

lonely  planet

Provenza y la Costa Azul

Fin de semana
en Saint-Tropez

El arte de
las fragancias
en Grasse

Estaciones
de esquí poco
conocidas

Nº 1
LA GUÍA DE
PROVENZA Y
LA COSTA AZUL
MÁS VENDIDA

lonely  planet

Provenza y la Costa Azul



Chrissie McClatchie, Michael Frankel y Ashley Parsons

SUMARIO

Puesta a punto

El viaje empieza aquí.....	4
Mapa de Provenza y la Costa Azul.....	6
Imprescindibles.....	8
Regiones y ciudades.....	24
Itinerarios.....	26
Cuándo ir.....	34
Prepararse para Provenza y la Costa Azul.....	36
Sabores locales.....	38
Al aire libre.....	42

En ruta

Costa Azul y Mónaco.....	48
Niza.....	54
Paseo por Vieux Nice.....	57
Alrededores de Niza.....	64
Ruta por las tres Corniches.....	66
Cannes.....	77
Paseo de arte mural.....	79
Alrededores de Cannes.....	83
Ruta por el Esterel.....	84
Mónaco.....	92



Fête du Citron (p. 70),
Menton.

Var.....100

Saint-Tropez.....	104
Alrededores de Saint-Tropez.....	111
Hyères.....	113
Excursión por la isla de Port-Cros.....	116
Alrededores de Hyères.....	117
La Route du Mimosa en automóvil eléctrico.....	119
Provence Verte.....	121
En bicicleta de Cotignac a Barjols (y vuelta).....	123
Alrededores de Provence Verte.....	125
Excursión por las Aiguilles de Valbelle.....	129

Bocas del Ródano.....131

Marsella.....	136
Paseo por Le Panier.....	139
Alrededores de Marsella.....	146
Aix-en-Provence.....	151
Alrededores de Aix-en-Provence.....	157
Recorrido por los viñedos de Aix.....	158
Arlés.....	161
Paseo por el Arlés romano.....	164
Alrededores de Arlés.....	166
Stes-Maries-de-la-Mer.....	172
Alrededores de Stes-Maries-de-la-Mer.....	176

Vaucluse y el Luberon.....178

Aviñón.....	184
Paseo por el viejo de Aviñón.....	186
Alrededores de Aviñón.....	188
Carpentras.....	190
Alrededores de Carpentras.....	192



Saint-Tropez (p. 104).

Sault.....	196
Excursión por las Gorges de la Nesque.....	199
Alrededores de Sault.....	200
L'Isle-sur-la-Sorgue.....	202
Alrededores de L'Isle-sur-la-Sorgue.....	206
En bicicleta por los montes de Vaucluse.....	208
Norte del Luberon.....	209
Alrededores del norte del Luberon.....	214
En bicicleta por el norte del Luberon.....	216
Sur del Luberon.....	221
Excursión por el Forêt des Cèdres.....	223

Alpes de Alta

Provenza.....227

Digne-les-Bains.....	230
Alrededores de Digne-les-Bains.....	233
Gorges du Verdon.....	237
Alrededores de las Gorges du Verdon.....	240
Valle de Ubaye.....	243
Alrededores del valle de Ubaye.....	246



Niza (p. 54).

Guía práctica

Cómo llegar.....	250
Cómo desplazarse.....	251
Dinero.....	252
Alojamiento.....	253
Viajar en familia.....	254
Salud y seguridad.....	255

Comida, bebida y vida nocturna.....	256
Turismo responsable.....	258
Comunidad LGTBQ+.....	260
Accesibilidad.....	261
Visitar los mercados.....	262
Lo esencial.....	263

Para saber más

Una historia de Provenza y la Costa Azul en 15 lugares..	266
Cuando Italia inspiró a Niza.....	270
“Le mistral gagnant”.....	273
Calor en Marsella.....	276



Parc National du Mercantour (p. 244).

PROVENZA Y LA COSTA AZUL

EL VIAJE EMPIEZA AQUÍ

Están la Provenza y la Costa Azul de las revistas y las redes sociales: amplias llanuras de lavanda y sombrillas en la playa junto al azul Mediterráneo. Y luego están la Provenza y la Costa Azul que muchos quizá no hayan visto: estaciones de esquí poco conocidas y pueblos alpinos con interesantes tradiciones rurales.

Chrissie McClatchie

[@chrissie_mcclatchie](#)

Chrissie, hija de francesa, creció en Australia. Durante su infancia, pasó muchas vacaciones en el sur de Francia. Poco después de licenciarse en la universidad, se mudó a Niza y, 15 años más tarde, sigue allí.



Mi experiencia favorita

Una escapada de fin de semana al **Parc National du Mercantour** (p. 244), donde puedo cambiar las aglomeraciones de la costa por senderos alpinos solitarios en menos de 90 min. Una maravilla.

RINCONES FAVORITOS

Nuestros autores eligen los lugares que, en su opinión, definen Provenza y la Costa Azul.

HEMIS / ALAMY STOCK PHOTO ©



Mi experiencia favorita es ir en bicicleta por los **montes de Vaucluse** (p. 208). Hay menos tráfico que en otras zonas del Luberon, con muchas carreteritas que te permiten ir de un pueblo a otro. Me encantan los valles salvajes y las colinas de este lado de los montes, y pueblos tranquilos como **Venasque** (p. 208), apartados de las rutas habituales de los viajeros.

Ashley Parsons

[@enselle.voyage](https://www.enselle.voyage)

Ashley escribe sobre aventuras y viajes. Vive entre Provenza y los Alpes franceses. Se pueden seguir sus viajes a caballo, en bicicleta, a pie o en tren.

STEPHANIE DEBONV / SHUTTERSTOCK ©



Mi experiencia favorita es un almuerzo a base de navajas y vino en **Les Goudes** (p. 141), seguido de un paseo por el campo y un chapuzón en el Mediterráneo.

Michael Frankel

Michael es un redactor freelance que vive en Marsella. Le encanta el leve chasquido de la puerta de una habitación de hotel a sus espaldas mientras baja a la calle.



Siempre es temporada de 'rosé' (p. 158) en Provenza y la Costa Azul.



El pueblo de Fontaine-de-Vaucluse (p. 205) es conocido por poseer el manantial kárstico más grande de Francia y el quinto de este tipo en el mundo.

geoPlaneta

Av. Diagonal 662-664, 08034 Barcelona
www.geoplaneta.com - www.lonelyplanet.es

Lonely Planet Global Limited

Lonely Planet Global Limited, Digital Depot,
The Digital Hub, Dublin D08 TCV4, Irlanda
www.lonelyplanet.com
Contacta con Lonely Planet en: lonelyplanet.com/contact

Provenza y la Costa Azul

5ª edición en español - septiembre del 2024
Traducción de *Provence & the Côte d'Azur*, 11ª edición - mayo del 2024
© Lonely Planet Global Limited
1ª edición en español - mayo del 2010

Editorial Planeta, S.A.

Av. Diagonal 662-664, 7ª. 08034 Barcelona (España)
Con la autorización para la edición en español de Lonely Planet Global Ltd
A.B.N. 36 005 607 983, Lonely Planet Global Limited, Digital Depot,
The Digital Hub, D08 TCV4 Dublin, Irlanda

Aunque Lonely Planet, geoPlaneta y sus autores y traductores procuran que la información sea lo más precisa posible, no garantizan la exactitud de los contenidos de este libro, ni aceptan responsabilidad por pérdida, daño físico o contratiempo que pudiera sufrir cualquier persona que lo utilice.

- © Textos: Lonely Planet, 2024
- © Fotografías 2024, según se relaciona en cada imagen
- © Cartografía: Lonely Planet y OpenStreetMap
<http://openstreetmap.org/copyright>, 2024
- © Edición en español: Editorial Planeta, S.A., 2024
- © Traducción: Jaume Muñoz, 2024
- © Reproducciones de cubiertas p. 37, cortesía de: 1. Booket, un sello de Editorial Planeta, S.A.; 2. Duomo Ediciones; 3. Ediciones Destino, un sello de Editorial Planeta, S.A.; 4. Editorial Alma

ISBN: 978-84-08-28837-4
Depósito legal: B. 3.502-2024
Impresión y encuadernación: Macrolibros
Printed in Spain - Impreso en España

La lectura abre horizontes, iguala oportunidades y construye una sociedad mejor.

La propiedad intelectual es clave en la creación de contenidos culturales porque sostiene el ecosistema de quienes escriben y de nuestras librerías. Al comprar este libro estarás contribuyendo a mantener dicho ecosistema vivo y en crecimiento.

En **Grupo Planeta** agradecemos que nos ayudes a apoyar así la autonomía creativa de autoras y autores para que puedan seguir desempeñando su labor.

Dirigete a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesitas fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra. Puedes contactar con CEDRO a través de la web www.conlicencia.com o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47.

Lonely Planet y el logotipo de Lonely Planet son marcas registradas de Lonely Planet en la Oficina de Patentes y Marcas de EE UU y otros países. Lonely Planet no autoriza el uso de ninguna de sus marcas registradas a establecimientos comerciales tales como puntos de venta, hoteles o restaurantes. Por favor, informen de cualquier uso fraudulento a www.lonelyplanet.com/legal/intellectual-property.

El papel de este libro procede de bosques gestionados de forma sostenible y de fuentes controladas.

“En tan solo 90 minutos, podrás cambiar las concurridas playas, las bebidas frías y el mar por la belleza tranquila de los pueblos alpinos.”

Experiencias asombrosas

Conocimiento experto, nuevas miradas, joyas sorprendentes

Fuera de ruta

Nuestros autores locales te llevan a lugares inesperados

Este es tu viaje

Da rienda suelta a tus pasiones y prepara tu viaje perfecto

Crea un viaje inolvidable

- Conduce por las carreteras de la costa entre Niza y Mónaco, **p. 66**
- Navega por el golfo de Saint-Tropez, **p. 104**
- Sigue los pasos de Napoleón desde Cannes a Escragnoles, **p. 91**
- Disfruta de una *fondue de l'Ubaye* tras una jornada de esquí, **p. 245**

geoPlaneta



10345070



9 788408 288374



NUESTRO COMPROMISO

Lo contamos tal y como es. Nuestro trabajo consiste en ayudaros a planificar el viaje perfecto. Nuestras recomendaciones se seleccionan de forma independiente tras haberlas experimentado en primera persona, y os ayudarán a viajar mejor y a tener una experiencia más auténtica. Lonely Planet siempre os mantendrá informados de todas las novedades interesantes y podréis descubrir lugares sorprendentes y poco masificados.