



**MM  
GY** Lieb

---

## PRESSEINFORMATION

---

### Urlaub zur Selbstfindung

Sieben Vorschläge, um sich im Urlaub an der französischen Atlantikküste neu zu erfinden

**München – 17. Februar 2025.** Manchmal braucht es für neue Impulse einzig eine kleine Auszeit vom Alltag. Ein Urlaub bietet die Möglichkeit, neue Leidenschaften zu entdecken, bisher ungewohnte Wege zu gehen und den Blick auf das Wesentliche zu schärfen. Ob beim Erlernen einer neuen Sportart wie Kitesurfen, bei einem Do-it-Yourself-Einblick in das traditionelle Handwerk des französischen Baskenlandes oder einfach durch Zeit in der Natur wie bei einer Übernachtung unter freiem Himmel. Neue Erfahrungen erweitern den Horizont, fordern einen manchmal heraus und bringen frische Energie für die Zeit nach der Reise. An der französischen Atlantikküste gibt es zahlreiche Möglichkeiten, sich auszuprobieren, persönliche Grenzen zu verschieben, um mit neuen Perspektiven nach Hause zurückzukehren. Wir stellen sieben besondere Erlebnisse vor.



V.l.n.r.: Austernzucht am Bassin von Arcachon © Biette; das Fort Louvois © Habudzik\_Marennes Oleron; Kitesurfen in La Barre de Monts © Emmanuelle Marcade

### Kitesurfen lernen in Saint Jean de Monts

Einmal den Kopf so richtig durchpusten, den Alltag einfach Alltag sein lassen und sich komplett auf Wind, Wellen und den eigenen Körper konzentrieren. Das funktioniert an der französischen Atlantikküste am besten beim Kitesurfen. Die endlosen Strände und beständig wehenden Winde machen die Region zu einem Hotspot für alle, die Wassersport mit Geschwindigkeit verbinden wollen. Besonders beliebt sind Orte wie Saint-Jean-de-Monts und Fromentine in der Vendée, wo die vorgelagerte Insel Noirmoutier für ein abwechslungsreiches Revier sorgt. Auf sanften Wellen und in spiegelglatten

Flachwasserzonen finden sowohl Anfänger als auch versierte Freestyler perfekte Bedingungen. Dank zahlreicher Kiteschulen wie [La Base Nautique](#) oder [Fromentine Kite](#) gelingt der Einstieg mühelos.

### **Auf einer Festung im Atlantik übernachten**

Tausche Ferienunterkunft gegen Schlafsack und Blick in die Sterne! Doch dieses Abenteuer geht noch weiter. Wer die Brücke vom französischen Festland zur Insel Oléron überquert, entdeckt zur Rechten das malerische [Fort Louvois](#) – eine Festung, die stolz inmitten der Wellen thront. Genau dieses steinerne Schiff wird für eine warme Sommernacht zum außergewöhnlichsten Schlafzimmer, das man sich vorstellen kann. Am Himmel glitzern die Sterne, Wellen schlagen sanft an die alten Mauern, und mit dem ersten Licht des Morgens mischt sich der Ruf der Möwen in die Stille. Kein Lärm, keine Ablenkung – nur die Weite des Ozeans und ein Sonnenaufgang, der in Erinnerung bleibt und den Moment ehrt.

### **Ein Tag als Austernzüchter am Bassin**

Wenn die ersten Sonnenstrahlen das Bassin d'Arcachon in goldenes Licht tauchen, beginnt die Arbeit der zahlreichen Austernzüchter. Die Bucht gehört zu den bedeutendsten Austernzuchtgebieten Frankreich, viele Familienbetriebe leben seit Generationen vom Anbau der gefragten Delikatesse. Wer sie einen Tag lang begleitet, taucht in das Leben der Einheimischen ein, erlebt das ständige Geben und Nehmen mit den Gezeiten und der Natur – und verlässt die eigene Komfortzone. Hier werden Austern sortiert, dort Netze gedreht, um das Wachstum der Austern zu fördern, andernorts müssen sie aus dem Wasser gehoben werden. Der Geruch von Salz, Tang und Meer liegt in der Luft und jedes Workout wirkt lächerlich gegen die Kraftprobe am Bassin. Am Abend dann die wohlverdiente Belohnung: eine frische Auster, verfeinert mit einem Spritzer Zitrone, dazu ein eisgekühlter Weißwein.

### **Einmal im Leben mit einem Wasserflugzeug abheben**

Eine kleine Maschine, zwei Sitzplätze davon einer für den Piloten: Ein Flug mit einem Wasserflugzeug erfordert Überwindung, doch lässt man sich auf dieses Erlebnis ein, kommt man aus dem Staunen kaum heraus – und bekommt die französische Atlantikküste aus einer anderen Perspektive zu sehen. Am Ufer des Sees Biscarrosse-Parentis, unweit des Küstenortes Biscarrosse-Plage, liegt ein geschichtsträchtiger Ort der französischen Luftfahrt: Latécoère. Einst starteten von hier aus Wasserflugzeuge zu transatlantischen Reisen nach New York, und Biscarrosse wurde zu einem Symbol für diese Art des Reisens. Heute lassen Unternehmen wie [Le Vol des Aigles](#) diese Tradition aufleben und bieten 20-minütige Rundflüge inklusive aufregendem Start und Landung auf dem Wasser.

### **Sich auf unbekannte Aromen einlassen**

Glitschige Austern, grün schimmernde Meeresalgen und die Meeresschnecken „Bulots“ – für den einen mag eine Reise an die französische Atlantikküste in kulinarischer Hinsicht eine Herausforderung sein. Doch die unzähligen Delikatessen aus dem Meer sollte man keinesfalls unbeachtet lassen. Meeresalgen etwa gelten mittlerweile als das neue Superfood. Julie und Vincent von [Echos Nature](#) sind seit 2017 ganz vorne mit dabei, wenn es um den Foodtrend Alge geht. Mit ihrem geschulten Blick erkennen sie essbare Arten, wissen, wie sie diese behutsam ernten, und in einfachen Gerichten verarbeiten. Wenn sich das Meer bei Ebbe zurückzieht, heißt es für sie: Gummistiefel an und hinaus in die Natur. Bei ihren „Sorties Nature“, die rund um den malerischen Küstenort Pornic an der Loire-Mündung stattfinden, können alle, die sich mit der Welt der Meerespflanzen vertraut machen wollen, teilhaben.

### **Sich in baskischen Handwerkstraditionen versuchen**

Das [Familienunternehmen ERRO](#) aus dem französischen Baskenland öffnet bei den „Ateliers Sensoriels“ seine Türen für Neugierige und ermöglicht einen einzigartigen Einblick in das lokale Kunsthandwerk. Die dreistündigen Workshops

geben dem Urlauber die Möglichkeit, sich mit einer der lokalen Handwerkstraditionen der Region vertraut zu machen: der Arbeit mit Leder. Selbermachen lautet das Motto – gemeinsam wird genäht, Garn und Färbung gewählt und im Anschluss geprägt, bis ein Jeder sein Unikat in den Händen hält. Das französische Baskenland ist eine Schatzkammer traditioneller Handwerkskunst, die seit Generationen bewahrt und weiterentwickelt wird. Die typischen Espadrilles, die gestreiften Stoffe der Linge Basque, die legendäre Baskenmütze oder der kunstvoll gefertigte Gehstock Makila sind nur einige Beispiele. Mathieu und Damien Devoucoux, die Gründer von ERRO, setzen dieses Erbe fort, indem sie in ihrem Atelier in Bayonne edle Lederwaren mit modernem Design und nachhaltigen Werten verbinden.

### **Gemeinsam für saubere Meere engagieren**

Warum nicht die Urlaubszeit nutzen und gemeinsam etwas bewirken? Die Idee ist simpel: Gemeinsam an der französischen Atlantikküste Müll sammeln und so ein Zeichen gegen Umweltverschmutzung setzen. Genau dazu laden die Initiatives Océanes ein. Urlauber können aktiv zum Schutz der Meere beitragen – ohne großen Aufwand, aber mit großer Wirkung. Organisiert von der Surfrider Foundation Europe, geht es nicht nur darum, Strände sauberer zu machen, sondern auch um die wissenschaftliche Erfassung der Abfälle. Jede Plastiktüte, jede Flasche, jeder Kronkorken zählt – denn die gesammelten Daten helfen Forschern und Politikern, nachhaltige Lösungen für die Zukunft zu entwickeln. Wer Lust hat, Teil dieser Bewegung zu werden, findet regelmäßig Aktionen in Lacanau Océan, Le Porge Océan, Mimizan, Hendaye oder La Tranche-sur-Mer.

Weitere Informationen zur französischen Atlantikküste unter [atlantikkustefrankreich.de](http://atlantikkustefrankreich.de).

### **BILDMATERIAL & DISCLAIMER**

Bildmaterial zu dieser Meldung ist **hier** verfügbar (Copyright, wie angegeben).

Aus Gründen des Leseflusses haben wir in dem Text auf das Gendern verzichtet. Wenn wir über Künstler, Darsteller und Co. sprechen, so meinen wir dies stets geschlechts- und orientierungsneutral. Wir sehen stets den Menschen, Inklusion ist für uns selbstverständlich.

### **ÜBER DIE ATLANTIKKÜSTE FRANKREICH**

Rund 1200 Kilometer liegen zwischen der Küstenstadt La Baule im Département Loire-Atlantique und Hendaye im Baskenland. Hier, an der französischen Atlantikküste, wechseln sich feinsandige Strände ab mit Kiefernwäldern, den Salzwiesen von Guérande, Dünenlandschaften und beeindruckende Landschaften wie im Baskenland. Städte wie Bordeaux, Nantes, La Rochelle, Rochefort und Bayonne machen die Region ebenso attraktiv wie zahlreiche Naturschutzgebiete, zum Beispiel La Brière, L'Étang de Cousseau und Le Courant d'Huchet, sowie idyllische Campingplätze direkt am Atlantik und inmitten der Natur. Vor der Küste verzaubern Oléron, Ré und Noirmoutier mit französischem Inselflair und idyllischen Fischerdörfern, letztere sind zudem am malerischen Cap Ferret vorzufinden. Insgesamt 37 touristische Partner umfasst die Destination „Atlantikküste Frankreich“, darunter zwei französische Regionen, sechs Départements, zahlreiche Camping- und Glampinganbieter sowie die Ferienunterkünfte von Gîtes de France im Pays de la Loire.

### **PRESSEKONTAKT**

Lieb Management & Beteiligungs GmbH  
Annika Walther  
Bavariaring 38  
D-80336 München  
Tel.: +49 1512 69 51 581  
E-Mail: [awalther@lieb-management.de](mailto:awalther@lieb-management.de)  
Internet: [www.lieb-management.de](http://www.lieb-management.de)

