



sommaire

Avant-goût

Nos coups de cœur	11
Que voir?	12
Programme	14
Que faire avec les enfants?.....	16
Fêtes et manifestations.....	18

Si vous aimez

L'histoire	22
Les empreintes des temps anciens	22
De si anciens chemins...	25
Les Cévennes protestantes	28
Le patrimoine	31
Lire le paysage languedocien	31
Soie d'autrefois	33
Vieilles pierres languedociennes	35
La gastronomie et le terroir	38
Nourritures de terre et de marée	38
Terres de vigne	42
L'artisanat et le tourisme industriel	44
Souvenirs ! Souvenirs !	44
La nature	48
Un parc, des parcs	48
La faune	52
Le paradis des oiseaux	54
La flore	56
Les sports et les loisirs	59
Tout à loisirs	59

27 itinéraires

Montpellier et son arrière-pays 65

- 1 Montpellier 66
- 2 La vallée montpelliéraine.... 77
- 3 Des gorges de l'Hérault au causse du Larzac 84
- 4 Autour du lac du Salagou .. 92

Le littoral de l'Hérault et le bassin de Thau 97

- 5 Le littoral de Montpellier... 98
- 6 Sète..... 106
- 7 Autour de l'étang de Thau.. 113
- 8 Béziers et le littoral biterrois 120

Les plaines viticoles et le haut Languedoc 129

- 9 La route des Vins..... 130
- 10 Autour du mont Caroux 139
- 11 Le Saintponais et le plateau des Lacs..... 146
- 12 Autour des monts d'Orb ... 152

Les Grands Causses du Sud 157

- 13 Le causse du Larzac 158
- 14 La vallée de la Dourbie et le causse Noir 166

Gorges et causses 173

- 15 Les gorges du Tarn..... 174
- 16 Les gorges de la Jonte et le causse Méjean..... 182

Autour du mont Lozère 189

- 17 Le versant sud du mont Lozère 190
- 18 Le versant nord du mont Lozère 197

19 Autour de l'Aigoual 202

Les vallées et le piémont cévenols 209

- 20 La vallée Française 210
- 21 La vallée Borgne..... 217
- 22 Le piémont cévenol..... 223

Les garrigues gardoises 231

- 23 Nîmes 232
- 24 Les environs de Nîmes 240
- 25 Uzès et ses environs 248
- 26 La vallée de la Cèze..... 257

27 La Petite Camargue gardoise 264

Carnets

Le Languedoc pratique 278

Carnet d'hébergement 282

Carnet de restaurants..... 294

Carnet de loisirs..... 304

Carnet de balades 316

Index des lieux..... 368

Index thématiques

Les hébergements 372

Les restaurants 373

Le shopping 374

Les sports et loisirs 375