

ПЛАНИРОВАНИЕ ПУТЕШЕСТВИЯ

Краткий обзор региона	8
Экстра-маршруты	10
Маршрут ① Большое турне по Южной Франции (3 недели)	10
Лион > Гора Ванту > Авиньон > Экс-ан-Прованс > Марсель > Арль > Ним/Пон-дю-Гар > Нарбонн > Каркассон > Тулуза > Бордо > Ла-Рошель > Лимож > Лион	
Маршрут ② От Ривьеры к Пиренеям (1 неделя)	12
Ницца > Канн > Сен-Тропе > Марсель > Арль > Ним > Сет > Кап д'Агд > Нарбонн > Перпиньян	
Маршрут ③ По «Пути Св. Иакова» (3–4 дня)	13
Ле-Пюи-ан-Веле > Плато Обрак > Эспальон > Конк > Фижак > Каор > Муассак > Ажен > Кондом > Дакс > Байонна	
Климат и сезоны туризма	15
Прибытие	16
По стране	17
Активный отдых	20
Проживание	24
Практические советы	139
Указатель	141
ИНФО Дети	18
ИНФО Экстремальные виды спорта	22
ИНФО Лучшие пляжи	38
ИНФО Русские на Лазурном Берегу	70

СТРАНА И ЛЮДИ

Цифры и факты	28
Исторический обзор	30
Население	31
Искусство и культура	32
Праздники и фестивали	35
Еда и напитки	36
Мини-разговорник	143

МАРШРУТЫ ПО ЮЖНОЙ ФРАНЦИИ

Французские Альпы _____ 40

Здесь перед вами откроются великолепные горные пейзажи с высокими вершинами и глубокими ущельями, а развитая туристическая инфраструктура Гренобля позволит вам прекрасно провести время в городе.

Маршруты по региону

Маршрут 4 По высокогорным Альпам _____ 43

Маршрут 5 Междуречье Вердона и Дюранса _____ 44

Маршрут 6 Национальный парк «Экрен» _____ 45

Путешествуем по региону _____ 46

Анси › Экс-ле-Бен › Шамбери › Гренобль › Альп-д'Юэ › Бриансон › Гап › Водохранилище Сер-Понсон › Барселоннет › Систерон › Ле-Ме › Динь-ле-Бен › Кастеллан › Каньон Вердон › Мустье-Сен-Мари

Лазурный Берег _____ 53

Побережье между Ментоном и Кассисом славится великолепными пляжами и роскошными виллами миллионеров. А вдали от моря расположены живописные горные деревушки, запечатленные на картинах многих художников.

Маршруты по региону

Маршрут 7 Солнечные блики Ривьеры _____ 54

Маршрут 8 Живописные деревушки вдали от побережья _____ 56

Маршрут 9 Йерские острова _____ 56

Путешествуем по региону _____ 57

Ментон › Монако › Прибрежное шоссе Гран-Корниш › Ницца › Кань-сюр-Мер › Сен-Поль-де-Ванс › Ванс › Турет-сюр-Лу › Биот › Антиб › Жюан-ле-Пен › Валлорис › Канн › Леринские острова › Мужен › Грасс › Прибрежное шоссе Корниш-де-л'Эстерель › Сен-Рафаэль › Сен-Тропе › Йер › Тулон › Санари-сюр-Мер › Кассис и бухты каланки

Долина Роны и Прованс _____ 74

В стороне от шоссе и железных дорог простираются темно-зеленые виноградники, цветущие поля и фруктовые сады. А еще южнее видны древнеримские храм и амфитеатр, рощи маслин и кипарисов.

Маршруты по региону

Маршрут 10 Живописный Прованс _____ 75

Маршрут 11 Пикник на лавандовом поле _____ 77

Путешествуем по региону _____ 78

Лион › Вьен › Ле-Пюи-ан-Веле › Гриньян › Ньон › Каньон реки Ардеш
› Везон-ла-Ромен › Гора Ванту › Оранж › Авиньон › Фонтен-де-Вок-люз
› Монастырь Сенанк › Русскийон › Апт › Кавайон › Ле-Бо-де-Прованс
› Экс-ан-Прованс › Марсель › Арль › Ним/Пон-дю-Гар › Сен-Жиль
› Сен-Мари-де-ла-Мер › Эг-Морт

Лангедок и Севенны _____ 94

На длинных песчаных пляжах Лионского залива современные кемпинги чередуются со старинными рыбацкими деревушками. Альтернативный маршрут: посещение удаленного от моря средневекового Каркассона или прогулка по диким горным ландшафтам Севенн.

Маршруты по региону

Маршрут 12 Пляжи и большие города _____ 95

Маршрут 13 По ущельям и долинам _____ 96

Маршрут 14 С осликами по Севеннам _____ 96

Путешествуем по региону _____ 98

Монпелье › Андюз › Сен-Жан-дю-Гар › Тарнский каньон › Виадук Мийо
› Ла-Гран-Мот › Палава-ле-Фло › Сет › Кап д'Агд › Безье › Нарбонн
› Монастырь Фонфруад › Каркассон

Общие карты	Долина Роны и Прованс _____	76
Местоположение	Лион _____	79
Южной Франции _____	Марсель _____	88
Обзорная карта: экстра-маршруты	Лангедок и Севенны _____	97
и главы _____ на обл.	Монпелье _____	100
Карты страны	Французские Пиренеи и	
Французские Альпы _____	Юго-запад Франции _____	108
Лазурный Берег _____	Бордо _____	125
Ницца _____	Тулуза _____	137

Французские Пиренеи _____ **106**

Жители региона, расположенного между Перпиньяном и Байонной, гордятся своими традициями и всячески стремятся сохранить старинные обычаи. О бурной истории этой области напоминают руины средневековых замков и крепостные стены городов, некогда бывших центрами ереси катаров (альбигойцев).

Маршруты по региону

Маршрут 15 Горы, замки, пляжи _____ 107

Маршрут 16 К берегам Атлантики _____ 107

Путешествуем по региону _____ 110

Перпиньян › Эльн › Кольюр › Баньюл-сюр-Мер › Замок Кюрибус ›
Замок Пейрепертюз › Монастырь Сен-Мишель-де-Кушья › Виль-
франш-де-Конфлан › Гора Канигу › Монастырь Сен-Мартен-дю-
Канигу › Мон-Луи › Фуа › Сен-Бертран-де-Комменж › Тарб › Лурд ›
По › Сен-Жан-Пье-де-Пор

Юго-запад Франции _____ **119**

Этот регион отличается необычайным разнообразием достопримечательностей: здесь можно увидеть доисторические наскальные рисунки, посетить центры паломничества и села, сохранившие свою самобытность со времен Средневековья. А крупные современные города Тулуза и Бордо порадуют насыщенной культурной жизнью.

Маршруты по региону

Маршрут 17 Море, виноградная лоза и каменный век _____ 120

Маршрут 18 На велосипеде по Серебряному Берегу _____ 120

Маршрут 19 По долине Шаранты _____ 121

Путешествуем по региону _____ 122

Бордо › Сен-Эмильон › Ла-Рошель › Рошфор › Руайан › Мимизан-
Плаж › Байонна › Биарриц › Сент › Коньяк › Ангулем › Лимож › Пери-
гё › Музей «Ласко II» › Сарла-ла-Канеда › Лез-Эзи-де-Тайак › Обрак ›
Эспальон › Конк › Фижак › Каор › Монтобан › Тулуза › Муассак › Ажен

СупЕР!

Лучшие романтические отели _____ 25

Лучшие объекты современной архитектуры _____ 34

Лучшие рестораны _____ 37

Самые колоритные рынки _____ 90

Самые красивые монастыри романской архитектуры _____ 114

Лучшие места для покупки сувениров _____ 133



В средние века крепость Каркассон
была одним из оплотов катаров

ПЛАНИРОВАНИЕ ПУТЕШЕСТВИЯ



Краткий обзор региона

Ни в одном другом регионе Франции нет такого количества достопримечательностей, как на юге страны. На территории, раскинувшейся между Атлантическим океаном и Средиземным морем, между Альпами и Пиренеями, есть все: великолепные ландшафты, прекрасные пляжи на Лазурном Берегу, куда стремятся попасть фанаты водных видов спорта (хотя это недешевое удовольствие), и средневековые города, и античные памятники, и интересные музеи. А в динамично развивающихся больших городах (например, в Марселе) можно увидеть образцы современной архитектуры.

Не останутся разочарованными и любители активного отдыха. У них имеются неограниченные возможности на юго-востоке, в регионах Рона-Альпы и Прованс-Альпы-Лазурный Берег, там, где вдали от побережья близ швейцарской границы в **Альпах** расположены высочайшие вершины Франции. Скалистые горы с крутыми склонами и глубокие ущелья с бурными речками манят альпинистов и скалолазов. Странники спокойного отдыха могут прогуляться по обширным альпийским лугам и посетить как будто давно уснувшие горные деревушки. Хорошо расслабиться можно на известном еще со времен античности бальнеологическом курорте Экс-ле-Бен, своеобразной противоположностью которому является старинный университетский город Гренобль со свойственным ему напряженным ритмом городской жизни.

Южнее между Марселем на западе и итальянской границей на востоке расположен знаменитый **Лазурный Берег**. Он полюбился впервые приехавшим в Ниццу и Канн свыше 100 лет назад английским аристократам в том числе и из-за теплой зимы. Многочисленные художники запечатлели красоты побережья на своих полотнах, ныне хранящихся в музеях. Шедевры изобразительного искусства представлены в местных храмах и часовнях. Сегодня, конечно, на курортах больше не встретишь знатных дворян или британских лордов – Лазурный Берег стал Меккой для промышленных магнатов, известных тусовочных светских львов и львиц, кинозвезд. Характерная некогда для этих мест приятная аура провинциальности сейчас полностью разрушена нашествием туристов; ее остатки, правда, еще сохранились вдали от побережья, где над узкими улочками в маленьких городках хозяйки до сих пор развешивают сушиться белье, а рынки на старинных площадях привлекают покупателей ароматами сыров разных видов.

Если ехать в Южную Францию по автостраде А7 («Солнечное шоссе»), то представится возможность познакомиться с достопримечательностями **долины Роны** и исторической области **Прованс**. В стороне от автобана расположены не так часто посещаемые туристами места. Здесь в разгар лета пахнет лавандой и дикими травами, а вокруг небольших средневековых замков простираются виноградники. Ценителей искусства ждут старинные

деревушки, цистерцианские монастыри и руины древнеримских городов. Любители природы могут поплавать на лодке по впечатляющим водным ландшафтам заповедника «Камарг» в дельте Роны, а также прогуляться или прокатиться верхом по скалам самого большого в Европе каньона естественного происхождения реки Ардеш. С самых высоких точек каньона открываются потрясающие панорамы окрестностей. Богатство этой земли, щедро одаренной солнечным теплом, можно оценить как на местных рынках, так и в многочисленных ресторанах, предлагающих отведать поистине кулинарные шедевры.

Историческая местность **Лангедок** и **горы Севенны** пользуются популярностью прежде всего у любителей проводить свой отпуск на пляже или на природе. От устья Роны вплоть до Пиренеев на побережье Лионского залива расположены многочисленные песчаные пляжи; здесь современные курортные поселки чередуются со старинными рыбацкими деревушками. Чтобы отдых был разнообразным, достаточно отъехать от солнечного побережья вглубь и прогуляться по клуатрам средневековых монастырей романской архитектуры или пройти по старинным мостовым узким переулочкам Старого города в Каркассоне. Разительно контрастируют с побережьем и ландшафты Севенн с впечатляющими ущельями и высокогорными плато. За многие тысячелетия ветры и осадки выровняли их поверхность, позволив людям издревле заселять эти места.

Каменной стеной отделяют Францию от Иберийского полуострова могучие **Пиренеи** высотой свыше 3000 м с хорошей дорожной сетью и великолепными возможностями для любителей зимних видов спорта. На самом же деле и по ту, и по эту стороны Пиренеев (во Франции это местность от Перпиньяна до Байонны) существуют общие языковые и культурные традиции, – например, и там, и там жители городов и горных деревень носят одинаковые головные уборы (черные береты). О бурной истории этой области напоминают руины средневековых замков и крепостные стены городов – некогда центров ереси катаров (альбигойцев).



Каланки недалеко от Марселя – скалистые бухты идеально подходят для романтического отдыха

Столицей **Юго-Запада** Франции является город Бордо. К югу от него вдоль побережья Атлантики тянутся самые длинные в Европе песчаные пляжи с дюнными ландшафтами. С них открываются незабываемые морские панорамы. На песчаных почвах прекрасно себя чувствуют вечнозеленые пинии. А вдали от океана находится знаменитый регион Перигор, славящийся изумительной кухней и отличными винами. В живописных долинах рек расположены памятники доисторических культур, старинные укрепленные поселки, развалины рыцарских замков.

В Средние века по Юго-Западу Франции проходил Путь Св. Иакова – популярнейший паломнический маршрут к мощам апостола в испанском Сантьяго-де-Компостела, и с тех пор здесь сохранилось много храмов, обителей, паломнических приютов и пешеходных дорог с мостами через реки.

Экстра-маршруты



1 Большое турне по Южной Франции

Описание маршрута:

Лион › Гора Ванту › Авиньон › Экс-ан-Прованс › Марсель › Арль › Ним/Пон-дю-Гар › Нарбонн › Каркассон › Тулуза › Бордо › Ла-Рошель › Лимож › Лион

Расстояние:

ок. 2000 км; 3 недели. **Лион** › **Авиньон** – 340 км; **Авиньон** › **Марсель** – 115 км; **Марсель** › **Тулуза** – 440 км; **Тулуза** › **Бордо** – 250 км; **Бордо** › **Ла-Рошель** – 180 км; **Ла-Рошель** › **Лион** – 630 км.

Транспорт:

Проще всего совершить эту поездку на автомобиле, однако можно воспользоваться и поездом из Лиона в Ла-Рошель через Экс-ан-Прованс, Марсель, Ним, Тулузу и Бордо. Из Ла-Рошели в Лион можно вернуться на экспрессе TGV (ок. 6 ч; необходимо заранее бронировать места).

****Лион** › с. 78 – удобная отправная точка для поездки по Южной Франции. После осмотра одиноко возвышающейся ****горы Ванту** › с. 81 едем в центр удивительного Прованса, где знакомимся с ****Авиньоном** › с. 84 и *****Экс-ан-Провансом** › с. 86 – двумя наиболее значительными городами региона. Следующим пунктом является культурная столица региона ***Марсель** › с. 88. Прежний негативный имидж этого города постепенно уходит в



На еженедельных рынках в Экс-ан-Провансе представлено все разнообразие флоры и гастрономии Южной Франции

прошлое, особенно после обширной реконструкции старых кварталов и появления новых интересных достопримечательностей. Здесь в июне 2013 г. открылся Музей цивилизаций Европы и Средиземноморья (*Museo*) – событие, которое привлекло большое внимание и возродило идею создания Союза средиземноморских стран. В ****Арле > с. 90** можно побродить среди древнеримских руин, посетить музеи или красочные рынки, а также окунуться в спокойную атмосферу природного парка «Камарг». ****Ним > с. 92** радушно предложит вам осмотреть не только сокровища античной культуры, но и современные достопримечательности.

Позагорав на длинных песчаных пляжах Лионского залива, отправляемся в ***Нарбонн > с. 104**, а оттуда еще дальше – в средневековый *****Каркассон > с. 105** и динамично развивающуюся столицу региона ****Тулузу > с. 135**. Старые городские кварталы лучше всего осматривать вечером, когда лучи заходящего солнца придают средневековой кирпичной кладке изумительный розовый оттенок. Пышные особняки в ****Бордо > с. 122** свидетельствуют о богатстве продавцов вин. Исторический центр города в 2007 г. был включен в список Всемирного наследия ЮНЕСКО как «выдающийся городской архитектурный ансамбль эпохи Просвещения». Вновь увидеть морские просторы можно в симпатичном портовом городе ****Ла-Рошели > с. 126**. Короткий заезд в столицу фарфора ***Лимож > с. 130** – и по дорогам исторической области Оверни, окруженным зеленью лесов и лугов, мы возвращаемся в ****Лион**.

2

От Ривьеры к Пиренеям

Описание маршрута:

Ницца > Канн > Сен-Тропе > Марсель > Арль > Ним > Сет > Кап д'Агд > Нарбонн > Перпиньян

Расстояния:

ок. 700 км, 1 неделя. Ницца > Сен-Тропе – 120 км; Сен-Тропе > Марсель – 170 км; Марсель > Нарбонн – 290 км; Нарбонн > Перпиньян – 70 км.

Транспорт:

По побережью кроме автомобиля можно проехать и на поезде; железнодорожного сообщения нет лишь с Сен-Тропе.

От ****Ниццы** > с. 59 направляемся к побережью Средиземного моря в Перпиньян у подножия Пиренеев. Прежде всего заезжаем в ***Канн** > с. 65. Здесь можно прогуляться по набережной под сенью пальм. Следующая остановка – элитный курорт ***Сен-Тропе** > с. 68, где в марине стоят роскошные яхты, а на знаменитых пляжах отдыхают от безделья светские львы и львицы, запивая шампанским свежайшие устрицы.

Миновав красивые приморские городки и осмотрев необычные бухты-каланки к западу от Кассиса, мы попадаем в портовый город ***Марсель** > с. 87. В центре – живописная Старая гавань, где наряду с многочисленными рыбаками и торговцами рыбой всегда можно увидеть любопытных туристов. Городок ****Арль** > с. 90 намного меньше Марселя, но здесь также обычно много туристов, с удовольствием осматривающих древнеримские руины и величественный собор Св. Трофима. Нельзя не упомянуть о живописных переулках в старой части городка, где можно посидеть в симпатичных ре-



Один из прекраснейших видов Лазурного Берега: знаменитая бухта Ангелов в Ницце

сторанчиках, а также о расположенном поблизости природном парке «**Камарг**» > с. 93 с красивыми водными ландшафтами. В ****Ниме** > с. 92 и его окрестностях туристы посещают древнеримские сооружения, например амфитеатр и знаменитый храм Мезон Карре в центре города – наиболее сохранившийся на территории Франции, а также мост-акведук *****Пон-дю-Гар** > с. 92, также один из лучших по сохранности в Европе. Посещение приморского городка ***Сет** > с. 102 надо использовать для осмотра рыболовецкой гавани и посещения одного из многочисленных рыбных ресторанов, где всегда есть свежие морепродукты. Всемирно известный нудистский курорт **Кап д'Агд** > с. 102 – это уже побережье региона Лангедок–Руссийон с тянущимися до самого горизонта пляжами. Отсюда можно заехать в такие старинные города, как ***Нарбонн** > с. 104 или ****Перпиньян** > с. 110.

3 По Пути Св. Иакова

Описание маршрута:

Ле-Пюи-ан-Веле > Плато Обрак > Эспальон > Конк > Фижак > Каор > Муассак > Ажен > Кондом > Дакс > Байонна

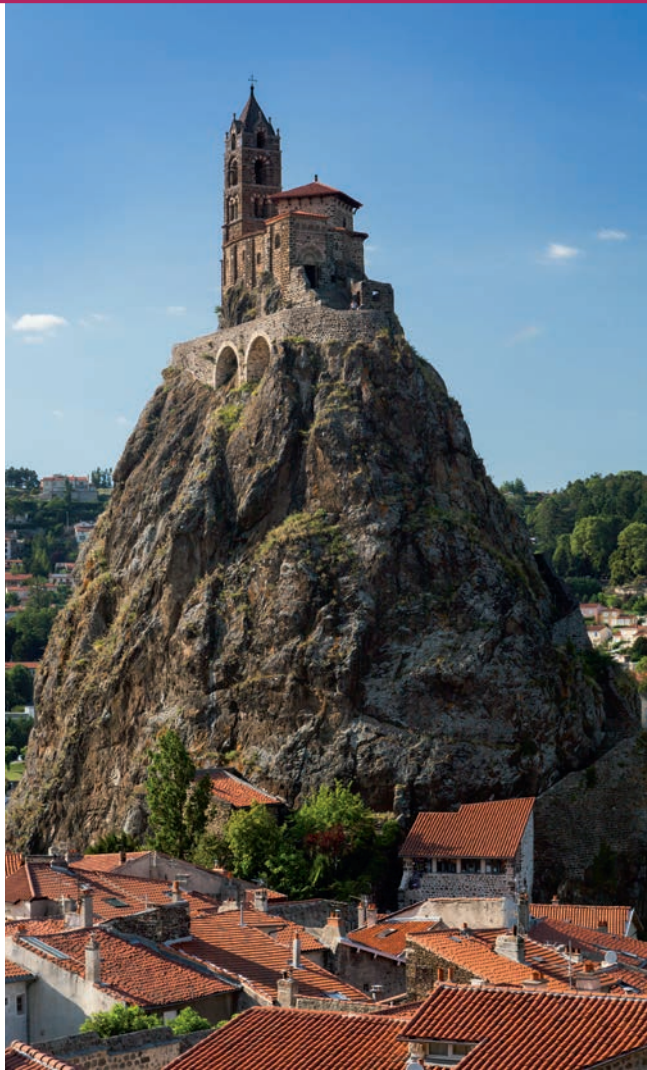
Расстояние:

Ок. 640 км; 3–4 дня. Ле-Пюи-ан-Веле > Эспальон – 150 км; Эспальон > Каор – 140 км; Каор > Кондом – 150 км; Кондом > Байонна – 200 км.

Транспорт:

Проще всего проехать по этому маршруту на автомобиле. На плато Обрак трудно попасть на общественном транспорте, но зато там много маркированных пешеходных троп.

Прежде чем отправится по Пути Св. Иакова паломники получают благословение в часовне Сен-Мишель-д'Эгюий в ***Ле-Пюи-ан-Веле** > с. 82. Шоссе и паломническая тропа минуют овернские городки и горное плато Обрак и выходят к расположенным на берегах реки Лот красивым городкам ***Эспальон** > с. 132 и Эстен. Далее дорога ведет в городок ****Конк** > с. 132, спрятавшийся на склоне высокого холма. Когда-то он был важным паломническим центром. В Конке, **Фижаке** > с. 133 и ****Каоре** > с. 134 хорошо сохранились средневековые кварталы. Кроме того, в Каоре стоит осмотреть шестьюарочный готический мост Валент через реку Лот со сторожевыми башнями на нем. Городок ****Муассак** > с. 138 окружен садами и виноградниками. Здесь расположен известный бенедиктинский монастырь Сен-Пьер. Архитектура его зданий, чудом дошедших до наших дней, являет собой замечательный пример смешения романского и готического стилей. Великолепные соборы



На скалистой горе над Ле-Пюи-ан-Веле возвышается часовня Сен-Мишель-д'Эгюий

в **Ажене** › с. 138 и **Кондоме** не оставляют сомнений в гениальности средневековых мастеров. Далее путешественники приезжают на известный бальнеологический курорт **Дакс** › с. 21, поодаль от которого раскинулся самый большой в Европе пиниевый лес. Отсюда остается совсем чуть-чуть до баскской столицы **Байонны** › с. 128 на побережье Бискайского залива.

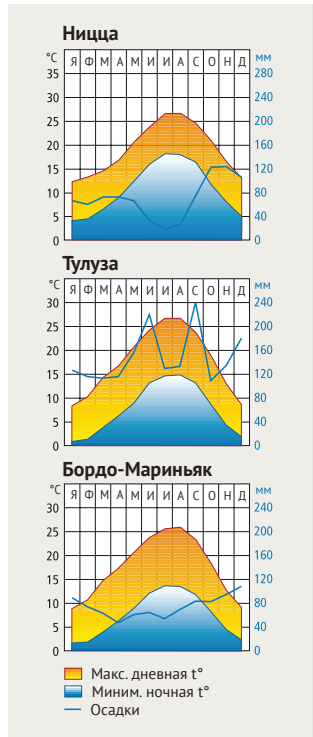
Климат и сезоны туризма

На климат Южной Франции влияет как Средиземное море, так и Атлантический океан. В некоторых районах можно увидеть резкие, на протяжении буквально нескольких километров, переходы от одной природной зоны к другой. Однако период с конца марта до конца октября во всем регионе характеризуется теплой солнечной погодой.

В высокий сезон (июль/август) пляжи на Средиземноморском и Южном Атлантическом побережье переполнены и автомобильное движение затруднено из-за многочисленных пробок. Практически нереально найти место для парковки или свободное жилье ближе к 15 августа, когда католики отмечают церковный праздник Успения Пресвятой Девы Марии. Гораздо спокойнее в регионе до или сразу после начала высокого сезона, а желающие отдохнуть от зимней стужи могут уже в марте греться на солнышке на Лазурном Берегу. Однако купаться еще холодно.

В высокий сезон так же трудно найти свободное место и в отелях, расположенных в горных районах. В это время сюда устремляются многочисленные туристы, и вам не удастся спокойно и в тишине осмотреть местные достопримечательности. Лучше всего посещать Альпы, Пиренеи, Центральный горный массив на территории Оверни, а также юго-западные винодельческие районы ранней осенью, в период стабильной теплой погоды. Именно тогда местные красоты произведут на вас наибольшее впечатление. А уже в ноябре в Альпах и Пиренеях можно заниматься зимними видами спорта.

Что касается Прованса, то города Экс-ан-Прованс, Арль, Авиньон и Ним лучше всего посетить в мае или в июне, до начала июльского туристического бума. Однако природа этой провинции красивее всего осенью, когда нет изнуряющего летнего зноя.



Прибытие

Авиасообщение

Из Москвы и Санкт-Петербурга регулярные прямые беспересадочные рейсы в Ниццу совершают самолеты авиакомпаний **Аэрофлот** и **Россия**. Из Хельсинки летает **Finnair**, который совершает перелеты из Москвы и Санкт-Петербурга до Ниццы с пересадкой в Париже или Амстердаме. Популярностью пользуются и стыковочные рейсы **Lufthansa** (через Франкфурт и Мюнхен), **Swiss Air** (через Цюрих), **Air Baltic** (через Ригу). Прямой перелет из Москвы длится около 4 ч, из Санкт-Петербурга – 3 ч 45 мин.

Аэропорт расположен в 7,3 км к западу от центра города. Между двумя его терминалами курсируют бесплатные автобусы-шаттлы. Время в пути – около 5 мин. Из России самолеты прибывают в терминал 2.

Из аэропорта в Ниццу можно добраться на такси (остановки около Gate A1 – терминал 1 и Gate A3 – терминал 2), на вертолете или автобусе. Последний – наиболее популярный вид транспорта. Остановка называется Aéroport Promenade, автобусы отправляются по 22 маршрутам в различные города Лазурного Берега.

До ближайшей железнодорожной ст. Gare Nice St Augustin – 10 мин пешком, в 3 км расположена станция Gare St Laurent du Var, до обеих станций курсируют автобусы. Время в пути до ст. Nice Ville – 15 мин. Большинство отелей предоставляют бесплатные шаттлы для своих гостей.

- Справочная аэропорта Ниццы: ☎ +33 (4) 898-898-28
- Сайт аэропорта: www.nice.aeroport.fr
- Онлайн-табло вылета: nice.aeroport.fr/depart
- Онлайн-табло прилета: nice.aeroport.fr/today-s-arrivals

Небольшие аэропорты есть в Биаррице, По, Лурде/Тарбе, Каркассоне, Перпиньяне, Монпелье, Ниме, Тулоне/Йере и Канне/Мандельё. Сюда можно попасть с помощью местных авиакомпаний из Парижа или Лиона. Южную Францию обслуживают также и бюджетные авиакомпании, например Ryanair (www.ryanair.com).

Железнодорожное сообщение

Комфортабельный поезд №17/18 Москва–Ницца курсирует с 2010 г. круглый год. Протяженность пути – 3315 км. Из Москвы (с Белорусского вокзала) поезд отправляется в четверг днем, прибывает в Ниццу в субботу утром. Время в пути – 47 ч 17 мин, обратно – 46 ч 45 мин.

Кстати, первый поезд из России (из Санкт-Петербурга) в Ниццу отправился в 1864 г. и курсировал до 1914 г. Современный маршрут, проложенный по территории 8 стран, практически полностью повторяет дореволюционный, пользовавшийся большой популярностью у представителей русской аристократии. Приобретение билетов на www.rzd.ru.

Попасть в регион можно и через Париж. С Лионского вокзала в Париже можно быстро добраться практически до любого крупного города Южной Франции на высокоскоростном поезде TGV (расписание и бронирование мест: www.voyages-sncf.eu). Места надо бронировать заранее.

Из Лиона поезда TGV по долине Роны едут в Марсель, а оттуда через Тулон в Ниццу или через Ним и Монпелье до Перпиньяна. Другая важная железнодорожная магистраль соединяет Париж с Биаррицем через Пуатье и Бордо. Поезда TGV останавливаются в Лурде и Тулузе. Железная дорога между Ниццей и Ментоном – одна из самых впечатляющих прибрежных линий Европы (расписание местных поездов Metrazur: www.ter-sncf.com).

Из некоторых европейских стран с мая по октябрь в направлении Южной Франции курсируют поезда для автотуристов с платформами для перевозки автомобилей.

По стране

На автомобиле

Из Парижа на юг идут платные магистрали: Париж–Лион (A6) и Лион – Марсель (A7; по долине Роны); и через Пуатье в Бордо (A10). От Марселя вдоль Лазурного Берега через Экс-ан-Прованс – магистраль A8. По магистрали A9 через Ним и Монпелье можно попасть в Нарбонн. Нарбонн связан с Тулузой шоссе A61. Из Тулузы шоссе A62 ведет в Бордо, а A64 – в Байонну (карта и расчет стоимости проезда: www.autoroutes.fr).

В целом сеть автодорог Южной Франции хорошо развита. Практически никогда не бывает пробок на автомагистралях (обозначены буквой A) и национальных дорогах (обозначены буквой N). Дороги областного значения, которые обслуживают Департаменты (обозначены буквой D) могут быть узкими. Бензин – дорогой. Недорогое топливо продают на АЗС около крупных супермаркетов, но они закрыты по вс.

Автобусное сообщение

Между большими городами регулярно ходят автобусы; в сельских районах в будние дни еще можно сесть на автобус, но в выходные это будет проблематично. На многих железнодорожных станциях есть расписание основных маршрутов местного транспорта.

К СВЕДЕНИЮ

Правила дорожного движения

Ограничение скорости на автомагистралях составляет 130 км/ч, в дождь 110 км/ч; на шоссе – 80–90 км/ч, в пределах населенных пунктов 50 км/ч. Норма алкоголя в крови составляет 0,5 промилле. Нарушителей правил ждут большие штрафы. Иностранцы должны сразу оплатить штраф (можно карточкой). В машине обязательны: знак аварийной остановки, светоотражающий жилет и алкотестер.



ИНФО

Отдых с детьми

Южная Франция с ее расположенными вдали от крупных городов и автострад достопримечательностями, протяженными пляжами на побережье Средиземного моря и Атлантики, а также горными местностями представляет собой идеальное место для отдыха с детьми. Кроме того, здесь есть зоопарки, аквариумы, парки развлечений и аквапарки.

Семейный отдых

В регионе много как мест для семейного отдыха, так и предложений сопутствующих услуг: присмотра за детьми, анимации, обучения. Великолепно провести время с детьми можно в сельской Южной Франции. Крестьянские хозяйства словно созданы для семейного отдыха. Дети целый день гуляют на свежем воздухе, а хозяева в игровой форме знакомят их с традициями деревенской жизни.

Аквапарки

Мест для веселого времяпрепровождения в искусственных водоемах в Южной Франции в изобилии. Аквапарки (например, **Les Antilles** в Жонзаке к югу от Коньяка) с горками и бассейнами с искусственными волнами – идеальное место для активного детского отдыха, когда на море шторм.

Но даже и при хорошей погоде дети получают огромное удовольствие от посещения таких аквапарков, как **Aqualand** в Сен-Максими и Фрежюсе и **Aqua Splash** в Антибе.

■ **Les Antilles**

Ave. Jean Moulin
Parc du Val de Seugne
17500 Жонзак (южнее Коньяка)
☎ 05 46 86 48 00
www.lesantillesdejonzac.com

■ **Aqualand**

Quartier Le Capou an der RN 98
83600 Фрежюс
☎ 04 94 51 82 51

Route Plan de la Tour
83320 Сен-Максим
☎ 04 94 55 54 54
Сайт для обоих www.aqualand.fr

■ Aqua Splash

306, ave. Mozart
06600 Антиб
☎ 08 92 30 06 06
www.marineland.fr

Парки развлечений

В Южной Франции есть несколько парков, где дети могут в свое удовольствие лазать по деревьям или кататься на тарзанке > **ИНФО с. 23**. В парке развлечений **Walibi Aquitaine** много аттракционов, а в парке развлечений **OK Corral** в Провансе показывают захватывающие каскадерские ковбойские шоу в стиле Дикого Запада.

■ Walibi Aquitaine

Château de Caudouin
47310 Рокфор
☎ 08 20 42 64 20
www.walibi-aquitaine.fr

■ OK Corral

RN 8
13780 Кюж-ле-Пен (расположен между Экс-ан-Провансом, Марселем и Тулоном)
☎ 04 42 73 80 05 | www.okcorral.fr

Зоопарки и аквариумы

Вы можете посетить большой зоопарк, парк дикой природы с волками и парк птиц, а также аквариум с экзотическими рыбами и морской парк с дельфинами.

■ Зоопарк Palmyre

17570 Ле-Мат (вблизи Руайана)
☎ 08 92 68 18 48
www.zoo-palmyre.fr

■ Парк диких животных (Parc Animalier de Courzieu)

69690 Курзье
(к западу от Лиона)
☎ 04 74 70 96 10
www.parc-de-courzieu.fr

■ Экопарк Le Rocher des Aigles

Замок Рокамадур
46500 Рокамадур (восточнее Сарла-ла-Канеда)
☎ 05 65 33 65 45
www.rocherdesaigles.com

■ Морской парк (Marineland)

Здесь можно увидеть белых медведей, касаток, морских котиков, дельфинов и акул, посмотреть шоу с этими животными. В парке есть отели, рестораны, магазины и аттракционы.
306, ave. Mozart
06600 Антиб
☎ 08 92 30 06 06
www.marineland.fr

Цирк

В Пьоленке (кантон Оранж) находится знаменитый цирк Алексиса Грюсса (*Château du Cirque*), представителя известной во всем мире династии цирковых наездников, совершенствующих свое мастерство уже на протяжении двух столетий. С апреля по сентябрь организуются шоу с участием наездников, жонглеров и канатоходцев на открытом воздухе.

■ Парк Алексиса Грюсса (Le Parc Alexis Gruss)

RN 7 | 84420 Пьоленк
☎ 04 90 29 49 49
www.alexis-gruss.com



ИНФО

Головокружительная высота и стремительный поток

Желающие совместить отдых в экологически чистом месте с занятиями спортом не пожалеют, что выбрали для этого именно Южную Францию. Здесь много возможностей, например, для рафтинга, сплава на байдарках по рекам и лазания по деревьям в веревочных парках.

Горные реки

Только одно упоминание о реке Дюранс с ее бурными притоками Кларе, Гиль, Жир и Юбай заставляет сердца **профессиональных рафтингистов** биться быстрее. Бурлящие пороги и коварные водовороты чередуются со спокойными участками в идиллических горных долинах, где можно отдохнуть в живописных деревушках. Особенно

популярен отрезок Дюранс между Сен-Клеманом и Амбрёном, а также знаменитый каньон Вердон › с. 51.

Надувные резиновые лодки вмещают 5–8 человек. Компании – организаторы туров обеспечивают туристов гидрокостюмами и шлемами, организуют трансфер к месту начала сплава и обратно. Сплаву предшествует подробный инструктаж.

Внимание! Сплавлиаться по горным рекам можно только в хорошую погоду. Во время гроз и сильных ливней уровень воды резко возрастает.

■ AN L'Aventure Nature

Les Iles de Mâcot

73210 Мако-ла-Плань (Дюранс)

☎ 04 79 09 72 79

www.an-rafting.com

■ **Aboard Rafting**

8, pl. de l'Eglise

04120 Каstellан (каньон Вердон)

☎ 04 92 83 76 11

www.aboard-rafting.com

Летом местом № 1 в Южной Франции для сплавов на **каюках** и **байдарках** является каньон реки Ардеш длиной 30 км к югу от Монтелимара. Развитая туристическая инфраструктура (хороший подъезд, прокат плавсредств, многочисленные кемпинги) нисколько не нарушает первозданную красоту этого места. Каньон судоходен с конца марта до конца ноября. Однако перед поездкой в Ардеш весной следует убедиться, что уровень воды низкий.

■ **Les Bateaux du Pont**

07700 Сен-Мартин-д'Ардеш

☎ 04 75 04 60 85

www.ardeche-canoes-kayaks.com

■ **Alain Bateaux**

07150 Валлон-Пон-д'Арк

☎ 04 75 37 17 22

www.alainbateaux.com

Веровочные парки

Обычно в таких парках взрослые туристы – современные Тарзаны с удовольствием лазают по канатам на головокружительной высоте, получая мощный заряд адреналина. Сеть стальных и обычных канатов среди деревьев напоминает паутину. Переходы с веревочными мостиками, лестницами, а также натянутыми сетками перемежаются деревянными столбами с неболь-

шими платформами, на которых можно передохнуть. Для начинающих и детей обустроены веревочные парки на небольших высотах.

■ **Jungle Parc**

Les Terres Neuves

04400 Сен-Пон (недалеко от Барселоннета)

☎ 06 86 73 37 57

www.jungle-parc.fr

■ **Indiana Forest**

D 902 недалеко от лыжной базы Ле-Кло

05560 Вар (недалеко от Амбрёна)

☎ 06 09 52 35 62

www.indianaforest.com

■ **Aventure Parc**

05240 Ла-Саль-лез-Альп (недалеко от Бриансона)

☎ 04 92 24 90 57

www.aventure-parc.fr

■ **Aventure Parc**

81330 Сен-Пьер-де-Тривизи

(недалеко от Кастра, восточнее Тулузы)

☎ 05 63 73 09 03

www.aventure-parc.fr/stpierredetrivisy



В веревочном парке Jungle Parc в Сен-Поне

Указатель

- А**виньон 10, 15, 24, 33, 35, 75, 77, 84, 85
 Адур, река 128
 Ажен 13, 14, 132, 138
 Аквапарки 18
 Альп-д'Юэ 43-45, 49
 Ангулем 35, 109, 120-122, 130
 Андюз 96, 97, 101
 Анси 28, 46, 47
 Антиб 18, 19, 35, 54, 55, 56, 64
 Апт 35, 75, 77, 85
 Араго, пещера 30
 Ардеш, река 9, 23, 83
 Арль 10, 12, 15, 32, 75, 77, 90
 Археологический музей Средиземноморья 88
 Архитектура 32, 34, 68, 85, 86, 98, 113
 Атлантический океан 15, 18, 104
- Б**айонна 9, 13, 17, 107, 109, 120, 121, 128
 Баньюль-сюр-Мер 107, 109, 112
 Барселоннет 23, 43, 44, 50, 51
 Бастиды 33
 Бастилия, крепость 48
 Безье 95, 97, 103
 Бермон, вилла 70
 Биарриц 16, 17, 20, 21, 35, 39, 107, 109, 110, 117, 119, 122, 127
 Биот 54, 56, 64, 133, 140
 Бордо 10, 11, 15, 17, 21, 28, 34, 35, 37, 39, 109, 120, 122-126, 140
 Бриансон 23, 43, 44, 46, 49
 Буйабес 36, 90
- В**аллорис 54, 56, 65
 Ванс 54, 56, 63
 Ванту, гора 10, 74, 75, 83
 Везон-ла-Ромен 75, 77, 83
 Вильфранш-де-Конфлан 110, 113
 Вьен 81, 82
- Г**ап 43, 44, 46, 50
 Гран-Корниш 59
 Гран-Плаж, пляж 128, 129
- Грасс 37, 54, 56, 67, 90, 140
 Гренобль 8, 21, 31, 43-46, 48, 49
 Гриньян 82
- Д**акс 13, 14, 21
 Дерен А. 34, 111
 Динь-ле-Бен 44, 45, 51
- Ж**юан-ле-Пен 65
- З**амок Валуа 129
 Замок Иф 88
 Замок Комталь 105
 Замок Кюрибус 106, 107, 109, 112
 Замок Пейрепертюз 106, 107, 112
 Зоопарк 19
- И**берийский полуостров 9, 104
- Й**ер 16, 20, 38, 54-57, 68, 133
- К**авайон 77, 85
 Казино 58, 59, 65, 72
 Каланки 9, 12, 41, 55, 69
 Камарг 9, 13, 27, 28, 74, 75, 92, 93
 Канигу, гора 107, 109, 113, 114
 Канн 8, 12, 16, 24, 31, 35, 39, 54-56, 65, 68, 71, 73
 Каньон Вердон 22, 23, 42-45, 51, 52
 Кань-сюр-Мер 34, 54, 56, 63
 Каор 13, 90, 134
 Кап д'Агд, курорт 12, 13, 95, 97, 102
 Каркассон 6, 9-11, 16, 30, 33, 94-97, 105
 Кассис 12, 38, 54, 55, 69
 Кассуле 36, 105
 Кастеллан 23, 44, 45, 51
 Кокад, кладбище 72
 Кольюр 34, 106, 107, 109, 111, 113
 Конк 13, 103, 114, 132, 133
 Коньяк 18, 37, 109, 120, 121, 129, 130, 140
 Корниш, шоссе 54, 59
- Корниш-де-л'Эстерель 68
- Л**а-Гран-Мот 34, 95, 97, 102
 Лазурный Берег 8, 28, 53-72
 Лангедок 13, 28, 30, 32, 36, 39, 94-105, 122
 Ла-Рошель 28, 37, 109, 122, 126, 127
 Ле-Бо-де-Прованс 25, 75, 77, 86
 Лез-Эзи-де-Тайак 109, 120, 132
 Ле-Ме 44, 45, 51
 Ле-Пюи-ан-Веле 13, 14, 82, 97
 Леринские острова 66
 Лимож 10, 11, 28, 33, 35, 109, 120, 130, 140
 Лион 10, 11, 16, 17, 19, 28, 29, 35, 46, 75, 77, 78, 79, 80, 140
 Лионская опера 80
 Лурд 16, 17, 106, 107, 109, 110, 116, 117
- М**арсель 10, 12, 17, 28, 31, 75, 77, 87-90
 Международный музей парфюмерии 67
 Международный центр комиксов 130
 Ментон 17, 35, 38, 43, 52, 54, 55, 57, 58, 59, 71, 90
 Мийо 31, 34, 94, 96, 97, 101
 Мимизан-Плаж 109, 120, 121, 127, 128,
 Мистраль Ф. 33, 91
 Монако, княжество 31, 54, 55, 57, 58, 72, 73
 Монастырь Девы Марии 129
 Монастырь Сен-Мартен-дю-Канигу 107, 109, 114, 115
 Монастырь Сен-Мишель-де-Кушья 107, 109, 113, 114
 Мон-Луи 107, 109, 115
 Монпелье 16, 17, 28, 34, 37, 39, 95-99
 Монтобан 33, 134
 Морской парк 19

- Мост Валентр 134
Муассак 13, 119, 138
Мужен 53, 54, 56, 66
Музей «Ласко II» 109, 119, 120, 131
Музей августинцев 136, 137
Музей басков 128
Музей гобеленов 86
Музей Гране 86
Музей Дофине 48
Музей Жоржа Брассенса 102
Музей изящных искусств 57, 61, 80, 117, 124, 125
Музей книгопечатания 79, 80
Музей коньяка 129
Музей Поля Валери 102
Музей русской колонии 71
Музей Северной Каталонии 110
Музей современного искусства 60, 61, 63
Музей текстиля и декоративно-прикладного искусства 79, 80, 124
Музей фарфора Адриана Дюбуша 130
Музей Фора 47
Музей Энгра 134
Мустье-Сен-Мари 42, 44, 45, 52, 133
- Н**абережная Круазетт 65, 66, 73
Нарбонн 10-13, 17, 33, 95, 97, 104, 105
Национальный музей П. Пикассо 65
Национальный парк «Экрен» 44-46
Нив, река 118, 128
Ним 10-13, 15-17, 25, 32, 34, 37, 75, 77, 92
Ницца 12, 15, 31, 54, 55, 59-62, 71, 73
Ньон 82
- О**брак 132
Океанографический музей 59
Оранж 19, 32, 35, 83, 84
- П**алава-ле-Фло 95, 102
Паломнический маршрут 13
Папский дворец 33, 84, 85
Парк Пейру 99
- Парки развлечений 19
Перигё 109, 119, 120, 130, 131
Перигор, регион 10, 120, 130, 131, 133
Перпиньян 9, 12, 13, 16, 17, 20, 39, 107, 109, 110, 111, 117
Пиренеи, горы 9, 15, 21, 28, 32, 106, 115, 118
Пляжи 38-39
По 117
Пон-дю-Гар, мост-акведук 13, 32, 33, 75, 92
Прескиль, полуостров 80
Природный парк «Люберон» 85
Прованс 8, 10, 15, 19, 28, 30-32, 51, 58, 74-77, 84, 86, 87, 90, 114, 133, 140
Путь Св. Иакова 10, 13, 82, 114, 116, 118, 128, 129, 132, 135
- Р**ок, гора 45, 51
Ронсевальское ущелье 118
Роны, долина 8, 17, 37, 74, 77, 78, 92
Рошфор 109, 120, 127
Руайан 19, 109, 120, 121, 127
Руссийон 13, 28, 34, 39, 77, 85, 98, 105, 113
- С**анари-сюр-Мер 54, 55, 69
Сарла-ла-Канеда 19, 25, 109, 120, 131-133
Свято-Никольский собор 71
Севенны, горы 9, 28, 92, 94, 95, 96, 98
Сельский туризм 25
Сен-Мари-де-ла-Мер 35, 93
Сенанк, монастырь 85
Сен-Бертран-де-Комменж 107, 110, 114, 116
Сен-Жан-дю-Гар 96, 97, 101
Сен-Жан-Пье-де-Пор 107, 109, 110, 118
Сен-Жиль 92
Сен-Поль-де-Ванс 54, 56, 63
Сен-Рафаэль 39, 54, 68
- Сент 109, 120, 129
Сен-Тропе 12, 25, 34, 38, 53-55, 68
Сен-Эмильон 109, 120, 126, 133
Сер-Понсон, водохранилище 43, 44, 50
Сет 12, 13, 35, 94, 95, 97, 102, 103, 104
Систерон 46, 50, 51
Средиземное море 8, 12, 15, 18, 29, 104, 107
- Т**апенада 36
Тарб 16, 107, 109, 110, 116
Тарентез, долина 21
Тарнский каньон 96, 97, 101, 103
Тематический парк «Космический городок» 136
Тулон 16, 17, 19, 54, 55, 69, 69
Тулуза 10, 15, 28, 95, 110, 120, 122, 135-137
Турет-сюр-Лу 54, 56, 64, 65, 133
Турмале 21
- Ф**ижак 13, 133
Филипп IV Красивый 30
Фламинго 27, 75, 93
Фонсерран, шлюзы 103
Фонтен-де-Воклюз 77, 85
Фонфруад, монастырь 94-97, 105
Фуа 107, 109, 110, 114, 115
Фуа-гра 36, 131, 132
Фуникулер 78, 79
- Ц**ирк Алексиса Грюсса 19
- Ш**амбери 46, 47, 48
- Э**г-Морт 30, 93
Экс-ан-Прованс 10, 11, 15, 17, 19, 25, 29, 34, 35, 74, 75, 77, 86
Экс-ле-Бен 8, 47
Эльн 107, 109, 111
Энгр 134
Эспальон 13, 132
Этнографический музей Арля 91
- Ю**жный канал 103, 104

Мини-разговорник

Общее

Добрый день	Bonjour [бонжур]
Привет!	Salut! [салу!]
Как дела?	Ça va? [са ва?]
Спасибо, хорошо	Bien, merci [бьен, мерси]
Меня зовут...	Je m'appelle... [жэ маппэль...]
До свидания	Au revoir [орэвюар]
Утро	Matin [матэн]
После обеда	Après-midi [апрэ-миди]
Вечер	Soir [суар]
Ночь	Nuit [нюи]
Завтра	Demain [дёман]
Сегодня	Aujourd'hui [ожурдюи]
Вчера	Hier [йер]
Вы говорите по-русски/ по-английски?	Parlez-vous russe/ anglais? [парле-ву рюс/англе?]
Как вы сказали?	Pardon? [пардон?]
Я не понимаю	Je ne comprends pas [жэ нё компран па]
Повторите, пожалуйста	Pourriez-vous répéter, s'il vous plaît [пурьёе-ву репетэ, силь ву пле]
Спасибо!	Merci! [мерси!]
Что/кто/какой/ где/куда?	Que/qui/quel/ où/où? [кэ/ки/кэль/у/у?]
Как/сколько/ когда/как долго?	Comment/combien/ quand/combien de temps? [комман/комбьен/кан/ комбьен дё там?]
Как это по-французски?	Comment ça s'appelle en français? [комман са саппэль ан франсэ?]
Где находится?..	Où est ?.. [у э?..]
Вы не могли бы мне помочь?	Pourriez-vous m'aider? [пурьёе-ву мэде?]
Да	Oui [уи]
Нет	Non [нон]
Извините	Excusez-moi [экс кюзэ-муа]

В магазине

Где купить?..	Où est-ce qu'il y a?.. [у эс килья..?]
Сколько стоит?..	Ça coûte combien?.. [са кут комбьен..?]
Это слишком дорого	C'est trop cher [сэ тро шэр]
Я беру это	Je le prends [жэ лё пран]

Это мне (не) нравится

Где находится банк?

Я ишу автомат для снятия денег со счета

Дайте 100 г сыра

Где можно позвонить?

Где купить телефонную карточку?

В ресторане, кафе

Пожалуйста, меню

Хлеб

Кофе по-турецки

Чай с молоком/ сахаром

Апельсиновый сок

Суп

Рыба/мясо

Салат

Десерт

Фрукты

Мороженое

Вино белое/ красное

Пиво

Вода

Минеральная вода
С газом/без газа

Лимонад

Завтрак

Обед

Ужин

Пожалуйста, счет

Ça me plaît/Ça ne me plaît pas [са мё пле/са нё мё пле па]

Où est-ce qu'il y a une banque? [у эс килья юн банк иси?]

Je cherche une billetterie [жэ шэрш юн бийетёри]

Donnez-moi cent grammes du fromage [доннэ-муа сан грам дю фромаж]

Où est-ce que je peux téléphoner? [у эск жэ пё тэлефонэ?]

Où est-ce que je peux acheter une télécarte? [у эск жэ пёз аштэ юн тэлекарт?]

La carte, s'il vous plaît [ля карт, силь ву пле]

Pain [пэн]

Café à la turque [кафэ а ля турк]

Thé au lait/sucré [тэ о ле/сюкрэ]

Jus d'orange [жюс доранж]

Soupe [сун]

Poisson/viande [пуассон/вьядн]

Salade [салад]

Dessert [дэссэр]

Fruits [фрюи]

Glace [гляс]

Vin blanc/rouge [вэн блан/руж]

Bière [бьер]

Eau [о]

Eau minérale [о минераль]
Gazeuse/non gazeuse [газёз/нон газёз]

Limonade [лимонад]

Petit déjeuner [пти дежёнэ]

Déjeuner [дежёнэ]

Dîner [динэ]

L'addition, s'il vous plaît [ляддисьон, силь ву пле]