

der pilger

der pilger

TIPPS &
INSPIRATIONEN
RUND UMS
PILGERN

MAGAZIN FÜR DIE REISE DURCHS LEBEN

Pilgern auf Französisch

Die schönsten Jakobswege durch Frankreich

*„Wenn du nicht weißt, wohin du gehst,
wird jeder Weg dich irgendwohin führen.“*

Lewis Carroll (1832-1898), britischer Schriftsteller

Via Podiensis: Auf einsamen Wegen

Die Via Podiensis ist der beliebteste Pilgerweg durch Frankreich und bietet landschaftlich viel Abwechslung.

4

Menschen auf dem Weg

Pilgerinnen und Pilger über ihre Erfahrungen beim Pilgern durch Frankreich.

12

Via Tolosana: Quer durch Südfrankreich

Die Via Tolosana, in Frankreich auch Chemin D'Arles genannt, führt auf rund 780 Kilometern von Arles zum Somport-Pass in den Pyrenäen.

18

Eine gute Reise

Praktisches für die nächste Reise: Tipps zu Pilgerzentren sowie eine hilfreiche Packliste.

26

Auf einsamen Wegen

Die Via Podiensis ist der beliebteste Pilgerweg durch Frankreich und bietet landschaftlich viel Abwechslung. Thomas Barth ist in Le Puy-en-Velay gestartet und innerhalb eines Monats nach Saint-Jean-Pied-de-Port gepilgert.

Auf über 1000 Metern Höhe liegt die Hochebene von Aubrac, ein Granit- und Basaltplateau. Typisch sind die Steinhütten mit ihren Schieferdächern und die Viehtriften, die Drailles.



Die Abteikirche Sainte-Foy von Conques gilt aufgrund ihrer Bestimmung zur Aufnahme von Pilgern und zur Anbetung der Reliquien als Wallfahrtskirche.



Herbstliche Impression im Béarn am Fuße der Pyrenäen. Bild rechts: Thomas Barth (2.v.r.) genießt zusammen mit anderen Pilgern den „Feierabend“.



„Gib das, was Dir wichtig ist, nicht auf, nur weil es nicht einfach ist.“

Albert Einstein (1879-1955), deutscher Physiker

Im Mittelalter begannen Pilgerwege bekanntlich direkt vor der Haustür. Jeder, der aus eigener Kraft das Grab des Apostels Jakobus besuchen wollte, machte früher oder später Bekanntschaft mit dem sagenumwobenen Frankenreich. So ist es bis heute geblieben.

In Frankreich gibt es vier große Haupt-Pilgerwege. Ich entscheide mich für die Via Podiensis, die im kleinen Städtchen Le Puy-en-Velay in der Auvergne beginnt. Der Weg ist als GR 65 (Grande Randonnée) Teil des französischen Fernwegenetzes und mit rot-weißen Streifen markiert. Auf 755 Kilometern führt er nach Südwesten in Richtung Spanien zum Pyrenäenübergang.

Mein Name steht jetzt auf der Liste

Le Puy-en-Velay ist die Hauptstadt der Region Haute-Loire und liegt inmitten von uralten Vulkankegeln, dem Velay. Die imposante Kathedrale Notre-Dame mit

ihrer berühmten schwarzen Madonna ist ein geeigneter Startpunkt für meine Reise. Sofort bekomme ich ein Gefühl dafür, wie sich das Pilgern im Mittelalter angefühlt haben könnte. Seit Jahrhunderten wird hier eine Liste geführt, in die sich durchziehende Pilgerinnen und Pilger eintragen. Eine schöne Vorstellung, dass jetzt auch mein Name darin verzeichnet steht! Innerlich bestärkt ziehe ich los.

Diese Bestärkung brauche ich, denn in den ersten Tagen durchquere ich die Ausläufer des Zentralmassivs. Beständig geht es hinauf und hinab. Das tief eingeschnittene Tal des Flusses Allier macht den Anfang beschwerlich. Am eigenen Leib merke ich, woher der Name Le Puy kommt: vom lateinischen „podium“, das eine steinige Hochebene bezeichnet. Die Gegend ist unwirtlich und karg. Aber die Einsamkeit tut gut, um Abstand vom Alltag zu bekommen. Tief atme ich durch. Der Weg durch die baumlose Landschaft befreit den Geist und beruhigt die Gedanken.

Zu Beginn meiner Pilgerreise laufe ich durch die Margeride, ein etwa 60 Kilometer langer Höhenzug, der die vulkanisch geprägte Landschaft um Le Puy-en-Velay mit dem Aubrac verbindet. In der Margeride liegen Granitfelsen wie urzeitliche Murmeln in der Landschaft verstreut. Die Häuser bestehen aus dem Gestein der Umgebung, selbst die Dächer haben Steinschindeln. Einzelne Rinder stehen auf windigen, steinbegrenzten Weiden.

Unterkünfte für jeden Geldbeutel

Am Col de l'Hospitalet erreiche ich einen der höchsten Punkte der Via Podiensis, immerhin 1.300 Meter über dem Meeresspiegel. Hier stand im 13. Jahrhundert ein Hospiz des Templerordens, das Pilgern Unterschlupf bot. Wie mögen sich diese wohl gefühlt haben, als man noch nicht mit dem Handy eine warme Herberge reservieren konnte? Das ist heute wesentlich leichter. Unterkünfte gibt es auf der Via Podiensis für jeden Geschmack und »



Laissez-faire in der Gascogne:
„Zwischen dem Wein von hier
und der Arbeit muss man sich
entscheiden. Ach, lass doch die
Arbeit beiseite!“



Das Wahrzeichen von Cahors, die Pont Valentré, überquert den Lot (ob.li.); Schönheit am Wegesrand: ein Tagpfauenauge (ob.re.); Immer wieder Wegzeichen mit der Jakobsmuschel, die den Pilgernden den Weg nach Santiago de Compostela weisen (Mi.li.); Unser Autor Thomas Barth im roten T-Shirt genießt seine Pilgerpause an der Chapelle de Soyarza bei Ostabat (Mi.re.); typische Ortsansicht am Beginn der Via Podiensis kurz vor Saugues in der Margeride: In dieser Gegend wurde viel mit dem reichlich vorhandenen Granit gebaut (un.).

Geldbeutel. Als Pilger liebe ich die Einfachheit und übernachtete meist in preiswerten Gîtes d'étapes. Das sind Herbergen mit Stockbetten, die auch Wanderer nutzen. Die Verteilung der Betten ist simpel: Nach der Ankunft schreibt man seinen Namen auf eine Liste an der Zimmertür und hat das Bett damit sicher. Abends kommt jemand zum Kassieren, oder man wirft das Geld morgens in den Briefkasten. So einfach kann das Pilgerleben sein!

Wir essen, singen und beten

Nach einigen Tagen liegen Margeride und Aubrac bereits hinter mir. Mein erstes Zwischenziel ist die Abtei Conques in etwa zweihundert Kilometern. Unterwegs beeindruckten mich die Städte Espalion und Estaing mit steinernen Brücken und mittelalterlichem Flair. Als ich endlich vor der Klosterkathedrale Sainte-Foy von Conques stehe, verschlägt es mir die Sprache. Romanische Baukunst pur! Das Westportal schmückt ein eindrucksvolles Weltgerichts-Tympanon. Links der Himmel, hier stehen in wohlgeordneter Reihe die Heiligen. Rechts ist die Hölle dargestellt. Schaurige Fratzen starren mich an, Menschen mit schmerzverzerrten Gesichtern schmoren im Feuer. Die Botschaft ist eindeutig: Wer die Gesetze der Kirche

befolgt, der kann in den Himmel kommen. Wer die Gebote missachtet, dem geht es im Jenseits schlecht. Im Inneren der Kathedrale kann man bis heute die Reliquie der Heiligen Fides von Agen bewundern. Zum Abendessen finden sich die Pilgernden im Speisesaal ein. Gemeinsam singen wir ein Lied, und ein Bruder der Abtei spricht ein Tischgebet, wie schon seit ewigen Zeiten. Leider tragen auch die Schlafsäle unfreiwillig zum Mittelalter-Gefühl bei, denn am Morgen entdeckte ich lauter kleine Stiche an meinem Körper: Bettwanzen, au! Auch das kann zum Pilgern gehören.

Eine gute Woche Fußmarsch von Conques entfernt liegt das Kloster Moissac, das ich als Nächstes ansteuere. Zwischendurch mache ich an der Benediktiner-Abtei Figeac halt. In Zeiten, als Pilger scharenweise in Richtung Spanien zogen, stritt Figeac mit Conques um die Vormachtstellung in der Region. Im Ort weckt eine Sehenswürdigkeit aus jüngerer Zeit mein Interesse. Hier liegt in einem Hinterhof eine begehbare Nachbildung des Steins von Rosette. Mithilfe dieses Steins entzifferte ein Sohn der Stadt, Jean-François Champollion (1790-1832), die ägyptischen Hieroglyphen.

Hinter Figeac erreiche ich das Tal des Lot. Ich bin erleichtert. Den bergigen Teil

der Via Podiensis habe ich nun hinter mir. Dafür erwarten mich jetzt Tagesetappen von teils über dreißig Kilometern Länge. Causses heißt die Landschaft, durch die ich nun pilgere. Ihre herbe Schönheit entspannt Körper und Geist. Ich laufe über weite Ebenen aus Jurakalk, die durch Flusstäler voneinander getrennt sind. Die steppenartige Graslandschaft bietet fast schon mediterrane Vegetation.

Mit teuflischer Unterstützung

Als ich von einer Anhöhe auf die Stadt Cahors schaue, traue ich meinen Augen kaum: Eine riesige steinerne Brücke überspannt den Fluss Lot. Die Pont Valentré ist das Wahrzeichen der Stadt und brachte den Erbauer im 14. Jahrhundert an den Rand des Wahnsinns, so die Legende. Er soll einen Pakt mit dem Teufel eingegangen sein, damit die Brücke nach mehr als fünfzig Jahren Bauzeit endlich fertiggestellt werden konnte. Deswegen ist als Schlussstein hoch oben ein kleiner Teufel eingemauert. Ob mit oder ohne Luzifers Hilfe – ich bewundere die erstaunliche Leistung der früheren Handwerker.

In Moissac habe ich gut vierhundert Kilometer und damit mehr als die Hälfte der Via Podiensis geschafft. Die Stadt liegt am „Kanal der zwei Meere“, einer »



info

VIA PODIENSIS

- Von Le Puy-en-Velay zu den Pyrenäen
- knapp 750 Kilometer lang
- www.chemins-compostelle.com/itineraires/10/la-voie-du-puy-en-velay

Verlängerung des Canal du Midi, der Mittelmeer und Atlantik verbindet. Schon im Mittelalter war Moissac eine bedeutende Durchgangsstation für Pilger. Daher gibt es dort ebenfalls ein großes Kloster. Seine Abteikirche St-Pierre beherbergt einen der schönsten Kreuzgänge Südfrankreichs. Er stammt aus dem 11. Jahrhundert und hat 116 Säulen mit detailreich gearbeiteten Figurenkapiteln. Schwer vorstellbar, dass der Kreuzgang im 19. Jahrhundert beinahe dem Bau einer Eisenbahnlinie zum Opfer gefallen wäre.

Die Pyrenäen lassen sich erahnen

In den Herbergen treffe ich immer wieder Pilgerinnen und Pilger aus Frankreich, Europa und Übersee. Das bringt angenehme Gesellschaft, und wir können uns über die Erlebnisse austauschen. Auch mit den Einheimischen komme ich schnell in Kontakt. Freundlich helfen sie mir weiter, wenn ich mal wieder das Wegzeichen suche. Sie freuen sich über jedes Wort, das ich in ihrer Landessprache spreche. Ich verlasse Moissac, überquere die Garonne und nehme in Lectoure Quartier. Doch was ist das? Fern am Horizont kann ich schon die Pyrenäen erahnen – ein erhebendes Gefühl! Ehrfurchtsvoll träume ich mich in die Ferne. Doch noch bin ich in Frankreich.

Die Landschaft wechselt ein weiteres Mal ihr Antlitz und präsentiert sich nun lieblicher, ja geradezu südländisch. Ich pilgere in die Gascogne hinein, wo ausgedehnte Weinfelder das Landschaftsbild bestimmen. Hier destilliert man aus Trauben der Region den berühmten Armagnac, der auch „kleiner Bruder des Cognac“ genannt wird. Eine Herbergsmutter serviert mir den hochprozentigen Weinbrand als Dessert. Ob ihn auch der berühmte D’Artagnan getrunken hat, der hier aus der Gegend stammt?

Über die Städte Condom, Eauze und Aire-sur-l’Adour gelange ich in den Landstrich Béarn. Das ist eine alte Provinz, die gemeinsam mit dem französischen Teil des Baskenlands das Département Pyrénées-Atlantiques bildet. Ortsnamen wie Navarrenx deuten auf das alte Königreich Navarra hin und lassen auf spanischen Einfluss schließen.

Nach einem Monat erreiche ich das Ziel

In Ostabat entdecke ich am Wegrand eine kleine Stele, die das Zusammentreffen von drei der vier großen französischen Jakobswegen markiert. Das majestätische Panorama der Pyrenäen rückt jeden Tag näher. Schließlich erreiche ich das Baskenland. Der reizvolle Wechsel von Landschaft, Natur und Menschen, der die Via

Podiensis ausmacht, wird mir erneut bewusst. Nach einem Monat Pilgertour stehe ich in der Rue de la Citadelle in Saint-Jean-Pied-de-Port. Im Pilgerbüro bekomme ich den letzten Stempel im Pilgerausweis. Hier endet die Via Podiensis und damit auch eine eindrucksvolle Reise durch das Mittelalter. Die vielen ehrwürdigen Kirchen und Klöster haben mir eine Ahnung vom Pilgern in früheren Jahrhunderten gegeben. Doch eins fehlt noch: Am Ende der Straße liegt das Spanische Stadttor – ein würdiger Ort, um meine Reise auf der Via Podiensis zu beschließen. Wenn ich dieses Portal durchschreite, komme ich auf den Camino de Navarra und dann den berühmten Camino Francés, der mich ans Ziel meiner Pilgerträume führen wird: nach Santiago de Compostela. ☞

DER AUTOR Thomas Barth

Fotograf Thomas Barth ist leidenschaftlicher Pilger. Er hält Vorträge und bietet Pilgerreisen an. Mehr Infos unter: www.barth-fotografie.de



Fotos: S. 4-7: Thomas Barth; S. 8: ob. pellos / stockadobe.com; S. 8-9: Thomas Barth; S. 10: li. www.stepmap.de; un. Thomas Barth; S. 11: stockadobe.com; li. vousrayan; mi. bepsphoto; re. juliofanguinio

Wege rund um die Via Podiensis

Zum am meisten begangenen Jakobsweg in Frankreich führen einige Wege, Le Puy ist somit gut angebunden im Wegenetz der Jakobswegen. Alternativen auf der Route selbst gibt es nur wenige, und auch Abzweigungen werden eher selten genutzt.



Vielzahl an Möglichkeiten

Wer von Deutschland aus Richtung Santiago de Compostela startet und die beiden geschichtsträchtigen Orte Vézelay und Le Puy-en-Velay besuchen will, muss auf einem Verbindungsweg über 400 Kilometer extra zurücklegen.

Für die Pilgernden aus dem Süden und der Mitte Deutschlands ist die Via Podiensis nicht immer der kürzeste Weg nach Spanien. Die Jakobswegen durchs Burgund und der Chemin des Allemands, der in Trier beginnt, führen nach Cluny, von dort geht es weiter nach Le Puy-en-Velay. Bei La Bénisson-Dieu (Bild rechts) biegt der Verbindungsweg von Vézelay kommend in den Weg der Deutschen ein. Im zweiten Drittel der Strecke, bei Montarcher, existiert eine Ost- und Westroute, wobei die Westroute um etwas mehr als 20 Kilometer kürzer ist.

Pilger aus Richtung Genf

Von Genf kommt die Via Gebennensis und verläuft über 345 Kilometer bis nach Le Puy-en-Velay. Etwas nördlich davon, auch in Genf startend, gibt es die Via Lugdunum, die über Lyon bis nach Le Puy verläuft. In Saint-Georges-Haute-Ville mündet der Weg in die beiden Wege von Vézelay bzw. Cluny kommend ein.

In Cahors mündet die Via Arverna in die Via Podiensis ein (siehe auch S. 54). Und von der Via Lemovicensis ist ein Abzweig bei Saint-Astier vorhanden, der in Montréal zur Via Podiensis führt.

Alternativen zur Via Podiensis

Von der Via Podiensis gibt es einen Verbindungsweg hinter Conques bei Firmi Richtung Toulouse und damit zur Via Tolosana (siehe auch S.86). Dieser Weg bietet über 200 Kilometer eine schöne Reise in die Vergangenheit durch charmante authentische Dörfer mit Bergbautradition und Thermalbädern zum Erholen.

Kurz hinter Figeac zweigt eine Variante der Via Podiensis über Cabrerets ins Célé-Tal ab. Die etwas längere Strecke ist malerisch und weniger frequentiert als die Hauptstrecke. Besonderheit dabei ist Saint-Cirq Lapopie, ein mittelalterliches Dorf oberhalb des Lot (Bild links).

Von Navarrenx (Bild Mitte) kann man eine kurze Strecke zum Voie du Piémont Pyrénéen gehen, wobei diese Strecke südöstlich und damit nicht in der Richtung nach Santiago de Compostela verläuft. Es wäre ein Umweg und nur sinnvoll, wenn man unbedingt über den Somport-Pass und den weniger frequentierten Camino Aragonés statt den Camino de Navarra ab Saint-Jean-Pied-de-Port Richtung Camino Francés gehen will.

Weiterführende Wege

Die Via Podiensis endet nach ca. 750 Kilometern in Saint-Jean-Pied-de-Port. Von hier aus geht es über den Camino de Navarra bis kurz vor Puente la Reina und dort auf dem Camino Francés weitere 800 Kilometer nach Santiago de Compostela. Alternativ geht man über 75 Kilometer nach Irun und von dort den Camino del Norte.

Alfred Hoffmann

2007 bin ich von Le Puy-en-Velay über Conques, Figeac und Cahors bis Moissac gegangen. In Figeac habe ich in einer Pilgerherberge übernachtet. Die

Pilgereltern haben uns Pilgern ein schmackhaftes Pilgermahl bereitet. Es war der 14. Juli, französischer Nationalfeiertag, mit der heute wieder so wichtigen Botschaft: Freiheit, Gleichheit, Brüderlichkeit. Als ich bereits im Bett lag, wurde ein Feuerwerk gezündet, direkt unter unserem Fenster. Faszinierend und erschreckend zugleich, denn der Knall der Raketen erinnerte mich an Granaten,

die jetzt wieder in den Kriegen der Welt Hochkonjunktur haben. 2016 bin ich von Speyer über Wissembourg auf den Mont Sainte Odile im Elsass gegangen. Der Weg atmet europäische Geschichte. Unterwegs erlebte ich viel Gastfreundlichkeit auf beiden Seiten der Grenze, wobei die Grenze nicht trennt, sondern Menschen zur Begegnung und zum Einander-Kennenlernen einlädt. Beeindruckt hat mich der französisch-elsässische Humor, den man unterwegs im wörtlichen Sinne sehen kann, zum Beispiel durch Schnitzereien am Wegesrand. Als ich 2023 in Santiago als Pilgerseelsorger tätig war, traf ich einen Kollegen aus Strasbourg, der zu Hause auch Pilger aufnimmt.



Theresa Seiter

Für mich war Pilgern in Frankreich eine besondere Erfahrung: das Übernachten in den Accueils Jacquaires (sprich: bei Privatpersonen) auf der Via Gebennensis, die super Infrastruktur auf der Via Podiensis, die Gastfreundschaft, das Laufen durch das Zentralmassiv, das Aubrac, das Basenland und die Pyrenäen und die vielen kleinen Donativo-Stellen, an denen es Kaffee und Kekse auf Spendenbasis gab. Zusammengefasst: tagsüber tolle Landschaften und wunderschöne Begegnungen und abends ein Dreigängemenü in der Herberge. Ich kann Pilgern in Frankreich jedem nur empfehlen. Bon chemin!



Dirk Naumann

Ich bin während der Pandemie 2020 die gesamte Via Turonensis durch Frankreich gepilgert. Pilgern wie Gott in Frankreich. Paris & Sacré-Cœur, Orléans & Jeanne d'Arc, Schlösser der Loire, Tours & Heiliger Martin, Bordeaux in Bordeaux, Lourdes in den Pyrenäen - Frankreich ist gesegnet mit traumhaften Wegen, wunderschöner Natur, großer Kultur, reicher Geschichte und höchstem Genuss. Ein beeindruckendes Land - noch beeindruckender ist es, wenn man es zu Fuß und als Pilger entdecken darf.



Pilgern in Frankreich – eine große Liebe

Pilgerinnen und Pilger über ihre Erfahrungen beim Pilgern durch Frankreich.



Waltraud Sommer

Nicht nur die gerade wiederentdeckten und frisch dokumentierten Pilgerwege mit ihren Kapellen, Kathedralen, Bars und Cafés sowie die weiten Landschaften und die vielen Begegnungen längs des Weges haben meinen Mann Gustav und mich begeistert, sondern auch die Gastfreundschaft und die Lebensart der Franzosen. Es waren für mich einmalige und unvergessene 52 Tage im Jahr 2016 von Orleans bis Bayonne.



Ingrid Wiens

2014 bin ich von Speyer nach Santiago gepilgert. Im Norden war die Infrastruktur nicht mit Spanien vergleichbar, und als ich durch die Franche-Comté pilgerte, war ich angewiesen auf Marie Claude, die mir damals für eine Woche Unterkünfte samt Vollverpflegung organisierte. Ein Höhepunkt: die Unterkunft im Kloster Abbay D'Accey. All die Menschen, die mich in ihrem Haus aufnahmen und mich mit Zuspruch und Nahrung versorgten, werde ich wohl nie vergessen. Sie haben mehr Eindruck hinterlassen als die Ankunft in Santiago selbst.



Antonia und Elke

Die Pilgerreise durch Frankreich war abwechslungsreich. Zunächst das „reiche Elsass“ mit seiner hervorragenden Küche, vorzüglichen Weinen und mittelalterlichen Städten, dann das teilweise sehr einsame Franche-Comté. Unterkünfte fand ich privat bei älteren Herrschaften, die Zimmer vermieteten. Familienanschluss inklusive! Die schönsten Begegnungen fanden auf diesem Stück statt. Danach wieder eine Weingegend, das Burgund. Ich würde den Weg jedem empfehlen, der Ruhe und Besinnlichkeit sucht. Insbesondere bis nach Le Puy-en-Velay. Das einzige Problem ist die Infrastruktur. Nicht von jedem Ort oder zu jedem Ort kommt man problemlos. Man muss sich etwas Zeit für An- und Abfahrt nehmen.

Christoph Siebler

Ich bin vom Hochrhein-Weg über Basel und den Burgunderweg Richtung Vézelay gepilgert. Nächstes Jahr geht es über die Via Lemovicensis weiter Richtung Santiago de Compostela. Ich habe bewusst diese einsamere Route über Vézelay und nicht über Le Puy gewählt, da ich die Zeit für mich brauchte. Jedoch war die Infrastruktur auf dem Burgunderweg grenzwertig und herausfordernd. Ich freue mich auf den belebteren Weg ab Vézelay. Sehr positiv sind mir die meist älteren Gastgeber der privaten Pilgerquartiere in Erinnerung. Ich habe die Kontakte und Herzlichkeit sehr genossen. Jedoch ohne Französischkenntnisse wäre es schwierig gewesen. Ich liebe dieses schöne Land und die freundlichen Menschen.



Susanne Müller

Ich bin auf der Via Podiensis von Le Puy-en-Velay nach Saint-Jean-Pied-de-Port und auf der Via Tolosana von Montpellier nach Toulouse gepilgert. Beide Strecken sind sehr gut ausgeschildert, sowohl mit dem Muschelzeichen als auch mit den rot-weißen Markierungen der GR-Wege. Trotz mangelnder Sprachkenntnisse wurde ich als Pilgerin herzlich in den Unterkünften, meist Chambre d'Hôtes, aufgenommen. Die Gästezimmer sind liebevoll hergerichtet und das Abendessen dauert Stunden, ist sehr lecker und wird mit der Familie eingenommen. Dabei erzählen die Gastgeber gerne Geschichten aus der Region oder was sie selbst als Pilger erlebt haben. Die Wege führen durch geschichtsträchtige Landschaften und Städte und die Natur ist oftmals grandios. Ich kann nur jedem empfehlen, einmal in Frankreich zu pilgern.



Kathrin Wintermeyer

Im August 2014 war ich durch das Elsass, weiter durch die Franche-Comté bis zum Ende unseres Weges in Burgund unterwegs. Die erste Woche hätte ich wohl kaum ohne meine Wanderkameradin Frauke überstanden. Pausenloser Regen, schlechte Unterkünfte und steile Anstiege durch schwierige Gegenden, doch wir wurden immer wieder von der Gastfreundschaft unserer Herbergsväter und -mütter sowie dem guten Essen, für das das Elsass bekannt ist, entschädigt. Um das Übersteigen der Vogesenberge zu vermeiden, liefen wir an der Ostseite der Berge entlang und kamen in die schöne, weite Hügellandschaft der Franche-Comté. Nach der Hälfte des Weges pilgerte ich alleine durch viele Wälder dem schönen, sonnigen Burgund entgegen. Mein Französisch und meine Fitness verbesserten sich von Tag zu Tag, und mit jedem Schritt wurde ich mehr und mehr eins mit mir selbst.



Gerhard Mössner

Ich war schon zweimal in Frankreich pilgern und bin dabei bis nach Le Puy-en-Velay und dann über den Chemin de Régordane durch die Cevennen zum Jakobsweg Chemin du Piémont Pyrénées und weiter auf dem Camino Francés bis nach Santiago de Compostela gepilgert. Das Besondere auf den französischen Jakobswegen ist für mich die Struktur der Pilgerherbergen. Darunter sind viele kommunale und kirchliche Gîtes d'étape und auch viele private mit Halbpension-Möglichkeit. Das Bild zeigt mich in einer Gîte de France in Montréal.



Pilgern in Frankreich – eine große Liebe

Pilgerinnen und Pilger über ihre Erfahrungen beim Pilgern durch Frankreich.



Tom Richert

Das Bild zeigt meine Eltern und mich auf dem Camino in Frankreich. Das ist zwar schon „ein paar Tage“ her, aber es war für uns ein ganz wichtiges und unvergleichliches Erlebnis, das uns noch enger miteinander verbunden hat. Ich bin sehr froh und dankbar für diese schöne und ereignisreiche Zeit, wo jedem von uns sein eigenes „kleines Wunder“ widerfahren ist!



Fred Hasselbach

Meine erste Pilgerreise überhaupt in Frankreich auf der Via Podiensis habe ich im Jahr 1997 unternommen. Ausgestattet mit einem Pilgerpass und handschriftlichen Unterlagen (!) zur Via Podiensis der Deutschen St. Jakobus-Gesellschaft in Aachen erreichte ich am Abend des

12. August Le Puy-en-Velay und die Pilgerherberge nahe der Kathedrale.

Der Zufall wollte es, dass ich dort zusammen mit drei Pilgerinnen von einem einheimischen Journalisten angesprochen wurde, ob er uns interviewen

und am folgenden Morgen

unseren Start am Fuß der Kathedrale fotografieren dürfe. So geschah es dann auch. Während der Pilgerreise hatte ich mir angewöhnt, meine Tage in einer Bar mit Café crème und einem Pain au Chocolat zu beginnen. An einem Tag begrüßten mich weitere Gäste und der Patron wie einen Bekannten und fragten mich aus. Meine Französischkenntnisse aus der Schulzeit reichten jedoch keineswegs aus. Der Patron ging nach hinten und kam mit einer Zeitung zurück und zeigte wortreich auf das Titelbild (siehe Bild): „Frédéric Hasselbach en route pour Compostelle“. Jetzt wurde mir erst bewusst, dass mich die Menschen unterwegs erkannt und mir deshalb so freundlich zugewinkt hatten.



Bettina Müßigbrodt

Auf der Via Lemovicensis bin ich erstmals die gesamte Strecke alleine gegangen. Ein Traum, ich bin regelrecht in der Natur, der Stille, dem Beobachten versunken und war „eins“ mit dem Weg. Zum Austausch mit anderen Pilgern habe ich die Abende in den Herbergen genossen. Ein Jahr später war ich auf der Via Podiensis unterwegs. Auch ein sehr schönes Erlebnis, aber ein stark frequentierter Weg. Danach ging es wieder die Via Lemovicensis mit allen sich bietenden Varianten.



Kristin Zwiener

Ich habe meinen Pilgerweg im Elsass begonnen, von Wissembourg bis Belfort in Franche-Comté, und hatte durchweg freundliche, oft liebevolle Begegnungen. Ein junges Pärchen im Dunkeln, das mich zu meiner Herberge begleitete; ein Hotel weit abseits des Weges, das Pilger mit dem Auto am Weg abholt; eine Ordensschwester, die zum Mitsingen französischer Choräle ermuntert, obwohl man kaum ein Wort Französisch spricht. Träumerische Landschaften, duftender Baldrian, hübsche Dörfer, Kapellen voller Stille und durchdrungen von Gottes Nähe. Ich kann diesen Abschnitt sehr empfehlen und freue mich darauf, den Jakobsweg weiter zu gehen.

Monika und Monique

Wir haben uns bei einem Gruppenpilgern kennengelernt und sind dann zu zweit weitergelaufen. In drei Etappen waren wir ca. 600 Kilometer ab Le Puy-en-Velay unterwegs. Zwei Etappen sogar mit Stella, meiner Mischlingshündin. Dabei sind wir immer auf hilfsbereite, nette Herbergsleute und Menschen getroffen, die uns Unterkunft gaben. Jeden Tag sangen wir aus vollem Herzen unser Lied: „Tous les matins nous prenons le chemin“. Die vielen geöffneten und schönen Kirchen gaben uns Zeit zur spirituellen Einkehr und auch Schutz vor Wind und Wetter.



Bernhard Wintermeier

Meine Pilgerreise nach Santiago de Compostela von Schwaben aus führte natürlich auch durch Frankreich. Weit über 1.000 Kilometer durch ein fantastisches Land mit vielen geschichtlichen Eindrücken. Selten sieht man so viele romanische und gotische Kirchen, Klöster und Kathedralen wie z. B. in Le Puy-en-Velay, Figeac, Cahors, Moissac und natürlich Conques. Wer hier die Pilgerandacht spät am Abend miterleben durfte, der weiß und spürt es, was Pilgern bedeutet. Einmalig. Dieses intensive Gefühl wiederholt sich nur noch in Santiago de Compostela. Ich durfte es erleben.

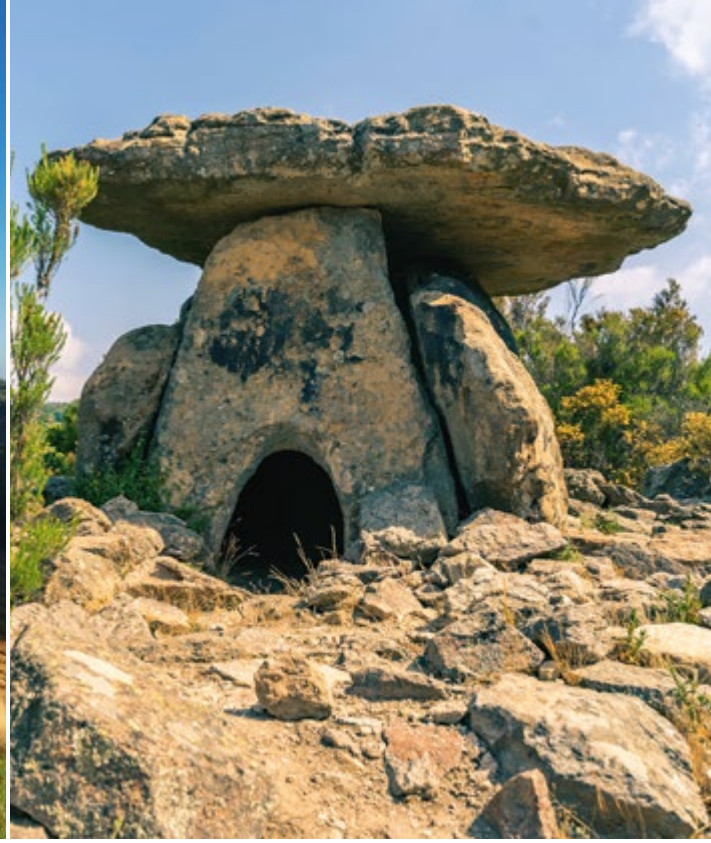


VIA TOLOSANA

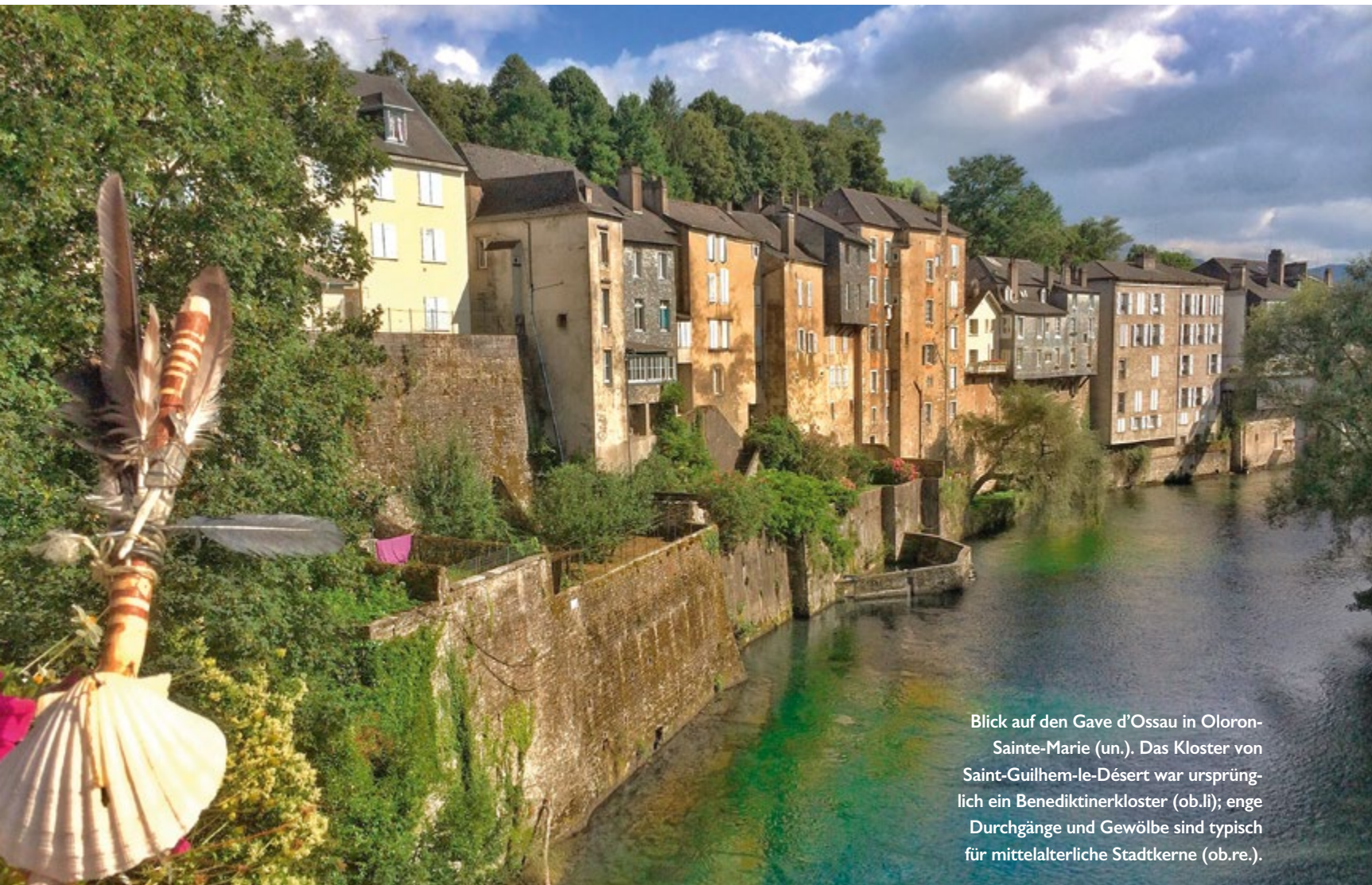
Quer durch Südfrankreich

Die Via Tolosana, in Frankreich auch Chemin D'Arles genannt, führt auf rund 780 Kilometern von Arles zum Somport-Pass in den Pyrenäen. Einsame und raue Landschaften erwarten die Pilgernden. Werner Kräutler hat das Abenteuer gewagt und ist die anspruchsvolle Route durch Südfrankreich gegangen.

Ab Saint-Guilhem-le-Désert führt die Via Tolosana durch die Cevennen, den südöstlichsten Teil des französischen Zentralmassivs.



Weg nach Marciac (li.); Dolmen von Coste-Rouge, einer Megalithanlage bei der Prieuré Saint Michel de Grandmont (re.).



Blick auf den Gave d'Ossau in Oloron-Sainte-Marie (un.). Das Kloster von Saint-Guilhem-le-Désert war ursprünglich ein Benediktinerkloster (ob.li); enge Durchgänge und Gewölbe sind typisch für mittelalterliche Stadtkerne (ob.re.).

Es ist ein Jakobsweg durch einsame, bisweilen raue Landschaften. Vorbei an neolithischen Siedlungsresten und keltischen Kultplätzen. Immer wieder von außergewöhnlichen romanischen und gotischen Kirchenbauten gesäumt. Die Via Tolosana ist anspruchsvoll, was auch die eher geringe Zahl der Pilgersleute erklärt, die die 790 Kilometer unter ihre Sohlen nehmen.

Das etwas andere Südfrankreich

Wer das romantische Bild Südfrankreichs sucht, wird auf der Tolosana vermutlich enttäuscht. Weder ausgedehnte Weingegenden noch duftende Lavendelfelder säumen den Weg. Der „Chemin d'Arles“, wie dieser Weg in Frankreich genannt wird, ist eine der härteren Routen nach Santiago und entspricht auch nicht den landläufigen Vorstellungen von Südfrankreich.

Der südlichste französische Pilgerweg sammelt seit Jahrhunderten italienische und französische Pilgersleute in Arles und führt sie über Toulouse und das Vallée d'Aspe auf den Somport-Pass. Um dort in den Camino Aragonés überzugehen, der wiederum bei Puente la Reina in den Camino Francés mündet.

Gleich vorweg: Minimale Kenntnisse der französischen Sprache sind von Vorteil. Und: Die Via Tolosana ist ein Weg für erfahrene Pilgersleute, die zudem noch über eine gute Grundkondition verfügen sollten. Der erste Teil der Via Tolosana führt durch die eher wilden Cevennen, die bisweilen an ein Outback erinnern. Nach dem wunderschönen Toulouse queren die dahinspazierenden Pilgersleute einige landwirtschaftliche Mais-Steppen, bevor sie sozusagen als Belohnung mit Juwelen romanischer Kunst belohnt werden. Am Schluss wird's alpin: Die Pilgersleute folgen dem Gave d'Aspe durch das gleichnamige Tal, um nach rund 60 Kilometern den Somport-Pass auf 1.640 Metern Seehöhe zu erreichen.

Die Cevennen: ein stetiges Auf und Ab

Dass ich nicht in Arles begonnen hatte, ist auf meine Abscheu vor Stechmücken zurückzuführen. Im Rhône-Delta, so wurde mir gesagt, würden diese Blutsauger im Sommer in Schwärmen über die Pilgersleute herfallen. Also startete ich in Montpellier. Um gleich einmal in die „Garrigue“, eine riesige Strauchheide, einzutauchen. Die ist aus zwei Gründen interessant. Die intensive Weidewirt-

schaft neolithischer Bauern führte vor rund 5.000 Jahren zu einer Absenkung des Grundwasserspiegels, von der sich die Gegend bis heute nicht erholt hat. Andererseits war diese eher unwirtlich aussehende Gegend Rückzugsort der französischen Résistance bei ihrem Kampf gegen die Naziverbrecher.

Der vielleicht schönste Ort auf dem Pilgerweg

Gleich am Eingang zu den Cevennen liegt der vielleicht schönste Ort der Pilgerstrecke: Saint-Guilhem-le-Désert. Aber auch hier gilt: ohne Schweiß kein Preis. Nach einer Wanderung auf rostroten Wegen und der Überquerung der berühmten Teufelsbrücke tauchen die überraschten Pilgersleute in eine Schlucht ein, auf deren Grund ein smaragdfarbenes Flüsschen fließt. Dann aber werden sie von einem einmaligen Örtchen entschädigt. Gegründet im Jahr 804 von einem Cousin Karls des Großen, nämlich Guilhem (Wilhelm von Aquitanien), hat es sein mittelalterliches Aussehen quasi konserviert. Der einstige Heerführer dürfte vom Morden und Brandschatzen die Nase voll gehabt haben, worauf er sich - vermutlich auch aufgrund seines schlechten Gewissens - »



(von oben links) Aufstieg auf den Somport-Pass durch einen wunderbaren Laubwald, die Pyrenäen sind eine Gebirgskette von über 400 Kilometern auf der Grenze zwischen Frankreich und Spanien; unser Autor Werner Kräutler, Jakobspilger und Blogger.

in die Einsamkeit zwischen riesigen Kalkfelsen zurückgezogen hat.

Pilgern durch keltisches Kernland

Von Saint-Guilhem aus beginnt dann das Auf und Ab der Cevennen. Ab sofort wird Trinkwasser zur Mangelware, denn in den kleinen Dörfern entlang des Weges gibt es kaum Lebensmittelgeschäfte oder Cafés. Von sprudelnden Brunnen gar nicht zu reden. Mit anderen Worten: Die Pilgersleute sind angehalten, mehrere Liter Wasser und auch Lebensmittel mitzuschleppen.

Eine Etappe ist mir in wunderbarer Erinnerung geblieben, jene von Saint-Jean-de-la-Blaquière nach Lodève. Zuerst sind es seltsam rund geformte Stelen, vermutlich Grabsteine, die in Usclas-du-Bosc gefunden wurden. Sie dürften auf prähistorische Gesellschaften zurückgehen. Um anschließend die Prieuré Saint-Michel de Grandmont zu erreichen, die - nicht weiter verwunderlich - inmitten eines uralten keltischen oder gallischen

Kultplatzes liegt. Dolmen, Steinschalen mit Kanälen und eine riesige Opferschale samt Abflusskanal sind von einer unwirklich schönen Landschaft umgeben.

Die Etappen zwischen Lodève und Saint-Gervais-sur-Mare gehören zur Kategorie „Sehnen dehnen“. Bisweilen glaubt man, sich durch steile Rinnen von Gebirgsbächen zu kämpfen, um festzustellen, dass es sich um uralte, eingestürzte Wege handelt, die einst mit Steinen befestigt waren. Aber die Zeiten intensiven Pilgertums sind speziell auf der Via Tolosana längst Vergangenheit. Solche Strecken sind übrigens der Grund, weshalb ich auf meinen Pilgerfahrten immer einen „Almstock“ mitnehme. Er macht es möglich, auch steile, felsige Rinnen schonend und hurtig zu überwinden.

Der höchste Punkt des Chemin d'Arles vor dem Erreichen von Toulouse ist auf den ersten Blick das unscheinbare Örtchen Murat-sur-Vèbre. Nach der Überwindung von 600 Höhenmetern eröffnen sich für die Pilgersleute nach der teils nusstrockenen „Garrigue“ saftig-

grüne Höhen. Nicht nur das: Murat, auf 870 Meter Seehöhe gelegen, war einst ein Zentrum der Kelten. Davon zeugen viele original Menhire und Dolmen, die teilweise noch an ihren originalen Standplätzen stehen. Menhire sind stehende Steine, die in Murat sogar als menschliche Figuren dargestellt werden. Und die Dolmen waren vermutlich einstige Begräbnisstätten, bei denen ein großer Deckstein auf drei stehenden Steinen liegt. Ich empfehle, das wunderschöne kleine Dorfmuseum zu besuchen.

Schlemmen in Toulouse

Und dann Toulouse. Eine Wohltat für Pilgersleute, die die Cevennen „bezwungen“ haben. Im Zentrum der rosafarbenen Stadt steht die Basilika Saint-Sernin, eine der größten und faszinierendsten romanischen Kirchen Europas. Wer sich die Mühe nimmt, die Stadt zu erkunden, wird nicht über die große Markthalle hinwegsehen können. Denn Toulouse hat »

Wege rund um die Via Tolosana

Viele Wege aus dem Südosten, von Italien, Slowenien und der Schweiz, führen nach Arles, zum Startpunkt der Via Tolosana. Aus dem Liber Sancti Jacobi ist bekannt, dass neben Le Puy-en-Velay auch Arles ein Sammelpunkt der Jakobspilger war.



Aus dem Norden kommend von Le Puy-en-Velay aus kann man 240 Kilometer über den Chemin de Régordane nach Saint-Gilles kurz hinter Arles auf die Via Tolosana gelangen, statt die Via Podiensis zu gehen. Ebenso ist ein Verbindungsweg hinter Conques bei Firmi von der Via Podiensis Richtung Toulouse möglich.

Die Via Gebennensis verläuft von Genf nach Le Puy-en-Velay. In Gillonnay, einer kleinen Gemeinde im Département Isère, kann man die Via Gebennensis verlassen und über Saint-Antoine l'Abbaye, einen historischen Pilgerort, gehen. Über 300 Kilometer ist man so auf der Via Rhodana auf einsamen Wegen, an einigen sehenswerten Klöstern vorbei, unterwegs. Auch von Lyon aus gibt es einen Weg nach Valence und damit zur Via Rhodana.

Zwei Jakobswege führen von Norditalien nach Arles: Die Via Aurelia an der Mittelmeerküste und durch Aix-en-Provence (Bild Mi.), die Via Domitia über die Berge. Beide Routen können von Pilgern auch in umgekehrter Richtung begangen werden. Dann sind es Zubringerwege von Südfrankreich zur Via Francigena nach Rom.

Alternativen zur Via Tolosana

In Montpellier, wo der heilige Rochus geboren sein soll, zweigt der Voie du Piémont Pyrénéen von der Via Tolosana ab, wobei der erste Abschnitt noch nicht durchgängig gekennzeichnet ist. Ab Capestang folgt man dem GR 78 entlang der Pyrenäen nach Lourdes. Dieser Weg mit fast 700 Kilometern Länge verbindet das Mittelmeer mit

dem Atlantik und die Alpen mit den Pyrenäen von Ost nach West, wenn man bis nach Irun geht. In Oloron-Sainte-Marie kann man den Voie du Piémont Pyrénéen verlassen und wieder auf die Via Tolosana wechseln bis zum Somport-Pass. Oder man folgt weiter dem GR 78 nach Saint-Jean-Pied-de-Port (SJPDp).

Wer von der Via Tolosana zum Voie du Piémont Pyrénéen wechseln möchte, hat mehrere Möglichkeiten. In Saint-Gervais-sur-Mare kann man südlich bis Capstang gehen und auf den Voie du Piémont einbiegen. Es geht aber auch weiter südlich über Narbonne und Perpignan zu einer neuen Variante des Camino Catalan in Spanien, die bis zum Kloster Montserrat bei Barcelona führt.

Von Revel kann man abbiegen nach Fanjeaux auf den Voie du Piémont. Ab Toulouse gibt es die Via Garona zum Pyrenäenweg mit 170 Kilometern Länge. Die Pilger nahmen im Mittelalter die alten Römerstraßen, die entlang des Flusses Garonne verliefen, und kamen durch Cazères bis Saint-Bertrand-de-Comminges (Bild li.), einem alten Pilgerort mit wunderbarer Kathedrale. Und wer direkt nach Lourdes (Bild re.) pilgern möchte, kann in Maubourguet auf den GR 101 abzweigen und bis Lourdes gehen.

Weiterführende Wege

Die Via Tolosana führt zum Somport-Pass und damit zum Camino Aragonés, der bei Obanos in der Nähe von Puente la Reina mit dem Camino de Navarra zusammenkommt. Ab dort geht es auf dem Camino Francés weiter.



info

VIA TOLOSANA

- Von Arles bis zum Somport-Pass in den Pyrenäen
- 783 km lang
- <https://www.compostelle-toulouse.com/nos-chemins/les-chemins-en-occitanie/voie-d-arles.html>
- Webseite von Werner Kräutler: <https://wernerkraeutlerblog.wordpress.com/>

eine lange kulinarische Tradition, aus der vor allem ein Gericht herausragt: das Cassoulet, ein Eintopf aus weißen Bohnen, Ente und der unverkennbaren Toulouse-Wurst.

D'Artagnan, Armagnac, Gascogne, Aquitaine

Diese vier Worte lösen nicht nur in meinen Ohren wohlige Gefühle aus. Und die Stadt Auch (Oosch gesprochen) ist quasi das Zentrum dieses Wohlklangs. D'Artagnan, der Musketier, wurde ganz in der Nähe geboren, der Armagnac wird aus Weißweinen destilliert und anschließend zwischen sechs und acht Jahren lang in Eichenfässern gelagert. Die Gascogne ist bekannt für ihre deftigen Gerichte, hier stehen Innereien noch hoch im Kurs. Und Aquitaine ist jenes einstige König-

reich, das vormalig eine bedeutende Rolle in der europäischen Geschichte gespielt hat. Die Herzogin Eleonore von Aquitanien war die vielleicht einflussreichste Frau des Mittelalters, sie war Königin von Frankreich und England und die Mutter von Richard Löwenherz. Wer sie sehen will, sollte sie in der Kathedrale Sainte-Marie von Auch suchen. Sie ist in einem der originalen Glasfenster aus der Renaissance verewigt.

Auf dem Weg in Richtung Pyrenäen liegt das Städtlein Marciac. Erstaunt stehen Pilgersleute wie ich urplötzlich vor einem Denkmal des Jazztrompeters Wynton Marsalis. Der lebt ja noch, er wurde 1961 in New Orleans geboren, weshalb also ein Denkmal? Des Rätsels Lösung: Marciac ist Schauplatz eines der renommiertesten Jazz-Festivals Europas, Marsalis wird als der Pate des Festivals bezeichnet und hat sich das Bronze-Pendant offenbar verdient. Immerhin zieht das Festival „Jazz in Marciac“ jährlich mehr als 200.000 Besucher an.

Kurz bevor die Pilgersleute das Vallée d'Aspe betreten, das zum Somport-Pass führt, passieren sie zwei Juwelen romanischer Baukunst: die Kirche Sainte-Foy de Morlaàs mit einem faszinierenden Figuren-Portal und anschließend die Kathedrale von Lescar, einst die Kathedrale

der Könige von Navarra. Beide Kirchen hatten das seltene Glück, von den Zerstörungen der französischen Revolution verschont worden zu sein.

Wunderbare Tympanons romanischer Baukunst

Interessant zu wissen, dass Morlaàs und Lescar vom 9. bis zum 11. Jahrhundert Zentren der Macht waren. Nachdem Wikinger den Ort Lescar 841 dem Erdboden gleich gemacht hatten, wurde Morlaàs zur Hauptstadt der Provinz Béarn und erlebte vom 10. bis zum 12. Jahrhundert eine Blütezeit, die sich im berühmten Tympanon der Kirche Sainte-Foy widerspiegelt. Die Kathedrale von Lescar wiederum ist ein Hort angsterregender Figuren, die die Kirche schmücken. Schocktherapie in der Romanik? Leicht möglich.

Gleich am Eingang zum Vallée d'Aspe betreten die Pilgersleute ein wunderbares Städtchen mit einer außergewöhnlichen romanischen Kathedrale: Oloron-Sainte-Marie. Diese Kathedrale hat mich derart fasziniert, dass ich einen Rasttag eingelegt habe. Der Ruhetag war für mich auch nötig, um die folgenden Etappen auf den Somport-Pass hurtig und ohne große Probleme zu bewältigen.

Fotos: S. 18-19: iMAGO / Andia; S. 20: Werner Kräutler; S. 21: i.; Werner Kräutler; S. 22: Werner Kräutler; S. 23: i.; Mike Workman / stockadobe.com; mi.; neirfy / stockadobe.com; re.; rparys / stockadobe.com; S. 24: stepmap.de

Aus unserem Programm

Jakobswege – Pilgern vor der Haustür

Es muss nicht immer Spanien sein: Vorstellung der zahlreichen Jakobswege in der Heimat sowie weiterer attraktiver Pilgerwege im deutschsprachigen Raum. Vom Entstehen eines Weges, dem Vergnügen des Pilgerns, mit Wegbeschreibungen, hilfreichen Tipps zum Übernachten sowie zum Pilgern mit dem Rad.

144 Seiten, mit zahlreichen Fotos, Karten, Übersichtskarten und Tipps, Softcover, Format: 297 x 230 mm, ISBN 978-3-946777-27-4 12,95 €



Jakobsweg – Aufbruch nach Santiago

Kompaktes Wissen rund um den Jakobsweg: Vorstellung verschiedener Wege in Spanien nach Santiago, mit den schönsten Plätzen und Orten, stimmungsvollen Bildern, Reportagen und viel Hintergrundwissen. Für alle, die das Abenteuer Jakobsweg in Spanien planen oder bereits erlebt haben und Lust verspüren, erneut aufzubrechen!

144 Seiten, mit zahlreichen Karten, Infos, Tipps und Fotos, Softcover, Format: 297 x 230 mm, ISBN 978-3-946777-16-8 9,80 €



Jakobswege – Pilgern auf Französisch

Unser schönes Nachbarland lädt zum Pilgern ein. Traumhafte Bilder zeigen Wege entlang der Küsten, durch weite Ebenen oder über majestätische Berglandschaften. Mit Wissenswerten zu Legenden, den historischen Wegen, Pilgerherbergen und zum Radpilgern, so geht es bestens vorbereitet ins Pilgerparadies!

144 Seiten, mit zahlreichen Karten, Fotos, Tipps und Hintergrundwissen, Softcover, Format: 297 x 230 mm, ISBN 978-3-946777-38-0 14,95 €



Foto: AdobeStock_180763028@artspace



Peregrinus GmbH, Pilgerverlag
Hasenpühlstr. 33, 67346 Speyer
info@pilgerverlag.de
www.pilgerverlag.de, 06232 31830



RUND UMS PILGERN

Praktisches für die nächste Reise



Unterkünfte und Pilgerherbergen

Von preiswert bis teuer – in Frankreich ist alles möglich

In Frankreich gibt es einige günstige Pilgerunterkünfte, die über die Jakobusvereinigungen angeboten werden. Adressen und Informationen zu den Unterkünften sind direkt bei den diversen Jakobusvereinigungen auf deren Internetseiten zu finden. Es gibt Unterkünfte mit freier Kostenbeteiligung, „libre participation aux frais“ genannt. Vereinzelt gibt es auch Schlafplätze in Klöstern oder bei Familien, manchmal auch mit Abendessen und Frühstück.

Chambre d'hôtes sind kleine, privat geführte, unabhängige Unterkünfte mit einem gewissen Komfort. Manche sind auch Verbänden angeschlossen wie Gîtes de France, die nach ihrem Komfort in Klassen von 1 bis 4 eingestuft sind. Unterkunftsmöglichkeiten existieren auch auf Bauernhöfen. Neben Hotels ist es auch möglich, auf Campingplätzen einen Wohnwagen oder Bungalow zu mieten. Wildzelten ist in Frankreich nicht komplett verboten, aber es ist am sichersten, sich die Erlaubnis des Landbesitzers einzuholen, bevor man sein Zelt aufstellt. Informationen zu Unterkünften in den Benelux-Ländern finden Sie im Beitrag ab Seite 100.

Eine Übersicht der Jakobusvereinigungen auf Französisch unter www.compostelle-france.fr/chemins-et-hebergements

Forum zum Austausch

Unabhängige Plattform

Wer seine Pilgerreise plant, findet im Pilgerforum eine unabhängige, kostenlose Plattform, um sich umfassend rund um das Thema Pilgern zu informieren. Pilgerinnen und Pilger veröffentlichen hier Beiträge, berichten über ihre Erfahrungen und stellen ihr Wissen unentgeltlich zur Verfügung. Auch ist es eine Plattform, um andere Pilgerinnen und Pilger zum gemeinsamen Reisen zu finden. Wer selber Beiträge verfassen und Fragen stellen möchte, muss sich registrieren.

www.daspilgerforum.de

Fit machen für die Reise

Füße trainieren

Leider vernachlässigen wir sie viel zu oft, dabei sind sie so wichtig: unsere Füße. Nicht nur im Vorfeld einer Pilgerreise, sondern grundsätzlich können wir unseren Füßen mit gezielter Fußgymnastik etwas Gutes tun. Hier vier einfache Übungen für jeden Tag: 1. Auf einem Bein stehen und das Gleichgewicht halten. Wem das zu einfach ist: Gleichzeitig mit den Armen kreisen. 2. Auf die Zehenspitzen stellen, Ferse möglichst hoch bringen und diese Position halten. 3. Zehen einkrallen und wieder locker lassen. Weiterführend: einen Bleistift oder ein Tuch mit den Zehen krallen und den Gegenstand hochheben. 4. Zehen spreizen: Dazu mit den Händen die Zehen vorsichtig auseinander ziehen.

Fotos: S. 26: Beate Steger; S. 27: ob: Beate Steger; un. li: Semiletava Hanna / stockadobe.com; un. re: happy_author / stockadobe.com



Rucksack richtig packen Mit System an die Sache herangehen

Ein großes Thema bei jeder Pilgerreise ist das Gepäck und die Frage, wie viel Kleidung auf dem Weg wirklich gebraucht wird und wie viel Drogerieartikel in den Rucksack kommen. Das ist ein Punkt in der Vorbereitung, auf den die Pilgernden durchaus etwas mehr Zeit verwenden sollten. Auf der Reise zählt jedes Gramm, und unterwegs wird man über jedes Kilo weniger auf dem Rücken sehr dankbar sein. Unsere Packliste auf Seite 52 bietet Orientierung.

Wir empfehlen beim Packen folgendermaßen vorzugehen: Alles, was eingepackt werden soll, auf dem Boden oder einem Tisch ausbreiten und von Dingen, die drei- oder viermal vorhanden sind, wie etwa T-Shirts oder Hosen, zwei auswählen. Dabei das Zwiebelprinzip beherzigen: T-Shirt kurz, darüber Longsleeve, leichte Fleecejacke, Regenjacke. Die Kleidung kann übereinander getragen werden und wärmt.

Auch für den Kulturbeutel zunächst alles offen ausbreiten und überlegen, was wirklich notwendig ist und was auf dem Weg auch nachgekauft werden kann.

Für Wertsachen, Papiere, Pilgerausweis, Handy und eventuell Kamera schlagen wir eine kleine Bauchtasche vor. So ist alles griffbereit und das lästige Rucksackabsetzen fällt weg.

Übersetzungsmöglichkeiten Informationen auf Französisch

Wenn Internetseiten nur auf Französisch vorhanden sind, kann man die Übersetzungstools im Internet verwenden. Google Übersetzer oder DeepL Übersetzer liefern dabei gute Ergebnisse. Einfach den gewünschten Text mit der Maus markieren, STRG + C kopiert den Text in die Zwischenablage. Dann auf die gewünschte Übersetzerseite gehen und den Text mit STRG + V in das linke Fenster einfügen. Normalerweise erkennt das Programm die Sprache des eingefügten Textes. Auf der rechten Seite sollte nun, wenn als Ausgangssprache Deutsch ausgewählt wurde, der übersetzte Text erscheinen.

www.translate.google.com oder www.deepl.com



GPS Tracks für Jakobswege Navigieren leicht gemacht

Auf diversen Portalen und Internetseiten finden sich GPS-Tracks für Jakobswege in Frankreich und den Beneluxländern. Unter www.jakobswege-europa.de sind nur Hauptwege verzeichnet, die interaktive Karte bietet aber die Möglichkeit, den kürzesten Weg von zu Hause aus nach Santiago de Compostela zu wählen. Auf der niederländischen Internetseite www.santiago.nl gibt es sehr viele Tracks für Frankreich und die Benelux-Länder.

Interaktive Karte und Tracks finden Interessierte unter: www.jakobswege-europa.de/wege und auch auf www.santiago.nl/downloads (auch in deutscher Sprache)



Pilgerausweis und Pilgerstempel Ausweis besser schon zu Hause kaufen

Wer mit dem Pilgerausweis unterwegs sein möchte, um Stempel zu sammeln und um in Pilgerherbergen übernachten zu können, sollte seinen „Credencial del Peregrino“, seinen Pilgerausweis, bereits zu Hause kaufen. Das ist deutlich günstiger als in Frankreich. Stempelstellen gibt es in Kirchen, Herbergen und Rathäusern sowie in Restaurants. Manchmal hängen an Kirchen und Kapellen außen kleine Kästchen, damit die Pilgerinnen und Pilger auch bei geschlossener Kirche stempeln können.

Bestellmöglichkeiten bei den Jakobusgesellschaften oder unter: www.pilgerreisen-speyer.de

Gepäcktransport Leicht pilgern mit einem Tagesrucksack

La Malle Postale bietet auf einigen Jakobswegen in Frankreich einen Gepäcktransport an. Das Gepäckstück darf nicht mehr als 13 Kilogramm wiegen und braucht ein Etikett mit dem Namen des Pilgers oder der Pilgerin. Auf der Internetseite von La Malle Postale können Angebote für die unterschiedlichen Strecken eingeholt werden. Wichtig: Es werden nur professionelle Unterkünfte wie Hotels, Ferienhäuser, Gästehäuser und Campingplätze angefahren.

Internetseite auf Deutsch: www.lamallepostale.com/de



Fotos: S. 28; ob. li.: Beate Steger; ob. re.: casavella / stockadobe.com; un.: Viktor Kochetkov / stockadobe.com; S. 29; ob.: Beate Steger; un. li.: Miam Miam Dodo; un. re.: Beate Steger



Markierungen der Wege Jakobsmuschel oder Grande Randonnée (GR)

Die Jakobswegen in Frankreich und den Benelux-Ländern sind normalerweise mit der Jakobsmuschel in Gelb und Blau markiert. Zum Teil sind Ortsnamen, Entfernungen und Richtungsweisung angegeben. Manche Wege verlaufen auch auf den Grande Randonnées, den GR-Fernwanderwegen, die ein Netzwerk von Fernwanderwegen in Europa bilden. Es gibt sie in Frankreich, Belgien, den Niederlanden und Spanien. Als Hauptwege sind sie in Rot und Weiß markiert, auch mit Richtungsweisung. Die Markierungen in Rot und Gelb sind für regionale Routen vorgesehen, die zwei Grandes Randonnées verbinden. Dies sind meist Rundwege. In Gelb markierte GR-Wege sind Petites Randonnées, lokale Spazier- und Wanderwege, die auf maximal 25 Kilometer angelegt sind.

In Spanien und Deutschland wird die Jakobsmuschel meist so angebracht, dass sie die Richtung weist. Der Knoten der Muschel symbolisiert Santiago de Compostela, die Strahlen die unterschiedlichen Wege, die dorthin führen. In Frankreich und den Benelux-Ländern wird die Richtung meist mit Pfeilen angezeigt.

Informationen auf Französisch finden sich unter www.compostelle-france.fr/chemins-et-hebergements



Energie in Kugelform Gesunde Snacks zum Mitnehmen

Auf Pilger- oder Wandertouren kann es immer mal wieder vorkommen: Plötzlich schwinden die Kräfte, die Energie ist aufgebraucht und man wäre froh über eine gesunde, leichte und aufbauende Zwischenmahlzeit, die einem hilft, die nächsten Kilometer bis zur Rast oder Einkehr gut zu bewältigen. Kleine, wohlschmeckende Energiekugeln können hier zu wahren Rettern werden.

Für zehn solcher „Aufbauhilfen“ werden 150 Gramm Trockenfrüchte und 70 Gramm Nüsse gemischt, mit einem Mixer zerkleinert, sodass eine klebrige Masse entsteht. Diesen Teig für mindestens eine Stunde in den Kühlschrank stellen und dann daraus zehn Kugeln formen. Es eignet sich alles, was schmeckt – wie Datteln, Feigen oder getrocknete Aprikosen. Kakaopulver oder Erdnussbutter können nach Belieben hinzugefügt werden. Überhaupt sind der Kreativität keine Grenzen gesetzt. So kann man die fertigen Kugeln auch noch mit Kokosraspeln „panieren“. Das schmeckt nicht nur lecker, sondern sieht auch hübsch aus. Sind keine frischen Zutaten Teil der Energiekugeln, wie beispielsweise zerdrückte Banane, sind die Energiespender sogar eine Weile haltbar.

Miam Miam Dodo Präzise Pilgerführer für die Jakobswegen

Nach Angaben des Familienverlags Le Vieux Crayon laufen mehr als 60 Prozent der französischen Pilgerinnen und Pilger mit den Pilgerführern von Miam Miam Dodo. Jacques Clouteau hat den Verlag vor 25 Jahren gegründet, nachdem er von seiner Pilgerreise nach Santiago de Compostela nach Hause zurückkehrte.

Die Miam Miam Dodo sind für die vier wichtigsten Jakobswegen in Frankreich erhältlich, allerdings in französischer Sprache. Der Pilgerführer über die Via Podiensis (GR65) ist seit Neuestem auch in deutscher Sprache erhältlich mit Unterkunftsverzeichnis und mehr als 100 Karten. Er kostet 17,90 Euro (ISBN 978-2-38006-027-0).



Weitere Informationen und Bestellmöglichkeit gibt es auf der Verlagsseite unter: www.levieuxcrayon.com

Jakobswegen nach Burgund Pilgerführer für grenzüberschreitende Wege

Der begeisterte und langjährige Pilger Hans-Jörg Bahmüller belebt mit seinem Team alte Jakobswegen, markiert sie und überprüft sie auf Änderungen. Außerdem schreiben er und das Jakobswegteam Winnenden Pilgerführer. Besonderen Wert legt er dabei auf die grenzüberschreitende Wirkung der Wege, denn das Netz an Jakobswegen kennt keine Schlagbäume.

Für die Jakobswegen aus dem Süden Deutschlands ins Elsass, zur Burgundischen Pforte, vom Bodensee nach Burgund und weiter Richtung Cluny oder Vézelay gibt es Pilgerführer, die leicht und handlich sind und in jeden Rucksack passen.



Informationen, GPS-Tracks, Karten und Pilgerführer unter www.jakobswegen-nach-burgund.de

PILGERZENTREN

Jakobusgesellschaften und Freunde des Jakobswegs



Jakobusvereinigungen in Frankreich

Informativ: Agence des Chemins de Compostelle in Toulouse

In Frankreich gibt es über 80 Jakobusvereinigungen. Die Vereine geben regelmäßig ein Bulletin heraus, zudem veröffentlichen sie Bücher mit den Ergebnissen ihrer historischen Forschungen oder praktische Informationen zu den Pilgerwegen. Die Mitglieder der Jakobusvereinigungen sehen es als oberstes Ziel an, Interessierte über die Pilgerbewegung in Frankreich zu informieren. Wichtig ist es ihnen, Werte zu vermitteln, die mit dem kulturellen Erbe der Wege nach Santiago de Compostela verbunden sind. Dazu veranstalten sie Ausstellungen, Pilgertreffs, organisieren Pilgertage, beraten Pilgerinnen und Pilger und bieten Fortbildungen an.

Eine interessante Internetseite bietet die „Agence des Chemins de Compostelle“, die 1990 gegründet wurde und ihren Sitz in Toulouse hat. Anhand einer interaktiven Wegekarte finden Interessierte die Kontakte der Jakobusvereinigungen in Frankreich und auf der iberischen Halbinsel. Auf dem Bild ist das Jakobinerkloster in Toulouse zu sehen.

Mehr Infos (auf Französisch und Englisch): Agence des Chemins de Compostelle, 4, rue Clémence Isaure, 31000 Toulouse, www.chemins-compostelle.com, accueil@chemins-compostelle.com

Jakobusgesellschaften in Deutschland

- St. Jakobus-Gesellschaft Rheinland-Pfalz-Saarland e.V.
www.jakobusgesellschaft.eu/pilgern/beratung/
- Fränkische St. Jakobus-Gesellschaft Würzburg e.V., Ottostraße 1 – Kilianeum, 97070 Würzburg, Tel.: +49 931 38663870, info@jakobus-franken.de, www.jakobus-franken.de
- St. Jakobusbruderschaft Düsseldorf e.V., Lützowstr. 245, 42653 Solingen, Tel.: +49 212 815747, sankt-jakobusbruderschaft@t-online.de, www.jakobusbruderschaft.de
- St. Jakobusbruderschaft Trier e.V., Krahnenufer 19, 54290 Trier, Tel.: +49 651 9790 790, sekretaer@sjb-trier.de, www.sjb-trier.de – insbesondere über den Jakobsweg Trier – Vézelay
- Deutsche St. Jakobus-Gesellschaft e.V. Tempelhofer Str. 21, 52068 Aachen, Tel.: +49 241 5100062, info@deutsche-jakobus-gesellschaft.de, www.deutsche-jakobus-gesellschaft.de

Jakobusgesellschaften Benelux

- Niederlande: Het Nederlands Genootschap van Sint Jacob, Janskerkhof 28 a, 3512 BN Utrecht, Niederlande info@santiago.nl, www.santiago.nl
- Belgien: Vlaams Compostelagenootschap, Frederik de Merodestraat 18, 2800 Mechelen, Belgien info@compostelagenootschap.be, <https://compostelagenootschap.be>
- Association Belge des Amis de Saint-Jacques de Compostelle, Rue Royale 52, 7333 Tertre, Belgien, www.st-jacques.be
- Luxemburg: Frënn vum Camino de Santiago de Compostela, 4, rue de Luxembourg, 6750 Grevenmacher, Luxemburg info@caminosantiago.lu, www.caminosantiago.lu

Liste Jakobusgesellschaften Frankreich

- Interaktive Karte mit Links zu Jakobusgesellschaften und Freunde des Jakobswegs unter www.compostelle-france.fr/chemins-et-hebergements

Fotos: S. 30: Elodie / stockadobe.com; S. 31: db; Beate Steger; un. li: Gerald Villena / stockadobe.com; un. re.: ARochau / stockadobe.com



Pilgerempfang in Le Puy-en-Velay Lohnenswerter Austausch mit Ehemaligen

Der Verein „Les Amis de Saint-Jacques du Velay“ wurde 1997 gegründet und gehört seit 2001 zur Fédération Française des Associations des Chemins de Saint-Jacques. Einmalig ist der Pilgerempfang, der von den Mitgliedern des Vereins angeboten wird. Im Gartencafé „Le Camino“ in der Rue de la Manécanterie (siehe Bild), direkt hinter der Kathedrale von Le Puy-en-Velay können Pilgernde mit ehemaligen Pilgerinnen und Pilgern ins Gespräch kommen und sich beraten lassen. Der Empfang findet täglich vom 1. April bis 15. Oktober von 17.30 bis 19.30 Uhr statt. Auch der Pilgerausweis kann hier erworben werden. Das Café ist tagsüber geöffnet und bietet kleine Erfrischungen an.

Ebenfalls in Le Puy befindet sich die Fédération européenne des Chemins de Compostelle. Das Ziel ist es, alle Länder, durch die der Weg führt, zu vereinen. Außerdem sollen in jedem Land Akteure aus den gemeinnützigen Bereichen wie Universitäten oder soziokulturellen und wirtschaftlichen Organisationen dazu beitragen, ein gemeinsames europäisches Bewusstsein für den Jakobsweg zu schaffen. Siehe auch: www.saintjamesway.eu/fr

Mehr Infos unter: www.lesamisdesaintjacquesduvelay.org und www.lecamino.org

Jakobusgesellschaft in Paris Auf den Spuren des Heiligen

Die älteste europäische Jakobusgesellschaft wurde 1950 von Historikern gegründet. Die Gesellschaft beschäftigt sich mit der künstlerischen, historischen, literarischen und religiösen Bewegung, die sich durch die Verehrung des Heiligen Jakobus über die Jahrhunderte entwickelt hat. Neue Mitglieder sind willkommen.

Société Française des Amis de Saint-Jacques de Compostelle, 1950
societe@amis-de-compostelle.fr, www.amis-de-compostelle.fr



Jakobusgesellschaften Deutschland Unterstützung für Jakobswegen in Frankreich

Mitglieder von Jakobusgesellschaften in Deutschland, Österreich und der Schweiz kennen sich mit den Wegen in Frankreich und den Benelux-Ländern aus. Exemplarisch werden einige Gesellschaften im farbig unterlegten Kasten (siehe links) genannt. Informationen zu den Jakobusgesellschaften der deutschsprachigen Wege finden Sie in unserem Special „Pilgern vor der Haustür“ oder über die Arbeitsgemeinschaft deutscher Jakobus-Vereinigungen unter: www.jakobus-vereinigungen.de. Auf den Internetseiten gibt es die Informationen entweder unter „Beratung“ oder einfach die Begriffe „Frankreich“ oder den gewünschten Weg in der Suchfunktion eingeben.

Die Packliste finden Sie auch zum Herunterladen auf unserer Internetseite unter www.der-pilger.de/packliste

Grundausrüstung

- ☐ 1 Rucksack (40 - 50 l Volumen) mit Regenhülle gr.
- ☐ 1 Trinkflasche oder Trinkblase gr.
- ☐ 1 kleine Bauchtasche oder faltbarer Rucksack gr.
- ☐ 1 Wanderstöcke oder Pilgerstab gr.
- ☐ 1 Jakobsmuschel gr.
- ☐ 1 Paar Schuhe gr.
- ☐ 2 Paar Socken gr.
- ☐ 1 Paar Sandalen oder Crocs / leichte Schuhe gr.
- ☐ 1 Outdoorhose (zum Zippen) + eine Ersatzhose gr.
- ☐ 1 T-Shirt kurz + ein Ersatzshirt kurz gr.
- ☐ 1 T-Shirt lang bzw. Pullover oder Fleecejacke gr.
- ☐ 1 Regenjacke mit Kapuze gr.
- ☐ 1 Mütze oder Hut gr.
- ☐ 1 Sonnenbrille gr.
- ☐ 1 Schal oder Schlauchtuch für den Hals gr.
- ☐ 3 Paar Unterhosen (+ evtl. 1-2 BHs) gr.
- ☐ 1 Schlafsack (je nach Jahreszeit) gr.
- ☐ 1 Schlafaustrüstung (Shirt oder Nachthemd) gr.

Dokumente und Reiseunterlagen

- ☐ Tickets für Flüge, Züge oder Busse gr.
- ☐ Personalausweis, evtl. Führerschein gr.
- ☐ Krankenkassenskarte gr.
- ☐ evtl. Behinderten- oder Rentenausweis gr.
- ☐ evtl. Impf- oder Allergiepass gr.
- ☐ Pilgerausweis gr.
- ☐ EC-Karte und / oder Kreditkarte gr.
- ☐ kl. Geldbeutel mit etwas Bargeld gr.
- ☐ Liste mit Notfallnummern gr.
- ☐ wasserdichte Hüllen für Dokumente gr.

Sonstiges

- ☐ Tagebuch/Notizbuch mit Stift gr.
- ☐ Stirnlampe gr.
- ☐ Pilgerführer gr.
- ☐ Zipptüten oder kl. Müllbeutel für Proviant gr.
- ☐ einige Müsliriegel für den Notfall gr.
- ☐ Schlüssel gr.

Tipp: Mit Sicherheitsnadeln kann die Wäsche zum Trocknen am Rucksack befestigt werden. Die Wäscheleinen in den Herbergen sind schnell voll. Am besten ein Stück Schnur einpacken und die Wäsche darauf hängen.



Tipp: Manche Rucksäcke haben am Hüftgurt kleine Taschen eingearbeitet, in denen Kleinigkeiten verstaut werden können. Wir empfehlen eine extra Bauchtasche. Die Tasche bietet mehr Platz und kann auch abends genutzt werden.



Tipp: Müsliriegel oder eine selbst gemachte Nuss-Rosinen-Mischung für einen kurzfristigen Energieschub einpacken.

Kulturbeutel - Waschen - Medikamente

- ☐ 1 Kulturbeutel (mit Haken zum Aufhängen) gr.
- ☐ kleines Taschenmesser mit Schere und Pinzette gr.
- ☐ Zahnbürste und Zahnpasta gr.
- ☐ Kamm oder Bürste gr.
- ☐ 1 Reisehandtuch (Mikrofaser trocknet schnell) gr.
- ☐ 1 kl. Flasche Shampoo oder Seife gr.
- ☐ Creme für Gesicht und evtl. auch Hände gr.
- ☐ Sonnencreme und Lippenpflege gr.
- ☐ Sicherheitsnadeln oder Büroklammern gr.
- ☐ 1 Paar bequeme Ohrstöpsel gr.
- ☐ evtl. Rasierutensilien gr.
- ☐ kl. Packung Hygienetücher - Desinfektion gr.
- ☐ persönliche Medikamente gr.
- ☐ Schmerzmittel, Pflaster, 1 Mullbinde gr.
- ☐ Wunddesinfektion gr.
- ☐ Magnesium, evtl. Globuli gr.
- ☐ normale Pflaster, etwas Tape und Blasenpflaster gr.
- ☐ Hirschtalg oder pflegende Fußcreme gr.
- ☐ Husten- oder Halsbonbons gr.
- ☐ optional: Deo gr.
- ☐ Papiertaschentücher (auch als Klopapier nutzbar) gr.
- ☐ kleines Nähset gr.
- ☐ optional: Insektenschutz gr.
- ☐ optional: Zeckenzange / Zeckenpinzette gr.

Technik

- ☐ Smartphone oder Mobiltelefon gr.
- ☐ geeigneter Mobilfunktarif für Frankreich
- ☐ optional: App für den Jakobsweg
- ☐ Powerbank mit Kabel gr.
- ☐ optional: Selfie-Stick gr.
- ☐ evtl. Fotoausrüstung gr.
- ☐ Ladegerät bzw. Ladekabel gr.
- ☐ optional: GPS-Gerät gr.
- ☐ optional: digitale Kopien wichtiger Dokumente gespeichert in einer Cloud wie Dropbox o.ä.
- ☐ optional: Wörterbuch oder App gr.

Tipp: Falls es sehr kalt ist, oder wer schnell friert: Ski-unterwäsche mitnehmen und zum Schlafen tragen, dafür den Schlafanzug zu Hause lassen.



Tipp: im Outdoorhandel gibt es nachfüllbare Flaschen für Shampoo. Das Shampoo auch fürs Duschen und Waschen der Kleidung nutzen.



Tipp: Mit dem abgetrennten Kopf einer Spülbürste können die Wanderschuhe abends sauber gemacht werden.



Tipp: Dinge, die schnell griffbereit sein müssen, in eine extra Tüte oder in die Reiseapotheke packen und im Rucksackdeckel verstauen.



Tipp: In Frankreich und Belgien werden vom Typ E verwendeten Steckdosen in den Niederlande C + F, in Luxemburg F, in den Schweiz und AUT passen, es einen Adapter.



The background image is a full-page photograph of a rugged coastline. In the foreground, there are green bushes with yellow flowers. A steep, rocky cliff leads down to the sea. On the cliff top, there is a lighthouse with a green lantern room and a smaller, cylindrical stone structure next to it. The sea is blue with white waves crashing against the rocks. The sky is a mix of blue and white clouds, with some rays of light breaking through.

*„Einen Tautropfen betrachtend,
entdeckte ich das Geheimnis des Meeres.“*

Khalil Gibran (1883-1931), libanesisch-amerikanischer Dichter und Künstler

Impressum

VERLAG:

Peregrinus GmbH
Hasenpühlstraße 33, 67346 Speyer
Amtsgericht Ludwigshafen, HRB 6173 I
USt.-IdNr. DE 266023756
Geschäftsführer: Marco Fraleoni
Chefredakteurin: Steffi Piening
www.der-pilger.de; service@der-pilger.de
Tel.: 06232 31830

Inhalt und Struktur dieser Publikation sind urheberrechtlich geschützt. Die Vervielfältigung und die Weitergabe, insbesondere die Verwendung von Texten, Textteilen oder Bildmaterial bedarf der vorherigen Zustimmung der Peregrinus GmbH. Bei Nichtlieferung ohne Verschulden des Verlages besteht kein Entschädigungsanspruch.