



**Die von mir angebotenen Reisen auf dem Jakobsweg
sind kein klassischer Erholungsurlaub,
sondern eine tiefe Erfahrung, die Ihnen neue Erkenntnisse ermöglicht.**

Der Abstand vom Alltag schafft neue Perspektiven, die Natur hilft uns zur Ruhe zu kommen, die Begegnung mit anderen ermöglicht einen Abgleich verschiedener Sichtweisen, tägliche Bewegung fördert Kreativität und schafft die Voraussetzung für das Ankommen bei sich selbst.

Bei meinen zahlreichen Touren auf dem Jakobsweg habe ich die Erfahrung gemacht, dass sich die meisten Menschen mit sehr persönlichen Anliegen auf den Jakobsweg begeben. Manche bringen eine klare Fragestellung oder ein bestimmtes Problem mit auf die Tour, manche ein unbestimmtes Gefühl von Unzufriedenheit, Wut oder Trauer, andere einfach eine wage Vermutung, dass es im Leben noch etwas geben könnte, das ihnen bisher verborgen blieb.

Ob Sie eine Auszeit brauchen, neue Energie tanken möchten, Ihre Lebensumstände betrachten oder etwas Altes loslassen möchten – ich bin zutiefst überzeugt, dass diese Reise Ihnen genau das ermöglicht, was für sie gerade wichtig ist.

Gruppe und Begleitung bieten bei all diesen Erfahrungen einen sicheren Bezugspunkt.

Auswahl der Tourstrecke

Die angebotenen Touren umfassen den gesamten Jakobsweg von der französisch-spanischen Grenze (St.-Jean-Pied-de-Port) bis Santiago de Compostella. Diese klassische Strecke umfasst etwa 800 Kilometer. Ich habe sie in 3 Touren aufgeteilt. Diese sind bewußt so zusammengestellt, dass Sie in drei Urlauben nacheinander auch den gesamten Weg ab der französischen Grenze bis Santiago zurücklegen können. Sie können jedoch auch gleich bei Tourstrecke 2 oder 3 einsteigen oder mehrere Streckenabschnitte zusammen buchen.

Jede der drei Tourstrecken bietet ihre spezifischen Besonderheiten.

Route 1: St.-Jean-Pied-de-Port nach Burgos (ca. 250 km)

Die meisten Pilger starten in St.-Jean-Pied-de-Port. Dies ist der sogenannte klassische Einstieg, der Anfang des Camino frances (französischer Weg). Dort startete auch Hape Kerkeling seine weithin bekannte Pilgerreise. Die ersten Tage verlaufen in den Pyrenäen. Besonders der Anfang ist konditionell anspruchsvoll. Es lohnt sich allerdings auch, denn die Strecke ist landschaftlich sehr beeindruckend. Im weiteren Verlauf der Strecke werden die Etappen flacher. Sie bleiben jedoch landschaftlich reizvoll. An diesem Weg liegen besonders viele Sehenswürdigkeiten.

Höhepunkte:

- St.-Jean-Pied-de-Port
- Pyrenäen
- Pamplona
- Berg der Vergebung
- St. Maria de Eunata
- Puente la Reina
- Santo Domingo de la Calzada
- Burgos

Route 1 (verkürzt): Pamplona nach Burgos (220 km)

Wir starten erst nach den Pyrenäen in der ersten spanischen Stadt nach der französischen Grenze, in Pamplona. Da bei dieser Tour die Strecken etwas kürzer gewählt wurden, bleibt genügend Zeit, die Stadt zu bewundern. Sie haben bei dieser Variante kürzere Etappen und mehr Zeit für die Sehenswürdigkeiten. Diese Strecke ist landschaftlich sehr abwechslungsreich und bietet viele Highlights:



- Pamplona
- Berg der Vergebung
- St. Maria de Eunate
- Puente la Reina
- Santo Domingo de la Calzada
- San Juan de Orteg
- Burgos

Route 2: Burgos über Leon nach Astorga (ca. 225 km)

Diese Route ist der ruhigste Abschnitt des Jakobswegs. Das Streckenprofil ist deutlich flacher, denn der erste Teil durchquert die Meseta, eine Hochebene. Wir wandern an Flussläufen entlang, durch endlose Kornfelder und Trockengebiete. Da es hier im Hochsommer sehr heiß wird, bieten wir diese Touren im Frühsommer und Herbst an.

Die Strecke durch die Meseta ist auf ihre Art außerordentlich faszinierend. Sie bietet authentische Natur- und Pilgererfahrung, die touristischen Highlights folgen zum Ende der Tour. Sie sollten diese Tour wählen, wenn Sie Ruhe, Einfachheit und Weite suchen.

Höhepunkte:

- Burgos
- Fromista
- Leon
- Astorga

Route 3: Astorga – Santiago(ca. 260 km)

Über das berühmte Eisenkreuz (Cruz de Ferro) und den O Cebreiro-Pass geht es dem Ziel Santiago entgegen. Die Landschaft der ersten Woche ist sehr beeindruckend und abwechslungsreich, das Höhenprofil anspruchsvoll. In der zweiten Woche sind die Strecken flacher. Dafür nimmt von Tag zu Tag die Anzahl der Mitpilger zu.

Die letzten 100 Kilometer sind stark frequentiert, da diese für die Pilgerurkunde ausschlaggebend sind. Auf diesem Streckenabschnitt sind die meisten Pilger unterwegs. Wer Ruhe sucht, sollte sich eine andere Strecke aussuchen oder die erste/letzte Tour des Jahres buchen, wenn der Pilger- und Touristenansturm in Santiago nicht mehr ganz so groß ist. Wem die offizielle Pilgerurkunde „Compostella“ (und damit der Sündenablass) wichtig ist, der sollte sich für diese Tour entscheiden.

Höhepunkte:

- Astorga
- Rabanal
- Cruz de Ferro
- Ponferrada
- Cebreiro
- Santiago de Compostella

Tagesetappen

Die Etappen sind moderat. Sie variieren etwas je nach Strecke, die Sie wählen. Meist jedoch laufen wir zwischen 20 und 25 Kilometern am Tag. Es gibt keine Ruhetage, ich habe allerdings bei allen Touren mindestens einen Tag mit geringerer Kilometerzahl eingeplant.

Dennoch sind Sie vermutlich nicht gewohnt, fast 2 Wochen jeden Tag ungefähr 20 Kilometer zu laufen. Es bietet sich an, im Vorfeld ausgedehnt spazieren zu gehen und für eine Grund-Fitness zu sorgen. Sie müssen dabei nicht übertreiben, denn sie gewöhnen sich schnell an die täglichen Wanderetappen.



Bei einigen Tagesstrecken gibt es Alternativrouten, wenn Sie sich über- oder auch unterfordert fühlen. Falls Sie nicht laufen können (Blasen, Krankheit, sonstige Beschwerden), kann die Etappe überbrückt werden. Falls dies eintrifft, wird dies vor Ort direkt geregelt. Die Beschilderung auf dem Jakobsweg ist sehr klar. Sie können sich kaum verlaufen. Dennoch bekommen Sie zu Ihrer Information und Sicherheit Streckenpläne und Höhenprofile. Zudem wird die Tagesetappe morgens kurz besprochen.

Tagesablauf

Wir stehen früh auf, packen unser Gepäck und treffen uns zum gemeinsamen Frühstück, einer gemeinsamen Morgenrunde mit Impulsen und Anregungen für den Tag. Hier wird auch die Strecke zur nächsten Unterkunft besprochen. Den Tag über ist jeder frei, sein Tempo zu laufen und auf seine eigenen Bedürfnisse zu achten. Häufig laufen Teile der Gruppe gemeinsam, dies bleibt jedem einzelnen überlassen. Das Gepäck wird zur nächsten Unterkunft transportiert. Mittags trifft sich die Gruppe oft zu einem gemeinsamen Picknick. Während der Tagesetappe finden auch die Einzelcoachings statt. In der Regel ist die Tagesetappe am frühen Nachmittag beendet, so dass genügend Zeit für Hygiene, Regeneration und Entspannung bleibt. Am frühen Abend trifft sich die Gruppe zum Erfahrungsaustausch und einer Reflexion des Tages. Anschließend gehen wir zum Essen und lassen den Abend gemütlich ausklingen.

weitere Fragen?

Bei Fragen im Vorfeld können Sie sich gerne mit mir in Verbindung setzen. Am besten erreichen Sie mich per Email. Ich bin häufig mit Gruppen unterwegs. Da ich meinen Teilnehmern die volle Aufmerksamkeit widmen will, melde ich mich unverzüglich in freien Zeiten.

Ich würde mich freuen, Sie bei einer der Reisen begrüßen zu können.
Ihre

A handwritten signature in blue ink, appearing to be 'H. Wunsch', written on a white background.