

¡BIENVENIDO!

Existen regiones que se atraviesan y territorios que **marcan toda una vida**. Provenza-Alpes-Costa Azul pertenece a esta segunda categoría. Nuestra responsabilidad es sencilla: garantizar que esta emoción inicial se convierta en un compromiso duradero, tanto para nuestros visitantes como para nuestros habitantes.



- Línea TGV (AVE)
- Red de trenes
- Autopista
- Carretera de enlace principal
- Carretera de enlace secundaria
- Curso de agua
- Aeropuerto
- Puerto principal
- Estación de TGV/AVE
- Valle
- Amplio estación de esquí
- Paraje natural excepcional
- Monumento excepcional
- Los pueblos más bonitos de Francia®
- Patrimonio mundial de la UNESCO

PRINCIPALES RUTAS PARA BICICLETAS –
 EuroVelo 8 – El Mediterráneo en bicicleta
 EuroVelo 17 – ViaRhôna

Planifique sus viajes en bicicleta en francevelotourisme.com.





© Fotolia

1 MONTE VENTOUX

Esta montaña de 1.912 metros de altura, esta leyenda del sur apodada “el Gigante de Provenza”, ofrece una hermosa paleta de ambientes y colores. Reconocida como “Reserva de la Biosfera” por la UNESCO, esta mezcla de paisaje provenzal y cresta lunar azotada por el viento, es también un lugar popular para los aficionados al ciclismo. A partir del verano, la lavanda hace su aparición con el telón de fondo de la cumbre y su misterioso paisaje.



© V. Lucas - CRT

2 LOS OCRES*

Mil colores bajo el sol de Provenza Aquí, la luz juega con los matices y ofrece tonos rojos, naranjas y amarillos... Partiendo del pueblo encaramado de Roussillon, en el corazón del Luberon, disfrute de dos rutas de senderismo para vivir una experiencia insólita o déjese tentar por una inmersión en el “Colorado provenzal” de Rustrel.



© A. Motron - CRT

3 CAMARGA

Tierra salvaje, única en Francia, nacida de la alianza del mar y el Ródano, la Camarga es un observatorio inagotable de flora y fauna. Durante un paseo por los estanques y marismas, se sentirá inmediatamente desorientado. Este lugar está comprometido con la preservación de sus tradiciones y ofrece un sinnúmero de actividades, como rutas de observación de aves, paseos a caballo, gastronomía local y muchos otros tesoros por descubrir.



© Fotolia

4 CALANQUES (CALAS) Y CAP CANAILLE*

El Parque Nacional de las Calanques, a las afueras de Marsella, está salpicado de sublimes miradores y pequeñas calas de aguas cristalinas. Paraíso del submarinismo, la escalada y el descubrimiento de la flora y la fauna, los 20 km de calanques unen Marsella y el hermoso puerto de Cassis y su impresionante acantilado de Cap Canaille



© P. Lemaire - CRT

5 MONTE SAINTE-VICTOIRE

Motivo predilecto de Cézanne, el Monte Sainte-Victoire es uno de los símbolos de la región de Aix. El macizo, una enorme “ola” de deslumbrante piedra blanca, despierta inmediatamente la admiración. Contemple sus múltiples facetas caminando por las numerosas rutas de senderismo y excursionismo. Es una gran oportunidad para disfrutar de la campiña de Aix y de los pueblos que la rodean, con sus acentos provenzales.



© iStock

6 PENITENTES DE LES MÉES

Estas extrañas siluetas, conocidas como los Penitentes de Mées, culminan a casi 1.000 metros de altura. Cuenta la leyenda que los monjes de la Montaña de Lure quedaron transformados en piedra para codiciar a mujeres moriscas durante las invasiones sarracenas. En realidad, las rocas de Les Mées se formaron por erosión.



© AdobeStock

7 GARGANTAS DEL VERDON*

Sumérjase en un espectáculo que le dejará sin aliento! Único en Europa, este inmenso cañón cuenta con vertiginosos panoramas y numerosos miradores, que pueden alcanzar unos 700 m de profundidad. Este “Grand Site de France (Gran Paraje de Francia)” ofrece impresionantes vistas del río esmeralda, que debe su nombre al verde transparente de sus aguas. En este reino de deportes de sensaciones, se practican escalada, rafting, piragüismo, kayak y puenting...



© Fotolia

8 ISLAS DE HYÈRES*

Tanto si le gusta navegar, bucear o simplemente pasear, las islas de Hyères son puras joyas del Mediterráneo. Porquerolles, Port-Cros o Levant: le esperan aguas turquesas, playas de arena blanca, una flora excepcional y kilómetros de senderos señalizados. Entenderá por qué las islas de Hyères también se llaman... “Las Islas Doradas”.



© Fotolia

9 PLAYAS DEL VAR

La costa del Var posee algunas de las playas más bellas de Europa. Algunas se han convertido en legendarias, mientras que otras han permanecido salvajes y preservadas. Playas de guijarros o de arena fina, para un baño en familia o una siesta a la sombra de un pino piñonero, descubra las playas de Bandol, Saint-Tropez, Pampelonne, Bormes-les-Mimosas, La Londe-les-Maures, Porquerolles...



© AdobeStock

10 MACIZO DEL ESTEREL

Descubra “La corniche d’Or”, la carretera costera entre Mandelieu y Saint-Raphaël. Asombroso macizo de roca volcánica roja, su relieve dentado es un espectáculo para la vista. El paisaje abarca multitud de islotes y calas a la sombra de pinos piñoneros. El macizo, que se eleva a más de 600 m, es el punto de partida de numerosas rutas de senderismo y en bicicleta en el corazón de un inmenso macizo boscoso y protegido.



© AdobeStock

11 GARGANTAS DEL CIANS

Estos abruptos desfiladeros rojizos de salvaje belleza son sobrecogedores. La fuerza erosiva del Cians, multiplicada por diez durante los periodos de crecida, ha creado una extraña galería de esculturas naturales. Se pueden descubrir a lo largo de 25 km de sinuosas carreteras. Permiten disfrutar del espectacular paisaje.



© AdobeStock

12 VALLE DE LAS MARAVILLAS

Salpicada de bosques y lagos, esta maravilla del Mercantour es famosa por sus grabados rupestres. Este impresionante paraje, situado a 2.000 metros de altitud, ofrece a los senderistas y amantes de la naturaleza la posibilidad de contemplar la flora y fauna locales mientras admiran las huellas arqueológicas del pasado.



© T. Seray - CRT

13 PUERTO DE LA BONETTE

La carretera más alta de Europa se eleva a 2.802 m en el corazón del Parque Nacional del Mercantour. La cima de la Bonette une el Mediterráneo y los Alpes. Enclavado en un grandioso paisaje, ofrece vistas impresionantes, desde cumbres nevadas hasta soberbios panoramas de bosques de alerces... Este legendario puerto, utilizado regularmente por el Tour de Francia, también es muy popular entre los ciclistas.



© C. Marchand

14 EMBALSE DE SERRE PONÇON

El río Durance se solaza en un entorno de montañas. Con sus 3.000 hectáreas, es uno de los mayores lagos artificiales de Europa y, sobre todo, un fantástico patio de recreo para los amantes de los deportes acuáticos y las emociones fuertes. Para los más contemplativos, esta es la oportunidad perfecta para descubrir los asombrosos panoramas que ofrecen las carreteras de los alrededores.



© Fotolia

1 TEATRO DE ORANGE

Testimonio notable de la antigüedad, el teatro mejor conservado de Europa y Patrimonio Mundial de la UNESCO debe su fama sobre todo a su magnífico muro escénico, asombrosamente bien conservado. Desde la época romana, este monumento ha sido un importante escenario de representaciones de ópera, gracias a su excepcional acústica, y es la sede del mundialmente famoso festival de ópera “Les Chorégies”.



© C. Chillo - CRT

2 VAISON-LA-ROMAINE

Viaje por el tiempo en Vaison-la-Romaine. Lugar emblemático de la historia de Provenza, la ciudad alberga un patrimonio considerable que bien merece una visita. Aunque alberga restos medievales y edificios de la época moderna, debe su reputación y su apodo de “la Romaine” a la antigüedad. Para los aficionados a la historia, el teatro y el museo arqueológico completan la visita.



© Ph. Giraud

3 ABADÍA DE SENANQUE

Espléndida en su sobriedad y enclavada en la hondonada de su valle desde hace más de 800 años, la abadía de Notre-Dame de Sénanque es uno de los ejemplos más puros de la arquitectura cisterciense. Esta obra maestra del arte románico en el corazón del Luberon es un lugar ideal para relajarse y pasear. En verano, las flores de lavanda añaden belleza al lugar.



© DR

4 PALACIO DE LOS PAPAS

Testimonio de la estancia de los Papas en Provenza en el siglo XIV, este majestuoso edificio gótico de la Edad Media, a la vez fortaleza y palacio, se alza en el corazón de la ciudad. Lugar de exposiciones y visitas, el monumento, Patrimonio Mundial de la UNESCO, acoge un increíble escenario teatral durante el Festival Internacional de Aviñón. Momento culminante del verano, enciende la ciudad con los ritmos de las artes escénicas contemporáneas.



© C. Luparini - CRT

5 PATRIMONIO ANTIGUO DE ARLES A SAINT-RÉMY-DE-PROVENCE

Etapla imprescindible por su patrimonio antiguo, declarado Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO, Arles cuenta con monumentos notables. Las arenas han conservado su esplendor original, y el antiguo teatro es hoy en día escenario de espectáculos. A la entrada de Saint-Rémy-de-Provence, el arco del triunfo y el mausoleo de Julio aparecen en un hermoso entorno verde cerca del yacimiento arqueológico de Glanum.



© Cannova

6 COSQUER, MUCÉM, CIUDAD RADIOSA

En Marsella, historia y modernidad van de la mano. Cosquer Méditerranée es una impresionante réplica de la cueva Cosquer, un yacimiento prehistórico submarino inmerso en las calanques. El Mucem, proeza arquitectónica y museo dedicado a las Civilizaciones de Europa y el Mediterráneo, y la Fortaleza St-Jean, construida en el siglo XII, son una misma cosa. Enfrente, el Fuerte St-Nicolas, con su ciudadela de 360 años de antigüedad, domina la ciudad sobre una superficie de 5 hectáreas. Más adelante, la Unité d'Habitation o Cité Radieuse (Ciudad Radiosa) forma parte de la obra arquitectónica de Le Corbusier incluida en la lista de la UNESCO.



© AdobeStock

7 FORTALEZAS Y RADA DE TOLÓN

Hoy en día, Tolón se describe como un lugar inexpugnable y alberga una de las radas más bellas de Europa. Antiguo refugio de navíos griegos y romanos, la rada de Tolón está rodeado de varias fortalezas Vauban, testigos de un rico patrimonio militar moldeado por una agitada historia. Se construyeron 24 fortalezas, torres y baterías en tres zonas: el puerto, el anillo interior y el anillo exterior



© AdobeStock

8 BASÍLICA SAINTE MARIE-MADELEINE

Lugar de peregrinación, la basílica alberga las reliquias de Santa María Magdalena, que vino a evangelizar La Provenza... El edificio religioso de estilo gótico más importante de la Provenza es el lugar perfecto para la meditación. Es la ocasión perfecta para seguir los pasos de la santa a través del majestuoso bosque de la Sainte-Baume y subir hasta la gruta donde se dice que vivió como ermitaña hasta su muerte.



© Fotolia

9 ABADÍA DE LE THORONET

Un momento de gracia en el corazón de la Provenza. La ciudad conocida como “La maravilla” fue construida en el siglo XII en medio de colinas boscosas. Funcional y minimalista, con una acústica excepcional, la abadía de Le Thoronet es reconocida como ejemplo notable del arte cisterciense por su pureza arquitectónica.



© C. Duranti

10 FORTALEZA DE ANTIBES

Su terraza permite disfrutar de una vista de Antibes y sus alrededores de 360°. Situada en la península de Saint-Roch, la fortaleza, antiguo edificio defensivo, es hoy el orgulloso emblema de la ciudad y un museo protegido como Monumento Histórico. Recorra su parque preservado y admire las vistas panorámicas sobre el casco antiguo y el mar.



© AdobeStock

11 NIZA, LA CUNA DEL TURISMO

Desde 2021, Niza es Patrimonio de la Humanidad de la UNESCO como “ciudad balneario de invierno de la Costa Azul”. Desde finales del siglo XVIII, los aristócratas ingleses y luego rusos se refugiaban en “Nissa la bella” durante los meses de invierno. El legado de esta época incluye la famosa Promenade des Anglais, los barrios burgueses de Cimiez y Mont Boron, las encantadoras villas y hoteles y la mezcla de vegetación mediterránea y exótica.



© AdobeStock

12 CIUDADELA DE SISTERON

Dominando el majestuoso río Durance, la Ciudadela ofrece magníficas vistas y recuerda el pasado fortificado de Sisteron. El genial arquitecto Vauban dejó su impronta en el lugar. Hoy en día popular atracción turística, la Ciudadela también es famosa en verano por su festival de música y teatro “Las Noches de la Ciudadela”.



© B. Borin

13 ABADÍA DE BOSCODON

La abadía fue fundada por los monjes de la orden de Chalais, atraídos por la pureza y la gran armonía de sus volúmenes. Ahora restaurada, la iglesia abacial vuelve a ser un lugar de culto en el corazón de uno de los mayores bosques de pinos y alerces de la zona. También merece una visita el pueblo de Embrun, que domina el valle del Durance, con su monumental catedral.



© M. Verdell

14 PATRIMONIO VAUBAN

¡Una fascinante inmersión en la historia en el corazón de los Alpes! La posición estratégica de Briançon la convierte en uno de los emplazamientos fortificados de montaña más importantes del mundo. La ciudad de Vauban está rodeada de murallas en un entorno mágico. También merece la pena descubrir el pueblo fortificado de Mont-Dauphin, que domina los valles del Guil y del Durance, a sólo 30 km de Briançon. Estos dos edificios han sido declarados Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO.