



Kul med kidsen

Ett långt sommarlov kan vara en utmaning för såväl mammor och pappor som far- och morföräldrar.

Men lugn, bara lugn.

Rivieranytt ger tips på familjevänliga aktiviteter som passar både barn och vuxna.

När årets bästa dag väntar, första dagen på sommarlovet, kan det vara bra att ha förberett ett par familjeaktiviteter. Här kommer några sydfranska förslag att testa eller att inspireras av.

Upptäck Medelhavets undervattensvärld

Mellan stränderna l'Argentière och Pellegriin, utanför La Londe-les-Maures i Var, ligger en märkt undervattensstig med ett djup ner till fyra meter - *Le Jardin des Mattes*. Simma ner och spana på sjöstjärnor, fiskar och andra kryp som bor i Medelhavet.



På upptäcktsfärd med cyklop och snorkel.
Foto: Office de tourisme de la Londe

Prova på livet som cowboy

Utforska nationalparken Mercantour från hästryggen. Följ med ryttaren Marc Ratagne på stigarna i Royadalen upp till Castérino på 1 550 meters höjd. Marcs hästar lever ute i det fria, sommar som vinter, i flock.



Ett hästäventyr utöver det vanliga, från en till sex dagar. Foto: cavaliersmercantour.com

Öppen fjärilspark med utsikt

I Dignes-les-Bains, Alpes-de-Haute-Provence, finns en öppen fjärilspark med 139 olika arter. En av Europas bästa "fjärilsstäder". Fjärilarna trivs i den stora trädgården med 500 olika sorters blommor. Parken är öppen mellan april och september.



Den vackra spanska hålrötsfjärilen trivs i den blommande trädgården i Dignes.
Foto: Wikipedia

Bland hajar i lagunen

En regnig dag, eller när man har fått nog av den stekande solen, passar det fint med ett besök på Monacos oceanografiska museum. Ett forskningsinstitut som grundades 1901 av prins Albert I av Monaco. Mängder med akvarium i olika storlekar men också en permanent utställning som berättar om Monacos pågående miljöarbete för att rädda världshaven.



Titta in hos den svartfenade revhajen i Monaco. Foto: Wikimedia

Flyg som en fågel

Att åka zipline är en kul och adrenalinhöjande aktivitet som passar både gammal som ung. Den längsta linbanan i Frankrike finns i La Colmiane, 74 kilometer norr om Nice, strax utanför Saint-Martin-Vésubie. En fartfylld upplevelse för alla från tolv år och uppåt med en maxvikt på 120 kilo.



Flyg fram över trädtopparna och njut av utsikten över Alperna. Foto: www.colmiane.com

Klättra och klänga

Äventyrspark *Parc Oxygène Évasion*, som ligger utanför Puget-sur-Argens i Var, har nio olika äventyrsbanor. Tre olika svårighetsgrader där det gäller att klättra i linor, klänga i träd och hoppa.



Svinga dig fram som Tarzan bland träden, från 4 år. Foto: www.oxygeneevasion.fr

Häng med Tintin

Under sommaren, onsdagar, lördagar och söndagar kl. 14.00, visas ett ljus- och ljudbildspel med avsnitt från olika Tintinäventyr i kalkbrottet Carrières des Lumières i Les Baux-de-Provence. Ett hundratal projektorer projicerar bilder på de 14 meter höga väggarna, i taket och på marken.



Kliv rakt in i ett Tintinäventyr och hjälp till att leta efter Rackham den rödes skatt.
Foto: www.carrieres-lumieres.com

Jessica Holmertz
rivieranytt@rivieraklubben.com

Fler tips på familjeaktiviteter finns på hemsidan -
Din franska vardag/utflyktstips