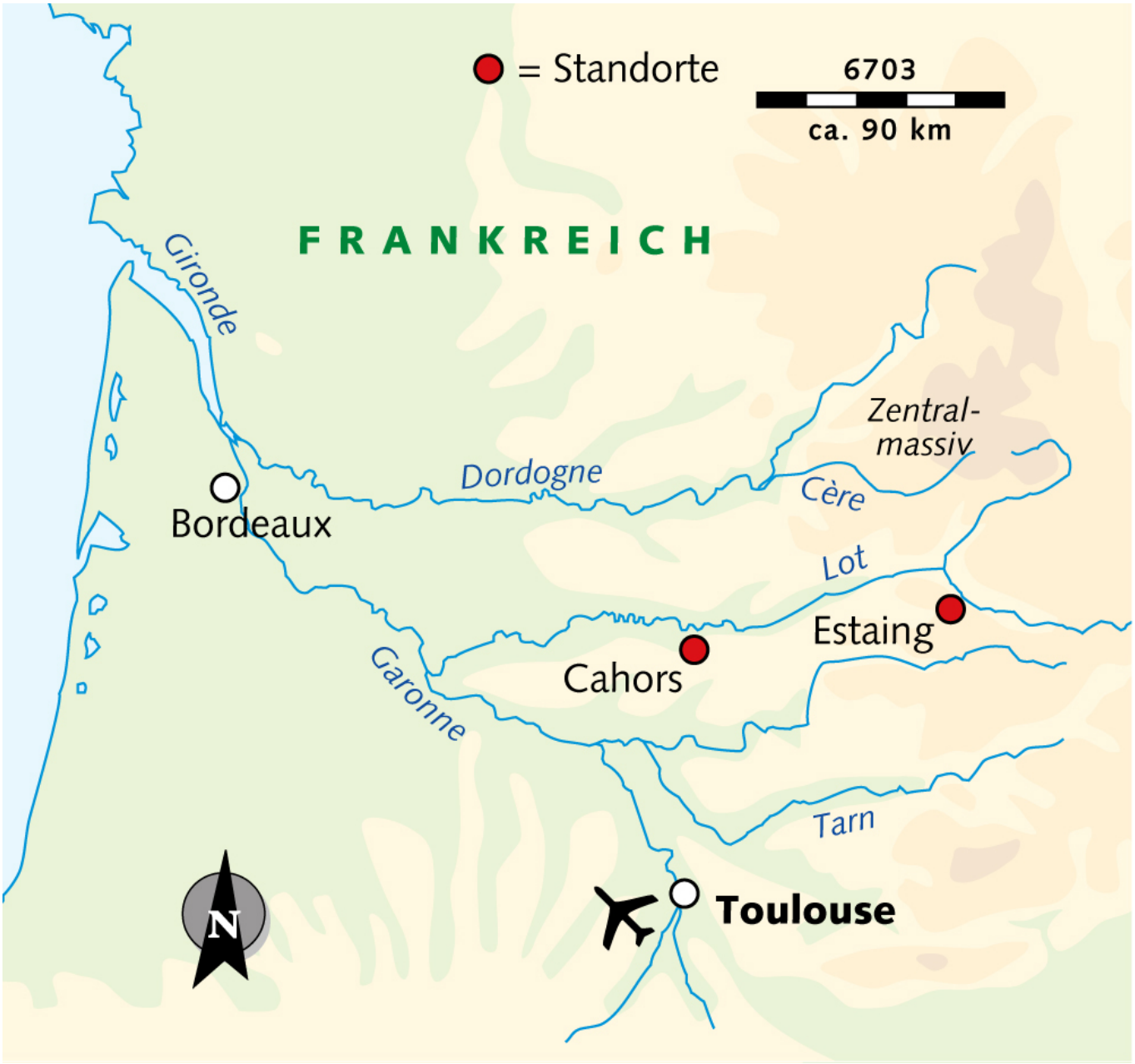
WIKINGER REISEN
Urlaub, der bewegt.

REISEINFORMATIONEN 2024

Reise 6703

Frankreich / Jakobsweg

Der Französische Jakobsweg


= Standorte
6703
ca. 90 km
FRANKREICH
Gironde
Zentral-
massiv
Dordogne
Cère
Bordeaux
Lot
Estaing
Cahors
Garonne
Tarn
N
Toulouse

Inhalt

Reiseverlauf 1

Deine Reise von A-Z

Ausrüstungsliste 4
An- und Abreise 4
Bahnanreise/Zug zum Flug 5
Besonderheiten: COVID-19-Pandemie 5
Besonderheiten & (Verpflegungs-)Wünsche 5
Besonderheiten des Reiselandes 6
Einreisebestimmungen detailliert 6
Geld und Kreditkarten 6
Klima 6
Nebenkosten 7
Sprache 7
Strom 7
Tourencharakter 7
Unterbringung 7
Verpflegung 7
Versicherungen 8

Reiseverlauf

1. Tag: Bonjour Occitanie
Nach der Ankunft in Toulouse bringt uns der Bus durch das sanft-hügelige Pyrenäenvorland, in die ehemalige Grafschaft Quercy. Im grünen Flusstal des Lot schmiegt sich Cahors, unserer erster Urlaubsstandort am Jakobsweg, in eine weite Schleife des Lot (Fahrtzeit: 1 1/2 Std.).

2. Tag: Cahors, die mittelalterliche Metropole
Auf einem Rundgang erkunden wir die Gassen der Altstadt und Sehenswürdigkeiten der lebendigen Kleinstadt mit seiner Kathedrale, dem Stadtpalais und der mittelalterlichen Wehrbrücke, der Pont Valentré. Wie die Jakobspilger wandern wir über dieses geschichtsträchtige Wahrzeichen von Cahors auf die südlichen Anhöhen der Causses du Quercy. Am Mont Saint-Cyr bestaunen wir die wunderbare Aussicht auf die Kalkhochflächen, das Lot-Tal und Cahors. Eine Variante des Pilgerweges bringt uns in die Innenstadt mit seinen einladenden Cafés und zurück zum Hotel, wo das Schwimmbad schon auf uns wartet (GZ: 3 Std., +/- 280 m).

3. Tag: Kulturlandschaft des Quercy
Heute geht es auf dem Pilgerweg durch die Hügel der Causses du Quercy. Vom charmanten Montcuq durchqueren wir auf schmalen Bergrücken und kleinen Tälern bunte Wiesen, Sonnenblumenfelder, Obsthaine und schattige Eichenwälder. Hier sind wir mitten im Eldorado der Gourmets, denn hier gedeihen die schwarzen Trüffel, das Gold des Query. Auf einer Anhöhe liegt Lauzerte, eine hübsche Bastide, in strategisch günstiger Lage. Arkadengänge der alten Stein- und Fachwerkhäuser säumen den zentralen Platz. Nach einem Bummel durch die mittelalterlichen Gassen lassen wir die Wanderung in einem der Straßencafés ausklingen (GZ: 4 1/2 Std., +/- 420 m).

4. Tag: Saint-Cirq-Lapopie
Im stillen Célé-Tal lehnt sich das schmucke Dorf Cabrerets an die steil aufragenden Kalkfelsen. Oberhalb der Ortschaft erwartet uns ein Wunder der Natur: die Tropfsteinhöhle Pech Merle. Zahlreiche bewegende Malereien von Tieren und den Händen unserer Vorfahren können im Original bestaunt werden – eine einmalige Gelegenheit! Auf einer Variante des Jakobsweges pilgern wir auf einem aus dem Fels gehauenen Treidelweg entlang des Lots nach Saint-Cirq-Lapopie. Das Felsendorf mit seinen steilen Gassen, gesäumt von alten ziegelgedeckten Steinhäusern, ist eines der schönsten Dörfer Frankreichs. Wir genießen die Atmosphäre dieses urtümlichen Ortes, der hoch über dem Lot wie ein Adlerhorst schwebt (GZ: 4 1/2 Std., +/- 580 m).

5. Tag: Standortwechsel
Wir wechseln heute unser Urlaubsdomizil in die Region Aveyron nach Estaing ins obere Lot-Tal. Unterwegs besichtigen wir den bedeutenden Wallfahrtsort Rocamadour. Die christlichen Andachtsstätten sowie die mittelalterlichen Häuser kleben wie Schwalbennester am steilen Kalkfelsen über einem Seitental der

Dordogne. Nur wenige Kilometer entfernt steigen wir hinab in die Tiefen der Gouffre de Padriac. Es ist ein einmaliges Erlebnis auf einem unterirdischen Fluss mit dem Boot an Sinterterrassen und bizarren Tropfsteinen vorbei zu schweben. Schließlich heißt uns Estaing, eines der schönsten Dörfer Frankreichs mit seiner stattlichen Burg, willkommen (Fahrtzeit: ca. 4 Std.).

6. Tag: Durch Wälder und Felder
Von St.-Chély-d'Aubrac, einem urtümlichen Dorf im Vulkanmassiv des Aubrac gelegen, führt der Weg über aussichtsreiche Hochebenen, die den Blick über die Causses zu den Cevennen freigeben, durch Laubwälder, Weiden und kleine Steinweiler hinab ins Lot-Tal. Dabei säumen gelb blühender Ginster, Gelber Enzian, Edelkastanien und so manch neugierig blickendes Aubrac-Rind unseren Weg. Wir beschließen die Wanderung im entzückenden St.-Côme-d'Olt, dessen kleine spätmittelalterliche Altstadt von Stadttoren, schmalen Gassen und der ungewöhnlichen Kirche mit dem in sich verdrehten Kirchturm geprägt ist (GZ: 4 1/2 Std., + 100 m, - 550 m).

7. Tag: Entlang des Lot
Das Lot-Tal zeigt sich heute von seiner schönsten Seite: Wir folgen dem Lauf des Lot von der Eglise de Perse, einer entzückenden romanischen Perle, nach Espalion, der „Metropole" am Lot. Ein Fest der Sinne: Es ist Markttag in Espalion! Auf dem regionalen Markt inmitten der Altstadt locken köstliche Erdbeeren, Kirschen, Melonen und Aprikosen. Bauern der Umgebung verkaufen ihre hausgemachten Produkte wie Käse oder Würste und selbst Holzofenbrot und Kuchen wandern in unsere Rucksäcke für ein ausgiebiges Picknick. Nach dem Marktbesuch kommen wir – vorbei an einem weiteren romanischen Schmuckstück, der Kirche Saint-Pierre de Bessuéjouls – über einen kleinen Höhenzug zurück nach Estaing (GZ: 4 Std., +/- 350 m).

8. Tag: Wallfahrtsort Conques
Vom malerischen Städtchen Espeyrac gelangen wir durch die offene Wald- und Weidelandschaft mit Weitblicken auf die Höhenzüge des südlichen Zentralmassivs zu einem der Höhepunkte des Französischen Jakobsweges: Conques. Die Abtei mit der beeindruckenden Kathedrale Sainte-Foy, ihrem reichen Kirchenschatz und dem faszinierenden Tympanon des Jüngsten Gerichts haben Kultur- und Kirchengeschichte geschrieben. Rund um die Abtei schmiegen sich die malerischen Fachwerkhäuser des sympathischen Örtchens an die Berghänge. So versteckt offenbart sich seit über 1.000 Jahren nahezu unverändert dieser urige Wallfahrtsort den Pilgern (GZ: 3 1/2 Std., + 250 m, - 350 m).

9. Tag: Kulturland am Lot
Heute erkunden wir unsere „Heimat" im Lot-Tal. Rund um das malerische Estaing wandern wir durch die Laubmischwälder und die Rebberge der Estaing-Rotweinlagen. Immer wieder öffnet sich während unserer Rundtour der Blick auf unser mittelalterliches Estaing. Mit seiner mächtigen Burg, den schiefergedeckten Steinhäusern, den engen Gassen und der historischen Pilgerbrücke über den Lot hat es die Zeit überdauert und scheint wie aus dem Bilderbuch entsprungen (GZ: 2 1/2 Std., +/- 300 m). Der Nachmittag steht zur freien Verfügung.

10. Tag: Mythos Aubrac
Aubrac – ein ganz besonderes Fleckchen Erde! Die landschaftlich reizvollste Etappe führt von Nasbinals über die blumenübersäte, mit kleinen Steinmäuerchen durchzogene einsame Hochebene des Aubrac. Hier möchte man gerne verweilen und wie die hübschen Aubrac-Rinder den ganzen Sommer inmitten dieser wundervollen Natur verbringen. Unvergesslich sind der saisonal wandelnde Blumenteppich aus Narzissen, Gelbem Enzian, Hornveilchen, Storchschnabel, Braunelle, Bärwurz und Orchideen. Bei jedem Schritt schnuppern wir den würzigen Duft von wildem Thymian und Minze, während uns die Stille und die Weite des Aubrac mit Rundum-Ausblicken ins Zentralmassiv und die Causses verzaubern (GZ: 4 1/2 Std., + 150 m, - 500 m).

11. Tag: Adieu Toulouse
Wir nehmen Abschied vom Französischen Jakobsweg. Unser Bustransfer bringt uns über die Causses, die Kalkhochflächen, zurück nach Toulouse. Von hier treten wir den Rückflug an.

Hinweis: Bitte beachte, dass es zu witterungs- und organisatorisch bedingten Änderungen kommen kann. Der Reiseleiter wird vor Ort den aktuellen Ablauf mit euch besprechen.

Ausrüstungsliste

- Personalausweis oder Reisepass
- Bargeld/EC-Karte/Kreditkarte
- Fotokopien der wichtigsten Dokumente (getrennt von Originalen aufbewahren)
- Reiseunterlagen
- Geld, Reiseschecks, Kreditkarte, EC-Karte
- Tagesrucksack
- Wanderschuhe mit Profil, knöchelhoch und gut eingelaufen (* bitte unten stehenden Hinweis beachten)
- Pullover, Jacke, lange und kurze Hosen
- Warme und leichte Sommerkleidung
- Pflegeleichte T-Shirts und langärmlige Hemden/Blusen
- Badesachen, Badeschuhe, Badetuch (Swimmingpool in den Hotels)
- gute Regenjacke, evtl. auch Regenhose (am besten Goretex o. ä., weil atmungsaktiv)
- Kopfbedeckung, Halstuch
- Sonnenschutz, Sonnenbrille, Lippenbalsam
- Wasserflasche oder Feldflasche (min. 1 Liter Fassungsvermögen)
- Reiseapotheke, evtl. persönliche Medikamente
- Insektenschutzmittel
- Fotoausrüstung, Akku-Ladegerät, evtl. Speicherkarte
- evtl. Teleskop-Wanderstöcke (möglichst zusammenschiebbar, da lange/starre Stöcke häufig als Sperrgepäck aufgegeben werden müssen und dafür zusätzliche Gebühren am Flughafen anfallen können)
- Frischhaltedose (für Picknicks), evtl. Taschenmesser (nicht ins Handgepäck beim Flug)
- Leinenbeutel für Einkäufe (im Sinne der Müllreduzierung durch Vermeidung von Plastiktüten)
- Mund- und Nasenschutzmasken
- Handdesinfektionsmittel und ggf. Desinfektionstücher

*Hinweis zum Schuhwerk
Wir empfehlen dir, die Wanderschuhe während des Fluges anzuziehen. So sparst du Gewicht beim Gepäck und hast deine Wanderschuhe dabei, selbst wenn das Gepäck verspätet im Zielgebiet eintreffen sollte.

Erfahrungsgemäß kann sich bei Wanderschuhen nach 5-6 Jahren der Kleber lösen, mit dem die Sohle am Schuh befestigt ist. Bitte prüfe daher vor Abreise den Zustand deiner Wanderschuhe, da ein Neukauf während der Reise nur schwerlich bzw. gar nicht möglich ist.

25.000 Ideen für Reise, Abenteuer und Outdoorsport finden Sie bei unserem offiziellen Ausrüstungspartner Globetrotter Ausrüstung: www.globetrotter.de

An- und Abreise

Wir fliegen mit Air France oder Lufthansa nach Toulouse und zurück.
Der Transfer vom Flughafen zu unserem ersten Hotel in Cahors dauert etwa 1 1/2 Stunden. Der Transfer am Abreisetag von unserem Hotel in Estaing dauert etwa 2 1/2 Stunden.

Bahnanreise/Zug zum Flug

Das Bahnticket in der 2. Klasse ist im Reisepreis enthalten. Die Rail&Fly-Fahrkarten gelten in Zügen des Nah- und Fernverkehrs sowie in ausgewählten Nichtbundeseigenen Eisenbahnen (NE-Bahnen). Nähere Informationen findest du auf https://wikinger.bahnanreise.de/faq.
Mit den Reiseunterlagen erhältst du Gutscheincodes, um deine Fahrkarte online zu buchen. Im Buchungsprozess bestimmst du das Datum der Fahrt (am Abflugtag oder einen Tag vorher, am Ankunftstag oder einen Tag später – eine nachträgliche Änderung bis einen Tag vor Abreise ist möglich), kannst Sitzplätze buchen oder ein Upgrade auf die 1. Klasse vornehmen. Detaillierte Informationen zu den Gutscheincodes erhältst du mit deinen Reiseunterlagen.

Da Verspätungen durch äußere Einflüsse nie ausgeschlossen werden können, plane deine Bahnfahrt bitte so, dass Du den Check-in-Schalter drei Stunden vor Abflug erreichst – dies gilt insbesondere zu Ferienzeiten und für große Flughäfen.

Besonderheiten: COVID-19-Pandemie

Im Rahmen einer Pandemie können sich nationale und/oder regionale Rahmenbedingungen und Vorschriften sehr dynamisch ändern.
Aktuelle Informationen zur Reisedurchführung findest du stets hier: www.wikinger-reisen.de/faq
Darüber hinaus veröffentlichen wir unter dem genannten Link immer aktuelle Infos und Neuigkeiten, die es vor und während der Reise zu beachten gilt.

Wenn du nicht die deutsche Staatsbürgerschaft besitzt oder dein ständiger Wohnsitz außerhalb Deutschlands liegt, erkundige dich bitte unbedingt rechtzeitig über abweichende Bestimmungen wie Einreiseverbote oder Quarantänevorschriften.

Besonderheiten & (Verpflegungs-)Wünsche

- Kurzfristige Erreichbarkeit vor deiner Reise: Bitte teile uns, sofern noch nicht geschehen, unbedingt deine Mobilnummer (alternativ Festnetz mit Erreichbarkeit zwischen 9 und 18 Uhr) mit, **damit wir dich im Falle von kurzfristigen Flugverschiebungen, Streiks** oder anderen dringenden Fällen vor Reiseantritt telefonisch erreichen können.

- Bitte informiere uns direkt bei der Buchung über eventuelle Wünsche, wie z.B. „vegetarische Verpflegung". Wünsche, die wir weniger als 1 Monat vor Abreise

erhalten, können gegen eine Service-Gebühr von 25 EUR berücksichtigt werden.

- Bei unseren Reisen können nicht alle Wünsche berücksichtigt werden. Dies gilt z.B. für sehr individuelle Verpflegungswünsche und oder Lebensmittelunverträglichkeiten. Hier sollte jedem Reisegast deutlich bewusst sein, dass keinesfalls die gewohnten Standards von Zuhause angesetzt und erwartet werden können.

- Zu deiner eigenen Sicherheit und um sich gegen Diebstahl zu schützen empfehlen wir Wertgegenstände nie sichtbar zu tragen und wichtige Dokumente (wie Pässe) und Bargeld im Safe im Zimmer (sofern vorhanden) zu deponieren.

Besonderheiten des Reiselandes

Vegetarische Verpflegung ist in Frankreich noch nicht sehr verbreitet. Häufig bedeutet es nur ein Weglassen von Fleisch oder Fisch. Auch auf Lebensmittelunverträglichkeiten sind nur wenige französische Küchenchefs eingestellt.

Einreisebestimmungen detailliert

Zur Einreise nach Frankreich benötigen Bürger des Schengen-Raums einen gültigen Personalausweis. Für Gäste, die aus einem Land außerhalb des Schengen-Raums kommen, können andere Bestimmungen gelten. Diese findest du einfach und schnell auf unserer Internetseite unter www.wikinger-reisen.de/pass.php

Geld und Kreditkarten

Die Währung ist der EURO.
Mit deiner Bankkarte (mit V Pay oder Maestro-Symbol) mit PIN-Nummer kannst du an Geldautomaten Geld abheben. Die Bedienungshinweise sind meist in Englisch abrufbar. Bitte informiere dich diesbezüglich bei deinem Kreditinstitut über mögliche Gebühren. Internationale Kreditkarten werden von größeren Geschäften (auch Supermärkten) und vielfach auch in Restaurants akzeptiert.

Klima

Die Via Podiensis verbindet zwei recht gegensätzliche Klimazonen. Die ideale Wanderreisezeit ist während der Monate Mai bis September. So ist in den Höhenlagen (bis 1.300 m) noch eher mit niedrigeren Temperaturen zu rechnen, in den geschützten Tal-Lagen (bis 200 m) und auf den Causses, den Kalkhochplateaus, tritt sommerliche Wärme auf. Grundsätzlich ist das Wetter während der Reisetermine schwer einzuschätzen: Es gibt Tage, an denen das Thermometer bis auf 35 °C klettert und wiederum Tage mit regnerischem und wechselhaftem Wetter.

Midi-Pyrénées	Jan	Feb	Mär	Apr	Mai	Jun	Jul	Aug	Sep	Okt	Nov	Dez
Höchst-Temp. °C	9	11	13	16	20	24	27	27	24	19	13	9

Tiefst-Temp. °C	2	3	4	7	10	13	15	15	13	10	5	3
Sonnenstunden	3	4	5	7	8	8	9	8	7	5	3	2
Regentage/Monat	10	9	11	11	10	8	5	6	7	7	9	9

Nebenkosten

Die Reise beinhaltet die im Katalog genannten Verpflegungsleistungen. Tagsüber verpflegst du dich selbst. Bitte plane Kosten für einen Mittagsimbiss, Getränke (Wein im Restaurant ist teilweise etwas teurer), Trinkgelder, Souvenirs und fakultative Ausflüge/Besichtigungen ein.

Im Restaurant werden normalerweise 5 – 10 % Trinkgeld gegeben. Es ist üblich, bei kleinen Summen den Betrag aufzurunden. In Cafés und Bistros erhält man meistens gleich mit den Getränken und Speisen einen Kassenbon. Hat man den Betrag passend zur Hand, lässt man das Geld beim Verlassen des Lokals einfach auf dem Tisch liegen. Es gibt meist unterschiedliche Preise für den Service an der Theke, im Saal und auf der Terrasse.

Sprache

Landessprache ist Französisch, im Süden wird ein leichter Dialekt gesprochen. Englisch und Deutsch werden nur selten verstanden.

Strom

Überall gibt es 230 V Wechselstrom. In die meisten Steckdosen passen nur flache, zweipolige Stecker. Akkus können vor Ort aufgeladen werden.

Tourencharakter

Die Reise entspricht der Kategorie 1-2 Stiefel. Trittsicherheit und eine normale Kondition sind erforderlich.

Unterbringung

Die ersten 4 Tage wohnen wir im schönen Städtchen Cahors im ruhig am Ufer des Lot gelegenen Hotel La Chartreuse mit Swimmingpool, Garten und Terrasse. Das Frühstück und Abendessen nehmen wir im Hotel ein. Cahors hat eine malerische Altstadt mit schmalen Gassen und einladenden Straßencafés. Die nächsten 6 Übernachtungen erfolgen in der Auberge Saint-Fleuret, einem kleinen, gemütlichen und für seine gute und regionale Küche bekannten Hotel mit kleine Swimmingpool im Zentrum von Estaing. Das mittelalterliche Dorf wird von einer mächtigen Burg direkt an einer Schleife des Flusses Lot dominiert und gilt als einer der schönsten Orte im Département Aveyron.

Verpflegung

Deine Reise beinhaltet Halbpension (beginnend mit dem Abendessen am

Anreisetag und endend mit dem Frühstück am Abreisetag). Das Frühstück und Abendessen nehmen wir jeweils im Hotel ein.

Versicherungen

Eine **Absicherung für Stornokosten** vor Beginn der Reise oder **Mehrkosten im Falle eines Reiseabbruchs**, sowie einen **verlässlichen Reisekrankenschutz** empfehlen wir jedem Reisenden. Zusammen mit unserem Partner, der ERGO Reiseversicherung AG (ERV), bieten wir verschiedene Tarife an. Informationen findest du unter www.wikinger.de/reiseschutzpaket oder rufe uns an.

Bei Reisen mit Fluganreise umfassen die Versicherungsleistungen auch die **Erstattung von Ersatzkäufen** bis EUR 500,-, sollte dein Reisegepäck verspätet von der Fluggesellschaft zugestellt werden. Dies gilt nicht für Flugleistungen, die in Eigenregie gebucht werden.

Wir wünschen dir schon jetzt erlebnisreiche Urlaubstage mit Wikinger Reisen.

Stand: September 2023 **Alle Angaben ohne Gewähr**

GEMEINSAM FÜR EINE BESSERE WELT

Jeder Reisende steuert durch seine Buchung den Öko-Trend im Tourismus. Indem du dich für Wikinger Reisen entscheidest, wählst du den Weg des verantwortungsvollen Reisens. Als Wanderer oder Radfahrer bewegst du dich von Natur aus sanft im Reiseland. Du unterstützt die faire Vergütung lokaler Partner und damit deiner Gastgeber vor Ort. Die Welt gibt uns so viel Schönes – gemeinsam geben wir etwas zurück.

EINHEIMISCHE WIRTSCHAFT FÖRDERN

Wikinger Reisen pflegt zu seinen Agenturen und Hoteliers in den Reisegebieten partnerschaftliche Beziehungen und sucht sie nach den Kriterien Qualität, Nachhaltigkeit und Zuverlässigkeit aus. Damit wird dein Reiseerlebnis nicht nur persönlicher und authentischer, sondern fördert gleichzeitig die soziale Infrastruktur vor Ort.

GEORG KRAUS STIFTUNG

Mit deiner Buchung bei Wikinger Reisen förderst du eines von 50 Bildungsprojekten in Afrika, Asien oder Lateinamerika. Denn 20 % des Gewinns aus deiner gebuchten Wikinger-Tour fließen immer in ein Entwicklungsprojekt der Georg Kraus Stiftung, die vom Wikinger-Gründer in den 90er-Jahren ins Leben gerufen wurde.

Georg Kraus Stiftung
Gefördert durch Wikinger Reisen

NATURPARK QUIZAPÚ

In Chile schützen wir zusammen mit einer lokalen Stiftung ein über 2.000 Hektar großes Wildnis-Gebiet mitsamt einer Pflegestation für verletzte Wildtiere durch den Kauf des Grundstücks. Die touristische Nutzung steht dabei nicht im Vordergrund. Ein Eingriff in die Natur ist deshalb nicht vorgesehen. Aber wir hoffen, dass wir dir unser Projekt eines Tages vor Ort zeigen können.

CO_2-KOMPENSATION

Du erhältst zu jeder Flugreise mit durch Wikinger Reisen gebuchte Flugleistungen ein Rail & Fly-Ticket, für die umweltbewusste Anreise zum Flughafen dazu. Zudem ist die CO_2-Kompensation der von Wikinger Reisen gebuchten Flüge bei allen Flugreisen bereits im Reisepreis inbegriffen. Die Kompensation der Europareisen läuft über ein Klimaschutzprojekt der Organisation „myclimate", welches in Laos für sauberes Trinkwasser sorgt. Bei unseren Fernreisen unterstützen wir mittels der Kompensation „Die Ofenmacher" beim Bau rauchfreier Küchenöfen.

Weitere Infos findest du unter:

www.wikinger.de/sanfter-tourismus

Die Ofenmacher e.V.

myclimate
shape our future