



VOGLIO ANDARE AL LUBERON

Natura, scoperte, gusto, emozioni, relax zen





L'ARTE DI VIVERE IN PROVENZA

UNA DESTINAZIONE D'ECCELLENZA

www.luberontourisme.com www.islesurlasorguetourisme.com Alle porte del Luberon e dei Monti del Vaucluse, si trova una destinazione ricca di emozioni che soddisfa tutti i desideri.

Tra lavanda, vigneti e ulivi; in bicicletta, a piedi o in canoa; al mercato, in un ristorante o in una proprietà vinicola; a bordo piscina, in una SPA o all'ombra di un grande albero... la felicità e la dolce vita si trovono qui!

Questa destinazione promette momenti speciali da condividere in la famiglia, con gli amici, in coppia oppure da solo. Perfetto per ricaricare le batterie e fissare bei ricordi nel cuore. Una destinazione a un'ora da Marsiglia, facilmente raggiungibile dall'Italia in aereo, auto o treno (Thello)

UNA DESTINAZIONE PER IMMERGERSI NELLA NATURA SENZA DIMENTICARE GASTRONOMIA E CULTURA!

UN PATRIMONIO STORICO STRAORDINARIO

Due dei più bei villaggi di Francia (Gordes e Lourmarin) e una moltitudine di piccoli borghi autentici collegati da stradine nel verde. Un passato storico ricco del passaggio dei Romani, della storia dei Papi e del Contado Venassino, dei Valdesi del Luberon, degli Ebrei del Papa, l'epidemia di peste di Marsiglia...

UN PARADISO DI ATTIVITÀ NEL CUORE DELLA NATURA

Un terreno di gioco per tutti : dai più sportivi in mountain-bike, scalata ovia ferrata alle uscite con la famiglia in bicicletta, a dorso d'asino o in canoa... Attività davvero ricche di emozioni nel cuore di paesaggi incantevoli...

UN PARADISO PER I GASTRONOMI

Un paese di sapori autentici ! Olio dbliva, vino, frutte ortaggi... sono ricchi di gusto e ispirano gli chef per la preparazione di piatti provenzali da leggenda... Un territorio fonte di incontri nei mercati, in occasione di un corso di cucina, durante una raccolta di erbe selvatiche...











VOGLIA DI NATURA?

Nel cuore del Parc Naturale Regionale del Luberon

Una natura intatta dai paesaggi mitici, sentieri e luoghi tranquilli e rigeneranti, deliziosi profumi, il blu della lavanda e la pietra bianca presente ovunque (muri, capanni, falesie)... e due fiumi che scorrono dolcemente (la Sorgue e la Durance).

Territorio rurale fragile , famoso per la qualità della vita, dal ricco patrimonio e dagli splendidi paesaggi, il Parco si estende su 1 850 km2 e la sua altitudine varia fra i 70 e i 1 125 m (alla sommità del Mourre Nègre, situato nel Grand Luberon). Il PNRL è uno dei 7 parchi naturali regionali della Provenza-Alpi-Costa Azzurra.

Andare in giro per il Luberon vuol dire accostarsi sia alla natura che alla storia. Imboccare sentieri di "petite randonnée" che attraversano il territorio in tutti i sensi. In versione famiglia, con gli amici o sportiva, esiste una gran numero di sentieri segnalati. E se siete tentati da veri trekking, il Luberon si attraversa da nord a sud e da est a ovest in due giorni.

Le Grandi Randonnées (GR) 6/91/97 oltre alla GR del Pays des Monts de Vaucluse e allo storico « Sentiero della Peste » vi guidano attraverso i nostri paesaggi. Senza dimenticare i pellegrini di Santiago di Compostella in direzione di Roma che seguono il cammino nella pianura...

UN LUOGO DA INCANTO - Fontaine de Vaucluse

Le recenti scoperte archeologiche atestano un importante culto reso a questa sorgente durante tutta l'antichità. Ai piedi di una straordinaria scogliera scolpita dall'erosione, sgorga il più bel fiume del dipartimento: la Sorgue de Vaucluse, ad alcune centinaia di metri dal pittoresco paese a cui la valle ha dato il nome.



Isle sur Sorgue Olsle sur la sorgue Tourisme



VOGLIA DI SCOPERTE?

Villaggi e musei d'eccellenza

Villaggi

Una delle particolarità dai villaggi del Luberon è che sono arroccati o appoggiati ai massicci del Luberon e dei Monti di Vaucluse. In tutti i villaggi che visiterete, vi ritroverete affacciati su una valle o circondati da ulivi, viti o querce spinose. Ogni villaggio offre un punto di vista per ammirare il panorama dei massicci più famosi del sud della Francia: il Luberon, il Monte Ventoso, le Dentelles de Montmirail, le Alpilles, talvolta la Montagna di Sainte Victoire...

Villaggi classificati fra« I più bei villaggi di Francia « (Gordes, Lourmarin, Roussillon...), la piccola città di L'Isle sur la Sorgue, al 2° posto in Europa per l'antiquariato, Fontaine de Vaucluse e la sorgente della Sorgue.

Musei d'eccellenza & contemporanei

- Museo della Lavanda Château du Bois. www.museedelalavande.com
- La Filaventure (Manifattura Brun de Vian Tiran. ww.lafilaventure.fr
- Museo Pierre Salinger: Ubicato nella proprietà che fu la sua ultima dimora in Provenza, il Museo Pierre Salinger ritraccia il percorso di un uomo fuori dal comune. Visita su prenotazione tutto lanno.
- Musée Campredon : 1746 ospita un centro artistico e accoglie molte esposizioni di pittura, scultura, durante tutto lanno.

Castelli classificati come monumenti storici

• Lourmarin : tutto lanno

• Gordes : apertura alta stagione estiva







PIACERI CULINARI?

Sapori e colori

Proprio così, i nostri prodotti sono buoni e coltivati con amore... i nostri produttori sono persone simpatiche e piene di passione... potrete trascorrere del tempo in alcune delle nostre fattorie... e certamente troverete nei nostri mercati l'occorrente per preparare pietanze squisite degne della Provenza più autentica! Frutta e verdura in abbondanza, olio, miele, fiori e vino (di tutti e tre i colori!). Insomma, non vi mancheranno le cose da assaggiare né i regali da portare a casa per imbandire una bella tavola e per ricordare la magia e la semplicità di questi momenti. E una visita ai nostri chef vi incoraggerà a scoprire sapori nuovi e vivaci grazie a combinazioni audaci ma deliziose!

Andare al mercato

Grazie al sole delle Provenza, frutta e verdura ricchi di sapore vi aspettano nei mercati (mercati dei produttori a fine giornata, mercato di Coustellet la domenica mattima e il mercoledì sera in estate...), da alcuni contadini e dai ristoratori. Frutta e verdura raccolti al mattino stesso o al massimo il giorno precedente, per essere pronti sui banchi quando arrivano i primi clienti... frutta e verdura dal gusto speciale : pesche vellutate, ciliegie croccanti, fragole freschissime.. qui queste espressioni hanno davvero senso. I mercati dei produttori durano da aprile a fine dicembre per i più importanti.

Gli agricoltori al vostro servizio

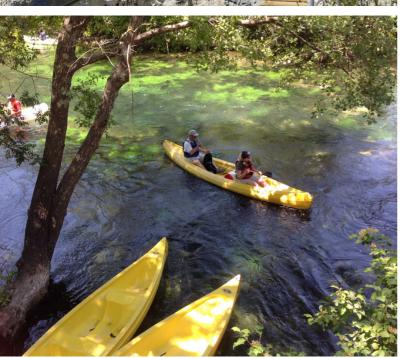
La filiera corta e la gastronomia locale sono una presenza forte in tutto il Luberon e il Pays des Sorgues. I mercati contadini e le vendite direttamente in fattoria hanno luogo in quasi tutti i periodi dell'anno. Qui potrete acquistare gli asparagi e le fragole già ad aprile e le zucche tra settembre e ottobre, e decisamente NON troverete pomodori a dicembre, ma piuttosto patate, porri e mele... una lezione importante su come funziona la natura!

Restoranti con una stella Michelin:

- Ristorante « Les Bories » a Gordes
- Ristorante Le Champ des Lunes a Lauris
- Ristorante Le Vivier a Isle sur la Sorgue
- Restaurant La Fenière à Cadenet







VOGLIA DI EMOZIONI?

Paesaggi a perdita d'occhio, alla velocità di una bicicletta o dei propri passi. Sentieri per itinerari tranquilli o più impegnativi. Dal trail alla mountain bike, passando per la canoa e la via ferrata con vista sulle più belle catene montuose della Provenza. Il potere di attrazione delle attività da praticare o da scoprire è davvero unico!

Passagiare

Andare in giro per il Luberon vuol dire accostarsi sia alla natura che alla storia. Imboccare escursione a piedi che attraversano il territorio in tutti i sensi. In versione famiglia, con gli amici o sportiva, esiste una gran numero di sentieri segnalati.

Via Ferrata a Cavaillon

La Via Ferrata è direttamente accessibile dal centro di Cavaillon a piedi. Si divide in due itinerari (Via Natura e Via Souterrata)

Prendere quota

Volare come un uccello tra Durance e Luberon grazie ad un volo in aliante... un ricordo indimenticabile. E potete anche scegliere la mongolfiera...

Un piccolo lato retro in 2CV

L'emblematica vettura francese del marchio Citroën. Con autista o in piena autonomia, due società offrono la possibilità di andare alla scoperta del territorio con vetture originali e colorate, per un souvenir indimenticabile : in coppia, con la famiglia, con amici, in gruppo, per team building... Da fare assolutamente, felicità e allegria assicurate.







VOGLIA DI ESSERE ZEN?

Prendere il tempo

Rilassarsi, che piacere. Prendersi cura di se stessi fra il silenzio o il canto delle cicale, ascoltando gli uccellini al mattino dalla propria camera con vista su una natura luminosa. Un massaggio, un centro benessere, un corso di yoga all'aperto per un'esperienza ancora più perfetta...

Prendere il tempo di ritemprarsi in luoghi tranquilli che offrono lusso, quiete e spazio cocooning : una proposta così di attualità ! Spa, centri massaggi, spazi relax e corsi di yoga sono proposti in un gran numero di strutture.

Un caffé...

Oltre ai tanti i piccoli villaggi presenti sul nostro territorio e che bisogna assolutamente visitare per vivere al ritmo della Provenza. Alcuni vi offrono l'opportunità in più di andare in giro scoprire diversi negozi affascinanti e numerosi caffé o sale da thé per completare la vostra visita nel giorno del mercato o in qualsiasi altro giorno della settimana. Da non perdere.

Spazi contemporanei...

Hotel, concept stores e gallerie darte. Alcuni albergatori hanno fatto la scelta di unarchitettura e di una decorazione decisamente contemporanea nel cuore della Provenza. Una maniera di viaggiare di totale immersione nellambiente della Provenza con soluzioni informali, chic e attuale.

PARADISO DEL CICLISMO

BICICLETTA

Percorrere le stradine e i sentieri provenzali è un piacere da vivere da soli o con la famiglia. Il piacere che offre un itinerario in bici è davvero vario e ricco: paesaggi fuori dal tempo, villaggi di carattere tutti vicini (fra 3 e 10km al massimo) da visitare e dove fare una tappa rilassante a bere qualcosa, laria pura sotto un cielo blu e sole garantito per oltre 300 giorni allanno!

IL LUBERON IN BICICLETTA

Litinerario turistico del Luberon in bicicletta, della lunghezza totale di 236 km attraversa il Luberon Monts de Vaucluse per 63 km. Privilegia del stradine che collegano i vecchi villaggi.

www.veloloisirprovence.com/fr/luberon

LA PISTA CICLABILE DEL CALAVON

Versione famiglia, litinerario della Pista Ciclabile del Calavon è una strada verde che segue il percorso della ex ferrovia situata sugli 8 km tra Robion e Les Beaumettes. Prosegue poi in direzione di Apt, per un totale di 36 km riservati alle biciclette o ai roller in totale sicurezza.

IN QUANTO ALLA MOUNTAIN BIKE

La Grande traversata del Vaucluse passa per il territorio di Gordes e la Grande Traversata del Luberon tocca diversi villaggi del Luberon Coeur de Provence. Itinerari tecnici destinati ai più esperti e allenati : https://youtu.be/laBQOjVz160

PERCORSO IN BICI NEI DINTORNI DELL'ISLE SUR SORGUE

La pista ciclabile "De la Source à la Venise Comtadine" è una facile pista ad anello di 20 km. Da L'Isle-sur-la-Sorgue a Fontaine-de-Vaucluse, passando per il villaggio arroccato di Saumane-de-Vaucluse, potrete godervi in bici i paesaggi scolpiti dal fiume Sorgue. Lungo il percorso troverete anche un collegamento per la pista ciclabile di Calavon.



UN FIUME E ANTIQUARI

ISLE SUR LA SORGUE

LA SORGUE

Nato dalle acque della Sorgue, questo antico villaggio di pescatori è soprannominato la "Venise Comtadine" (Venezia contadina).

Dall8 agosto 1467, era stato vietato di lavare la biancheria e inquinare il fiume sotto pena di 25 lire di multa. La Sorgue ha un posto di primo piano nella vita e nella storia di LIsle.

Lungo i moli, il vero patrimonio è lacqua e tutta la storia che ne deriva. Il paese di pescatori si sviluppa e diventa una borgata: Saint-Laurent, lattuale quartiere di "Villevieille".

Vero è che se la città fu prospera grazie ad una molteplicità di laboratori e di fabbriche che sfruttavano la forza motrice della corrente, e grazie alla vendita dei pesci, seppe comunque divertirsi con lacqua.

GLI ANTIQUARI

Paradiso degli appassionati della brocante, l'Isle è il più grande centro della Provenza famoso per il mercato professionale degli antiquari e rigattieri.

Un centro su scala Europea, il cui pubblico non ha cessato di rafforzarsi dalla creazione del primo villaggio degli antiquari nel 1978.

Quindi, la città deve la sua fama ai 300 negozi di antiquariato aperti tutto l'anno dal venerdì al lunedì : mobili, quadri, oggetti darte, splendide stoffe, gioielli, libri, dischi, oggetti in ferro battuto. Si contano 500 espositori in occasione delle grandi manifestazioni (fiere internazionali).

Professionisti dell'arredo, ricercatori esperti o semplici compratori di anticaglie sono sicuri di trovare sul posto il mobile o l'oggetto raro di cui sognano...



IL VINO

AOP LUBERON, AOP VENTOUX, IGP VAUCLUSE, CÔTES DU RHÔNE : NEL LUBERON MONTS DE VAUCLUSE E PAYS DES SORGUES, I VIGNETI APPARTENGONO AI VITIGNI DEI VINI DELLA VALLE DEL RODANO.

Vini rossi, rosé e bianchi nati da una terra leggera, calcarea e sabbiosa che dona ai vitigni un carattere particolare.

A ciò si aggiunge il clima mediterraneo per una maturazione perfetta delle uve e quel minimo di altitudine che rinfresca laria della notte e lascia ai grappoli il tempo di riposarsi nel processo di crescita quotidiano.

I vini sono corposi o delicati, secondo i vitigni. Vini di grande freschezza dagli aromi fruttati e floreali per i bianchi e i rosé. Con sentori di spezie, di pepe, di liquirizia, fino al tartufo e al cuoio per i rossi. I nostri produttori condividono volentieri grandi momenti di convivialità con gli appassionati, facendo degustare i propri vini direttamente nelle proprietà fra i vigneti, per aiutare a scegliere il vino da acquistare. Altri propongono vari laboratori di degustazione: scoperta e/o assemblaggio di vitigni, abbinamento vino e formaggio o vino e cioccolato... Percorrere la strada dei vini nel Luberon Coeur de Provence significa partire alla scoperta del paesaggio imboccando delle bucoliche strade dei provenzali incontrare professionisti appassionati.

Una volta sul posto, cinque sentieri tra le vigne con una percorrenza che varia dai 20 minuti ad 1 ora e mezza vi permettono di immergervi più a lungo in questo mondo del vino.



LE OLIVE E L'OLIO

COLTIVAZIONE, DEGUSTAZIONE E DIETA MEDITERRANEA IMPARATE COME SI COLTIVANO GLI ULIVI PASSEGGIANDO TRA GLI OLIVETI IN ESTATE, ASSAPORATENE I FRUTTI TUTTO L'ANNO GRAZIE AI CORSI DI DEGUSTAZIONE SPECIFICI E VISITATE IL MUSEO DEL L'OLIO DI OLIVA PER CAPIRE LE DIFFERENZE TRA I VARI TIPI DI OLIVE E COLTIVAZIONI NEL MONDO MEDITERRANE.

Visitare i mulini, sentire il profumo dell'olio appena spremuto, andare a spasso fra gli uliveti, degustare la tapenade (pasta di attentamente mescolata con aglio, olio, acciughe e capperi)...

Le olive vengono raccolte fra novembre e dicembre. Verranno utilizzate sia per l'olio sia come olive da tavola. Occorrono fra 5 e 8 kg di olive per 1 litro d'olio. A inizio novembre, la spremitura delle olive regala l'olio "fruttato verde".

A fine stagione si ottiene un fruttato « maturo » o « nero ». La varietà di olive "Aglandau", la più coltivata sul nostro territorio, dona un olio dagli aromi intensi, decisi, pur rimanendo piuttosto dolce. In quanto a tapenade, olive schiacciate e condite e altre delizie per l'aperitivo, provengono da diverse varietà di olive : Picholine, Tanche (olive di Nyons), Salonengue (Salon de Provence), Grossane (Bauxde-Provence)...

AGRITURISMO E OLIO D'OLIVA

In Provenza, le olive vengono coltivate da migliaia di



IL TARTUFO

COSÈ IL DIAMANTE NERO DELLA VAUCLUSE?

LA RIUNIONE DEI TARTUFAI DELLA VAUCLUSE. CON UN IMPEGNO IMPORTANTE NEI CONFRONTI DELLA QUALITÀ, DELLA TRASPARENZA E DEL RISPETTO, I TARTUFAI DELLA VAUCLUSE HANNO SCELTO DI ASSOCIARSI PER PROMUOVERE IL MEGLIO CHE QUESTO PRODOTTO, IL TARTUFO NERO (TUBER MELANOSPORUM), HA DA OFFRIRE. UNECCELLENZA ASSOLUTA IN FATTO DI AROMA.

3 PROMESSE:

Freschezza

Più fresco è il tartufo, più forte è il suo aroma. Ecco perché ci impegniamo a datare i nostri tartufi e a mettere in vendita solo quelli che sono stati raccolti da meno di una settimana.

Maturazione

Il tartufo nero non è nero alla nascita. Allinizio è bianco, poi diventa grigio, poi grigio scuro e infine raggiungere il bel colore viola-nero di un tartufo veramente maturo. La forza del suo aroma dipende dal suo grado di maturazione. Questo è il motivo per cui offriamo solo tartufi veramente neri e siamo lieti di mostrarvene la sezione interna.

Qualità

Con la denominazione "Diamant Noir du Vaucluse" ci impegniamo a offrirvi solo i tartufi migliori e più gustosi della nostra regione.

LA VAUCLUSE, TERRA DEL TUBER MELANOSPORUM

La Vaucluse è la culla della coltivazione del tartufo. La Vaucluse è il primo dipartimento della Francia per la produzione di tartufi. Grazie al suo clima mediterraneo e al suo terreno calcareo roccioso, la regione di Vaucluse è la patria del miglior tuber melanosporum.

Anche se il nome comune del tuber melanosporum è "tartufo del Périgord", non lasciatevi ingannare: in realtà la coltivazione del tartufo è nata proprio nella Vaucluse.





Gérants Bastide du Laval Cadenet © JP Garabedian



IDEE PER ENCONTRARE

Idee per un'intervista con ...

DEI VITICOLTORI

DOP Luberon o DOP Ventoux, lasciatevi condurre nelle loro terre e scoprite i segreti della ricchezza dei nostri vini

UNO CHEF

Conoscere la sua visione della cucina provenzale? I suoi abbinamenti preferiti? Ciò che lo ispira? Un momento ricco di sapori!

UN OLIVICOLTORE

Passeggiare tra gli oliveti, capire come si fa Iblio e le diverse fasi di maturazione delle olive...

UNA GUIDA NATURALISTICA

Scoprire il Luberon attraverso gli occhi e le conoscenze di coloro che ne hanno fatto un terreno di gioco quotidiano.

UNA GUIDA TURISTICA

La storia della Provenza, e in particolare del Luberon, è talmente ricca e varia che sarete entusiasti di poterla approfondire con una persona appassionata.

UN ARTIGIANO ARTISTICO

Fare parlare un artigiano artistico che dà voce alla materia prima e la lavora traendo ispirazione dal territorio del Luberon.







VI PROPONIAMO: PRODOTTI

- Visite guidate dei paesi pui belli del Luberon
- Passeggiate a piedi nel cuore del Parco Naturale Regionale
- Giornate di scoperta (prodotti tipici, gastronomia, vini...)
- Attivita sportive o rilassanti
- Altri prodotti su richiesta

BENESSERE E NATURE:

Segui la guida per una giornata per scoprire la flora e fauna locali. Scoprire paesaggi multipli, a volte aridi, a volte verde, macchia, steppa, foresta, la ricchezza di Il Luberon si offrirà a te. A pranzo un "sano" picnic da uno chef locale sarà offerto. Un momento amichevole per recuperare energia per continuare.

La giornata si concluderà con una lezione di Yoga, per rilassarsi ma anche per andare alla fine del ringiovanimento e lasciare sereno e zen verso nuove avventure!

91€/pers.

VIAGGIO NEL PAESE DEL ORO BLU:

Por la mattina visita de una tenuta agricola. A pochi chilometri da Lourmarin vieni a scoprire lavanda e altre piante emblematiche della Provenza. Origini, usi, aromaterapia o cucina saprai tutto quello che c'è da sapere ...

Pranzare li. Dopo scoprite le tecniche di distillazione di ieri e di oggi ed altri segretti... senza dimenticare una degustazione olfattiva dell'olio essenziale, usata da sempre. Per voi, l'oro blu della Provenza non avrà più segretti!

75€/pers.



ISLE \$/LA SORGUE TOURISME

UFFICIO STAMPA / PROMOZIONE PER OGNI RICHIESTA RIGUARDANTE UN FUTURO ARTICOLO, RICHIESTE DI FOTO, CONTATTI...

BIANCA OGEL INCOMING@LUBERONCOEURDEPROVENCE.COM +33(0)6 08 94 83 01

TRE PUNTI DI ACCOGLIENZA PER LA PROMOZIONE DEI 16 COMUNI

Cavaillon - Place François Tourel Tel +33(0)4 90 71 32 01

Gordes - Le Chateau Tel +33(0)4 90 72 02 75

Lourmarin - Place Henri Barthélémy Tel +33(0)4 90 68 10 77

DIREZIONE

FRANCK DELAHAYE F.DELAHAYE@LUBERONCOEURDEPROVENCE.COM

WWW.LUBERONTOURISME.COM

SERVIZIO RICETTIVO SOGGIORNI PER GRUPPI E INDIVIDUALI SONO ORGANIZZATI IN COLLABORAZIONE CON ENTI E STRUTTURE LOCALI. ALTRI POSSONO ESSERE ORGANIZZATI A RICHIESTA.

BIANCA OGEL INCOMING@LUBERONCOEURDEPROVENCE.COM

UFFICIO STAMPA / PROMOZIONE PER OGNI RICHIESTA RIGUARDANTE UN FUTURO ARTICOLO, RICHIESTE DI FOTO, CONTATTI...

XAVIER FEUILLANT XFEUILLANT@ISLESURLASORGUETOURISME.COM +33(0)4 90 38 04 78

TRE PUNTI DI ACCOGLIENZA PER LA PROMOZIONE DEI 5 COMUNI

Isle sur la Sorgue - 13 place Ferdinand Buisson - Tél.: +33 (0)4 90 38 04 78

Fontaine de Vaucluse - 4 route de Cavaillon Tél. : +33 (0)4 90 20 32 22

Le Thor - 41 place du marché Tél. : +33 (0)4 90 33 92 31

DIREZIONE

XAVIER FEUILLANT XFEUILLANT@ISLESURLASORGUETOURISME.COM

WWW.ISLESURLASORGUETOURISME.COM

SEGUITECI SU









aluberoncoeurdeprovence