

Auf den Wellen tanzen

Lacanau-Océan

Vor dem zentralen Strand gleitet seit 2025 ein Surfer über eine imaginäre Welle himmelwärts. Die beeindruckende Skulptur von Romain Tiercin – 4 Meter hoch und 5 Tonnen schwer – dient vielen Touristen als Hintergrund für ein Selfie. Die Gemeinde überlegt sich, das Werk zu erwerben, schließlich ist Lacanau ein Eldorado des Surf-sports. Alljährlich wird hier eine Runde der Weltmeisterschaften ausgetragen. Dann geht's hoch her am Strand.

Aber auch sonst ist der Flecken recht lebendig. An Wochenenden tauchen zudem die Bordeselen auf, für die Lacanau der nächstgelegene Küstenort ist. Ein paar übrig gebliebene Villen aus der Frühzeit des atlantischen Badetourismus heben den Ort wohltuend ab von den sonst eher charakterlosen Feriensiedlungen der Silberküste, und auch die moderneren architektonischen Schöpfungen stören nicht.

Wie im Gebiet von Hourtin-Carcans-Maubuisson profitiert man auch hier von der Natur, die hinter dem Pinienwald (Fahrradwege!) mit einem Süßwassersee aufwartet, der sich hervorragend zum ruhigeren Surfen und Segeln eignet. Der schönste Badeplatz am See und obendrein einfach zugänglich ist der kleine Strand im Norden bei *Le Moutchic*. Der alte Ort *Lacanau(-Bourg)* am Ostufer des Sees hingegen hat mit der Entwicklung von Lacanau-Océan an touristischer Bedeutung eingebüßt.

Le Porge-Océan: Eine abgeschiedene Badestation auf dem Weg nach Süden. An Wochenenden geht's hier ganz familiär zu. Bordelais, die das laute Leben von Lacanau-Océan nicht ertragen, verziehen sich an den Strand von Le Porge-Océan, der seiner Sauberkeit wegen gelobt wird. Ansonsten ist die Badestation vor allem ein Etappenstopp für Radfahrer, die durch den Pinienwald unterwegs zum Bassin von Arcachon sind.

Nachsaison am zentralen Strand von Lacanau





Mit dem Rad zum Bad

■ **Anfahrt:** **Autofahrer** wählen in Lacanau die D 3 in Richtung Süden bis Le Porge, von da sind es noch ca. 10 km bis zum Strand (Abzweig im Ortszentrum).

Radfahrer starten direkt von Lacanau-Océan aus, ca. 12 km bis La Porge-Océan, stets hart an der Düne entlang.

Basics, Übernachten, Essen & Co.

Die Basics

Postleitzahl 33680

Information **Office de Tourisme**, im Holzpavillon am großen Kreisel bei der Ortseinfahrt. Gutes Informationsangebot, brauchbarer Plan der näheren Umgebung, Faltblatt mit Radwegen in der Umgebung. Place de l'Europe, ☎ 05.56.03.21.01, medoc-atlantique.com.

Hin und weg **Bus:** Mo–Sa rund 6-mal, Sonntag 1-mal nach Bordeaux (Cours Tournon, Gare Saint-Jean).

Markt Mittwochvormittag in Lacanau-Océan, in der Saison zusätzlich am Samstagvormittag im alten Ort Lacanau(-Bourg).

Fahrradverleih **Aloha Bike** in der Nähe des zentralen Strandes ist spezialisiert auf elektrische Fatbikes, die auch für Fahrten auf Sand geeignet sind. 8, av. du Lieutenant Princeteau, ☎ 06.21.34.32.02.

Locacycle, am zentralen Kreisel, gegenüber dem Office de Tourisme. Auch E-Bikes, Mountainbikes, Kinderräder, Tandems und Kinder-

sitze. April–Okt. 11, av. de l'Europe, ☎ 05.56.26.30.99.

Wassersport Von Surfen bis Kitesurfen, von Segeln bis Seekajak – das Angebot ist riesig. Einschlägige Informationen im Office de Tourisme.

Übernachten

MeinTipp **** **Vitalparc**, ruhige Lage im Pinienwald, 3 km vom Ozean und 3 km vom See entfernt. Bei Sportlern beliebt. Großes Schwimmbad, Fahrradverleih für Hotelgäste, Waschmaschine (!), Minigolf, hauseigene Reitschule und schließlich eine Wellness-Abteilung. Geräumige Zimmer mit Balkon. Für das Gebotene sind die Preise wahrhaft moderat. Route du Baganais, ☎ 05.56.03.91.00, vitalparc.com. €€€

MeinTipp **L'Auberge Canaulaise**, 300 m vom Strand entfernt an einer der Zufahrtsstraßen zum großen Kreisel vor der Geschäftsstraße. Sehr freundlicher Empfang. Das tatkräftige Wirtspaar hat im 2021 eröffneten Haus 8 Zimmer eingerichtet, alle picobello, die besseren

mit Balkon. Eigener Parkplatz. Mit Restaurant (nur mittags), in der Küche steht der Gastgeber selbst. 12, av. Henri Seguin, ☎ 05.57.18.68.56, hotel-auberge-lacanau.fr. **€€**

De la Côte d'Argent, am Strand. Das ehemalige Grand Hôtel oder zumindest, was davon übrig blieb, wurde renoviert: Vom Zimmer mit Etagedusche und -WC bis zum Zimmer mit Du/WC/Balkon inkl. Meeresblick ist alles vorhanden. Der Bau wirkt nicht sehr ansehnlich, die Zimmer aber sind sehr gepflegt. Einzig die Rezeption (in der schicken Bar zur Straße) lässt zu wünschen übrig. Man muss sich regelrecht aufdrängen, um wahrgenommen zu werden. Ganzjährig. 3, bd de la Plage, ☎ 05.56.60.21.58, hotel-lacanau.fr. **€€**

Camping

******* Les Grands Pins**, im Norden von Lacanau-Océan. Mit dem Öko-Label ausgezeichnetes Yellow-Village-Luxusgelände im Pinienwald für den sorgenfreien Familienurlaub. Tenniscourt, großer Spielplatz für Kinder und großer, verspielter Wasserpark mit beheiztem Swimmingpool und fließendem Kanal. Zum Ozean ca. 400 m langer Weg durch den Sand. 320 Stellplätze. Mitte Mai bis Mitte Sept. Plage Nord, ☎ 05.56.03.20.77, lesgrandspins.com.

****** Le Tédey**, am See von Lacanau (von Lacanau-Océan Richtung Lacanau, dann vor Le Moutchic rechts abzweigen). Sehr schönes Terrain mit guter Infrastruktur und großem Sportangebot. Restaurant. Der Pinienwald reicht fast bis an den See. 480 Stellplätze, von den sehr beliebten vordersten aus kann man das Brett praktisch vom Zeltausgang ins Wasser schieben. Mai bis Mitte Sept. 11, rue des Pellegrins, ☎ 05.56.03.00.15, campingletedey.com.

***** Municipal La Grigne**, weit südlich von Lacanau, in Le Porge-Océan. Riesiges Gelände mit Stellplätzen im Pinienwald, direkt an der Düne. Lebensmittelmarkt, Bäckerei, Snackbar-Pizzeria und, was für einen Ausflug nach

Lacanau besonders sinnvoll ist: Fahrradverleih. April–Okt. 35, av. de l'Océan, Le Porge-Océan, ☎ 05.56.26.54.88, camping-leporge.fr.

Wohnmobile 150 Stellplätze und kompletter Service in Le Huga (Ortsausgang) an der Straße nach Le Moutchic. Rue de Sauviels, Le Huga.

Essen & Trinken

Restaurants In der Fußgängerzone (Allée Pierre Ortal) findet man Eisdielen, Fastfood, Thaiküche und nur selten ein gutes französisches Restaurant.

Kayoc, große, moderne Brasserie direkt am Ozean, nicht zu übersehen. Die Küche ist vielfältig, Schwerpunkt sind Fisch und Meeresfrüchte. Was aber hier zählt, ist die endlos lange Terrasse über dem Ozean – ein Ort für Voyeure und ein phantastischer Blick auf den Sonnenuntergang. Plage Centrale, ☎ 05.56.03.20.75. **€€€**

MeinTipp Poissonnerie Famille La Bou-digue, an der Straße zum zentralen Strand. Kleine Fischhalle wie auf dem Markt, einfach Angebot anschauen und bestellen. Nebst Fisch auch Austern und Meeresfrüchte. 9, av. de l'Europe, ☎ 05.56.03.15.86. **€€**

Le Boucantier, in Le Moutchic, mit Terrasse zur Seestraße und großem Parkplatz. Klassische französische Küche mit viel Freundlichkeit serviert. Verglichen mit den Restaurants in Lacanau-Océan schon fast eine ländliche Gaststätte. Sehr gut besucht, aber man findet Platz. So und Mo jeweils abends geschlossen. 64, av. de la Plage, Le Moutchic, ☎ 05.57.18.99.40. **€€**

Snacks Le Détour, an der Straße zum zentralen Strand. Ideal für den Apéro oder ein bisschen mehr. Das kleine Lokal bietet Wurst- und Käseplatten aus ausschließlich regionaler Produktion, biologische Weine von Kleinproduzenten, Biere von Mikro-Brauereien (Médoc, Nàüera) – das Angebot ist beachtlich. Auch Ladenverkauf. 19, allée Pierre Ortal, ☎ 06.35.48.58.28.

Europas größte Badewanne

Bassin von Arcachon

Die Bucht von Arcachon ist die einzige Bruchstelle der 240 Kilometer langen Côte d'Argent. Die Eyre, ein schmaler Fluss aus den Landes, hat sich hier einen Weg durch die Düne gebahnt und

damit der Landschaft ein neues Gesicht gegeben: Eine große Meeresbucht entstand, mit so geringer Tiefe, dass der Gezeitenwechsel das Bild bestimmt.

Zweimal täglich herrscht Ebbe, zweimal täglich füllt sich das Bassin mit frischem Meerwasser – ideale Bedingungen für die Austernzucht. Die Delikatesse kommt in Arcachon jahraus, jahrein auf den Tisch – als *Gravette* (flache Auster) oder als *portugiesische Auster* (hohle Auster). Rund 2500 Konzessionäre sind im Bassin von Arcachon in der *Ostréiculture* tätig. Allein der Ort Gujan-Mestras am Südufer verfügt über sieben Austernhäfen.

Inmitten der Austernparks liegt die **Île aux Oiseaux** (Vogelinsel) mit zwei fogenen „Stelzenhäusern“. Die Insel wird bei organisierten Bassin-Rundfahrten von allen Seiten besichtigt, doch aus Gründen des Naturschutzes nicht betreten. Zum Badeaufenthalt werden Ausflügler auf dem **Banc d'Arguin** abgesetzt, einer Sandbank am Eingang der Bucht, die von Zugvögeln als Zwischenstopp genutzt wird, mit direktem Blick auf die berühmte Düne von Pyla.

Bester Stützpunkt am Rand der Bucht ist Arcachon: pulsierendes Leben in der Unterstadt, Ruhe in der verträumten „Winterstadt“ aus dem letzten Jahrhundert. Von Arcachon aus ist es nicht weit zu Europas größtem Sandhaufen, der *Dune du Pyla*, zum ornithologischen Park von Le Teich oder – eine 30 Minuten mit der Fähre – zur Landzunge von Cap Ferret.

Baden/Surfen

Der Gezeitenunterschied hebt bzw. senkt den Wasserspiegel täglich zweimal um rund drei Meter, sodass die Wasseroberfläche des Beckens zwischen 60 km² (Ebbe) und 174 km² (Flut) misst. Bei Ebbe gehört das Bassin den Austernzüchtern, bei Flut zeigen sich sehr flache, also kinderfreundliche Badestrände. Für Surfanfänger ist das Bassin von Arcachon ein ideales Trainingsgebiet: Ein steter Wind bläst ins Segel, Wellen gibt's keine, und Abstürze enden im oft nur

knieltiefen Wasser. In Arcachon zieht sich der Strand vom Jachthafen im Osten der Stadt zum noblen Vorort Pyla im Südwesten. Ebenfalls beliebt und ihres sauberen Wassers wegen geschätzt sind die Strände von *Andermosles-Bains* und *Arès*. Ungeeignet für Badevergnügen und Wassersport sind die südöstliche Ecke des Bassins (Austernhäfen, ornithologischer Park) und die zugebaute Nordwestseite.

Die ozeanische Seite von Cap Ferret gehört zur Côte d'Argent, also: Dünen und oft hoher Wellengang. Der Strand dort ist nicht überwacht.

Die Spitze der Landzunge

Cap Ferret

Die Siedlungen am Nordwestufer des Bassins, zwischen dem Industrieort Lège und dem Badeort Cap Ferret, reihen sich zu einem 20 km langen Straßendorf: vorwiegend Ferienhäuser, gelegentlich etwas Dorfleben, direkt am Ufer ab und zu alte Fischerhäuser. Cap Ferret, am Ende der Landzunge, die den Ozean vom Arcachon-Bassin trennt, ist nur einer von zwölf Ortsteilen, die zusammen die Gemeinde *Lège-Cap Ferret* ausmachen, aber der schönste. Vermeiden Sie eine Rückfahrt von Cap Ferret am Sonntagabend. Dann nämlich ist ein Stau, der Ihre Fahrt um zwei, wenn nicht drei Stunden verlängert, so gut wie gewiss. Die Bordesles müssen schließlich am Montagmorgen rechtzeitig an ihrem Arbeitsplatz erscheinen.

Der 50 m hohe **Leuchtturm**, das Wahrzeichen von Cap Ferret, wurde 1944 von den Nazis in die Luft gesprengt und 1947 wieder aufgebaut. Heute ist er dank seiner Aussicht über das Becken von Arcachon eine erstrangige touristische Attraktion (258 Stufen!). Im Park daneben steht die Rekonstruktion eines von den deutschen Besatzern 1943 errichteten sog. **Doppelgrubenunterstands** – eine

Reminiszenz an den „Atlantikwall“, der von Norwegen bis an die spanische Grenze die Alliierten von einer Invasion abhalten sollte.

■ Leuchtturm: April–Okt. und Sept. tägl. 10–12.30/14–18.30 Uhr (Juli/Aug. durchgehend). Eintritt 7 €, 4–12 J. 4 €.

Der Ozean hinter der Landzunge ist meist ziemlich bewegt, der Strand nicht überwacht. Wer von Arcachon kommt, kann bei der Schiffsanlegestelle in den bei den Einheimischen beliebten „Petit Train“ umsteigen. Das Züglein, im 19. Jahrhundert noch eine Pferdebahn, fährt heute, von einer Elektro-Lok gezogen, quer über die Halbinsel bis auf die Düne (April–Okt., hin und zurück 7,50 €). Radfahrer

finden einen schönen Weg durch den Pinienwald in Richtung Norden am *Camping Le Truc Vert* vorbei zu den Dünen von *Grand Crohot* (18 km von Cap Ferret entfernt) – unterwegs lange Badestrände.

Postleitzahl 33950

Information **Office de Tourisme**, im Ortsteil Claou, an der Durchgangsstraße. 1, av. Général de Gaulle, ☎ 05.56.03.94.49, lecapferret.com.

Hin und weg **Bus:** Mo–Sa tägl. mehrmals, in der Hauptsaison über 20-mal über Andernos-les-Bains nach Bordeaux (Gare routière und Bahnhof Saint-Jean) Abfahrt: Place du Marché.

Schiff: Überfährt nach Arcachon, in der Hauptsaison vormittags stündlich, nachmittags halbstündlich, in der Nebensaison seltener. Hin und am selben Tag zurück 16 €. Abfahrt an der Débarcadère de Bélisaire.

Fahrradverleih **Gyro Cap**, breitgefächertes Angebot vom E-Trottinett bis zum Fatbike. Auch Reparaturen. 7, bd de la Plage, ☎ 05.56.60.64.79 und 06.47.13.02.45.

Bootsfahrten Diverse Rundfahrten im Bassin (u. a. Besichtigung der Austernbänke), ein Trip zur Sandbank von Arguin sowie eine Flussfahrt auf der Eyre sind im Angebot. Auskunft bei der Schiffsanlegestelle (Débarcadère de Bélisaire).

Markt Mi und Sa, Avenue des Mouettes/ Avenue du Monument Saliens (Ortszentrum).

Übernachten *** **La Frégate**, gepflegtes Hotel in ruhiger Lage. 500 m zum Ozean, 400 m zum Bassin von Arcachon – wer sich zwischen diesen beiden nicht entscheiden kann, springt einfach in den hoteleigenen Swimmingpool im Innenhof, umrahmt von Chaiselongues und Kaffeetischchen. Eigener Parkplatz. 32–34, av. de l'Océan, ☎ 05.56.60.41.62, hotel-la-fregate.net. €€€

MeinTipp **Camping **** Sandaya Le Truc Vert**, etwa 7 km nördlich von Cap Ferret, über eine Seitenstraße beim Ortsteil Les Jacquets zu erreichen. Der Campingplatz hat den „grünen Schlüssel“ erhalten, ein Öko-Label, das aufgrund von 129 strengen Kriterien vergeben wird (in ganz Südwestfrankreich sind nur drei Campingplätze damit ausgezeichnet). Ein wunderbares Gelände mit 480 Stellplätzen im Pinienwald, das sich für den abgeschiedenen



Leuchtturm von Cap Ferret



Familienurlaub außerhalb aller menschlichen Siedlungen (mit Ausnahme des Campings) hervorragend eignet. Lebensmittelgeschäft, Restaurant, Bar etc. Der Platz ist bei deutschen Camping-Urläubern sehr beliebt, an der Rezeption wird auch Deutsch verstanden. 300 m zum überwachten Strand. April–Okt. Route forestière du Truc Vert, ☎ 05.56.60.89.55, trucvert.com.

*** **Les Pastourelles**, in Claouey, im Ortszentrum Richtung Arcachon-Becken. Näher an der Zivilisation als der obengenannte und eine gute Alternative, wenn dieser überfüllt ist. Großes Gelände, viel Pinien, über 500 Stellplätze und eine ausgesprochen freundliche Leitung. „Nett und problemlos“, bilanzierte ein Leser. April–Okt. Route des Pastourelles, ☎ 05.56.60.70.61, campinglespastourelles.fr.

Wohnmobile Stellplatz mit komplettem Service neben dem Camping Les Pastourelles (s. o.).

MeinTipp Essen & Trinken Chez Hortense, an der Spitze des Kaps. Die Lage mit Blick auf die Düne von Pyla ist einmalig, das Essen, ob Muscheln oder gegrillter Steinbutt, vorzüglich. Das Lokal genießt einen hervorragenden Ruf, die Preise sind gehoben. Reservierung empfohlen. Place de la Liberté, ☎ 05.56.60.62.56. €€€

MeinTipp Auberge du Bassin, außerhalb an der Straße nach Arès (am Ortsanfang von Claouey). Eines der schönsten Restaurants am Bassin von Arcachon. Auf der großen, einladenden Speiseterrasse (bei Flut direkt über dem Wasser) lässt sich's vorzüglich speisen: Meeresküche und Menüs zu Preisen, die sich in Grenzen halten. Die Örtlichkeit ist beliebt und in lauen Nächten auch abends noch voll, so dass – zumindest in der Hochsaison – Tischreservierung zu empfehlen ist. 38, av. Charles de Gaulle, Claouey, ☎ 05.56.60.70.22. €€

Pêche à pied

Der Begriff bezeichnet eher eine Sammler- als eine Jägertätigkeit. Das „Fischen zu Fuß“ ist ein Phänomen, das mit Ebbe und Flut zusammenhängt. Wenn sich das Meer zurückgezogen hat, schwärmen die mit Schaufeln, Harken, Eimern oder Plastiktüten bewaffneten Fußfischer und Fußfischerinnen in die für einige Stunden freigegebenen Fanggründe aus und sammeln, was die Flut zurückgelassen hat: Muscheln, Krabben und andere begehrte Schalentiere.

Wenn Sie's selber versuchen wollen, gehen Sie vorsichtig zu Werke. Der schlimmste Fehler ahnungsloser Novizen besteht darin, die umgedrehten Steine nicht wieder in ihre ursprüngliche Position zurückzubringen und so die Nahrungskette zu unterbrechen: Die unter den Steinen verborgenen Mikroorganismen, von denen die nächstgrößeren Meeresbewohner leben, sterben dann ab, die Folge ist eklatanter Nahrungsmangel und, damit verbunden, eine bedrohliche Reduzierung aller Meeresbewohner in Küstennähe.

Die Dame am Austernhafen

Arès

Der Ort hat seine Berufung zur Bade- station erst nach dem Zweiten Weltkrieg entdeckt. Die Planer sind dabei behutsam zu Werke gegangen, die hübsch begrünten Feriensiedlungen liegen außerhalb des Ortskerns, der vom Arcachon-Bassin etwa einen Kilometer entfernt ist. Arès hat so etwas Geschäftsleben bekommen, aber seinen ländlichen Charakter bewahrt.

Westlich des Orts sind die Austern- züchter zugange, deren Hütten sich am **Port Ostréicole** reihen. Einige bieten die Delikatesse gleich vor Ort an. Am Ende der Reihe steht eine überaus schlanke Dame, 4,30 Meter groß, und schaut auf das Arcachon-Becken hinaus. Die Skulptur aus Niangon, einem Holz aus Afrika, wurde vom einheimischen Künstler Dominique Pios geschaffen.

Postleitzahl 33740

Information Office de Tourisme, in Strandnähe an der Avenue de la Plage/Place Weiss, ☎ 05.56.60.18.07, ares-tourisme.com.

Hin und weg Bus: mehrmals tägl., in der Hochsaison über 20-mal via Andornos-les-Bains nach Bordeaux (Gare routière und Bahnhof Saint-Jean), einige in die andere Richtung das Nordwestufer entlang nach Cap Ferret.

Markt Wochenmarkt Dienstagvormittag an der Avenue de la Plage/Place Weiss.

Übernachten ** La Petite Auberge, unauffälliges Haus in ruhiger Lage in einer Nebenstraße. 7 gepflegte Zimmer und eine freundliche Rezeption. 21bis, av. Du Port, ☎ 05.56.60.37.81, lapetiteauberge.info. €€

Camping * Les Goélands**, an der Straße nach Andornos-les-Bains, vom hinteren Ende des Platzes ein Katzensprung zum Strand. 400 Stellplätze im Laub- und Pinienwald, Lebensmittelgeschäft und SnackBar. April–Okt. 64, av. de la Libération ☎ 05.56.82.55.64, camping lesgoelands.fr.

Wohnmobile Stellplätze und Rundumservice auf dem Campingplatz Les Goélands (s. o.).

Essen & Trinken Nouvelle Vague, mitten in einem neuen Wohnquartier in der Nähe des Office de Tourisme. Brunch, Apéro-Platten, Eis und Drinks im freundlich hellen Interieur oder

draußen auf der Terrasse. 10, av. de la Plage, ☎ 09.51.93.46.74.

Baden und Flanieren

Andernos-les-Bains

Der Zusatz „les-bains“ lässt es schon vermuten: Der Ort hat Badetradition. Die endgültige Bestätigung liefert dann ein Spaziergang durch das Viertel zwischen der Hauptstraße und der Bucht: schöne, teils ältere Häuser, zahlreiche Restaurants, die zur Austern-Degustation und zu opulenteren Menüs einladen. In der Hauptsaison ist Andernos dank seiner direkten Uferlage fast so überlaufen wie Arcachon. Der schönste Strandabschnitt schließt östlich des Jachthafens an, bei Ebbe ist aber auch hier Ebbe. Dahinter schmucke Gartenwillen bester Wohnlage.

Postleitzahl 33510

Information Office de Tourisme, oberhalb der Durchgangsstraße, Neubau in der Nähe des Postamts. Esplanade du Broustic, ☎ 05.56.82.02.95, andernos-tourisme.fr.

Hin und weg **Bus:** mehrmals tägl., in der Hauptsaison über 20-mal nach Bordeaux (Gare routière und Bahnhof Saint-Jean), in die andere

Richtung über Arès das Nordwestufer entlang nach Cap Ferret. Ebenfalls gute Verbindung nach Fature, von dort rollen Züge weiter nach Bordeaux, Arcachon, Dax und Mont-de-Marsan. Abfahrt der Busse beim Office de Tourisme.

Fahrradverleih Verleih bei **Delort Sport**, 125, bd de la République. ☎ 05.56.82.11.45.

Markt Tägl. außer Montag in der schicken, 2023 eröffneten Markthalle. Am Freitag kommt rund um die Halle ein Kleidermarkt hinzu. Place du 14 Juillet (im Zentrum, oberhalb der Durchgangsstraße).

Übernachten **Villa Teranga**, gepflegtes, charmantes Mittelklassehotel mit 14 renovierten Zimmern in ruhiger Lage. Einladende Terrassenbar mit einem Kiosk aus dem Jahr 1900. Sichere Unterkunft für Fahrräder. Rezeption 12–13.30 und 17–21 Uhr. Mitte März bis Okt. 20, av. Thiers, ☎ 05.57.17.50.30, villateranga hotel.com. €€€

**** L'Océana**, ruhige Lage im Nachbarort Lanton und trotz der vielen Hinweisschilder nicht einfach zu finden. Rund 2 Dutzend korrekte Zimmer (auch Familienzimmer) in diversen Gebäuden und Anbauten. Hoteleigener Parkplatz. 2025 wurde mit dem Bau eines Swimmingpools begonnen. Kein eigenes Restaurant, zu essen gibt's im „To' Pizza“ (Pizzen, Pasta und Salate) im selben Gebäudekomplex. 7, av. Guy Célerier, Taussat, 33138 Lanton, ☎ 05.56.82.06.20, oceana-hotel-lanton.fr. €€

Markthalle mal in modern



Camping ** Fontaine Vieille**, im Osten des Orts, von der Durchgangsstraße weg ausgeschildert. Riesiges Gelände mit Bungalows, aber immer noch 180 Stellplätzen im Laubwald mit größerem Strandabschnitt. Restaurant, Bar, Lebensmittelladen, beheizter, gedeckter Swimmingpool, Tenniscourt, Tischtennis, Fahrradverleih ... alles, was man bei einem längeren Aufenthalt zu schätzen weiß. April–Okt. 4, bd de Colonel Wurtz, ☎ 05.56.82.01.67, fontainevieille.fr.

Wohnmobile Stellplatz am Austernhafen, Wasser und Elektrizität, selber Service im Camping Fontaine Vieille.

Ebbe und Flut geschickt genutzt

Audenge

Einziges Attraktion von Audenge ist das **Meerwasserschwimmbad** (gratis) mit einer Über-Olympia-Länge von 100 m. Ursprünglich diente es als Wasserreservoir für die Reinigung des Hafens, doch bereits in den 1970er-Jahren wurde es als Schwimmbad genutzt. Bei Flut werden die Schleusen geöffnet, und frisches Meerwasser strömt in die betonierten Schwimmbecken, weiter unten sind die Austernzüchter zugange. Ist das Wasser verschmutzt, lässt man es bei der nächsten Ebbe einfach wieder ablaufen – ein ebenso einleuchtendes wie praktisches Verfahren. Im Winter bleiben die Schleusen zu, dann wird das Becken geputzt.

■ Noch vor dem Ortsausgang Richtung Arcachon der unauffälligen Beschilderung „Bassin de Baignade“ folgen.

Hin und weg Bus: Gute Verbindung nach Andernos und Fature (von dort Bahnverbindung nach Arcachon und Bordeaux).

Mein Tipp Essen & Trinken Chez Geneviève, von den beiden Restaurants beim Meerwasserschwimmbad das bescheidenere. Fisch, Meeresfrüchte, Austern, aber auch ein einfacher Mittagstisch. Die freundliche Geneviève steht seit 1974 in der Küche und schaut ab und zu auf der schattigen Terrasse nach, um sich zu versichern, dass die Gäste sich wohlfühlen. Mittags tägl., Fr–So auch abends. 62, rue du Port, ☎ 05.56.26.81.05. €€

Zwischenstopp für Zugvögel

Le Teich

„Le Tek“, wie die Einheimischen ihren Ortsnamen aussprechen, liegt im Mündungsgebiet der Eyre an der Südostecke des Bassins. Das sumpfige Delta mit Süß- und Salzwasser bot ideale Bedingungen, hier einen **ornithologischen Park** anzulegen. Viele Zugvögel machen im 120 Hektar großen Gelände Station auf ihrem Flug nach Süden, im Lauf des Jahres werden über 250 Arten gezählt, ungefähr 80 davon brüten in Le Teich, u. a. auch Störche.

Zwei Rundgänge wurden durch das Vogelschutzgebiet angelegt; für den kleineren muss man ca. 1:30 Std., für den größeren (7 km) ca. 3:30 Std. rechnen. Es empfiehlt sich unbedingt, ein Fernglas mitzunehmen oder am Eingang des Parks eines auszuleihen.

■ Ornithologischer Park: 10–19 Uhr. Eintritt 9,90 €, 5–18 J. 7,70 €. Verleih von Ferngläsern: 4 € für klassische, 10 € für besonders starke Vergrößerung.

Hin und weg Bahn: Gute Verbindungen nach Arcachon und Bordeaux.

Begleitete Touren mit Kanu/Kajak Maison de la Nature, neben dem Eingang des ornithologischen Parks. Das Auto oder Fahrrad auf dem Parkplatz abstellen und sich vom Transporter zur Einstiegstelle hochfahren lassen. Die Fahrt im Einerkajak ist leicht teurer als die im Kanu. Für eine 5-stündige Fahrt (ab Salles, 20 km, 27–29 €) findet man sich um 8.45 Uhr ein, für eine 2- bis 3-stündige Fahrt (ab Mios, 10 km, 21–23 €) um 9, 10.40 oder 12.55 Uhr. Mindestalter 6 J. Reservierung empfohlen, vor Ort oder ☎ 05.24.73.37.33.

Kanu- und Kajakverleih Canoë-Kayak-Club le Teich, im Ortsteil La Mothe, verleiht Kanus und Kajaks für Fahrten ohne Begleitung. 1, av. de la Côte d'Argent, pont de Lamothe, ☎ 06.78.97.73.62.

Camping ** Ker Helen**, etwas außerhalb in Richtung Gujan-Mestras. Sehr gepflegtes Gelände, Swimmingpool, ausreichend Schattenplätze. 140 Stellplätze. April bis Mitte Okt. Av. de la Côte d'Argent, ☎ 05.56.66.03.79, kerhelen.com.

Die Hauptstadt der Auster

Gujan-Mestras

Sieben Austernhäfen, umgeben von schwarzen und braunen Bretterbuden mit roten Ziegeldächern, haben dem langgestreckten Doppelort den Beinamen „Hauptstadt der Auster“ gegeben. Die frisch aus dem Becken gezogenen Delikatessen werden an der Straße zur Degustation feilgeboten.

Hin und weg Bahn: Gute Verbindungen nach Arcachon und Bordeaux.

Feste Gujan-Mestras en Fête, in der 1. Augushälfte am Magdeleine-See (im Süden des Orts an der A 660 nach Arcachon). 4 Tage

lang Musik, Essen und Bechern. Auch Kinder kommen auf ihre Kosten.

Essen & Trinken Les Viviers, am Port de Larros, knapp östlich des Ortszentrums den Abzweig zum Bahnhof nehmen. Dank dem früheren Chefkoch, dem umtriebigen Marc Druart, der jahrelang Präsident der lokalen Austernzüchter war, ist das „Viviers“ zur bekanntesten Speiseadresse in Gujan-Mestras geworden. Die Terrasse des Restaurants liegt direkt über den Viviers, den Becken, in denen die für den Verzehr bestimmten Austern zwischengelagert werden. Mo geschlossen. Port de Larros, ☎ 05.56.66.01.04. €€

Les Pavois, ebenfalls am Port Larros und eine preiswerte Alternative zum „Viviers“. Frische Austern, leckere Fischplatten, gut gewürzte Krustentiere und von der Terrasse ein schöner Blick auf den Hafen. So abends, Mo ganztags geschlossen. 113, rue du Port de Larros, ☎ 05.56.66.38.71. €€

Zum Nachspülen am besten Champagner

Die Austern sind gekauft, man freut sich auf die himmlische Vorspeise und sieht sich plötzlich dem Problem gegenüber: Wie öffne ich die Muschel? Das Tier lebt nämlich noch, wehrt sich gegen sein Schicksal und hält mit seinem starken Muskel die Schale fest zusammen. Ratschlag: nicht lange hilflos mit dem Taschenmesser herumfummeln, sondern sich ein spezielles Austernmesser besorgen (das vor Abrutschen und versehentlichem Öffnen der Pulsader schützt) und sich das Know-how des Austernöffnens demonstrieren lassen.

Kurzlehrgang: Die Auster mit der tieferen Schalenhälfte nach unten in die Hand nehmen, an der dicksten Stelle der Seite das Instrument ansetzen, den Schließmuskel durchtrennen, die obere Schalenhälfte mit einer Drehbewegung abheben und das Fleisch vorsichtig von ihr lösen. Eventuelle Schalensplitter entfernen.

Gesunde Austern zeigen folgende defensive Reaktionen: Sie lassen sich schwer öffnen (Austern, die sich von selbst geöffnet haben, sollte man besser nicht verzehren), der Mantel des rohen Fleisches zieht sich leicht zusammen, wenn er mit Zitronensaft beträufelt wird.

Austern werden roh, gebraten, gedünstet, gratiniert oder gekocht (Austernsuppe) verzehrt. Am einfachsten und gängigsten ist das Rezept „Huîtres natures: Nach dem Öffnen der Auster das erste Wasser wegkippen, das lebende Tier produziert ein zweites, schmackhafteres Wasser. Das rohe Austernfleisch in der größeren, unteren Schalenhälfte servieren, wenn möglich, auf zerstoßenes Eis gebettet. Graubrot und Butter, Zitrone und Pfeffer bereitstellen, als Begleiter dazu einen Entre-Deux-Mers oder, besser noch, Champagner.