

# INHOUD



## ONTDEKKEN 6

Welkom in de Provence.....	8	Reisroutes.....	20
De parels van de Provence.....	10	Veelzijdig Provence.....	28
Zicht op de Provence.....	14	Jaaroverzicht van de Provence.....	52
De regio's van de Provence.....	16	Een korte geschiedenis.....	54

## BELEVEN 58

Riviera en Alpes-Maritimes.....	60	Vaucluse.....	154
Var en Îles d'Hyères.....	98	Alpes-de-Haute-Provence.....	188
Bouches-du-Rhône en Nîmes.....	124		

## WEGWIJS 204

Voor vertrek.....	206	Register.....	214
Provence onderweg.....	208	Nuttige uitdrukkingen.....	220
Praktische informatie.....	212	Dankbetuiging.....	223



# WELKOM IN DE PROVENCE

**Geurige lavendelvelden en ruïnes uit lang vervlogen tijden. Restaurants van wereldklasse en glamour in de nachtclubs aan de Riviéra. Welige wijngaarden, besneeuwde toppen en zonovergoten stranden: u vindt het hier allemaal. Hoe uw droomreis naar de Provence er ook uitziet, deze Capitoel Reisgids wijst u de weg.**

De Provence is misschien wel de aanlokkelijkste regio van Frankrijk. De steden hebben jong en oud iets te bieden, van het bruisende straatleven in Marseille en Nice tot het zon-zee-en-zand (en bling) van de Riviéra, met plaatsen als St-Tropez en Cannes. Romeinse amfitheaters, pauselijke paleizen en middeleeuwse abdijen herinneren aan de glorie van een verdwenen wereld, galeries vieren het feest van de hedendaagse kunst.

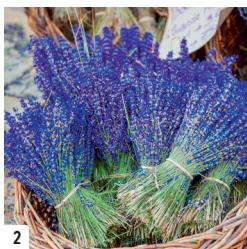
De Provence strekt zich uit van de Middellandse Zee tot de besneeuwde toppen van de Franse Alpen en door de vele verschillende grondsoorten, microklimaten en *terroirs* is deze regio een paradijs voor gastronomie. De wijngaarden produceren volle rode wijnen en heerlijke droge rosés. De bergweiden en vissershavens

leveren culinaire schatten als truffels, saffraan en fruits de mer. Ook liefhebbers van buitenactiviteiten kunnen in de Provence hun hart ophalen: een trektocht naar de top van Mont Ventoux, in een kajak door de Gorges du Verdon peddelen, flamingo's spotten in de lagunes van de Camargue.

Er is zoveel moois te ontdekken dat het voor de toerist lastig kiezen wordt. Daarom hebben we de regio verdeeld in overzichtelijke hoofdstukken, die prachtige routes, nuttige informatie en kleurige, gedetailleerde kaarten bevatten om uw bezoek te helpen plannen. Of u een weekend, een week of langer in de Provence bent, deze Capitoel Reisgids neemt u mee naar de interessantste en leukste plaatsen. Geniet van dit boek, geniet van de Provence!



1



2



3



4

- ① Les Arènes, Nîmes.
- ② Een mand vers geplukte lavendel.
- ③ Een jacht in de haven van Monte Carlo.
- ④ Zonnebloemen in de Vaucluse bij zonsondergang.



16

## Abbaye de Montmajour

**A**B4 Route de Fontvieille **T** 0490-546417  
**Dag** (okt.-maart di-za)  
**11 jan., 1 mei, 1 en 11 nov., 25 dec.**

Deze indrukwekkende benedictijner abdij uit de 10de eeuw ligt 5 km ten noorden van Arles, majestueus als de Ark van Noeh op de berg Ararat. Indertijd was dit een toevluchtsoord tussen de moeraslanden en de weinige monniken besteedend al hun vrije tijd aan de drainage van het drassige gebied tussen de bergen van de Alpilles en de Rhône.

Hoewel een deel van de gebouwen bij een brand in 1726 werd verwoest (en nooit herbouwd) blijft de abdij een imposant complex. De oorspronkelijke kerk zou door Saint Trophime zijn opgericht, als wijkplaats voor de Romeinen. Het klooster werd rijk toen duizenden middeleeuwse pelgrims rond Pasen aflaten kwamen kopen. Na de Franse Revolutie werd de

abdij door de nieuwe eigenaren opgesplitst, maar in de 19de eeuw werd de oude situatie grotendeels hersteld. De Église Notre-Dame is een van de grootste romaanse bouwwerken in de Provence. De 12de-eeuwse crypte werd in de flank van een heuvel uitgegraven. De kruisgang heeft dubbele zuilen, versierd met dieren, en ligt in de schaduw van de 26 m hoge toren uit de tweede helft van de 13de eeuw. Het uitzicht op zee maakt het de moeite waard om de 124 treden te beklimmen. Ook de sfeervolle Chapelle de St-Pierre is in de heuvel uitgehakt. Dit primitieve heiligdom dateert uit dezelfde periode als de abdij. Op het terrein van de abdij liggen diverse grafmonumenten, maar de belangrijkste begraafplaats is de 12de-eeuwse Chapelle Ste-Croix. Deze ligt iets oostelijker en heeft de vorm van een Grieks kruis.

17

## Martigues

**A**B5 Rond-Point de l'Hôtel de Ville  
**martigues-tourisme.com**

Het Étang de Berre, tussen Marseille en de Camargue, heeft de grootste olie-raffinage-industrie van heel Frankrijk



### Weetje

Voor de kust bij Martigues zwemmen de grootste scholen tonijn van alle Franse wateren.

### Musée Ziem

Blvd du 14 Juillet Wo-za middag (juli-aug. wo-ma)

18

### Salon-de-Provence

**A**B4 249 pl Morgan  
**visitsalondeprovence.com**

In Salon-de-Provence wordt zeep geproduceerd en vooral olijfolie (sinds de 15de eeuw). Hoog op de rotsige heuvel ligt het zwaar versterkte **Château de l'Empéri**, dat uitkijkt over de vlakte van de Crau. Ooit woonden hier de bisschoppen van Arles, nu vindt u er het Musée de l'Empéri. Het heeft een grote militaire collectie, die loopt van de tijd van Lodewijk XIV tot de Eerste Wereldoorlog. Niet ver van het kasteel staat de 13de-eeuwse

Église de St-Michel en in het noorden van de stad ziet u de gotische St-Laurent, waar de Franse natuur- en sterrenkundige Nostradamus ligt begraven. Hij was de beroemdste burger die Salon ooit heeft gehad en schreef hier in 1555 *Les Centuries*, zijn invloedrijke boek met voorspellingen. Het werd door het Vaticaan verboden, omdat het de afname van de pauselijke macht beschreef. Toch werd Nostradamus beroemd: in 1560 werd hij adviseur van de koning. Eind juli, begin augustus wordt in Salon een jaarlijks festival rondom klassieke muziek gehouden, met concerten in het kasteel, de Église de St-Michel, de Abbaye de Sainte-Croix en het theater. Op de Place Croustillat kunt u de Tour de l'Horloge (klokkentoren) bekijken en de Fontaine Moussue, de bemoste paddestoelfontein.

### Château de l'Empéri

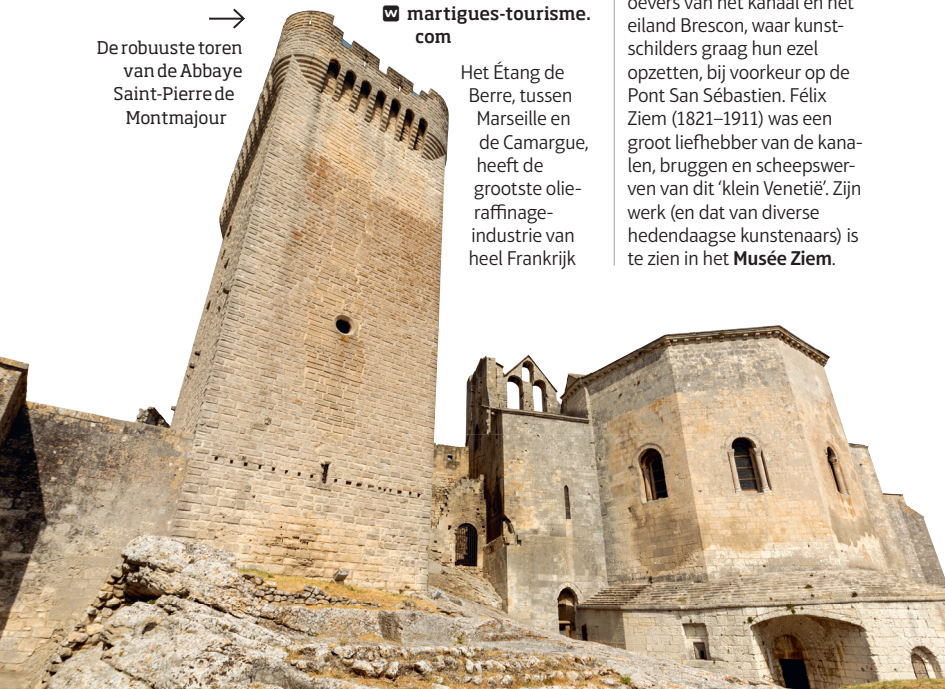
Montée du Puech  
**T** 0490-447280 Di-za middag 1 jan., 1 mei, 1 nov., 24-25 en 31 dec.

↑ Huizen in alle kleuren van de regenboog, de haven van Martigues

### ZEEVISSEN VANUIT MARTIGUES

Martigues ligt aan het kanaal dat het Étang de Berre met de open zee verbindt. Het biedt veel mogelijkheden voor een dagje vissen, bijvoorbeeld op zeilvis en tonijn, of zelfs op haaien. Maar sportvissers houden tegenwoordig de visstand in het oog: nadat de strijd met de grote vissen is gestreden, worden ze weer teruggezet. Vroeger werd de vangst van de dag met veel vertoon de haven binnengebracht, nu bestaan de trofeeën uit selfies en video's. Het charteren van een boot plus schipper kost zo'n € 1200 per dag, deelname aan een georganiseerde tocht circa € 200.

→ De robuuste toren van de Abbaye Saint-Pierre de Montmajour







# THÉÂTRE ANTIQUE ET MUSÉE D'ORANGE

1 rue Madeleine Roch ☎ 0490-511760 📅 Jan.-feb. en nov.-dec. dag. 9.30-16.30 uur; maart en okt. dag. 9.30-17.30 uur; april, mei en sept. dag. 9.00-18.00 uur; juni-aug. dag. 9.00-19.00 uur 📍 1 jan., 25 dec. 🌐 theatre-antique.com

Het Romeinse theater van Orange is een van de best bewaarde van Europa en staat op de lijst van Werelderfgoed. De originele toneelmuur is nog volledig intact, wat ook uniek in Europa is. Er worden nog steeds veel concerten en voorstellingen gegeven.

Het theater, dat aan het begin van de jaartelling werd gebouwd, is het absolute hoogtepunt van het Parc de la Colline St-Eutrope (blz. 166). De toneelmuur zorgt nog steeds voor een perfecte akoestiek, de holle deuren op het podium versterken de stemmen van de acteurs. De *cavea* (halfronde tribune) had oorspronkelijk 7000 zitplaatsen. Van de 16de tot de 19de eeuw woonden er mensen en was het een sloppenbuurt, waar nog sporen van te zien zijn.

Nu komen er tot wel 9000 bezoekers naar het theater voor een concert of dansvoorstelling. Boven het podium is een nieuw dak aangebracht en in de ruimten achter de tribunes kunt u een multimedia-presentatie zien over de geschiedenis van het theater. Sommige delen kunnen vanwege restauratie gesloten zijn, dus raadpleeg de website voor u ernaartoe gaat.

## Weetje

In de tijd van de Romeinen waren alle voorstellingen voor iedereen gratis toegankelijk.



↑ De toneelmuur van het Théâtre Antique, met fragmenten van de originele decoratie

In de toneelmuur zijn nog fragmenten van marmeren friezen en mozaïeken te zien.

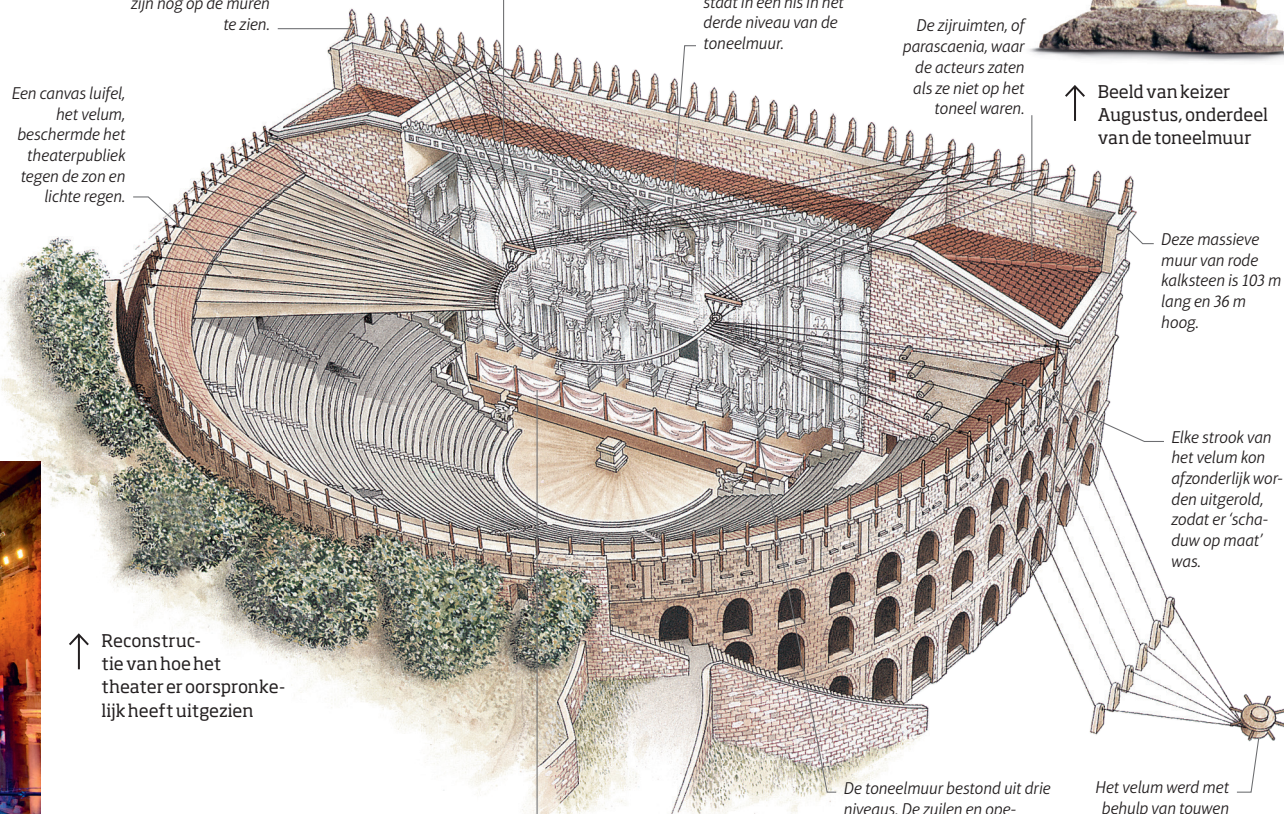
Dit 3,5 m grote beeld van keizer Augustus, die groet met zijn hand, staat in een nis in het derde niveau van de toneelmuur.

De zijruimten, of *parascenia*, waar de acteurs zaten als ze niet op het toneel waren.

↑ Beeld van keizer Augustus, onderdeel van de toneelmuur

Een canvas luifel, het *velum*, beschermde het theaterpubliek tegen de zon en lichte regen.

De consoles voor de masten die het enorme *velum* droegen, zijn nog op de muren te zien.



Deze massieve muur van rode kalksteen is 103 m lang en 36 m hoog.

Elke strook van het *velum* kon afzonderlijk worden uitgerold, zodat er 'schaduw op maat' was.

↑ Reconstructie van hoe het theater er oorspronkelijk heeft uitgezien

← Klassiek concert ter gelegenheid van de Nationale Muziekdag

Met een machine onder het podium kon een doek worden neergelaten om het toneel aan het oog te onttrekken.

De toneelmuur bestond uit drie niveaus. De zuilen en openingen braken de geluidsgolven, zodat de acteurs normaal konden spreken, zonder dat het echode.

Het *velum* werd met behulp van touwen en lieren uitgerold en vastgezet.





Must see

# 1 GORGES DU VERDON

⚠️ E4 📍 Parc Naturel Régional du Verdon, Domaine de Valx, Moustiers Sainte Marie 🌐 [parcduverdon.fr](http://parcduverdon.fr)

De diepe gorges van de rivier de Verdon, met hun huizenhoge verticale rotswanden (die wel worden vergeleken met de Grand Canyon in de Verenigde Staten), zijn een waar paradijs voor liefhebbers van avontuurlijke sporten. In dit adembenemend mooie ravijn kunt u onder andere fantastisch wandelen, kanoën, raften en klimmen.



## Castellane

Castellane, aan de oostkant van de kloof, is de toegangspoort tot de Gorges du Verdon. In de zomer komen hier ontelbare water- en natuurliefhebbers om met een kano, kajak of vlot de rivier op te gaan. De opties variëren van rustige gezinstochtjes tot wildwateravonturen in de 24 km lange stroomversnellingen naar het Lac de Sainte-Croix, aan het westelijke uiteinde.

## La Palud-sur-Verdon

Vanuit La Palud ontrolt zich een gevarieerd netwerk van wandelroutes door de gorges, van relatief lichte wandelingen tot uitdagende trektochten. De populairste route is het spectaculaire Sentier Blanc-Martel, over beboste kliffen en door tunnels langs de rivier.



Kajakkers varen door de sprookjesachtige Gorges du Verdon



Een roofvogel vliegt boven de rivier; het uitzicht op de Gorges du Verdon (boven)



↑ Een klimmer bedwingt de rotsen boven de Gorges du Verdon

## Pont d'Artuby

Alleen de dappersten durven van de Pont d'Artuby te springen, de 182 m hoge brug over een zuidelijke zijrivier van de Verdon, die voor bungeejumpers het summum in Europa is. Als u niet zo moedig bent, kunt u altijd nog genieten van het schitterende uitzicht op de beboste kliffen, die steil uit het blauwe water oprijzen.

## L'Escales

De Gorges du Verdon bieden ruim 1000 pittige routes voor klimmers. De 400 m hoge rotswand van l'Escales is een van de grootste uitdagingen. Als u zelf niet klimt, kunt u kijken hoe de experts langs de via ferrata klauteren.

## Sainte-Croix du Verdon

Na een adrenaline-verhogende tocht door de Gorges du Verdon kunt u op adem komen in dit trendy, nieuw aangelegde resort aan de oever van het grote stuwmeer Lac de Sainte-Croix. Voor gezinnen zijn er mooie stranden ('s zomers bewaakt) en ontspannende activiteiten, zoals peddelsurfen en waterfietsen.