

# FEEL THE FLOW!

## **DIE FLOW VÉLO IN FRANKREICH**

Die fast 300 Kilometer lange „Flow Vélo“ verläuft in Frankreich ab Thiviers in der Dordogne in leicht welligem Gelände bis auf die Insel d’Aix im Atlantik.





Die Flow Vélo endet auf der Insel d' Aix.

Fotos: Judith Weibrecht



Picknickplatz in Saint Pardoux de la Rivière.

**L**eben kommt ins Dorf: Metallrollen klappern und erste Gäste nehmen einen Kaffee vor der Bar Tabac. Die Besitzer des Hotels de la France et de la Russie sind Engländer. Die Dordogne war für sie Liebe auf den ersten Blick, und sie ließen sich in Thiviers nieder. Im Hof des Hotels bereitet eine belgische Radgruppe ihre Abfahrt vor. „Sie machen die gleiche Route wie Sie“, erzählt mir Hotelchef Adrian Finch. Die Flow Vélo dürfte Thiviers sicher noch einiges mehr an Radreisenden bescheren. Das Örtchen lässt sich per Zug erreichen und die ehemalige Bahntrasse nach Saint Pardoux de la Rivière ist heute ein Radweg. Genau hier beginnt die Flow Vélo.

Allez! Unterm Blätterdach, dessen Zweige sich zu umarmen scheinen, geht es an Info-Stelen mit Fotos aus alten Zeiten und stillgelegten Bahnhöfen vorbei bis nach St. Jean de Côte, einem der schönsten Dörfer Frankreichs. Es ist nicht nur autofrei, sondern auch frei von Neubauten. Schloss Marthonie und die Kirche Saint-Jean Baptiste sind sehenswert. Außen finden sich beeindruckende Steinmetzarbeiten mit Motiven wie Noah mit den Weinreben oder Daniel mit dem Löwen. Die Gassen säumen Fachwerkhäuser, an denen Rosen ranken.

**Von Bahntrasse zu Bahntrasse.** Die Bahntrasse endet in Saint Pardoux de la Rivière. Im Dorf bietet die Metzgerei „Lard du Goût“ neben Rillettes und Pasteten auch eine riesige Auswahl an Käse und Salaten fürs Mittagspicknick. Unten am Fluss sind neben dem alten Waschhaus Tische und Bänke installiert. In Nontron treffe ich nach einem steilen Anstieg in der Oberstadt auf die „Coutellerie Nontronnaise“, eine berühmte Messerschmiede von 1780. Fast alle hier erhältlichen Kunstwerke haben einen runden hölzernen Griff mit der typischen Markierung einer stilisierten Fliege.

Auf Nebenstraßen radele ich weiter über die Dörfer ins hübsche Souffrignac, das idyllisch am kleinen Fluss Bandiat liegt. Dann folgt erneut ein Bahntrassenradweg, diesmal glatt asphaltiert. Infotafeln an der Route erklären die ehemalige Bahnstrecke und die Vegetation auf Französisch. Stillgelegte Bahnhöfe und Picknickplätze locken zur Linken, zur Rechten leuchten kilometerweit Sonnenblumen. So geht es bis zu den Quellen der Touvre. In Magnac-sur-Touvre stehen die Menschen vor der Patisserie und Boulangerie „Tartines & Macarons“ zu Recht Schlange: Beim Anblick der Macarons, Quiches und belegten Baguettes läuft einem das Wasser im Munde zusammen.



**oben** Die Stadt Cognac an der Charente.

**links** In Angoulême beeindruckten die bemalten Hausfassaden im Comic-Stil.

**Alles am Fluss.** Die Flow Vélo führt nun mehr oder weniger direkt am Fluss Charente entlang bis zur Comic-Hauptstadt Angoulême. Das 2009 eröffnete Comic-Museum liegt direkt am Weg und zeigt Europas größte Sammlung an Comic-Zeichnungen. In der Stadt gibt es 35 Zeichenschulen und rund 100 Unternehmen haben sich angesiedelt, die sich mit Animationsfilmen und Videospiele beschäftigen. „Wir sind hier im Silicon Valley der Animationen“, findet Stadtführerin Christine Olmer. Beim Stadtrundgang bewundere ich die vielen Wandmalereien. Sie nehmen mich so gefangen, dass sie die St. Peters-Kathedrale aus dem 12. Jahrhundert mit ihren vielen Steinmetzarbeiten fast in den Hintergrund drängen.

Kaum aus der Stadt hinaus, folgt ein kleines Suchspiel. Zwar ist die Route fast komplett ausgeschildert mit Logo, Ortsnamen und Kilometrierung, aber es kann in größeren Orten schwierig werden, wenn das eine oder andere Schild fehlt. In solchen Situationen helfen die GPX-Tracks von der Website. Ungeplante Entdeckungen mache ich dennoch, oft auch gerne, denn „Umwege erweitern die Ortskenntnis“, wusste schon Kurt Tucholsky. Ich lande am von Ulmen, Pappeln und Eschen gesäumten Charente-Ufer, wo die Vögel um die Wette zwitschern, und beginne Heinrich IV. zu verstehen, der gesagt haben soll: „Es ist das schönste Flüsschen in meinem Königreich.“

**Cognac.** In Sireuil taucht die erste Cognac-Destillerie auf: Moisans, wo seit 1960 Branntwein hergestellt wird. „Wir sind eine kleine Destillerie“, sagt Laurette, die mich herumführt, und erklärt, dass das bräunliche Getränk aus den resistenten Weinreben der Sorte Uni blanc hergestellt wird. Staunend wandere ich an den zwölf kupfernen Destillen und Fässern aus Eichenholz vorbei. In Cognac selbst sind die Cognac-Hersteller alle aufgereiht: Hennessy, ursprünglich irisch, Martell, englisch, und Otard, schottisch. Doch bevor Cognac zur Bezeichnung des hochprozentigen Getränks

wurde, war es schon seit dem 11. Jahrhundert der Name dieser hübschen Stadt mit ihrem Stadttor und den Altstadtgassen.

Die Charente glitzert in der Abendsonne, Lichtreflexe spiegeln sich im Wasser. In einem Liegestuhl direkt am Wasser genieße ich den Blick auf die Brücke Pont Neuf und die Uferpromenade. Auf ihr verlasse ich am nächsten Tag den gastlichen Ort – nach einer Führung bei Otard im Château Royal de Cognac. Für eine Verkostung ist es morgens um neun Uhr aber eindeutig zu früh. Ich schnuppere nur und bleibe fahrtauglich.

**Begegnungen.** Direkt am Wasser ist im hübschen Port de Lys ein Kiosk mit Getränken, und weil ich mich verfare, folgt ein noch schönerer mit Bar und Restaurant hinter Rouffiac: „Les Clapotis“ liegt idyllisch direkt am Wasser. Inzwischen habe ich gelernt, dass ich bei solchen Angeboten sofort zugreife, denn die Route führt nicht allzu oft mitten durch ein Dorf, wo sich die Verpflegung aufstocken lässt. So beschert mir dieser Tag auch noch eine willkommene dritte Pause: Mit einer Kettenseilfähre setze ich über und fahre die paar hundert Meter zur alten Mühle „Moulin de la Baine“. Hier treffe ich die belgische Radgruppe vom ersten Tag wieder. Insgesamt begegnen mir nur wenige Radreisende, gegen Ende der Flow Vélo, wenn sie mit der Vélodyssée (siehe Radwelt 5.2019) verläuft, steigt die Zahl der Radfahrenden.

**Römer und Rochefort.** Saintes stellt eine weitere Überraschung dar. Im ehemals römischen Städtchen sind jede Menge Überbleibsel zu bestaunen, wie das Amphitheater, der Germanicus-Bogen und die Thermen. Die sehenswerte Abtei des Dames ist ein Accueil Vélo-Betrieb, in dem Radfahrende übernachten können. Das ist etwa mit dem ADFC-Label Bett+Bike vergleichbar. Über eine Brücke gelange ich ins Zentrum mit seinen Gassen, Cafés und Kneipen und laufe direkt auf die außergewöhnliche Kathedrale St. Pierre zu. Ihr Turm ist 58 Meter hoch und hat eine kupferne Kuppel.

Die weiße Stadt Rochefort mit ihren rechtwinklig angeordneten Straßen wurde im 17. Jahrhundert vom Sonnenkönig Ludwig XIV. gegründet. Die Stadt war eine Marinebasis mit Werft und Waffenarsenal. Das merkt man heute noch am Marinemuseum oder der alles überstrahlenden Königlichen Seilerei, Corderie Royale. 374 Meter lang ist das ab 1666 wegen des sumpfigen Untergrunds auf Eichen-

# FLOW VÉLO KOMPAKT

## INFORMATIONEN

Flow Vélo: [www.laflowvelo.com/carte](http://www.laflowvelo.com/carte) (inkl. GPX-Tracks)  
[www.nouvelle-aquitaine-tourisme.com/de/la-rochelle-ile-de-re/](http://www.nouvelle-aquitaine-tourisme.com/de/la-rochelle-ile-de-re/)  
 die-drei-schonsten-radwege-in-der-nouvelle-aquitaine  
 Dordogne Périgord Tourisme: [www.dordogne-perigord-tourisme.fr](http://www.dordogne-perigord-tourisme.fr)  
 Charentes Tourisme: [www.atlantic-cognac.com](http://www.atlantic-cognac.com), [www.infiniment-charentes.com](http://www.infiniment-charentes.com)  
 Nouvelle Aquitaine Tourisme: [www.nouvelle-aquitaine-tourisme.com](http://www.nouvelle-aquitaine-tourisme.com)

## AN-/ABREISE

Bahn mit Fahrradmitnahme nach Straßburg: [www.bahn.de](http://www.bahn.de), dann TGV bis Angoulême (Fahrrad 10 €, 1-2x tägl.), <https://de.oui.sncf/de>, Info: [www.oui.sncf/train/velo-a-bord](http://www.oui.sncf/train/velo-a-bord) oder bis Bordeaux, ab da RER nach Thiviers.  
 Zurück ab Bahnhof Saint Laurent de la Pré Fouras TER (in allen TER-Zügen ist die Fahrradmitnahme möglich) nach La Rochelle oder per Rad bis hierhin auf der Vélodysée, weiter TER nach Bordeaux, TGV nach Straßburg (s. o.)

## ETAPPEN

- Thiviers-Saint Jean de Côte-Nontron, 31 km
- Nontron-Angoulême, 51 km
- Angoulême-Cognac, 61 km
- Cognac-Saintes, 38 km
- Saintes-Rochefort, 62 km
- Rochefort-Insel d'Aix, 26 km (bis zur Fähre in Fouras, weitere km auf der Insel)



## LITERATUR UND KARTEN

- Routard La Flow Vélo: du Périgord à l'Atlantique par la vallée de la Charente, französische Ausgabe, ISBN 9782017870838, 11 Euro
- 146 Angoulême – Bellac Topographische Touristische Landkarte Tourismus und Fahrrad (wasserfest) TOP100, Maßstab 1:100.000, IGN Frankreich, ISBN 9782758543787, 10,50 Euro
- 138 La Rochelle – dto., ISBN 9782758543749, 10,50 Euro
- Marcus X. Schmid: Südwestfrankreich, Michael-Müller-Verlag, ISBN 9783956547508, 20,90 Euro

pfählen erbaute Gebäude, denn die Seile, die hier aus Hanf gedreht wurden, waren bis zu 200 Meter lang – eine historische Kabellänge.

Neben dem 300 Jahre alten Trockendock der einstigen Werft ist heute ein Seilgarten. Viele klettern hinauf und betrachten die „Hermione“ von oben. Sie ist der imposante Nachbau des Dreimasters, auf dem Lafayette 1780 nach Boston fuhr. 38 Tage brauchte er für die Atlantiküberquerung. Lossegeln kann sie direkt von hier aus: Die Charente führt in einer Schleife fast rund um die Stadt, ist hier schon sehr breit und wird von Ebbe und Flut beeinflusst.

**Zum Abschluss ein „Croissant“.** Für mich geht der Weg weiter am Fluss entlang, vorbei am imposanten Pont Transbordeur, einer Eisenbrücke mit an Seilen hängender Plattform, die

scheinbar übers Wasser und ans andere Ufer schwebt und dann – wenig charmant – die Autobahn entlang. Doch endlich: Das Meer! In Fouras ist heute Markttag. Die Fisch- und die Gemüsehalle sind voller Menschen, die sich über die besten Austern und passenden Weißwein austauschen oder Kaffee trinken.

Die Überfahrt auf die Insel d'Aix ist ruhig. Am oberen Ende des Croissants, wie die Einheimischen die Insel aufgrund ihrer Form nennen, liegt das architektonisch interessante Fort Liédot. Gelandet bin ich im atlantischen Paradies. Autos sind verboten, hier bewegt man sich gemächlich auf Fahrrädern, zu Fuß oder in Pferdekutschen fort. Alles komplett tiefenentspannt – mit Ausblick auf das Meer und die Wellen: Feel the Flow!

● Judith Weibrecht



**Sail & Bike Greifswalder Bodden**  
 21.05.-28.05.2022 7 Nächte: € 1.180,-  
 28.05.-04.06.2022 7 Nächte: € 1.180,-  
[www.tallship-company.com](http://www.tallship-company.com)






**Sail & Bike 2022 in Dänemark**  
 11.06.-16.06.2022 5 Nächte: € 880,-  
 05.07.-14.07.2022 9 Nächte: € 1.580,-  
 E-mail: [info@tallship-company.com](mailto:info@tallship-company.com)