

프로방스 알프 코트다쥐르로 떠나는 여행

프로방스, 알프스, 코트다쥐르. 이 세 지역에서 다양한 자연 경관을 만끽해 보자. 파리에서 기차로 3 시간, 비행기로 1시간 남짓한 거리에 **이토록 눈부신 곳**이 펼쳐져 있다. 산과 바다, 호수와 언덕을 모두 볼 수 있는 이곳에서 **자연과 문화 관광지**가 주는 매력에 흠뻑 빠져 보자.



프로방스

알프스

코트다쥐르



50 km

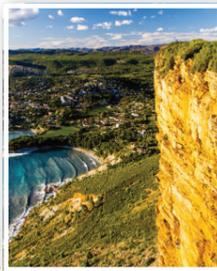
- | | | | |
|--|----------------|--|-----------|
| | TGV (초고속 열차) | | 공항 |
| | TER (지역 고속 열차) | | 주요 항구 |
| | 고속도로 | | TGV 역 |
| | 주 연결 도로 | | 스키 리조트 |
| | 데파르트망 경계 | | 자연 힐링 관광지 |
| | 수로 | | 역사 문화 관광지 |

- | | |
|--|---------------|
| | 2400 - 4000 m |
| | 1800 - 2400 m |
| | 1200 - 1800 m |
| | 600 - 1200 m |
| | 0 - 600 m |



www.provence-alpes-cotedazur.com

Pygment Design © F. Ecochard CRT - Fotolia - Stock - Janvier 2020.



© Fotolia

1 칼랑크 & 카나이유 봉 Calanques and Cap Canaille

마르세유 근처의 보호 구역인 칼랑크에서는 눈부신 풍경과 수정처럼 맑은 계곡을 볼 수 있다. 스쿠버다이빙과 클라이밍의 천국이자 수많은 동식물의 서식지인 칼랑크는 20킬로미터에 달하며 마르세유에서 아름다운 항구도시인 카시스와 수직으로 뻗은 카나이유 봉을 잇는다.



© A. Mouton - CRT

2 카마르그 Camargue

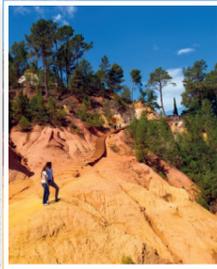
바다와 론 강이 만나는 카마르그는 프랑스 내에서 사람의 손길이 닿지 않아 독특한 지역이며, 곳곳에서 동식물을 관찰할 수 있는 곳이다. 호수와 습지 사이를 거닐다 보면 외부 세상과는 분리된 듯한 느낌을 받을 수 있다. 전통을 그대로 간직한 이곳에서는 새를 보거나 승마를 즐길 수 있고, 또한 현지 요리를 맛보는 등 여러 특별한 경험을 해 볼 수 있다.



© P. Laroche - CRT

3 생트 빅투아르 산 Montagne Sainte-Victoire

생트 빅투아르 산은 세잔이 가장 즐겨 그렸던 소재이며 엑스(Aix) 지방의 상징 중 하나이다. 장엄하게 펼쳐진 흰 암석을 바라보면 감탄을 자아내게 된다. 여러 하이킹 및 산책 코스에서 생트 빅투아르 산을 다양한 각도로 바라볼 수 있으니, 엑상 프로방스 지역 마을과 시골이 풍기는 정취를 오롯이 느끼기에는 제격이다.



© V. Lucas - CRT

4 황토 오솔길 The Ochre Range

프로방스의 햇살을 받아 빛나는 색의 향연이 펼쳐진다. 빛이 은은하게 반짝이며 붉은색부터 주황색, 노란색을 띠는 다양한 색의 조각들이 모습을 드러낸다. 뤼베롱 중심부 언덕에 위치한 루시옹에서는 '프로방스의 콜로라도'라고 불리는 황토 트레일을 비롯해 자연의 색채를 마음껏 감상할 수 있는 트레킹 코스가 곳곳에 숨어있다.



© Fotolia

5 방투 산 Mont Ventoux

'프로방스의 거인'이라는 별명을 지닌 전설의 방투 산은 고도가 1,912미터에 이르며 색과 대기층도 다양하다. 유네스코 생물권 보호 구역으로 지정된 이곳에서는 프로방스의 자연과 바람이 휩쓸고 간 듯한 달 표면과 같은 풍광의 조화를 볼 수 있다. 방투 산은 사이클 매니아들이 특히 즐겨 찾는 산으로 알려져 있고, 여름에는 그 신비로운 대기 사이로 라벤더가 피어오른다.



© iStock

6 메 바위 절벽 Pénitents des Mées

메의 참회자라는 뜻의 독특한 이름이 붙은 이 암석들은 고도 1,000미터에 위치해 있다. 사라센 침공 시 뤼르(Lure) 산의 수도승들이 무어 여인을 탐했다는 이유로 석화되었다는 전설에 따라 이러한 이름이 붙었지만 사실 이 암석의 형태는 침식으로 인해 만들어진 것이라고 한다.



© iStock

7 베르동 협곡 Verdon Gorge

깊이 파인 협곡을 따라 절경을 감상해 보자. 유럽에서도 매우 독특한 곳인 베르동 협곡은 머리가 어지러울 정도의 파노라마 뷰를 자랑하며, 깊이가 700미터에 이르는 협곡을 감상할 수 있는 지점이 즐비해 있다. 이름 그대로 투명한 초록빛의 에메랄드 강물을 바라볼 수 있는 베르동 협곡은 클라이밍, 래프팅, 카누, 번지점프와 같은 어드벤처 스포츠의 천국이기도 하다.



© Fotolia

8 바르 해안 Var beaches

바르 해안은 유럽에서 가장 아름다운 해변으로 손꼽히는 곳들이 위치해 있는 지역이다. 이미 잘 알려진 전설적인 해변들도 있지만, 사람의 손길이 닿지 않은 천혜의 자연 그대로의 해변들도 많다. 조약돌 해변이나 고운 모래사장에서 가족 단위 관광객들은 수영을 하거나 우산소나무 그늘에서 낮잠을 즐긴다. 방돌(Bandol), 생트로페(St Tropez), 팜플론(Pampelonne), 볼레미모사(Bormes-les-Mimosas), 라 롱드레모르(La Londe-les-Maures), 포르크롤(Porquerolles) 등 바르 해안의 해변에서 여유로움을 만끽해 보자.



© Fotolia

9 이에르 제도 Hyères Islands

지중해의 보석과도 같은 이에르 제도는 세일링, 다이빙과 산책을 즐길 수 있는 낙원과도 같은 곳이다. 포르크롤, 포르 크로(Port-Cros), 로방(Levant)의 푸른 물결, 하얀 모래사장, 아름다운 식물과 표지판 안내가 있는 산책 코스를 보면 왜 이에르 제도를 '황금 섬'이라고 하는지 단번에 이해할 수 있다.



© iStock

10 에스테렐 산맥 Massif de l'Estérel

망드리유(Mandelieu)와 생 라파엘(Saint Raphaël)을 잇는 황금 해안 도로인 코르니쉬 도르(Corniche d'Or)를 따라 달리다 보면 수평선 위로 삐죽삐죽 고개를 내민 붉은 화산암들이 눈길을 사로잡으며, 소나무 숲에서는 여러 작은 섬과 개울을 볼 수 있다. 에스테렐 산맥은 고도가 600미터까지 솟는데, 이곳부터 자전거를 타거나 걸어서 삼림이 울창한 자연 보호 구역으로 갈 수 있다.



© Fotolia

11 시양 협곡 Cians Gorge

수직으로 뻗은 붉은 협곡의 장엄한 풍경이 펼쳐진다. 시양 협곡은 오랜 기간 동안 물이 범람하며 점점 침식돼 자연스럽게 오늘날의 독특한 모습을 갖추게 되었다. 25킬로미터에 걸쳐 이어지는 협곡을 보며 자연이 선사하는 장관을 마음껏 감상해 보자.



© Fotolia

12 메르베유 계곡 Vallée des Merveilles

다양한 숲과 호수를 자랑하는 메르캉투르 국립 공원(Mercantour National Park)은 마치 예술 작품과 같은 암석으로 널리 알려져 있다. 해발고도 2천 미터에 위치한 이곳에서는 자연을 사랑하는 산책 매니아들이 그 지역의 동식물을 보고 수많은 역사 예술 유산을 감상할 수 있다.



© T. Sney - CRT

13 보네트 고개 Col de la Bonette

메르캉투르 국립 공원의 중심에 위치한 보네트 고개는 유럽에서 가장 높은 고도에 위치한 도로이다. 길이만 2,802미터에 이르는 이 길은 지중해 지역과 알프스를 연결하며 눈 덮인 산봉우리부터 낙엽송 산림까지 숨막히게 황홀한 자연의 아름다움을 사계절 느끼게 해 준다. 신비로운 매력을 지닌 보네트 산은 주기적으로 투르 드 프랑스(Tour de France)의 코스로 등장하며, 사이클 매니아들 사이에서 큰 사랑을 받고 있다.



© Wego Production

14 세르 풍송 호수 Lake Serre Ponçon

뒤랑스(Durance) 강은 산으로 흘러 들어가 3천 헥타르에 이르는 인공 호수를 형성한다. 세르 풍송 호수는 유럽의 최대 규모 호수 중 하나인 만큼 세일링과 모험을 즐기기에 더할 나위 없이 좋은 곳이다. 사색을 즐기는 이들은 주변 산책 코스를 따라 아름다운 풍경을 감상할 수 있다.



© DR CRT

1 뮤셈 & 생장 요새 Mucem and Fort Saint-Jean

마르세유 구항 언저리에는 12세기에 지어진 생장 요새와 건축 역사이자 유럽 지중해 문명 박물관인 뮤셈이 함께 자리하고 있다. 전시회를 관람한 후 햇살을 받으며 산책을 즐기거나 바다를 바라보며 가볍게 목을 축여 보자.



© V. Lucas - CRT

2 로마시대 유적지 아를-생레미드 프로방스 Roman heritage of Arles - Saint-Rémy-de-Provence

로마 유적지 아를은 유네스코 세계문화유산으로 등재되었으며 절대 놓쳐선 안 될 특별한 문화유산들로 가득한 곳이다. 아를 원형 경기장(Arles Amphitheatre)은 고대의 위용을 그대로 간직하고 있으며 로마 극장(Roman Theatre)은 지금까지도 주요 유적지로 남아 있다. 생레미드 프로방스에 들어서면 글라눔(Glanum) 고고학 유적지의 푸른 풍경 속에 개선문(Arc de Triomphe)과 율리우스 묘소(Mausoleum of the Julia)가 그 모습을 드러낸다.



© iStock

3 아비뇽 교황청 Palais des Papes

14세기 교황의 거처지로 중세 고딕 건물의 웅장함을 뽐내는 교황청 건물은 마을 중심에 자리하고 있으며 요새이자 궁으로 활용되었다. 유네스코 세계문화유산으로 등재되어 유적지와 전시 공간으로 방문객들의 발길이 끊이지 않고 있다. 여름이 절정에 이르면 전 세계적으로 유명한 아비뇽 축제가 열린다. 이 기간에는 마을 전체가 축제의장이 되어 현대 예술의 특별한 공연이 열리는 무대로 변신하기도 한다.



© Ph. Giraud

4 세낭크 수도원 Sénanque Abbey

시토회 건축의 정수를 보여 주는 세낭크 수도원은 계곡 하류에서 800년 동안 자리를 지켜 왔으며, 심플한 건물이 그 특징이다. 로마네스크 양식의 역작인 이곳은 뤼베롱의 중심부에 위치해 있으며 휴식을 취하고 산책을 즐기기에 더할 나위 없는 곳이다. 여름에는 흐드러지게 피는 라벤더가 그 풍경을 아름다움을 더한다.



© Fotolia

5 오랑주 고대 극장 Roman Theatre of Orange

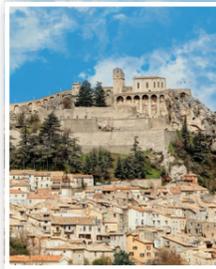
고대에 지어진 오랑주 고대 극장은 유럽에서 가장 잘 보존되어 있는 로마 시대 극장으로, 무엇보다도 예전 그대로의 모습을 간직하고 있는 무대 벽으로 널리 알려져 있다. 탁월한 음향 효과 덕분에 로마 시대 때부터 주요 극장 중 하나로 활용된 오랑주 고대 극장은 아직도 오페라 축제인 '레 코레지(Le Chœur)'가 열릴 때면 세계 각지에서 관광객들의 발길이 이어지는 곳이다.



© DR CRT

6 베종 라 로맹 Vaison-la-Romaine

베종 라 로맹에서 시간 여행을 떠나 보자. 프로방스 지방의 주요 랜드마크인 이 마을은 아름다운 역사 유산을 간직하고 있어 꼭 방문해야 할 곳이다. 중세 시대 건축물과 현대식 빌딩이 함께 모여 있지만, 고대에 형성되어 마을의 역사가 유구한 점 때문에 '로마 시대 마을'이라는 별명으로 널리 알려져 있다. 역사 매니아들이라면 마을 내 극장과 고고학 박물관은 필수 방문 코스이다.



© Fotolia

7 시스트롱 성채 Sisteron Citadelle

장엄한 풍경의 뒤랑스 강을 내려다보는 위치에 자리 잡은 시스트롱 성채에서는 아름다운 풍경을 감상하며 그곳의 과거 모습을 떠올려 볼 수 있다. 시스트롱 성채는 프랑스의 유명 건축가 보방의 역작이기도 하다. 오늘날 이곳은 관광지가 되었으며 음악 공연 축제인 '시타델의 밤(Le Nuits de la Citadelle)'으로도 유명하다.



© B. Bocin

8 보스코동 수도원 Boscodon Abbey

보스코동 수도원은 이 지역의 순수하면서도 조화로운 아름다움에 매료된 살레 교단 수도승들에 의해 건축되었다. 이 수도원은 광활한 소나무 숲과 습지 한가운데에 위치해 있는데, 현재는 복원된 상태로 다시금 미사가 거행되고 있다. 뒤랑스 계곡을 내려다보는 곳에 자리한 엠브룬(Embrun) 마을에도 엄청난 규모의 대성당이 있으니 한번 둘러 보는 것을 추천한다.



© M. Verdier

9 브리양송 요새 Briançon Fortress

알프스 중심부에서 역사 속으로 깊이 빠져 보자. 브리양송은 그 전략적 위치 덕분에 세계에서 가장 요새 건설에 최적화된 산악 지대이다. 보방이 설계한 브리양송 요새 마을은 마법과 같이 아름다운 자연환경으로 둘러싸여 있다. 또 다른 추천 코스로는 브리양송에서 30킬로미터 거리에 있는 몽 도팡(Mont-Dauphin) 요새가 있다. 이곳은 길(Guil)과 뒤랑스 계곡이 보이는 곳으로, 브리양송 요새와 몽 도팡 요새 모두 유네스코 세계문화유산으로 등재되었다.



© Fotolia

10 토로네 수도원 Thoronet Abbey

프로방스 한가운데에 자리한 우아한 아름다움의 결정체인 토로네 수도원은 12세기에 깊은 숲 속에 지어졌으며 신비롭다는 수식어가 따라다닌다. 실용적이면서도 심플하게 설계된 이곳은 음향 효과가 특히나 우수하다. 또한 시토회 건축의 결과로도 잘 알려져 있다.



© DR CRT

11 생 마리 막달렌 대성당 Saint Mary Magdalene Basilica

이 대성당은 프로방스 지역에 복음을 전한 막달라 마리아의 유적을 간직한 순례지이다. 프로방스의 가장 중요한 고딕 양식 종교 건축물인 이곳은 명상을 즐기기에 최적의 장소이다. 울창한 생트 뵘(Sainte-Baume) 숲속에서 막달라 마리아의 발자취를 따라 걷다 보면 그가 순교자로 생을 마감하기 전까지 살았다고 알려진 동굴도 볼 수 있다.



© Fotolia

12 툴롱 요새 & 항구 Toulon forts and harbour

난공불락의 요새로 알려진 툴롱은 유럽에서 가장 발달한 항구 도시 중 하나이다. 과거에는 그리스와 로마의 함선이 대피해 온 곳이기도 한 툴롱 항구는 보방이 설계한 여러 요새로 둘러싸여 있으며 유구한 전쟁의 역사를 잘 보여 준다. 24개의 요새, 탑, 포대는 항구와 대형 및 소형 포대 진지에 걸쳐 세워졌다.



© C. Duranti

13 앙티브 요새 Fort of Antibes

테라스에서 앙티브와 그 주변 지역까지 360도로 펼쳐지는 풍경을 감상해 보자. 앙티브 요새는 생 로슈(Saint-Roch) 반도에 위치해 있다. 과거에는 방어 목적으로 축조되었지만, 오늘날에는 마을의 자랑이자 역사 문화재로 등재된 박물관이다. 앙티브에 방문한다면 공원에서 자연을 만끽하고 구시가지와 바다의 아름다운 풍광에 흠뻑 빠지게 될 것이다.



© C. Chillo

14 마세나 광장 Place Masséna

니스의 한가운데에 자리한 신비로운 마세나 광장은 폼페이를 연상시키는 붉은 건물과 이탈리아의 정취가 조화를 이루며 관광객들을 매료시킨다. 이 광장은 많은 쇼핑물과 포세이돈 분수, 야경이 반사되어 반짝이는 바닥 분수대까지 있어 마을의 허파로도 불린다. 또한 마세나 광장에는 구시가지로 이어지는 정원과 알베르 프리미에 정원(Albert Premier Garden) 사이에 있고 그 길은 '영국인의 산책로(Promenade des Anglais)'까지 이어진다.