



**WIKINGER
REISEN**
Urlaub, der bewegt.

REISEINFORMATIONEN 2023

Reise 7724

Frankreich / Provence

Meeralpen – der Weg zum Meer



Inhalt

Reiseverlauf	1
Deine Reise von A-Z	
Ausrüstungsliste	3
An- und Abreise	3
Besonderheiten: COVID-19-Pandemie	4
Besonderheiten des Reiselandes	5
Einreisebestimmungen detailliert	5
Erreichbarkeit	5
Geld und Kreditkarten	5
Gepäck	5
Gesundheit / Ärztliche Versorgung	5
Klima	6
Nachbuchungen	6
Reiseunterlagen	7
Sprache	7
Strom	7
Tourencharakter	7
Unterbringung	7
Verpflegungssonderwünsche	8
Versicherungen	8

Reiseverlauf

1. Tag: Anreise

Anreise nach St. Dalmas-de-Tende (2 Nächte).

2. Tag: Von Tende nach St. Dalmas

Morgens Zugfahrt ins malerisch gelegene Bergstädtchen Tende, mit dem Informationszentrum des Nationalparks. Du erwanderst den erst steiler, dann langsamer ansteigenden Weg zum Boselia-Pass (1.111 m) mit schönen Ausblicken auf Tende und das Roya-Tal. Vom mittelalterlichen Städtchen La Brigue lohnt sich ein Abstecher zur Kapelle von Notre Dame des Fontaines. Von La Brigue geht es zu Fuß oder per Zug zurück nach St. Dalmas-de-Tende (GZ: 3 1/2 – 6 1/2 Std.).

3. Tag: Durch Bergdörfer bis Saorge

Von St. Dalmas-de-Tende wanderst du heute hoch über der Roya-Schlucht vorbei an den hübschen Bergdörfern Granile und Berghe. Du genießt die fantastischen Ausblicke auf das Roya-Tal, bevor du schließlich in das Dörfchen Saorge hinaufsteigst, das an einem steil abfallenden Berghang klebt (GZ: 5 1/2 Std.).

4. Tag: Breil-sur-Roya

Du bewunderst das barocke Franziskanerkloster von Saorge, bevor du auf einem alten Weg weiter über dem tief eingeschnittenen Roya-Tal wanderst. Der Weg bietet noch einmal schöne Ausblicke zurück auf das grandios gelegene Dorf, führt dann durch Wald und weiter am steilen Talweg entlang und schließlich hinunter nach Breil-sur-Roya mit seinen dicht gedrängten Gassen in der Altstadt (GZ: 5 Std.).

5. Tag: Sospel

Von Breil-sur-Roya wanderst du auf einem alten Muli-Steig vorbei an Olivenhainen und auf einem Panoramaweg mit weiten Ausblicken ins Seitental Vallon Carleva zum Bergdorf Piène-Haute mit hübscher Barockkirche. Weiter durch das wildromantische Bévère-Tal nach Sospel mit seiner malerischen Brücke aus dem 11. Jh., der mittelalterlich geprägten Altstadt und herrlichem Blick auf die umliegenden Gipfel (GZ: 5 1/2 Std.).

6. Tag: Sainte-Agnès

Kurze Bus- oder Taxifahrt nach Castillon, von dort Aufstieg durch Buchenwald zum Gipfel des Mont Ours auf 1.239 m Höhe mit Aussicht aufs Mittelmeer und zurück auf die höchsten Gipfel der Meeralpen. Danach wanderst du weiter ins spektakulär gelegene Sainte-Agnès, höchstgelegener Küstenort Europa und "Aussichtsbalkon" über der Côte d'Azur (GZ: 5 Std.).

7. Tag: Zum Meer

Über die kleine Pashöhe des Col de Bausson führt der Weg heute heraus aus den Bergen. Zwischen Zypressen und Olivenbäumen wanderst du auf dem Panoramaweg „Les Balcons de la Côte d'Azur“ mit herrlicher Aussicht auf die Küste mit Menton und Monaco. Er führt über das malerische Dorf Gorbio und das historische Städtchen Roquebrune hinunter ans Meer. Ab dort per Bahn oder auf

dem Küstenwanderweg ums Cap Martin erreichst du schließlich Menton mit seiner Altstadt zwischen Hafen und Strand, seinen von Zitronen- und Mandarinenbäumen gesäumten Boulevards und wunderschönen botanischen Gärten (GZ: 4 1/2 - 6 Std.).

8. Tag: Rückreise

Rückreise ab Menton.

Deine Reise von A-Z

Ausrüstungsliste

- Gültiger Personalausweis oder Reisepass
- Flugticket und Reiseunterlagen samt Wanderbeschreibung
- Geld / Bank-/ Geldkarte für Automaten / Kreditkarte
- Kleiner Tagesrucksack
- Gute Wanderschuhe mit Profil (knöchelhoch, eingelaufen)
- Wollsocken
- Regenschutz (Jacke/Anorak)
- 1 lange Hose, kurze Hose, 1 warmer Pulli oder Wärmefleece
- Sonnenschutz (Creme, Brille, Kopfbedeckung)
- Wasserflasche für mind. 1,5 Liter Flüssigkeit
- Trekkingstöcke
- Taschenmesser, Kompass, Trillerpfeife
- Taschenlampe
- Pflaster / Verbandszeug / kleine Reiseapotheke / elastische Binde / Blasenpflaster / Rettungsfolie / pers. Medikamente / evtl. Ersatzbrille
- Baumwolltuch (als Halstuch, Kopfbedeckung u. v. m.)
- Fotoapparat / Fernglas
- Mini-Wörterbuch bzw. kleiner Sprachführer
- Badesachen
- Handy mit Ladegerät
- Mund- und Nasenschutzmasken
- Handdesinfektionsmittel und ggf. Desinfektionstücher

Hinweis zur Mitnahme von Wanderstöcken

Immer mehr Fluggesellschaften erheben ein Entgelt für die Mitnahme von Wanderstöcken, die übrigens auch am Sperrgepäckschalter aufgegeben werden müssen. Teleskop-Wanderstöcke, die im Koffer verstaut werden können, sind kein Problem.

25.000 Ideen für Reise, Abenteuer und Outdoorsport findest du bei unserem offiziellen Ausrüstungspartner Globetrotter Ausrüstung www.globetrotter.de

An- und Abreise

Bahn-Anreise

Du reist per Bahn nach St-Dalmas-de-Tende an. Genaue Informationen über die Fahrzeiten von deinem Heimatbahnhof erhältst du im Internet unter www.bahn.de, in einem Service-Center der Deutschen Bahn und telefonisch unter 0180 699 66 33 (gebührenpflichtig).

Du fährst direkt von Menton (Gare SNCF) wieder nach Deutschland zurück.

Fluganreise Nizza

Du fliegst nach Nizza und solltest spätestens um 15.00 h ankommen. Vom Flughafen nimmst du die Straßenbahnlinie 2 bis zur Haltestelle Jean Médecin (ca. 10 Min. Fußweg vom Bahnhof Nice Ville entfernt). Die Bahn fährt regelmäßig ab Terminal 1 und 2. Die Fahrt dauert ca. 30 Minuten. Informationen zu den Fahrtzeiten findest du im Internet unter www.lignesdazur.com.

Vom Bahnhof in Nizza (Nice Ville) fährst du mit dem Zug nach St-Dalmas-de-Tende. Die Fahrt dauert ca. 2 Std. Die Fahrkarten müssen vorher am Schalter oder am Automaten gekauft werden. Informationen zu den Fahrtzeiten findest du unter www.bahn.de, www.ter-sncf.com/paca oder www.voyages-sncf.com.

Am Abreisetag fährst du mit dem Zug von Menton zurück nach Nizza. Die Zugfahrt nach Nizza (Nice Ville) dauert ca. 40 Minuten. Es gibt häufig Verbindungen. Informationen zu den Fahrtzeiten findest du unter www.bahn.de, www.ter-sncf.com/paca oder www.voyages-sncf.com.

Vom Bahnhof gehst du zu Fuß zur Straßenbahnhaltestelle Jean Médecin (ca. 10 Min.) und fährst mit der Straßenbahnlinie 2 zum Flughafen. Die Bahn verkehrt regelmäßig, die Fahrt zum Flughafen dauert ca. 30 Minuten. Informationen zu den Fahrtzeiten finden Sie im Internet unter www.lignesdazur.com

Alternativ kannst du auch mit der Linie 110 (Express Bus) vom Busbahnhof (Gare routière) von Menton direkt zum Flughafen Nizza fahren. Die Fahrt dauert ca. 1:10 Std. Informationen zu den Fahrtzeiten findest du im Internet unter www.niceairportxpress.com.

Besonderheiten: COVID-19-Pandemie

Aufgrund der Pandemie-Situation und der Auswirkungen von Virusvarianten werden sich auch in Zukunft nationale und/oder regionale Rahmenbedingungen und Vorschriften sehr dynamisch ändern. Wir können daher auch weiterhin nicht gewährleisten, dass zu deinem Reiseterrain in den jeweiligen Unterkünften alle Einrichtungen und Gemeinschaftsräume, wie z. B. Bar, Sauna, Schwimmbad, Fitnessraum etc. uneingeschränkt zur Verfügung stehen.

Aktuelle Informationen zur Reisedurchführung findest du 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.

Bei Auslandsreisen gelten ggf. von der Norm abweichende Einreisebestimmungen. Insbesondere bei Fluganreisen ist oft eine vorherige Online-Registrierung und/oder ein negativer COVID-19 Test notwendig, in manchen Fällen auch für vollständig Geimpfte.

Stets aktuelle Informationen veröffentlichen wir auf www.wikinger.de unter dem oben genannten Punkt oder direkt auf deiner Reisesite.

Zusätzlich empfehlen wir dir für tagesaktuelle Informationen auch die Internetseite des Auswärtigen Amtes: www.auswaertiges-amt.de/de (--> Sicher Reisen --> Ihr

Reiseland)

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 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

Erreichbarkeit

Bitte teile uns deine Handynummer vor Abreise mit, damit wir dich am An- und Abreisetag sowie bei Reisen von Ort zu Ort auch während der Reise in dringenden Fällen telefonisch erreichen können.

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.

Gepäck

Während der Wanderungen wird pro Person ein Gepäckstück mit max. 20 kg befördert.

Gesundheit / Ärztliche Versorgung

Falls du aufgrund eines Unfalls oder einer akuten Erkrankung medizinisch behandelt werden musst, benötigst du deine Europäische Krankenversicherungskarte (European Health Insurance Card – EHIC), die in der normalen Versichertenkarte integriert ist. Gesetzlich Versicherte werden mit dieser Karte in allen EU-Staaten sowie Großbritannien, Island, Liechtenstein, Norwegen und der Schweiz im medizinischen Notfall ambulant oder stationär behandelt. Für weitere europäische Länder liegt kein Versicherungsabkommen vor und du hast in

der Regel keinen Versicherungsschutz.

Berücksichtige bitte, dass die Leistungsanspruchnahme unterschiedlich geregelt ist. Nicht überall kannst du die EHIC beim Arzt/Zahnarzt oder Krankenhaus abgeben. Meist kannst du dich nur von bestimmten, für die Versicherung bzw. den staatlichen Gesundheitsdienst zugelassenen Ärzten/Gesundheitseinrichtungen behandeln lassen. Zum Teil sind Eigenanteile zu leisten. Dann ist es wichtig, dass du dir eine detaillierte Rechnung mit Diagnose und Auflistung der ärztlichen Leistungen geben lässt, denn nur dann erstattet dir deine Krankenkasse in Deutschland Geld zurück.

Bitte erkundige dich bei deiner Krankenkasse zu den Details.

Es empfiehlt sich in jedem Fall der Abschluss einer privaten Reiseversicherung. Informationen hierzu entnimm bitte dem Absatz „Versicherungen“.

Klima

Die Region Côte d’Azur ist geprägt von einem milden, mediterranen Klima. Dies betrifft weitgehend auch das Gebiet der Meeralpen. Selbst im Winter zeigt sich die Küste zwischen Menton und Cannes von ihrer angenehmen Seite, das Thermometer klettert hier häufig auf Werte über 10 °C, selbst 20 °C sind auf Meeresebene keine Seltenheit. Die Temperaturen in den höheren Lagen des Hinterlands verleiten im Winterhalbjahr allerdings kaum zum Sonnenbaden, die Berggipfel liegen bis in den Frühling hinein unter einer Schneedecke begraben. An der Küste beginnt der Frühling schon Ende Januar mit der Blüte der Mandel- und Mimosenbäume, im Hinterland dagegen je nach Höhenlage erst 6 bis 8 Wochen später.

Die Sommer sind recht trocken, Frühjahr und Herbst werden gelegentlich geprägt von plötzlich einsetzenden, heftigen Regenschauern. Durchschnittlich scheint die Sonne zwischen 2.700 und 2.900 Stunden pro Jahr.

Côte d’Azur	Mär	Apr	Mai	Jun	Jul	Aug	Sep	Okt	Nov
Ø Tageshöchsttemperatur °C	15	18	22	26	29	29	25	21	15
Ø Tagestiefsttemperatur °C	6	9	12	16	19	18	15	12	7
Sonnenstunden / Tag	7	8	9	11	12	11	9	7	5
Wassertemperatur	13	13	15	18	22	21	20	19	16
Regentage / Monat	6	5	5	3	2	3	4	6	5

Nachbuchungen

Bei Reisen mit nur **einem Hotelstandort** können Zimmer- und Verpflegungswünsche sowie Zusatznächte und Transfers bis 32 Tage vor Reisebeginn kostenfrei hinzugebucht werden. Ab 31 Tage vor Reisebeginn berechnen wir hierfür ein Service-Entgelt in Höhe von 25 € pro Vorgang.

Bei Reisen mit **mehr als einem Standort** sind Nachbuchungen von Zimmer- und Verpflegungswünschen sowie Zusatznächte während der Reise nicht kostenfrei möglich – hier erheben wir generell ein Service-Entgelt in Höhe von 25 €. Für das

Nachbuchen von Transfers, Radwünschen/Körpergrößen und Zusatznächten am Anfang und am Ende einer Reise berechnen wir das Service-Entgelt erst ab 31 Tage vor Abreise.

Reiseunterlagen

Normalerweise stehen deine vollständigen Reiseunterlagen ab 14 Tage vor Reisebeginn, die u. a. die Wegbeschreibung, Kartenmaterial, Informationen zur Nutzung der Wikinger-Navigations-App „Reisebegleiter“, sowie die Adressen und Telefonnummern deiner Hotels enthalten, in unserem Kundenportal „MeinWikinger“ zum Download bereit.

Wenn du noch nicht angemeldet bist, benötigst du zur Registrierung die Kundennummer, die auf der Bestätigung/Rechnung steht und Deine E-Mail-Adresse. Wenn du über dein Reisebüro gebucht hast, stelle sicher, dass deine richtige E-Mail-Adresse bei der Buchung hinterlegt ist. Andernfalls kannst du dich nicht anmelden und die Reiseunterlagen können dir dann nur von deinem Reisebüro zugesendet werden.

Voraussetzung für die Bereitstellung und Freischaltung deiner Reiseunterlagen ist der Eingang deiner Restzahlung bei uns.

Solltest du früher als an dem von dir gebuchten Datum anreisen, bitten wir dich, den Restbetrag auch dementsprechend früher zu überweisen und uns, nachdem du überwiesen hast, per E-Mail zu informieren, damit wir deine Reiseunterlagen rechtzeitig produzieren und freischalten können.

Solltest du bei Buchung angegeben haben, dass du für 10 € pro Person deine Reiseunterlagen ausgedruckt per Post wünschst, erhältst du diese frühestens 3 Wochen vor Abreise direkt oder über dein Reisebüro, vorausgesetzt, deine Restzahlung ist bei uns eingegangen.

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 von dir gebuchte Reise entspricht der Kategorie 2 Stiefel.

Unterbringung

Kat. A: kleine, freundliche Hotels der örtlichen Zwei-Sterne-Kategorie oder

gleichwertige Chambres d'hôtes (private Gästezimmer), in Menton wohnst du in einem einfachen, zentral gelegenen Stadthotel.

Kat. B: wie Kat. A, aber in Menton ein gepflegtes Hotel der Drei-Sterne-Kategorie im Herzen der Stadt.

Verpflegungs-sonderwünsche

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

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.

Du hast für alle Reisen optional die Möglichkeit, die **Ergänzungsversicherung Covid-19** abzuschließen. Voraussetzung ist die Buchung einer Reiserücktrittskosten-Versicherung oder eines Reiseschutzpaketes direkt bei Wikinger Reisen. Eine Buchung als eigenständige Versicherung ist nicht möglich. Alle Einzelheiten zum Ergänzungstarif Covid-19 findest du auf unserer Internetseite.

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: Oktober 2022

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.

CO₂-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 CO₂-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.

