



朗格多克

地中海地区

地中海沿岸一望无际的细沙海滩以及内陆地区高度逐渐攀升的中央高原 (Massif Central) 和比利牛斯山脉 (Pyrénées) 的丘陵地带，这就是人们对这片充满阳光魅力的地区的典型印象。

这里也是一片葡萄园区，它的土地和气候都非常适合葡萄种植。位于朗格多克地区 220 公里海岸线上的海滨度假地吸引游客来海边放松。您还可以前往塞文山脉 (Cévennes) 的丘陵地带徒步、骑驴或者乘坐蒸汽火车探访这片地区。

大自然塑造了这里的风景 (科斯和塞文地区 Causses and Cévennes, 被联合国教科文组织列为世界遗产景区)：岩石林立的海岸 (沿岸的城市有：科利乌尔 Collioure, 巴纽尔斯 Banyuls, 旺德尔港 Port-Vendres), 以及比利牛斯山脉 (卡尼古山 Canigou Mount, 另外还有诸如丰罗默 Font-Romeu 这样的滑雪场)。许多伟大的艺术家都曾经描绘过这片地区的多样性，尤其是一批当代画家和雕塑家 (蒙彼利埃 Montpellier 的法布尔美术馆, 尼姆 Nîmes 的艺术方馆, 塞雷 Céret 的现代艺术馆)。得益于地中海和众多温泉, 朗格多克地区还拥有丰富的温泉浴疗中心、水疗中心以及健身中心。

您在这片地区逗留时请勿错过：被列为联合国教科文组织世界遗产的三座古迹：卡尔卡松 (Carcassonne) 筑防城, 49 米高的古罗马水道桥加尔桥 (Pont du Gard), 南运河 (Canal du Midi); 大学城蒙彼利埃 (Montpellier) 及其历史中心; 古罗马城市尼姆 (Nîmes); 自然风景方面, 风景如画的塔恩峡谷 (Tarn Gorges) 和牛马成群的卡马格地区公园 (Camargue Regional Park)。

线路

3天



第 1 天 尼姆和加尔桥

尼姆从曾经在此逗留过的古罗马人那里继承了一份卓越的遗产。最杰出的遗迹包括：一座得到完好保存的古罗马方形神殿 (Maison Carrée)、马涅塔 (Tour Magne)、可以举办音乐会和表演的宏伟的古罗马竞技场。距离尼姆 30 公里的加尔水道桥 (Pont du Gard) 是一件名副其实的古代建筑杰作，它是当地最漂亮的古罗马建筑之一，同时也因为周边优美的自然风光而被人们记住。



第 2 天 蒙彼利埃

您可以在著名的喜剧广场 (Place de la Comédie) 欣赏装饰有美惠三女神雕塑的喷泉。蒙彼利埃是一座拥有许多设计师的城市，您将在圣罗克 (Saint Roch) 街区发现这些设计师的工坊兼商店。蒙彼利埃还有欧洲最古老并且依然在使用的医学院，除此之外，它还拥有 70 多座带有庭院的私人公馆。在法布尔美术馆 (Fabre museum) 可以欣赏绘画、雕塑、书画刻印艺术及装饰艺术。



第 3 天 卡尔卡松

游览被列为联合国教科文组织世界遗产的 13 世纪古城卡尔卡松，沿着长廊、筑防城墙及堡垒漫步；探访考古博物馆以及许多其他景点。回顾纯洁教派的传奇并且从卡尔卡松的 52 座塔楼顶部眺望周边的葡萄园区。

亮点 活动

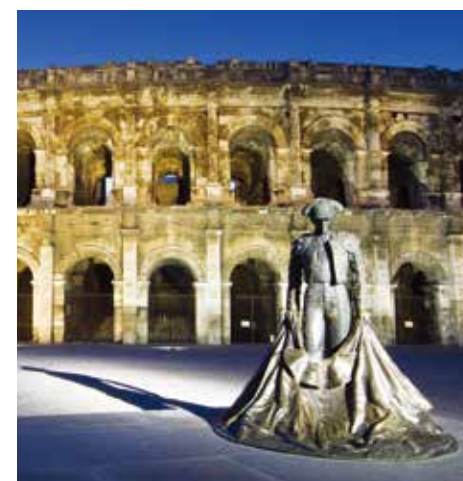
壮丽的自然风光



诸如塔恩峡谷和容特峡谷 (Gorges de la Jonte) 这样的特色地区堪称自然界蔚为壮观的瑰宝。再往南，则有卡马格地区，这片沐浴在阳光下的地区拥有白色的马群、黑色的牛群、生活在泻湖的粉红色火烈鸟。

距离蒙彼利埃更近的圣卢峰 (Pic Saint Loup) 在灌木丛中竖立着它的尖峰。埃罗峡谷 (Gorges de l'Herault) 更加蜿蜒曲折，它拥有惊人的陡坡、锯齿状的峭壁、狭窄的隘道，它堪称是漂亮的中世纪小村圣吉莱姆勒代塞尔 (Saint Guilhem le Désert) 的背景。继续向南，人们将发现韦尔梅耶海岸 (Côte Vermeille) 的一系列珍珠，譬如：科利乌尔、旺德尔港、巴纽尔斯梯田这片种植在山坡的葡萄园。令加泰罗尼亚人深以为傲的卡尼古山构成这片风景的背景，它同时也构成大海与山脉之间的桥梁。

坐落在塞文山脉地区的塞文国家公园 (Cevennes National Park) 拥有低矮的山地，占地 91500 公顷，是法国本土七个国家公园中最大的一个。它还是法国唯一有人居住的国家公园，同时被列入联合国教科文组织“世界生物圈保护区”名录。



尼姆的圣灵降临节活动 (Pentecost Holiday) 以及收获节，或者阿尔勒斗牛节 (Féria of Alès) 展示了朗格多克地区人民强烈的节庆意识。卡尔卡松艺术节 (Festival of Carcassonne)、尼姆音乐节 (Festival of Nîmes)、于泽斯音乐之夜活动 (Musical Nights of Uzès) 点缀着夏日的时光。地中海马术活动扬起运动季的旗帜，戏剧人之春艺术节 (Printemps des Comédiens) 和国际黑色小说节 (International Festival of Noir Novels) 则对艺术和文化做出它们自己的贡献。

抵达

蒙彼利埃

机场：蒙彼利埃 - 地中海机场 (Montpellier Méditerranée)
高速火车：从巴黎出发需要 3 小时 15 分钟

尼姆

机场：尼姆 - 阿尔勒 - 卡马格 - 塞文机场 (Nîmes Alès Camargue Cévennes Airport)
高速火车：从巴黎出发需要 2 小时 50 分钟，从里昂出发需要 1 小时 20 分钟，从马赛出发需要 1 小时

佩皮尼昂

机场：佩皮尼昂 - 里沃萨尔特机场 (Perpignan-Rivesaltes airport)
高速火车：从巴黎出发需要 5 小时 15 分钟，从蒙彼利埃出发需要 1 小时 50 分钟