

COMMUNIQUE DE PRESSE

## Lac de Constance : une région, quatre pays

Situé au cœur de l'Europe, le lac de Constance, **BODENSEE** en allemand, est une région touristique reconnue et sert de frontière naturelle à quatre pays : l'Allemagne, l'Autriche, la Suisse et la principauté du Liechtenstein. Une position qui permet aux touristes de profiter ici d'une belle diversité, aussi bien culturelle, qu'aux niveaux des paysages ou des activités proposées, été comme hiver. Au Sud pointent les blancs sommets suisses et autrichiens, au Nord abondent vergers, vignobles et villages pittoresques. Long de 63 kilomètres, ce majestueux lac est un véritable terrain de jeu naturel : on s'y baigne l'été, on se promène sur ses berges et l'on navigue au gré des vents à tout moment... Petit aperçu de cette destination totalement dépaysante.

### Des villes romantiques

Les centres-villes historiques de la région ont un petit air bucolique. Au détour d'une ruelle piétonne pavée, on découvrira un musée d'art moderne, un restaurant à la carte alléchante, des boutiques d'artisanat ou de design. On ira par exemple flâner à Constance, plus grande ville allemande de la région, ou à Saint-Gall en Suisse. A moins que l'on ne préfère les romantiques villes de Lindau, en Allemagne, de Vaduz – capitale du Liechtenstein - ou de Brégençe en Autriche. Après une journée à parcourir la ville, à admirer ses monuments et à visiter ses musées, on s'arrêtera dans un café pour une pause gourmande. Le soir, bars et restaurants permettent de goûter à l'ambiance nocturne au bord du lac. Sans oublier de consulter le programme d'activités et de manifestations proposé par chaque ville.

### La culture à tous les niveaux

Avec trois monuments classés sur la liste du patrimoine mondial de l'Unesco, la région du lac de Constance attirera les passionnés d'Histoire et de culture. A savoir l'abbaye de Saint-Gall, avec sa superbe bibliothèque et sa splendide cathédrale baroque ou l'île de Reichenau, qui abrite un monastère bénédictin et de nombreuses églises. Egalement inscrits depuis 2011, les habitats lacustres préhistoriques, des maisons sur pilotis (palafittes) de l'époque néolithique autour des Alpes, dont une partie se retrouve dans la région **Bodensee** et Haute-Souabe.

Amateur de périodes historiques plus récentes, on parcourra la route baroque de Haute- Souabe ou on ira visiter le musée régional du Vorarlberg, en Autriche où sont exposés de nombreuses œuvres d'arts

et des costumes traditionnels ou encore le musée Napoléon à Arenenberg, en Suisse, richement décoré et témoin de l'exil de la reine Hortense de Beauharnais, mère de l'empereur Napoléon III. Les amateurs d'art contemporain se rendront à Vaduz ou à Brégençe. Fan de technique et d'aviation, on visitera les musées Dornier ou Zeppelin à Friedrichshafen, ce géant des airs qui eut son heure de gloire au début du XXe siècle.

Enfin, la région compte un bel éventail de manifestations culturelles et de festivals, à commencer par le carnaval à la fin de l'hiver. En mai, on se rendra à Ittingen pour un festival de musique classique et en été, à Salem pour un festival dédié à Mozart, à Brégençe, où des représentations d'opéra sont jouées directement sur le lac ou au festival *Rock am See* à Constance. Les soirs d'été, des feux d'artifice sont également tirés sur l'eau, pour un spectacle magique.

## Une envie de nature

Le lac de Constance est le lieu idéal pour se couper du quotidien et savourer la beauté des paysages. Que ce soit le spectacle reposant des vagues caressant le rivage, le tableau des vignobles aux vives teintes orangées en automne ou les camaïeux de bleus entre ciel d'été et lac.... En hiver, les Préalpes enneigées se dessinent majestueusement au-dessus de l'eau. Peu importe la saison, quand on prend de la hauteur avec un téléphérique, le panorama vaut le voyage ! Alors direction le Pfänder en Autriche ou le Säntis en Suisse pour observer les paysages.

Les amoureux de la nature pourront aussi profiter de nombreuses idées d'excursion, comme observer le spectacle sur le lac inférieur de ces 250 000 oiseaux qui viennent migrer ici en hiver pour y jouir de la douceur du climat. A découvrir également l'île aux fleurs de Mainau, où l'on peut facilement passer la journée à flâner dans les roseraies, l'arboretum, la palmeraie ou dans la serre aux papillons. La région compte également deux réserves naturelles (Eriskircher Ried au sud de Friedrichshafen et Wollmatinger Ried vers Constance) et de nombreux jardins ou parcs, qui bénéficient ici d'un climat assez doux. Enfin, on ira admirer toute la puissance de l'eau aux chutes du Rhin, classées parmi les plus grandes d'Europe.

## Activités de plein-air

Amateurs de sensations fortes et sportifs du dimanche trouveront chaussure à leur pied dans la région du lac de Constance. Du printemps à l'automne, celle-ci se laisse découvrir aussi bien à pied qu'en VTC... En été, les activités nautiques sont reines. Au choix : bateau à pédales, voile, canoë, plongée... A moins que l'on ne préfère piquer une tête et se reposer sur les berges. Petits et grands apprécieront

également grimper dans les arbres grâce aux parcs d'accrobranche. De plus, la région du lac de Constance dispose d'un large réseau de parcours renommés. Avec des chemins certifiés, comme le "Bodensee LandGänge" qui fait le tour du Gehrenberg, une montagne non loin du lac, ou le "SeeGang" entre Überlingen et Constance. Enfin, en hiver, on pourra aussi bien faire du ski alpin que de la randonnée en raquettes pour découvrir les paysages.

## **Détente et bien-être**

Ceux qui veulent se détendre loin du stress quotidien trouveront calme et sérénité au bord du lac de Constance. Dépaysant et romantique, le lieu est propice pour prendre du temps pour soi et recharger ses batteries. Les habitants des environs ne s'y trompent pas et viennent souvent profiter des bienfaits de l'eau thermale. Bains à remous, hammams, massages, saunas, soins à la boue locale, millénaire et très riche en minéraux... Les possibilités sont nombreuses. Le tout dans des thermes modernes et accessibles à tous, comme ceux de Constance, Meersburg, Überlingen ou sur la route thermale souabe. A tester par exemple, la piscine extérieure chauffée avec vue sur le lac et les sommets enneigés. Par ailleurs, la région compte plusieurs lieux de cure où l'on profite de tous les bienfaits de la nature, du climat et des eaux pour soigner différentes affections. Il est également possible de passer plusieurs jours dans un hôtel bien-être, pour un séjour totalement zen et revivifiant. Enfin, la cuisine locale, riche en poissons frais, légumes et herbes aromatiques, permet de profiter des atouts gustatifs de la région.

## **Une délicieuse douceur de vivre**

Le lac de Constance est reconnu pour sa qualité de vie authentique. Son panorama vaut à lui seul le voyage mais l'on viendra aussi profiter de sa gastronomie et des produits frais locaux. Avec un bel ensoleillement et un climat agréable de mai à octobre, la région offre des conditions très favorables non seulement à la culture maraîchère et à l'arboriculture fruitière (pommes, poires, cerises, prunes...), mais aussi à la viticulture. Les légumes et fruits de la région sont vendus dans une grande partie de l'Allemagne et sont synonymes de qualité gustative. Les poissons valent aussi le coût : les restaurants de la région proposent en automne de la féra, ce poisson d'eau douce pêché dans le lac, pour la plus grande joie des gourmets. A tester également, la perche, le sandre, le brochet, l'omble ou la truite, servis aussi bien frais que fumés.

En hiver, on se réchauffe au coin du feu dans une auberge douillette, avec dans l'assiette, des röstis – des galettes de pommes de terre ou des Käseknöpfle, ces pâtes aux œufs frais, gratinées du fromage et d'oignons fris. D'autres prendront une traditionnelle fondue au fromage suisse. D'ailleurs, les curieux

pourront même en apprendre plus sur la fabrication du fromage dans divers lieux de la région ou savourer d'autres spécialités de tous les quatre pays.

Autre plaisir à rapporter dans ses valises (et moins odorant...) : le chocolat suisse, reconnu dans le monde entier pour sa qualité. On profitera du séjour pour rendre visite à un maître chocolatier et découvrir tous les secrets de sa fabrication.

Enfin, les œnophiles et épicuriens pourront déguster ici des vins primés. Situés entre 400 et 800 mètres d'altitude, les vignes à flancs de coteaux poussent à merveille, grâce au lac qui reflète la lumière du soleil et accumule la chaleur. On se rendra dans un domaine viticole et étudier les différents cépages. Le plus connu dans la région est le Müller Thurgau, un cépage blanc fruité prisé pour ses arômes de pomme verte, de pamplemousse ou d'agrumes. Les pinots noir, gris et blanc sont aussi très appréciés. A moins de participer à une fête du vin à la fin de l'été ou en automne, les vendanges étant souvent mises à l'honneur et célébrées dans la région.

Autre alcool à découvrir dans la région (avec modération, bien sûr) : le whisky. Il existe plusieurs distilleries autour du lac, où l'on peut en apprendre plus sur ses composants ou sa fabrication, comme à la distillerie Telser au Liechtenstein ou celles de Salem Kressbronn ou Überlingen.

## **Des vacances en famille**

Le lac de Constance est une région idéale pour un séjour avec les enfants. Accrobranche, parc de loisirs, visites de fermes, découverte de la nature, observation des animaux, nuitée dans un énorme tonneau... Les possibilités d'activités pour les bouts d'choux sont riches et variées. Les petits et plus grands iront par exemple tester les attractions du parc Ravensburger Spieleland (à Meckenbeuren) du nom de la célèbre marque de jeux et de puzzles, ou encore admirer les magnifiques couleurs des papillons dans la serre de Mainau.

D'autres pourront aller donner quelques grains de pop-corn aux macaques de Barbarie à la montagne des singes située à Salem, se rendre à l'aquarium Sea Life à Constance ou au parc naturel Inatura à Brégenz. De plus, de nombreux hôtels, pensions ou restaurants pratiquent des politiques d'accueil spéciales pour les familles. De ce fait, la région a bien mérité son label « Vacances en famille ».

## **Les plaisirs de l'hiver**

Durant les doux mois d'hiver, la nature autour du lac se repose pour mieux préparer le retour du printemps. Pour nous, c'est la même chose : on en profitera pour faire de longues balades sur les berges, dans les vignobles ou bien aller se prélasser dans les thermes ; observer les migrations des oiseaux et la sérénité du lac, avant de se réchauffer avec un bon plat d'hiver. Les amateurs de sport

pourrait descendre les pistes en ski alpin ou en snowboard, faire des trecks en raquettes ou même tester le véloski.

Autre activité pleine de charme à ne pas manquer en hiver : les fameux marchés de Noël et leur atmosphère magique. Tandis que la neige recouvre les toits des villes et villages, les chorales entonnent des cantiques et les décorations scintillent de mille feux. Une odeur d'épices et de vin chaud flotte de Constance à Dornbirn, en passant par Lindau, enclave bavaroise célèbre pour son port et son tourisme, jusqu'à Ravensburg. La plupart des marchés de Noël ouvrent leurs chalets dès la fin novembre et jusqu'au 24 décembre. Une ambiance féérique dont raffolent les habitants de la région comme les visiteurs du monde entier.

Et lorsque l'hiver commence à rendre les armes, c'est le début d'une autre saison très importante dans la région qui commence, celle du carnaval. Ce rendez-vous incontournable donne lieu à de nombreux événements et défilés à travers la région sur plusieurs semaines. Des milliers de personnages masqués, de diables effrayants, de sorcières, de bouffons ou de personnages masqués et arborant des costumes traditionnels parquent en musique, jusque tard dans la nuit.

## **En pratique dans la région du lac de Constance**

### Comment s'y rendre ?

Le lac de Constance est facilement accessible, que ce soit en train, en avion ou en voiture, le réseau autoroutier étant très bien développé. Il existe aussi des liaisons directes en bus depuis Strasbourg.

### Hébergement

Du camping à l'hôtel de luxe, en passant par les auberges de jeunesse et les pensions familiales et les appartements à louer, les possibilités d'hébergement sont nombreuses dans la région.

### Transports sur place

Les transports en commun et les lignes ferroviaires reliant les différentes villes autour du lac permettent de se déplacer facilement et parfois gratuitement, grâce aux différents pass proposés par les offices de tourisme. Un must à ne pas louper durant la belle saison : la traversée du lac de Constance en ferry (possible d'avril à octobre). Il existe également plusieurs parcours de navigation en basse saison. Et pour ceux qui souhaitent franchir le lac rapidement, le ferry Katamaran relie toute l'année les villes de Constance et Friedrichshafen. Automobilistes, des bacs assurent les liaisons entre Constance et Meersburg ainsi qu'entre Friedrichshafen et Romanshorn, en Suisse.

### Pass-découverte

La région du lac de Constance propose un pass-découverte (BodenseeErlebniskarte) pour profiter au mieux des 160 lieux d'excursion. Valable pour une durée de 3, 7 ou 14 jours, le pass-découverte sera aussi disponible à partir de l'automne 2015 en version hiver, avec des activités dédiées.

### Particularités

Même si la région regroupe quatre pays, ceux-ci partagent tous la même langue, l'allemand, avec certes, parfois des dialectes locaux. Attention également à la monnaie, car si l'Allemagne et l'Autriche partagent l'euro, les Suisses sont très attachés à leurs francs. Au Liechtenstein, la monnaie officielle est également le franc suisse, même si l'euro est généralement accepté. De plus, l'usage des cartes bancaires est moins répandu qu'en France. Il faut penser aussi à prendre ses papiers d'identité en cours de validité, surtout en traversant la frontière helvétique. Enfin, les repas se prennent plus tôt qu'en France, il n'est pas rare de dîner dès 18h, même au restaurant.

### **Ce qui fait la réputation de la région du lac de Constance :**

- L'île aux fleurs de Mainau
- Les monuments inscrits sur la liste du patrimoine mondial de l'Unesco, tels que l'île monastique de Reichenau, l'abbaye de Saint-Gall et les habitats lacustres préhistoriques
- Le comte Ferdinand de Zeppelin et son géant des airs
- Sa riche histoire, du « berceau de l'Occident » à l'époque actuelle
- Les superbes panoramas et la vue sur les Préalpes
- Ses parcours de randonnées pédestres et à vélo
- Les représentations lacustres du festival de Brégence
- Les bateaux de plaisance qui naviguent sur le lac
- Ses produits frais locaux
- Les vignobles de pinots noirs et de Müller-Thurgau

### **La région du lac de Constance en quelques mots :**

Avec 10,7 millions de nuitées par an, la région du lac de Constance compte parmi les grandes destinations d'Europe centrale. Avec ces dernières années, une forte augmentation du nombre de nuitées et un développement qualitatif et quantitatif du tourisme. Dans cette optique, l'Office de tourisme international du lac de Constance a été créé en 1997 et regroupe les différents partenaires de la région, répartis sur quatre pays, à savoir l'Allemagne, l'Autriche, le Liechtenstein et la Suisse. Il est responsable de la promotion touristique de la région et des intérêts des différents partenaires.

Plus d'informations et des brochures sur: [office@bodensee.eu](mailto:office@bodensee.eu) | [www.lacdeconstance.eu](http://www.lacdeconstance.eu)

**CONTACT:**

Office de tourisme international du lac de Constance  
Internationale Bodensee Tourismus GmbH  
Hafenstrasse 6, 78462 Constance, Allemagne  
Tel. +49 (0) 7531 / 909490 | Fax +49 (0) 7531 / 909430  
[office@bodensee.eu](mailto:office@bodensee.eu)  
[www.bodensee.eu](http://www.bodensee.eu)