historische Flagge des Poitou, erstmals von Alphonse de Poitiers im 13. Jh. verwendet, trägt fünf goldene Burgen auf rotem Grund, die die fünf ehemaligen Landesteile Bas-Poitou, Haut-Poitou, Aunis, Saintonge und Angoumois repräsentieren. Mit der Revolution wurde die Flagge abgeschafft und durch Wappen der Départements ersetzt, aber im Wappen der Vendée ist sie noch immer erkennbar.

**KFZ-Zeichen/Ordnungsnummern der Départements:** Loire-Atlantique 44, Vendée 85, Charente-Maritime 17

**Zeitzone:** MEZ



Strandhütten auf der Île d'Oléron



## Landschaften

Die heutige Gliederung der Gebiete ist ein Resultat der Französischen Revolution, nach der historische Provinzen aufgelöst und in Départements umgewandelt wurden. Erst im 20. Jahrhundert wurden Regionen geschaffen und nach einer Reform 2016 entstand die derzeitige Einteilung, der zufolge aus dem südwestlichsten Teil des ehemaligen Herzogtums Bretagne das Département Loire-Atlantique wurde.

Die historische Provinz Poitou bestand einst aus dem Bas-Poitou, das zum Département Vendée wurde, und dem Haut-Poitou, das in die Départements Deux-Sèvres und Vienne aufgelöst wurde. Loire-Atlantique und Vendée sind heute Teil der Region Pays de la Loire. Bis Ende 2015 bildeten die beiden anderen Départements zusammen mit den Départements Charente und Charente-Maritime die Region Poitou-Charente. Durch die Reduzierung der Regionen von 22 auf 16 fusionierte diese Region mit der Region Aquitaine zur neugeschaffenen Region Nouvelle-Aquitaine. Das Département Charente-Maritime wurde 1790 im Wesentlichen aus dem ehemaligen Aunis und der Saintonge gebildet.

So einheitlich sich die Landschaft entlang der Atlantikküste und im Hinterland auch auf den ersten Blick präsentieren mag, so unterschiedlich ist sie oft im



## Geschichte

Die Kelten, die um 800 v. Chr. in Mitteleuropa mit der Eisenverhüttung begannen, breiteten sich ab dem 7. Jahrhundert v. Chr. in Richtung Westen aus, wo sie von den Römern als »Gallier« bezeichnet wurden. Sie waren in einzelnen Stämmen organisiert. Neben vielen anderen Stämmen nennt Cäsar in seinem *De Bello Gallico* (3,11,5) Piktonen, Santonen und die »gallischen Staaten, die an das Weltmeer grenzen«, zu denen die Namneten (3,9,10) gehörten. Diese siedelten im heutigen Département Loire-Atlantique nördlich der Loire. In Namen wie Poitou, Saintonge oder Nantes stecken noch die alten Keltennamen.

## Provincia Gallia Aquitania

Nachdem die durch die germanische Invasion bedrohten Helveten wohl planten, ins Land der Santonen einzuwandern, sah Cäsar Gefahr für die fruchtbare römische Provincia Gallia Narbonensis. Daraufhin fiel er im Gebiet der Santonen ein, konfiszierte Schiffe und begann damit 58 v. Chr. seinen Eroberungskrieg. Nach ersten Erfolgen wollte Cäsar schließlich ganz Gallien erobern, doch formierte sich der keltische Widerstand. Nach der Gefangennahme des keltischen Anführers Vercingetorix im Jahr 52 v. Chr. galt ganz Gallien als befriedet und wurde zur römischen Provinz.

Das Gebiet entlang des Atlantiks von der Loire bis zu den Pyrenäen wurde zur Provinz Gallia Aquitania, nur die Gebiete nördlich der Loire wurden Teil der Provincia Gallia Lugdunensis. Auch in der Spätantike, als unter Kaiser Diokletian eine Reform das Römische Reich mit seinen bislang 46 Provinzen in nun 101 Provinz, zusammengefasst in Diözesen, unterteilte, blieb die Loire Grenzfluss.

Die Dioecesis Galliae nördlich der Loire gehörte zur Provincia Gallia Lugdunensis III, die südliche Provinz Dioecesis Viennensis, die sich bis zur Gironde erstreckte, zur Provincia Aquitania secunda. Nach Diokletians Tod wurde Letztere zur Dioecesis Septem Provinciarum, der Sieben-Diözesen-Provinz.



Stich nach einem Gemälde von Henri Motte: Vercingetorix ergibt sich Cäsar, 1892

## Ess- und Weinkultur

Die Kultur einer Region zeigt sich in vielen Erscheinungsformen und nicht nur in ihrer Baukunst oder anderen Bereichen der »Schönen Künste« wie Musik und Literatur, sondern auch in ihrer Esskultur. Die französische Küche und Esskultur wurde 2010 durch die Aufnahme in die Liste des Kulturerbes noch einmal geadelt. Der damalige Präsident Nicolas Sarkozy hatte zwei Jahre zuvor höchstpersönlich die Bewerbung abgegeben, unterstützt von Spitzenköchen wie Paul Bocuse und Alain Ducasse. Mit der Anerkennung als Immaterielles Kulturerbe ehre die UNESCO das französische Mahl mit mindestens vier Gängen inklusive eines Käseganges und fördere das gesellige Beisammensein, die Freude an Aromen und die Balance zwischen Mensch und natürlichen Produkten, hieß es in der Begründung. Die *cuisine française* sei in Frankreich die gebräuchliche Art, die »wichtigsten Momente im Leben zu feiern«. Wobei es die französische Küche eigentlich so gar nicht gibt: Viele Regionen bedeutet viele Regionalküchen.

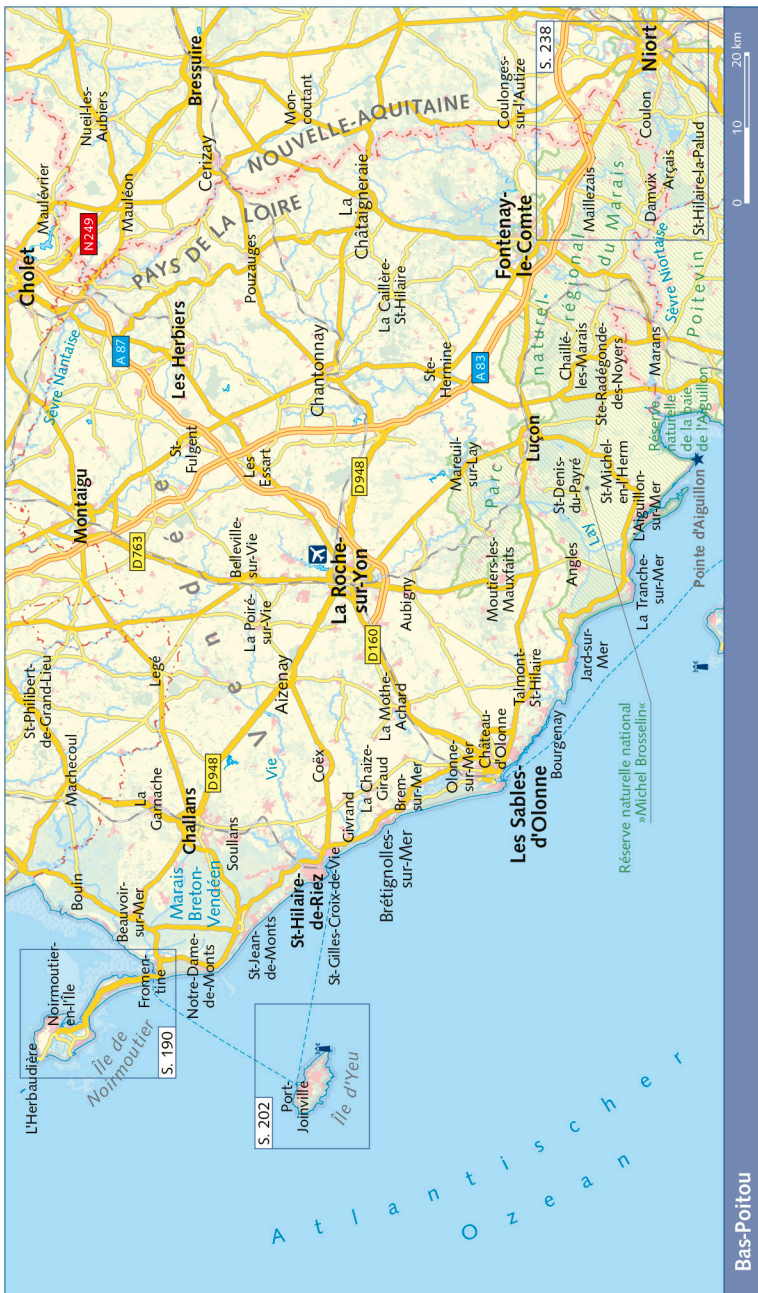
Nicht jeder Franzose nimmt jeden Tag ein Galamenu mit erlesensten Zutaten zu sich, doch selbst in Familien mit zwei Berufstätigen gibt es abends ein geselliges Beisammensein mit mehreren, mindestens jedoch drei Gängen. Zum Mittagessen geht man entweder in die Werkskantine oder – üblicher – in ein Ticket-Restaurant, in dem man mit Essensgutscheinen zahlt, die man vom Arbeitgeber bekommt. Kinder bekommen ihr Mittagessen in der Schulkantine. Bei der Vorbereitung des *dîner* nimmt man meist schon den Aperitif ein. Als Vorspeise beliebt sind Pasteten, da man, sind sie einmal zubereitet, werktags einfach nur eine Scheibe abschneiden muss, ein paar Gürkchen dazu, und schon ist der erste Gang zubereitet. Als Hauptgang wird eigentlich immer ein warmes Gericht zubereitet, es sei denn, man hat sich für eine Meeresfrüchteplatte entschieden. Diese sind sehr beliebt, da man sie in den Supermärkten, die – wie Leclerc – eine eigene Fischfangflotte unterhalten, in bester Qualität und, aufgrund der Nähe zu den Häfen, zu erschwinglichen Preisen bekommt. Muss es schnell gehen, ist das Steak die Wahl Nummer eins bei den Franzosen. Käse hat man immer im Haus, und als Nachtisch gibt es unter der Woche meistens Obst oder die Reste des Kuchens, den man am Wochenende zubereitet hat. Voilà! Schon hat man ein Vier-Gänge-Menü gezaubert! Die großen Gala-Dîners gibt es an Fest- und Feiertagen, vor allem zu Weihnachten und am Silvesterabend. Landesweit gibt es dann Austern als Vorspeise, einen Truthahn mit Maronenfüllung als Hauptgang und eine *Bûche de Noël*, einen Weihnachtsbaumstamm, als süßen Höhepunkt.

### Küche der Atlantikküste

Die Küche entlang der Atlantikküste und in ihrem Hinterland profitiert vom Reichtum des Meeres, aber auch vom milden ozeanischen Klima und den fruchtbaren Böden. Frischen Fisch und Meeresfrüchte findet man überall an der Küste von Le Croisic bis Royan. Die Küche in und um Nantes ist stark von der bretonischen Küche beeinflusst. Überall gibt es Crêperien, in denen die hauchdünnen Buchweizenpfannkuchen (*galette*) mit herzhafter Füllung im Mittelpunkt stehen. Preisgekrönte Butter, Sahne und Crème fraîche machen die poitevinische Küche

# BAS-POITOU





**i** Marais Breton-Vendéen

**PLZ:** 85230 Bouin, 85230 Beauvoir-sur-Mer, 85550 La Barre-de-Monts, 85550 Fromentine, 85690 Notre-Dame-de-Monts, 85160 St-Jean-de-Monts, 85300 Challans

**Office de Tourisme**, 9, rue Charles Gallet, Beauvoir-sur-Mer, Tel. 0251687113; Sa-Mo, Mi geschl., in den Ferien So, Mo geschl.

**Office de Tourisme**, 1C, pl. de l'hôtel de ville, Challans, Tel. 0251931975; So, Mo geschl.

Beide: [www.challansgois-tourisme.fr](http://www.challansgois-tourisme.fr)

**Office du Tourisme**, 67, espl. de la Mer, St-Jean-de-Monts, Tel. 0272788080, [www.paysdesaintjeandemonts.fr](http://www.paysdesaintjeandemonts.fr)

Weitere Dependancen in:

**Notre-Dame-de-Monts**, 6, rue de La Barre, Notre-Dame-de-Monts, Tel. 0251-588497.

**La Barre-de-Monts/Fromentine**, pl. de la Gare, Fromentine, Tel. 0251685183.



**Centre Hospitalier Loire Vendée Océan**, 20, blvd. Guérin, Challans, Tel. 0251-495000.

[www.ch-lvo.fr/lhopital-de-challans/](http://www.ch-lvo.fr/lhopital-de-challans/)



In **Fromentine**, wo die Fähren zur Île d'Yeu starten, gibt es mehrere private Parkplätze/-häuser, in denen man sein Fahrzeug für den Ausflug auf die Insel sicher abstellen kann. V. a. im Sommer empfiehlt sich dringend die vorherige Reservierung.

**Parking Blanchard**, 4, rue du Petit Bois, Fromentine, Tel. 0251685417. 1 Min. zu Fuß zum Fährhafen.

[www.parking-blanchard.com](http://www.parking-blanchard.com)

**Parking Bodin**, 5, rue des Pins, Fromentine, Tel. 0251685063. 100 m vom Hafen entfernt. [www.parking-bodin.com](http://www.parking-bodin.com)

**Parking de l'Océan**, rte de Beauvoir-sur-Mer, ZA Le Rampy, La Barre-de-Monts, Tel. 0251687605. Per Shuttlebus 45 Min. vor Abfahrt der gebuchten Fähre zum Hafen. [www.parkingdelocean.com](http://www.parkingdelocean.com)

**Parking Martineau**, ZA du Rampy, La Barre-de-Monts, Tel. 0251685162. 3 km vom Hafen entfernt, kostenloser Shuttle 30 Min. vor Abfahrt der Fähre. [www.parking-martineau.fr](http://www.parking-martineau.fr)



**Linie 12:** St-Jean-de-Monts–Challans–Nantes; **Linie 13:** Nantes–Bouin–Beauvoir-sur-Mer–La Barre-de-Mont–Gare Maritime/Fromentine–Île de Noirmoutier; **Linie 512:** La Barre-de-Mont–St-Jean-de-Monts–Challans; **Linie 571:** Challans–Beauvoir-sur-Mer–La Barre-de-Mont–Fromentine–Île de Noirmoutier; **Vendexpress (Vxp):** Challans–La Roche-sur-Yon.



Von Challans kann man mit dem **Regionalzug** sowohl nach Nantes wie auch nach St-Gilles-Croix-de-Vie fahren.



**Oya Hélicopters**, rte de La Barre-de-Monts (D 22), Beauvoir-sur-Mer, Tel. 0251490101. Helikopterflüge zwischen dem Héliport de Fromentine und der Île d'Yeu, dreimal tgl. [www.oya-helico.fr](http://www.oya-helico.fr)



**Fährverkehr** Fromentine–Île d'Yeu: → S. 207.



**Domaine Le Martinet** (€€–€€€), pl. du Général Charette, Bouin, Tel. 0251492323. Ansprechendes 3-Sterne-Hotel mit geräumigen, modernen Zimmern. Pool. **Restaurant** (€€). [www.domaine-lemartinet.com](http://www.domaine-lemartinet.com)  
**Hôtel Le Gois** (€€), 2, rue du Gois, Beauvoir-sur-Mer, Tel. 0251687019. Renoviertes 2-Sterne-Hotel mit Hallenbad, Sauna, Fitnessraum. [www.hotellegois.fr](http://www.hotellegois.fr)  
**Hôtel Le Robinson** (€€–€€€), 28, blvd. du Maréchal Leclerc, St-Jean-de-Monts, Tel. 0251592020. 3-Sterne-Hotel in fußläufiger Entfernung zum Strand. Hallenbad, Whirlpool, sehr gutes **Restaurant** (€€). [www.hotel-lerobinson.com](http://www.hotel-lerobinson.com)

## Leuchttürme – Kathedralen des Meeres

Schon im Mittelalter entzündeten Mönche Feuer an der Atlantikküste, um Seeleuten den Weg zu weisen, Ende des 17. Jahrhunderts wurden die sechs ersten Leuchttürme an der französischen Küste errichtet. Mit der steigenden Zahl an Schiffen durch den florierenden Überseehandel nahmen im 18. Jahrhundert auch die Schiffsunglücke rapide zu. Die Geschichte der modernen Leuchttürme zur Sicherung der gefährlichen Küste begann 1794, als der Wohlfahrtsausschuss der Revolutionsregierung die Errichtung eines Netzes von Küstenwachtürmen beschloss. Zehn Jahre zuvor hatte der Schweizer Physiker Ami Argand in Montpellier von einem Klempner eine Lampe mit Runddocht bauen lassen, der durch eine größere Sauerstoffzufuhr eine höhere Brenntemperatur erreichte, wodurch das Öl sauberer verbrannte. Damit konnte man nun auch Hohlspiegel einsetzen, da diese nicht mehr so stark verrußten. Ab 1800 setzte sich diese Argand-Lampe, die mit Rapsöl betrieben wurde, in Leuchttürmen durch, da sie bei deutlich geringerer Rauchentwicklung eine größere Leuchtkraft hatte.



*Der Phare de Chassiron überragt den westlichsten Punkt der Île d'Oléron*

Unter Napoleon I. kam richtig Schwung in das Programm. Der Kaiser schuf 1806 einen bis heute existierenden Leuchtturm- und Bakendienst und innerhalb eines Jahrzehnts wurden 28 Leuchttürme der ersten Ordnung, das heißt mit einer Reichweite von 60 Kilometern, gebaut, fünf der zweiten Ordnung mit einer Reichweite bis zu 40 Kilometer und 18 Türme mit einer Reichweite von bis zu 28 Kilometern, die damit zur dritten Ordnung gehören.

Der französische Physiker Augustin Fresnel erfand 1822 eine nach ihm benannte Linse aus gestaffelten gläsernen Ringen, die die Lichtstrahlen nicht mehr in den Himmel streute, sondern auf der Meeresoberfläche bündelte. Alle Mitte des 19. Jahrhunderts fertiggestellten Leuchttürme wurden mit dieser neuen Technik, die eine weitaus höhere Lichtstärke hatte, ausgestattet. Dadurch reduzierte sich trotz des weiter steigenden Schifffahrtsaufkommens die Zahl der Havarien von früher 161 pro Jahr auf 39.

Einen weiteren Fortschritt bedeutete Ende des 19. Jahrhunderts der Umstieg von Öl auf Gas. Zur gleichen Zeit stellte man in England bereits auf elektrischen Betrieb um. Auch in Frankreich begann

man um die Jahrhundertwende mit der Elektrifizierung. Brannten Leuchttürme zu jener Zeit noch Tag und Nacht, kam die nächste große Weiterentwicklung durch den Schweden Gustaf Dalén. Dieser erfand ein Sonnenventil, das das Leuchtfeuer bei Einbruch der Dunkelheit automatisch entzündete und am Morgen löschte. Damit war der erste Schritt zur Automatisierung gemacht, da die mit dem Dalén-Ventil ausgestatteten Leuchttürme bis zu einem Jahr ohne Wartung und Personal betrieben werden konnten.

Trotz der zunehmenden Automatisierung blieben in Frankreich die Leuchttürme bis in die 1990er Jahre bewohnt. Erst 1995 verließ der letzte Leuchtturmwärter Frankreichs seinen Turm, den legendären Phare d'Ar-Men. Der Leuchtturm an der bretonischen Westküste an der Raz de Sein galt als »Hölle unter den Höllen«. Mit »Hölle« bezeichnet man einen Leuchtturm, der völlig isoliert auf einem Felsen im Meer steht und Wind und Wellen ungeschützt ausgesetzt ist. Leuchttürme auf kleinen Inseln, die immerhin so groß sind, dass man einen kleinen Gemüsegarten anlegen oder ein paar Schafe halten konnte, galten als »Fegefeuer«. Und das »Paradies« waren für Leuchtturmwärter die Türme auf einer großen Insel wie der Île d'Yeu oder auf dem Festland.



*Einziges »Höllenturm« der Vendée: der Phare des Barges vor Sables-d'Olonne*

59 Leuchttürme sichern die Küste zwischen der Halbinsel Guérande und der Gironde, davon stehen 27 Türme im Département Charente-Maritime, 20 in der Vendée und 12 gehören zum Département Loire-Atlantique. Fast genauso viele, nämlich 55, sichern den gefährlichsten Abschnitt der Atlantikküste an der bretonischen Süd- und Westküste bis zu den Klippen von Portsall an der Einfahrt in den Ärmelkanal. Und 15 Leuchttürme befinden sich zwischen Gironde und spanischer Grenze, darunter auch der Phare de Cordouan vor der Mündung der Gironde, der 2021 zum UNESCO-Welterbe ernannt wurde. Der einzige Leuchtturm weltweit, dem diese Ehre zuteilwurde, ist auch der einzige Leuchtturm Frankreichs, der noch immer bewohnt ist. Trotz der Automatisierung 1990. Hauptaufgabe der vier Leuchtturmwärter, die alle zwei Wochen den Staffelstab weitergeben, ist die Überwachung der jährlich rund 24 000 Besucher und die Instandhaltung des 1611 gebauten Leuchtturms.



## La Rochelle

*Belle et rebelle* – »schön und rebellisch« – sind die Beinamen, die unweigerlich bei der Nennung der stolzen Stadt am Meer fallen. La Rochelle war einst der größte Hafen am Atlantik, hatte seit 1199 Stadtrecht und mit Guillaume de Montmirail den ersten Bürgermeister der französischen Geschichte. Die Stadt liegt an der Meerenge Pertuis d'Antioche, die sich zwischen der Île de Ré und der Île d'Oléron erstreckt. Die beiden Inseln schützen zusammen mit der Île d'Aix La Rochelle und seine Häfen vor den gefährdeten Stürmen der Biskaya. Der Handel mit Salz und Wein machte die Rochelais, wie man die Bewohner nennt, im Mittelalter reich. Die protestantischen Freibeuter des 16. Jahrhunderts machten sie noch reicher. Und dazu eigensinnig und selbstbewusst. Vom französischen König ließ man sich nichts sagen und von der Kirche erst recht nicht. La Rochelle war die Hochburg des Protestantismus in Frankreich und hatte während der Religionskriege acht erfolglose Sturmangriffe und 34 000 Kanonenkugeln überstanden. Seither galt die

Stadt als uneinnehmbar. Mit 28 000 Einwohnern war La Rochelle Anfang des 17. Jahrhunderts eine der größten Städte Frankreichs. Nach dem Ende der zweiten Belagerung von 1627/28, die mehr als 420 Tage dauerte, waren es gerade einmal 5400. Es dauerte bis 1891, bis La Rochelle wieder die Einwohnerzahl von 25 000 überschritt.

Heute zählt die Hauptstadt des Départements Charente-Maritime über 77 000 Bewohner, Tendenz steigend. Fast 15 000 davon sind Studenten, was sich abends in den Kneipen und Bars der Stadt bemerkbar macht. Aufgrund ihrer protestantischen Geschichte wurde La Rochelle 2015 von der Gemeinschaft der evangelischen Kirchen Europas der Ehrentitel »Reformationsstadt Europas« verliehen.

### Stadtgeschichte

Historisch gesehen war La Rochelle zunächst die Hauptstadt des Aunis. Der Name dieser historischen Provinz erschien zum ersten Mal in einem Manuskript, in dem das »pagus Alnensis« als eines



## La Rochelle – Informationen

### Info

**Office de Tourisme**, 2, quai Georges Simeon, 17000 La Rochelle, Tel. 0546411468; Okt.–März So, Mo geschl., sonst tgl.  
www.larochelle-tourisme.com

### Krankenhaus

**Hôpital St-Louis**, rue du Dr Albert Schweitzer, Tel. 0546455050, www.ch-larochelle.fr

### Anreise

#### ■ Bahn

**Schnellzüge** fahren von La Rochelle nach Paris-Montparnasse (TGV), nach Nantes (Intercités) und nach Bordeaux (Intercités). Mit **Regionalzügen** erreicht man Châtaillon-Plage, Rochefort, Niort und Saintes. Auch der Intercités nach Angoulême macht Halt in Saintes.

#### ■ Bus

**Linie 09**: La Rochelle–Luçon–La Rochesur-Yon–Nantes; **Linien 2A, 2B, 2E**: La Rochelle–Marans/Marais Poitevin; **Linie 3** (im Sommer 3E): La Rochelle–Île de Ré; **Linie 5** (im Sommer): La Rochelle–Fouras–Châtaillon-Plage; **Linie 7**: La Rochelle–Rochefort–Marennes-Hiers-Brouage–Bourcefranc-le-Chapus–Île d'Oléron. **Linie 9**: La Rochelle–Rochefort–Royan; **Linie 17**: La Rochelle–Fontenay-le-Comte.

#### ■ Fähre

Fähren zur **Île de Ré/Saint-Martin**: → S. 289  
Fähren zur **Île d'Oléron/Boyardville und St-Denis**: → S. 340

#### ■ Flugzeug

An der N 237 gelegener Flughafen, nur 5 Min. vom Zentrum. **Buslinie Illico 1b** fährt Mo–Sa 6–21 Uhr alle 20 Min. ins Zentrum, So **Linie D5** 9–19 Uhr, stündlich. **Linie 3 und 3E** fahren vom Flughafen auf die Île de Ré. Kein regelmäßiger Flugverkehr zu deutschen oder österreichischen Flughäfen; im Sommer fliegt EasyJet nach Genf. Weitere Flugziele sind Lyon, Marseille, Nizza, Brüssel, London, Bristol, Manchester und Porto.

**Aéroport La Rochelle**, rue du Jura, Tel. 0892230103, www.larochelle.aeroport.fr

### Stadtverkehr

#### ■ Bus

Die **Busgesellschaft Yélo** unterhält ein dichtes Netz von Buslinien in der Stadt und im Großraum. Linien 50 und 51 fahren auf die Île de Ré. Einzeltickets (1,50 Euro) bekommt man im Bus, Tagestickets (5 Euro), 3-Tage-Tickets (12 Euro), 10er-Karten (12 Euro) erwirbt man im Maison de la Mobilité, pl. de Verdun, Mo–Fr 7.30–19 Uhr,



Am Cours des Dames legen die Fähren zu den Inseln ab



## Reisetipps von A bis Z

### Angeln

Das Angeln **im Meer** ist vom Strand aus ohne besonderen Angelschein erlaubt, sofern man einige Regeln beachtet: nur mit einer Rute und max. zwei Haken, nur die eigene Verbrauchsmenge, keine Weibchen mit Eiern. Auch bei Törns zum **Hochseeangeln** gelten diese Regularien.

Die Gewässer an Land sind in **zwei Kategorien** eingeteilt: Flüsse und Seen mit Forellen-Populationen o. ä. gehören zur 1. Kategorie, Gewässer der 2. Kategorie sind solche mit Karpfen, Weiß- und Raubfischen. Die **Angelsaison** beginnt für Gewässer der 1. Kategorie am zweiten Samstag im März und dauert bis zum dritten Sonntag im September. Für Gewässer der 2. Kategorie, zu denen die meisten Flüsse und Teiche des in diesem Reiseführer beschriebenen Gebietes zählen, ist ganzjährig Saison, mit Ausnahme von **Hecht, Zander** und **Forellenbarsch**, die von Ende Januar bis Anfang Mai unter Schutz stehen. **Aale** (keine laichreifen Silber- oder Blankaale!) dürfen vom 1. April bis 31. August gefangen werden (→ S. 236).

**Angelzeiten:** 30 Min. vor Sonnenaufgang bis 30 Min. nach Sonnenuntergang. Es ist verboten, an **Fischtrepfen, Schleusen** oder **Staudämmen** sowie bis 50 m stromabwärts zu angeln. Das Angeln in »Réserves de Pêche« ist verboten.

**Erlaubte Fischgrößen:** Wolfsbarsch und Kabeljau 42 cm, Dorade 23 cm, Scholle 27 cm, Sardinen 11 cm, Hering 20 cm, Seeteufel 50 cm, Schwertfisch 170 cm. Hechte (max. 2 pro Tag) 60 cm, Zander (max. 2 pro Tag) 50 cm, Forellenbarsche 30 cm, Forellen (max. 6 pro Tag) 23 cm, Äsche 30 cm, Neunaugen 20 cm, Maifische 30 cm. Weitere Informationen zu Fanggrößen findet man unter [www.france.fr/de/nuetzliche-tipps/angeln-frankreich](http://www.france.fr/de/nuetzliche-tipps/angeln-frankreich).

**Angelscheine** für den Urlaub gibt es für sieben aufeinanderfolgende Tage für 35 Euro, gültig in der 1. und 2. Kategorie. Es gibt auch Jahres- und Tageskarten (15 Euro). Informationen zum Erwerb der Angelscheine

erteilen die Fremdenverkehrsämter, man kann die Karten aber auch im Internet erwerben: [www.cartedepeche.fr](http://www.cartedepeche.fr)

### Anreise

#### ■ Mit dem Auto

Wer mit dem eigenen Auto an die Atlantikküste reist, wird meist über Paris und von dort durch die Beauce oder durch das Loire-Tal fahren. Wer nach Nantes und ins **Département Loire-Atlantique** möchte, fährt von Paris entweder über die A 11 über Chartres, Le Mans und Angers. Wer an die Küste der **Vendée** möchte, sollte in Angers auf die A 87 wechseln. An die Küsten der **Charente-Maritime** gelangt man am schnellsten über die A 10, die über Orléans und Tours und dann weiter über Poitiers nach La Rochelle führt. Von Köln sind es je nach Ziel 870–1000 km, von München 1200–1300 km, von Hamburg 1300–1400 km und von Berlin sogar mehr als 1550 km.

#### ■ Mit dem Flugzeug

Von **Frankfurt/M.** kann man zwischen April und Oktober mit Lufthansa täglich nach Nantes fliegen, im Winter So–Fr. Ab **Berlin** fliegt Transavia zwischen April und Oktober zweimal wöchentlich (Mo, Fr)



An der Atlantikküste finden Angler vielfältige Möglichkeiten

## Sprachführer

Vor allem in der Aussprache unterscheidet sich die französische Sprache vom Deutschen, werden doch etliche Buchstaben anders gesprochen als geschrieben. Größter Unterschied sind die **Nasalvokale**, die in der deutschen Sprache nicht existieren. Hierbei gilt: Steht ein Vokal vor einem *n* oder *m* wird er nasal ausgesprochen. Ein *-an* und *-en* geht eher in Richtung *o*, wird zu [ã] wie in »Orange« oder in »Appartement«, das *-on* wird zu [õ] wie in »Chanson«, während bei *-in* und *-un* die Aussprache Richtung *ä* geht und zu [æ] bzw. zu [œ] wird. Auch die **Vokalkombination ai** wird zu [æ]. *Au* wird zu [o], *ou* zu [u], *oi* wie *woa* gesprochen, *ei* wie das deutsche *e* [e] und *eu* zu [œ] wie in Öl. Ansonsten werden die **Vokale** *a*, *i* und *o* wie im Deutschen gesprochen. Das *e* hingegen wird zu [œ], das *u* zu [y] wie in »üben«. Der Großteil der **Konsonanten** wird wie im Deutschen ausgesprochen. Unterschiede gibt es beim *c*, *g*, *h*, *j*, *q* und *z*. Das *c* wird wie [s] gesprochen, wenn ein *e* oder *i* folgt. Steht ein *a*, *o* oder *u* dahinter, wird es zum [k]. Hat allerdings das *ç* den Haken (*cedille*), wird es auch vor *a*, *o* oder *u* wie [s] ausgesprochen. Das *g* spricht sich wie das deutsche *g*, wenn *a*, *o* oder *u* folgen. Bei nachfolgendem *e*

oder *i* spricht man es wie ein stimmhaftes sch [ʒ]. Als Verbindung *gn* wird das *g* gar nicht gesprochen, sondern macht das *n* nasal [ɲ], so dass es sich wie in »Anja« anhört. *J* wird grundsätzlich [ʒ] wie im deutschen »Genie« gesprochen.

Das *ch* hört sich im Französischen wie das deutsche stimmlose sch [ʃ] an, also wie in »lauschen«. Während im Deutschen ein *q* wie [kw] gesprochen wird, ist es im Französischen ein simples [k]. Das *z* wird als stimmhaftes s [z] wie in »Rose« oder »reise« gesprochen und nicht als [ts].

Bei der Aussprache des doppelten *l* wie in *famille*, *vanille* oder *ville* gibt es leider keine durchgängige Regel. In den beiden ersten Fällen hört es sich wie »Famij« oder »Vanij« an, *ville* hingegen wird wie »will« ausgesprochen.

Einige Buchstaben fallen aussprachetechnisch ganz unter den Tisch. Das **h** bleibt immer stumm und (fast) alle **Buchstaben am Wortende** ebenso.

Ein Akzent [á], [é], [í], [ó] zeigt in der **Lautschrift** den betont ausgesprochenen Buchstaben an, als [à], [è], [ò] wird er betont, aber kurz ausgesprochen. Ein Doppelpunkt [:] zeigt an, dass der Buchstabe lang ausgesprochen wird.

Deutsch	Französisch	Aussprache
<b>Allgemeine Wendungen</b>		
Guten Morgen!/Guten Tag!	Bonjour!	[bõ:ʒu:r]
Guten Abend!	Bonsoir!	[bõ:swoa:r]
Gute Nacht!	Bonne nuit!	[bonnyi]
Hallo!	Salut!	[saly:]
Willkommen!	Bienvenu!	[bjæ:weny:]
Auf Wiedersehen!	Au revoir!	[o:rœwoar]
Tschüs!	Salut!/À tout!	[atu:]
Wie geht's?	Ça va?	[sawa]
Alles gut?	Tout va bien?	[tu wa bjæ:]
Alles ok.	Tout va bien.	[tu wa bjæ:]
ja	oui	[wui:]

Französisch	Aussprache	Deutsch
mâche	[maʃ]	Feldsalat
mesclun	[mesklœʔ:]	gemischter grüner Salat
roquette	[roket]	Rucola, Rauke
salade aux gésiers	[salád o ʒesjé:]	gemischter Salat mit gebratenen Entenmägen
consommé	[kõ:nsome:]	klare Kraftbrühe
crème	[kræ:m]	Cremsuppe
potage	[potáʒ]	Suppe auf Gemüsebasis
velouté	[weluté:]	sämige Suppe
escargots	[eskargó:]	Schnecken
feuilleté	[fœijeté:]	Blätterteigtasche
foie de volaille	[fwoa dø wolaij]	Geflügelleber
foie gras	[fwoa dø wolaij, fwoa gra:]	Stopfleber
... d'oie	[... dwoa]	... von der Gans
... de canard	[... dø kanár]	... von der Ente
grillon	[grijõ:]	feiner Brotaufstrich aus gekochtem Enten- oder Gänsefleisch
lard, lardon	[lar], [lardõ:]	Speck, Speckwürfel
rillettes	[rijèt]	feine Pastete zum Streichen
terrine	[terín]	Pastete
<b>Viande</b>	[wiänd]	<b>Fleisch</b>
émincé	[émæ:nsé:]	Geschnetzeltes
poitrine	[pwoadrin]	Brust
rôti	[roti:]	Braten
sauté	[soté:]	Geschmortes
cuisson	[kwjisõ:]	Garstufe
bleu	[blœ:]	blutig, innen roh mit nur dünner Kruste, mit einer Kerntemperatur von ca. 48°C
saignant	[sæ:njõ:]	englisch, knusprige Kruste mit blutigem Kern, mit einer Kerntemperatur von ca. 52°C
à point	[a poã]	rosa oder medium mit einer Kerntemperatur von ca. 56°C
bien cuit	[bjæ: kwyi]	durchgebraten, hat aber noch einen zarten rosa Kern, mit einer Kerntemperatur von ca. 60°C
très bien cuit	[tre: bjæ: kwyi]	ganz durchgebraten, mit einer Kerntemperatur von über 64°C