

De Franse Atlantische kust in cijfers

1

op de lijst van regio's in Frankrijk met voorzieningen voor reizen met een beperking staat Charente-Maritime.

2

wereldkampioenschappen maken Hossegor elke oktober tot een internationale hotspot voor surfers: de 'Roxy Pro France' voor vrouwen en de 'Quiksilver Pro France' voor mannen.

29

procent van alle Franse AOP's - beschermde herkomstaanduidingen - voor wijn horen thuis in Aquitaine.

50

ezels van het ras Baudet du Poitou waren er in de jaren 70 nog - hun bestand is inmiddels veilig gesteld.

256

bronnen klateren in het departement Landes - dat is een nationaal record.

257

treden voeren naar de top van de vuurtoren Phare des Baleines op de westpunt van Île de Ré.

800

romaanse kerken telt de regio Poitou-Charentes.

905

meter hoog is de top van de Baskische berg La Rhune (Larrun).

2600

uur schijnt de zon gemiddeld per jaar op Île de Ré.

8300

ton vis wordt jaarlijks in de havens van La Rochelle, Royan en La Cotinière aan land gebracht.

10.000

vrachtwagens rijden elke dag in de spitsuren over de N 10 van en naar Spanje.

15.000

mensen werken in de oosterteelt.

5.050.000

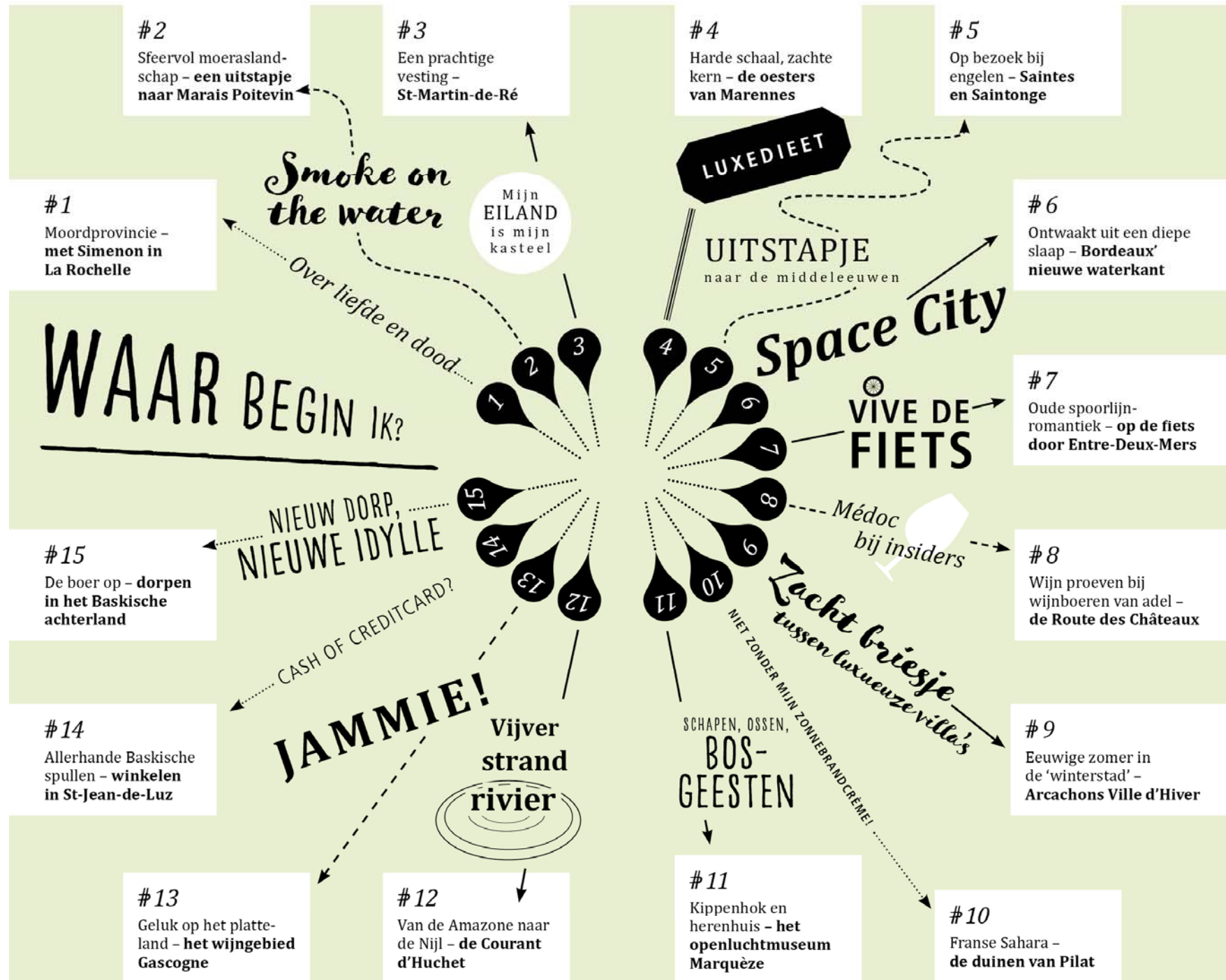
inwoners tellen de (voormalige) regio's Poitou-Charentes en Aquitaine aan de Atlantische kust.

60.000.000

kubieke meter zand vormt de duinen van Pilat.



106
kilometer aan zand maken
de kust van Landes tot het
langste strand van
Europa.



3

Een prachtige vesting – St-Martin-de-Ré

'In een onrustig land waartoe Engelsen en Hollanders, en dus mensen met een geloof dat indruist tegen het onze, eenvoudig toegang hebben, is het noodzakelijk dat er altijd een paar vestingen zijn,' schreef de vestingbouwer Vauban in 1685. Hij breidde St-Martin-de-Ré op het voor de kust van La Rochelle gelegen Île de Ré uit tot de mooiste vestingstad van Frankrijk.

Vanuit de lucht gezien vormen de vestingmuren van St-Martin-de-Ré een halve ster, die aan de noordkant tegen de kust ligt. Een geweldig uitzicht over de 14 km lange vestingmuren heb je vanaf de toren van de weerkerk **St-Martin** 1. De beklimming vergt nog wel enige inspanning: er zijn 117 treden te gaan.

UNESCO-vestigingstad

Waarom heeft St-Martin-de-Ré eigenlijk als enige van het dozijn Vaubanlocaties een plaats op de UNESCO-Werelderfgoedlijst gekregen? Aan de westkant van de eilandhoofdstad begrijp je waarom. Je komt hier via een stenen brug en de prachtige stadspoort **Porte des Campani** 2. Twee

0
OVERIGENS

De strategische ligging speelt ook aan de westkant van Île de Ré een rol: hier moest de **Tour des Baleines** 7 (1669-1682) de toegang tot de haven bewaken. In 1854 werd een nog hogere toren, de **Phare des Baleines** 8, als vuurtoren in bedrijf genomen.



elegante gebouwen voor de manschappen van de wacht staan aan de stadzijde. Volgens een identiek patroon is aan de oostkant van St-Martin-de-Ré de **Porte Toiras** 3 gebouwd. Deze twee stadspoorten uit de 17e eeuw zijn ook in de 20e eeuw nog de enige toegang tot de stad.

Achter tralies

De vestingwerken worden aan de noordoostkant gecompleteerd door een **citadel** 4. Met vijfhonderd ingezetenen is dit de grootste gevangenis voor mensen met een langdurige gevangenisstraf van Frankrijk. Van buiten zie je daar overigens niets van. Het bolwerk is vrij toegankelijk tot het rijk met steenhoutwerk versierde barokportaal. Bij de citadel behoort ook een door hoge stenen muren omringd haventje.

Om zelf aan te raken

Via de met schietgaten en wachttorens omzoomde weergang kom je bij de **haveningang** 5 – ook deze werd uiteraard beschermd door verdedigingswerken. Iets verderop vind je het **Musée Ernest-Cognacq** 6. Een zaal van dit eilandmuseum is gewijd aan Vauban. Het belangrijkste object is een maquette van St-Martin-de-Ré, die je ook gewoon mag aanraken. De maquette omvat alle locaties die je net hebt bezichtigd.



Omgekeerde wereld: vanuit de lucht zie je de stervorm van de vesting het best.

▶ INFO

Als je meer wilt weten over Vauban en zijn superieure verdedigingswerken, neem dan een kijkje op www.sites-vauban.org.

INFO EN OPENINGSTIJDEN

Église St-Martin 1: Rue du Palais, feb-11 nov. 10 uur-zonsondergang, juli-aug tot 23.30 uur, € 2.

Musée Ernest-Cognacq 6: 13, av. Victor Bouthillier, www.musee-ernest-cognacq.fr, sept.-juni wo.-vr., ma. 10-12.30, 14-17/18, za.-zo., feestdagen 14-17/18, juli-aug. wo.-ma. 10-19 uur, € 4/2,50.

Phare des Baleines 8: apr.-mei 10-19, juni-sept. 9.30-21, okt.-mrt. 10.30-17.30 uur, www.lepharedes-baleines.fr, toren € 3,20, met museum € 6,50.

ETEN EN DRINKEN

La Martinière 1 is de beste ijs salon van het eiland. Soorten als nectarine-jasmijn, oester-kaviaar of camembertkersen klinken behoorlijk gewaagd – maar smaken super (17-19, quai de la Poithevinière, Pasen-Allerheiligen 10.30-22/23 uur). Als het wat meer mag kosten, kun je uitstekend eten in de trendy visbistro **L'Avant-Port** 2, waar je op het terras kunt genieten van gegrilde tarbot of zeevruchtenrisotto – met uitzicht op de haven (8, quai Daniel-Rivaille, tel. 05 46 68 06 68, www.lavantport.com, 12.30-14, 19.30-22 uur, *formule* € 28, menu € 34, lunch tot € 49).

Uitneembare kaart: C 2 | Duur: 1/2 dag te voet

10

Franse Sahara – de duinen van Pilat

Met een hoogte van 108 m en een breedte van 500 m zijn de duinen van Pilat de grootste van Europa. Geen wonder dat het zandgebergte na Mont St-Michel in Normandië het drukstbezochte natuurwonder van Frankrijk is. Maar wie 's ochtends vroeg komt, heeft de Sahara aan de Atlantische Oceaan vrijwel voor zich alleen.



Pilat is een stuifduin waar je heerlijk blootsvoets kunt wandelen.

0
OVERIGENS

Pilat is Gascons en betekent 'hoop, stapel', wat als een understatement klinkt. De vertaling van de naam 'Dune du Pilat' als 'duinenhoop' zegt ook te weinig. Voor de badplaats aan de voet van de duinen heeft men daarom gekozen voor de schrijfwijze Pyla.

Sinds 1974 zijn de duinen een beschermd natuurgebied. Nog altijd zijn er plaatsen vrij toegankelijk, bijvoorbeeld bij Plage de la Corniche in Pyla-sur-Mer. Het kwetsbare ecosysteem is er echter niet bij gebaat als men afwijkt van de officiële toegangen. De paar euro voor het parkeren bij de **Aire d'Accueil de la Dune du Pilat 1** zijn dus goed besteed.

De duinen wandelen en groeien

Aan de achterkant zijn de duinen bijzonder steil. De klim wordt vergemakkelijkt door een witte trap van fiberglas, een constructie van een scheepsbouwer waarvan het aantal treden (momenteel 160) elk jaar aan het veranderende duin wordt aangepast. Eenmaal boven zink je weg in het fijnste zand van Frankrijk. De zilte bries van de Atlantische Oceaan mengt zich met de kruidige geur van het dennenbos, waarvan de voorste bomen telkens worden opgeslokt door het wandelende duin (1-4 m per jaar). De **kam van de duinen 2** strekt zich 2,7 km in zuidelijke richting uit. De zandheuvel, die eind 19e eeuw nog 80 m hoog was, wordt gestaag bijgewerkt door de wind. In 2009 stuwde storm Klaus de duinen 2 m op tot 108 m.

Uitzicht op de zandbanken in zee

Onderweg naar de zuidhelling heb je een prachtig uitzicht over het Bassin d'Arcachon naar Cap Ferret. In zee liggen grote zandbanken, waarvan de Banc d'Arguin zelfs de afmetingen van een eiland heeft. Maar dat verandert met de getijden. Bij eb is de zandbank 300 ha groot, bij vloed slechts 100 ha.

Strandwandelen of pootjebaden

Hoe zuidelijker je gaat, des te rustiger het wordt. Aan het eind loop je over de relatief licht glooiende helling naar het **Plage Robinson Crusoe 3**. Vanaf hier kun je voor de terugweg de bijna 3 km over het strand lopen.

De **kustwandelroute GR 8 4** ligt grotendeels begraven onder het zand, maar verdwalen is zo goed als onmogelijk: aan je rechterhand liggen de duinen, aan je linkerhand golft de zee, en je hoeft alleen maar rechtdoor te lopen. Hier en daar zie je betongevaarten verzonken in het zand liggen. Dat zijn de oude bunkers uit 1942 van de Duitse Atlantikwall die van het duin omlaaggeden zijn en langzamerhand in zee verdwijnen.

Omhoog en omlaag

Vervolgens gaat de route weer omhoog de duinen op. De klim begint aan de noordkant van het **Plage de la Corniche 5**. Ditmaal is er geen trap beschikbaar, maar de zeekant van het duin is dan ook niet zo steil als de landinwaarts gerichte kant. Eenmaal boven kun je via de trap weer naar beneden, maar afdalen kan natuurlijk ook heel goed door het zand naast de trap. Zo kom je terug bij het informatiecentrum.

INFO EN OPENINGSTIJDEN

Syndicat Mixte de la Grande

Dune 1: Aire d'Accueil de la Dune du Pilat, Rond-Point de la Dune (ten zuiden van Pyla-sur-Mer richting Biscarrosse aan de kruising D218/D259), tel. 05 56 22 12 85, www.ladunedupilat.com, apr.- juni 10-18, juli-aug. 10-20, sept.-nov. 10-12, 14-17 uur.

Parkeerterrein: dag. 7-2 uur, 30 min. gratis, 4 uur € 4, 1 dag € 6, in het laagseizoen € 1 dan wel € 2.

ETEN EN DRINKEN

Een paar **eettentjes** en **winkeltjes** bij de Aire d'Accueil de la Dune du Pilat.

N
NOG IETS

Let op: onderweg vind je geen schaduwplekken en geen mogelijkheden om eten en drinken te kopen! Neem daarom zonnebrandcrème, hoofdbedekking, water en proviand mee. De klim is alleen geschikt voor wie minstens een redelijke conditie heeft. In het **informatiecentrum 1** zijn brochures en een kaart van de regio verkrijgbaar. De openlucht tentoonstelling 'La Face cachée de la Dune' geeft een inleiding in de geschiedenis, geografie, flora en fauna.



Uitneembare kaart: C 10 | Duur: ongeveer 1/2 dag (6,5 km), wandeling met tussenstop op het strand om te zwemmen