

Ferdinand Trembl

Der **Pilgerweg** nach **Rom**



- Auf der Brennerroute über Padua und Assisi
- Mit detaillierten Karten für die gesamte Strecke



TYROLIA

3., aktualisierte Auflage

Ferdinand Tremel

Der Pilgerweg nach Rom

Auf der Brennerroute
über Padua und Assisi

Via Romea

Antoniusweg / Cammino di Sant'Antonio

Franziskusweg I / Cammino di Assisi

Franziskusweg II

Mit detaillierten Karten für die gesamte Strecke

Dritte, aktualisierte Auflage

Tyrolia-Verlag · Innsbruck-Wien

Alle Angaben in diesem Führer wurden sorgfältig recherchiert und erfolgen nach bestem Wissen des Autors. Sollten Sie trotzdem Unstimmigkeiten entdecken, nehmen Autor und Verlag gerne Verbesserungsvorschläge und Korrekturhinweise entgegen (buchverlag@tyrolia.at).

Die Benutzung dieses Führers geschieht auf eigenes Risiko. Eine Haftung für etwaige Unfälle und Schäden wird aus keinem Rechtsgrund übernommen.

Mitglied der Verlagsgruppe „engagement“

3., aktualisierte Auflage 2025

© 2013 Verlagsanstalt Tyrolia Ges.m.b.H., Exlgasse 20, A-6020 Innsbruck

Layout und digitale Gestaltung: Tyrolia-Verlag, Innsbruck

Fotos: alle von Ferdinand Treml, außer Seite 174, 188, 189, 222–225, 260:

Walter Graf; 279: Peter Lengauer-Stockner

Umschlagbild: © Adobe Stock, lucky-photo

Karten: S. 40 bis 55: Ausschnitte aus der Österreichkarte 1:50.000 © BEV 2017, vervielfältigt mit Genehmigung des BEV – Bundesamtes für Eich- und Vermessungswesen in Wien, N2017/35763; danach: Ausschnitte aus den Karten 1:100.000 von © DeAgostini Libri S.p.A., Novara (I)

Eintragungen in den Karten: Rolle-Kartographie, Holzkirchen (D), und GrafikStudio-HM, Hall in Tirol

Übersichtskarten am Umschlag innen: KGS Kartographie und Grafik Schlaich, Geislingen (D)

Lithografie: Artolitho, Trient (I)

Druck und Bindung: FINIDR, Tschechien

ISBN 978-3-7022-4244-2

E-Mail: buchverlag@tyrolia.at

Internet: www.tyrolia-verlag.at

Inhaltsverzeichnis

Zu Fuß von Innsbruck nach Rom		
Pfarrer Franz Troyer	4	
Vorwort	5	
Einleitung	7	
Die Rompilgerschaft	7	
Der Pilgerweg	8	
Pilgerinformationen von A bis Z	13	
Hinweise zum Pilgerführer	30	
 I. Abschnitt		
Via Romea	33	
 II. Abschnitt		
Antoniusweg/Cammino di Sant'Antonio	113	
 III. Abschnitt		
Franziskusweg I /Cammino di Assisi	173	
Assisi	219	
 IV. Abschnitt		
Franziskusweg II	227	
Rom	281	
 Literaturverzeichnis		299
Internetseiten		300
Dank		301
Kleines Pilgerwörterbuch		304

Zu Fuß von Innsbruck nach Rom

Im Jahr 2015 hatte ich anlässlich meines 50. Geburtstages die Chance, zu Fuß von Innsbruck nach Rom zu gehen. Die Planung dazu ist ohne große Mühe gelungen, da ich das Buch von Ferdinand Tremel „Der Pilgerweg nach Rom“ verwendete und mich an die vorgeschlagenen Wegrouten und Unterkünfte hielt. Unterwegs plante ich jeweils für den kommenden Tag und rief am Nachmittag in einer der vorgeschlagenen Unterkünfte an, um für die kommende Nacht ein Bett zu haben.

Der Fußweg nach Rom war ein Erlebnis, an das ich noch oft denke. Es hat sich ergeben, dass ich ca. ein Drittel des langen Weges mit



Freunden aus Tirol ging, ein Drittel mit Pilgern, die ich unterwegs kennenlernte, und ein Drittel allein. Alle drei Erfahrungen waren wichtig und haben sich gut ergänzt.

Neben vielen Begegnungen mit Menschen, der schönen Natur und großen Kunstwerken habe ich vieles fürs Leben gelernt: Ich brauche nicht allzu viel, weniger ist oft mehr. So manches im Leben ist planbar, doch vieles fällt mir einfach zu und wird mir geschenkt, es ist weder machbar

noch kaufbar. Umwege sind zunächst nicht fein, aber im Blick auf das Ganze ist es auch nicht tragisch, manchmal ein Stück des Weges zurückzugehen. Beim Pilgern genoss ich den Feierabend bei einem guten Essen, mit langjährigen Freunden, mit neuen Bekanntschaften, manchmal auch allein. Das Losgehen in der Früh und der Feierabend gaben dem Tag einen guten Rahmen.

Wir leben in einer wunderbaren Welt, die durch Kunstwerke von unseren Vorfahren gestaltet wurde und die auch von Gott erzählt. Pilgern ermutigt mich, am Weg zu bleiben und offen zu sein für die Lebensblumen entlang des Weges.

Die Neuauflage des Pilgerführers von Ferdinand Tremel arbeitet einige Ergänzungen und Änderungen bei Unterkünften und Wegstrecken ein. Ich freue mich über diese Aktualisierung. Möge dieses Buch vielen Pilgerinnen und Pilgern gute Stunden und neue Erfahrungen schenken.

Vorwort

Rom gehört neben Santiago de Compostela und Jerusalem zu den drei wichtigsten Pilgerzielen (peregrinationes maiores) der Christenheit. Pilgern nach Rom? Wie viele andere bin auch ich schon öfter nach Rom „gepilgert“, mit Auto und dem Zug – ja sogar mit dem Rad. Petersdom, Vatikan, Pantheon, Forum Romanum, Kolosseum, Trevibrunnen, Spanische Treppe & Co. habe ich aus unterschiedlichsten Motiven besucht. Glaube, Kunst, Kultur, Geschichte, Sprache, bella Roma – dieses Spektrum kennt der Rombesucher, aber war er als *Pilger* in Rom?



Irgendwann reifte in mir der Entschluss, auf Schusters Rappen nach Rom zu gehen, zu den Gräbern der Apostelfürsten Petrus und Paulus, zum Vatikan, zum Papst, zu den sieben Pilgerkirchen. Viele Menschen sind diesen Weg schon gegangen, manche haben sich selbst eine Route gesucht, etliche sind der bekannten Via Francigena gefolgt, die von Canterbury durch Frankreich, die Schweiz und nahe der Westküste Italiens bis nach Rom verläuft. Bei meiner Pilgerfahrt von Innsbruck nach Rom habe ich festgestellt, dass es zwar einige Wegbeschreibungen in Buchform und im Internet gibt, aber außer der Via Francigena keine durchgehende Route dokumentiert ist. Das war der Anlass, diesen Führer zu schreiben: vorhandene Pilgerwege miteinander zu verbinden, zu ergänzen und eine durchgehende Route genau zu beschreiben. Paten dieses Weges sind uns Abt Albert von Stade und die Heiligen Antonius und Franziskus. Ein Pilgerweg lebt von seinem Ziel, aber auch von den Stationen am Weg. Die „Kreuzwegstationen“ unserer Wallfahrt zu den Apostelfürsten sind die Natur und die Menschen, denen wir begegnen, ein Gebet vor einem schlichten Wegkreuz, ein Gottesdienst in einer Dorfkirche, das Stundengebet in einem Kloster, die Berührung der Sarkophage des Antonius und des Franziskus, ein feierliches Hochamt in einer Basilika, das Ankommen im Petersdom. Diese Stationen bereichern den Weg und schaffen Vertraulichkeit, denn der Aufbruch in die Fremde ist immer auch ein Einlassen auf das Ungewisse. Pilgern heißt Loslassen von Alltag und Zeit, ist Hinwendung auf Wesentliches. Pilgern hat einen Beginn und ein Ende, Pilger ist man auf Zeit, aber Pilger ist man auch ein Leben lang.

Möge der „Pilgerführer nach Rom“ für den einen oder anderen dienstbar sein, seinen Traum einer Fußpilgerreise nach Rom Wirklichkeit werden zu lassen.

Also – buon camminol!
Ferdinand Tremel



Einleitung

Die Rompilgerschaft

Die Pilgerschaft nach Rom erreichte im Mittelalter beachtliche Ausmaße. Der Historiker Gregorovius schreibt in seiner „Geschichte der Stadt Rom im Mittelalter“ von zeitweise täglich 200.000 Pilgern, die sich im Heiligen Jahr 1300 in Rom aufhielten. Ziele waren natürlich die Reliquien der Apostel Petrus und Paulus, aber auch das damals hoch verehrte Schweiß Tuch der Veronika mit dem Antlitz des Erlösers, welches damals in St. Peter ausgestellt war und mit dem Bau der neuen Peterskirche im 16. Jahrhundert abhanden kam. Es handelt sich wahrscheinlich um jenes Tuch, das heute in Manoppello in der Provinz Pescara ausgestellt ist. Die Darstellung des Schweiß tuches auf einem Gebäude am Weg nach Rom gab dem Pilger zudem den Hinweis auf eine Unterkunft.

Um einen vollkommenen Ablass zu erlangen, ist den Rompilgern seit dem 15. Jahrhundert der Besuch der sieben Hauptkirchen Roms vorgeschrieben. Also zogen sie von St. Peter nach San Paolo fuori le Mura, von dort nach San Sebastiano, San Giovanni in Laterano, Santa Croce in Gerusalemme, San Lorenzo fuori le Mura und nach Santa Maria Maggiore. Auch unseren Pilgerweg wollen wir mit dem Besuch der sieben Pilgerkirchen beschließen, dabei aber auch den Campo Santo Teutonico, den Deutschen Friedhof, besuchen. Denn nicht jedem Pilger war es gegönnt, nach Hause zurückzukehren. Pilger aus dem Heiligen Römischen Reich, die in Rom verstarben, fanden am Campo Santo Teutonico neben dem Petersdom ihre letzte Ruhestätte.

Wer waren diese Pilger? Kaiser zogen mit ihren Trossen zur Krönung durch den Papst nach Rom, Bischöfe, Priester und Ordensleute waren sozusagen „beruflich“ unterwegs und Kleriker wie Laien aus allen Bevölkerungsschichten führte eine Bitt-, Dank- oder Ablasswallfahrt in die heilige Stadt. Frühe Aufzeichnungen von Rompilgern sind in sogenannten **Itineraren** überliefert, so aus dem 8. Jahrhundert das **Itinerarium Sancti Willibaldi** oder aus dem Jahre 990 jenes von **Sigerico, dem Erzbischof von Canterbury**, welcher der uralten Via Francigena, dem Frankenweg, folgte, der heute noch als Pilgerroute nach Rom aktuell ist. Und dann ist uns eben auch das Itinerar des **Abtes Albert von Stade** aus der Mitte des 13. Jahrhunderts bekannt, dem wir von Innsbruck bis Padua folgen werden.

Anno 1613 war dann der Arzt und Baumeister Hippolyt Guarinoni mit vier Gefährten von Hall über den Brenner nach Rom am Weg, um für das Haller Damenstift Reliquien zu erstehen. Tatsächlich gelang es ihm, die Leiber der heiligen Lea und Vincentia zu erhalten. Er brachte diese nach Tirol, wo sie heute in der Pfarrkirche Telfs ruhen. Guarinoni führte Aufzeichnungen über seine Pilgerfahrt, eine aufbereitete Fassung über diese Reise erschien 2016 im Tyrolia-Verlag.

Die Zahl der Pilger, die heutzutage zu Fuß nach Rom gehen, hält sich in Grenzen, während die Peregrinación zum legendären Grab des heiligen Jakobus eine ungeahnte Renaissance erfahren hat. Letzteres ist durchaus positiv zu sehen und nicht wenige unter uns sind schließlich selbst stolze Besitzer der Pilgerurkunde Compostela.

Das Ziel vor Augen riefen die Pilger früher beim ersten Anblick der heiligen Stadt „Roma, Roma!“ und knieten zum Gebet nieder. An der Engelsburg vorbei zogen sie nach St. Peter, um auf den Knien über die Treppe in die Apostelkirche zu gelangen. Als ich mit meiner Frau freudig und auch ein wenig stolz das erste Mal als Fußpilger mit abgewetzten Schuhsohlen auf dem Petersplatz stand, nahm ich die vielen Pilger aus aller Herren Länder mit anderen Augen wahr. Von überall her sind sie ins Zentrum der katholischen Christenheit gekommen und mir wurde dankbar bewusst, dass es beileibe nicht jedem vergönnt ist, diesen *pellegrinaggio* zu den Apostelfürsten zu erleben. Spätestens jetzt erinnerten wir uns: „Und wenn du in Rom bist, schließe mich ins Gebet ein!“, eine Bitte, die uns einige Male mit auf den Weg gegeben wurde. Dieses Versprechen wollten wir nun einlösen!

Der Pilgerweg

Dieses Buch ist der erste Führer für Pilger, die Rom von Mitteleuropa aus über die Brennerroute erreichen wollen. Es verbindet bestehende Pilgerwege und führt in vier annähernd gleich großen Abschnitten und insgesamt 53 Etappen in die heilige Stadt.

Innsbruck ist dabei nicht zufällig als Ausgangspunkt gewählt. Diese Stadt hat eine lange Pilgertradition und der Dom zu St. Jakob ist ein beredtes Zeugnis davon. Seit jeher trafen und sammelten sich hier Pilger aus dem Süden, Osten und Norden, um gemeinsam über die Schweiz, Frankreich und Spanien nach Santiago de Compostela zu



gelangen. In Innsbruck trafen sie auf Rompilger, die aus Schwaben, Bayern oder Österreich kommend von hier aus den nahen Alpenhauptkamm in Angriff nehmen wollten.

Im ersten Teil folgt der Pilger der **Via Romea** von Innsbruck bis Padua zur Grabeskirche des hl. Antonius, im zweiten Abschnitt dem **Antoniusweg (Cammino di Sant'Antonio)** von Padua bis Portico di Ro-

magna in der Emilia Romagna und im dritten Teil den Spuren des hl. Franziskus auf dem **Franziskusweg I (Cammino di Assisi)** bis Assisi. Im vierten Sektor begleitet uns dieser große Heilige nochmals auf dem **Franziskusweg II** über Rieti bis Rom, wobei wir die letzten hundert Kilometer ab Rieti in Gedanken an die Apostelfürsten Petrus und Paulus vollenden.

Der Weg kann in ca. zwei Monaten in einem Zug begangen werden, aber das wird wohl wenigen vorbehalten sein. Wer im Berufsleben steht, kann sich schwerlich für einen so langen Zeitraum ausklinken. Und deshalb bietet dieser Pilgerweg auch die Möglichkeit, ihn in vier Abschnitten zu begehen.

Teil I: Via Romea

Innsbruck – Padua

370 km, 16 Etappen

Regionen: Nordtirol, Südtirol, Trentino, Veneto

Abt Albert von Stade, Vorsteher des gleichnamigen Klosters in der Nähe Hamburgs, pilgerte im 13. Jahrhundert über Frankreich nach Rom, um anschließend über Arezzo, Bologna, Padua, Trient, Bozen und den Brenner via Innsbruck in seine Heimat zurückzukehren. Und so ist es naheliegend, unseren ersten Abschnitt von Innsbruck nach Padua diesem großen und in unseren Gefilden eher unbekannten Pilger zu widmen. Und die letzte Etappe von Camposampiero nach Padua ist zugleich die erste Etappe am Antoniusweg.

Wer seine Pilgerfahrt in Padua unterbrechen muss: Rückfahrt mit der Bahn von Padua über Verona und über den Brenner nach Innsbruck (keine durchgehende Bahnverbindung).

9

Teil II: Der Antoniusweg/Cammino di Sant'Antonio

Padua – Portico di Romagna

300 km, 13 Etappen

Regionen: Veneto, Emilia Romagna

Anfahrt: Mit der Bahn von Innsbruck nach Padua (keine durchgehende Bahnverbindung).

Der Cammino di Sant'Antonio wurde von den *Frati Minori Conventuali* der *Basilica del Santo in Padova*, also den Franziskanern der Grabeskirche des hl. Antonius in Padua, angelegt. Er ist durchgehend beschildert und markiert und führt uns auf den Spuren des heiligen Antoni-



Hl. Antonius mit Jesuskind, Bozen, Georgskirche

us von Padua und durch die Poebene zu den Städten Ferrara und Bologna, um uns anschließend über die hügeligen Ausläufer des nördlichen Apennins nach Portico di Romagna zu leiten. 2016 wurde der Antoniusweg bis nach La Verna verlängert, wir benutzen jedoch ab Portico di Romagna den Franziskusweg I/Cammino di Assisi. Informationen zum Antoniusweg: www.ilcamminodisantantonio.org.
Rückfahrt: Mit dem Bus Nr. 127 von Portico di Romagna nach Forlì. Von Forlì mit der Bahn über Bologna nach Innsbruck (keine durchgehende Bahnverbindung).

Teil III: Der Franziskusweg I/Cammino di Assisi

Dovadola oder Portico di Romagna – Assisi

290 bzw. 270 km in 12 Etappen

Regionen: Emilia Romagna, Toscana, Umbrien

a) Wer am Franziskusweg I/Cammino di Assisi beginnen will, startet in Dovadola.

Anfahrt: Mit der Bahn von Innsbruck nach Bologna und weiter nach Forlì (keine durchgehende Bahnverbindung). Vom Bahnhof mit dem Bus Nr. 127 in ca. 50 Minuten nach Dovadola.



Franziskus mit dem Wolf vor der Chiesa S. Maria della Vittoria in Gubbio

b) Wer am Antoniusweg/Cammino di Sant'Antonio unterwegs ist, trifft in Portico di Romagna auf den Franziskusweg I/Cammino di Assisi, den wir ab dort benutzen. Der Franziskusweg/Cammino di Assisi wird von der *Associazione Compagnia del Cammino di Assisi* betreut. Durchgehend beschildert und markiert, queren wir den Hauptkamm des Apennins bis La Verna, folgen dem Tibertal und der Valle Umbra bis Assisi, stets auf den Spuren des hl. Franziskus. Siehe www.camminodiassisi.it (auch auf Deutsch).

Rückfahrt: Mit der Bahn von Assisi nach Perugia und über Florenz und Bologna nach Innsbruck (keine durchgehende Bahnverbindung).

Teil IV: Der Franziskusweg II

Assisi – Rom

250 km, 12 Etappen

Regionen: Umbrien, Latium

Anfahrt: Mit der Bahn von Innsbruck über Bologna und Florenz nach Perugia und weiter nach Assisi (keine durchgehende Bahnverbindung).

Von Assisi bis Rieti begegnet der Pilger weiterhin franziskanischen Stätten, um sich anschließend auf den letzten 100 km von Rieti bis Rom für das Ankommen am Petersdom einzustimmen.

Unser Franziskusweg II folgt stellenweise den gelb-blauen Markierungen der **Via Francigena di San Francesco/Via di Roma**.



Hl. Petrus in Santa Maria Maggiore, Trient

Pilgern auf dem Romweg

Nein, mit ca. 1200 km ist dieser Weg nicht der kürzeste nach Rom, denn von Innsbruck sind es auf der Autobahn nur knapp 800 Kilometer bis Rom. Der Pilger und Wanderer findet auf seinen Pfaden natürlich keine Tunnels und Täler überspannende Brücken, seine Wege sind „geländegängig“ und daher naturgemäß länger. Aber auch den Anspruch des kürzesten Fußweges erhebt dieser Pilgerführer nicht. Der Weg ist so angelegt, dass er auf weiten Strecken den beschilberten und markierten Pilgerwegen folgt, die wichtigen regionalen Pilgerstätten tangiert und dennoch unnötige Umwege vermeidet.

Der Weg nach Rom ist mit dem Jakobsweg nach Santiago nicht vergleichbar und hat seinen ganz eigenen Charakter. Herbergen, wie wir sie von dort kennen, gibt es in begrenztem Ausmaß. So sind wir angewiesen auf Privatquartiere, Jugendherbergen, Gasthöfe und Hotels. Manchmal kommen wir in einem Kloster unter, selten in einer Pfarre, denn der Mangel an Seelsorgern macht auch vor Italien nicht halt. Dennoch war es möglich, die Etappen so einzuteilen, dass Sie am Tagesende immer eine Unterkunft vorfinden. Besonders die Verantwortlichen des Antonius- und des Franziskusweges haben sich erfolgreich um günstige Quartiere bemüht, sodass der Pilger von der einfachen Unterkunft bis zu Sonderkonditionen in einem Sternehotel alles vorfindet.

Der Weg an sich ist abwechslungsreich, aber auch anspruchsvoll. Wir pilgern auf Steigen, auf Wiesen-, Forst- und Schotterstraßen,



gepflasterten Pfaden und Gassen, asphaltierten Rad- und Gehwegen, einsamen oder manchmal auch vielbefahrenen Straßen, in Summe aber doch erstaunlich viel auf Naturwegen. In den Alpen und im Apennin sind zwangsläufig größere Höhenunterschiede zu meistern, und das Abwärtsgehen mit einem schweren Rucksack am Rücken sorgt auch nicht unbedingt für Erholung. Flachetappen wie in der Poebene gehören dazu, sie sind hie und da monoton, haben aber ihren eigenen Reiz – und so „erlebt“ man die Topografie dieses Landes viel intensiver, als wenn man sie mit Auto oder Bahn „erfährt“.

Pilgerinformationen von A bis Z

AN- UND RÜCKREISE

Anreise nach Innsbruck: Innsbruck liegt im Zentrum Europas und ist problemlos mit der **Bahn** oder dem **Flugzeug** erreichbar, eine Anreise mit dem **Auto** wird schon aus Parkgründen eher die Ausnahme sein. Es gibt für Pilger in Innsbruck einige günstige Unterkünfte (siehe S. 37), und wer es nicht allzu eilig hat und Innsbruck noch nicht kennt, sollte hier einen Tag verbringen, die Stadt hat einiges zu bieten.

Rückreise aus Rom: Für die Rückreise aus Rom empfehlen sich ebenfalls die **Bahn** oder das **Flugzeug**. Vom Bahnhof Termini fährt mehrmals am Tag der Frecciarossa in 5 Stunden nach Bozen.

ATTRIBUTE DES PILGERS

Der heilige Jakobus der Ältere, Patron der Pilger, wurde bereits im Mittelalter mit den Attributen der Muschel, des Stabes, des Hutes, der Tasche und der Kürbisflasche versehen. Bis auf die Jakobsmuschel als äußeres Zeichen des Pilgers war alles andere Teil der Ausrüstung und hie und da sieht man auch heute noch nostalgische Pilger in diesem traditionellen Outfit. Ansonsten haben die Teleskopstöcke den Stab, der Rucksack die Tasche und die PET-Flasche den Kürbis ersetzt.

Die Jakobsmuschel ist inzwischen zwar das Symbol des Pilgers schlechthin, dennoch gilt: *Nach Santiago geht man mit der Muschel, nach Rom mit den gekreuzten Schlüsseln und nach Jerusalem mit einem Turm oder mit einem Palmzweig.*

Für den **Antoniusweg** bekommt man in Padua ein kleines **Camminoschildchen** mit auf den Weg und den **Franziskusweg** zeichnet das **Tau-Zeichen** aus.

Erreichte der Pilger sein Ziel, war es etwa ab dem Jahr 1000 üblich, dass er am jeweiligen Pilger- oder Wallfahrtsort ein ca.

3–4 cm großes Pilgerzeichen aus Blei oder Bronze erwarb, das mit Ösen versehen am Pilgermantel oder am Pilgerhut aufgenäht wurde. Dabei hatte jeder Ort sein eigens kreiertes Motiv, in Rom war es die Darstellung der heiligen Petrus und Paulus. Aus Anlass des Heiligen Jahres 2016 wurde dieses Rompilgerzeichen von einer italienischen Firma wieder reproduziert.

Eine Besonderheit Roms waren aber die ab dem Jahr 1300 bemalten kleinen Stoff- oder Papierbildchen mit der Darstellung des Schweißtuches der Veronika (Volto Santo). Da das Tuch mit dem Antlitz Christi ab dieser Zeit im Petersdom ausgestellt war, wurde es



Schlüssel – das Symbol des Rompilgers



Fresko von Tiberio di Assisi (1518) in der Rosenkapelle von S. Maria degli Angeli in Assisi: Der hl. Franziskus verkündet dem Volk den Ablass von Portiunkula, darunter drei Pilger mit Volto-Santo-Bildchen am Hut.

bald zum Magnet für Pilger, die dann als äußeres Zeichen ihrer Pilgerankunft solche Bildchen auf ihre Mäntel oder Hüte nähten.

AUSRÜSTUNG

Ein kniffliges Thema, das Pilgern immer wieder Kopfzerbrechen bereitet. Jeder hat bestimmte Vorlieben oder Erfahrungen mit seiner Wanderausrüstung. Gut so! **Grundsätzlich gilt: Die beste Ausrüstung ist jene, die Sie bereits eingehend erprobt haben.** Insofern betrachten Sie meine Tipps bitte lediglich als Anregungen.

Die Pilgerroute führt in den Süden und je nach Jahreszeit adaptieren wir die Ausrüstung. Warme Temperaturen sind am wahrscheinlichsten, Regen gehört dazu und je nach Jahreszeit kann es durchaus auch kalt sein.

Kriterium Gewicht: Das Gewichtsempfinden ist, wie ich immer wieder feststellen konnte, sehr individuell. Einer meiner Freunde geht mit 16 kg, was für mich undenkbar wäre. Als Faustregel gilt: Überschreiten Sie möglichst nicht 11 kg (ohne Wasservorräte), bei Frauen darf es auch weniger sein, alles darunter ist besser. Vergessen Sie nicht, dass ein Rucksack größeren Volumens auch ein entsprechendes Eigengewicht hat und je nach Tagesetappe 2 Liter Wasser dazukommen können. Dass wir am Ende jeder Etappe ein Zimmer vorfinden, erleichtert unsere Ausrüstung, auf ein Zelt können wir verzichten. Gewicht sparen „leicht“ gemacht:

1. Verwenden Sie nur leichte Materialien. Sie können einen 2-kg-Schlafsack mitnehmen, aber auch einen Seidenschlafsack mit

140 Gramm. Die Hersteller bieten inzwischen sehr leichte, aber höchst funktionelle Artikel an.

2. Wenn Sie alles mitnehmen, was Sie im Eventualfall brauchen könnten, haben Sie schon zu viel. Haben Sie Mut zur Lücke!

Schuhe, Socken und Rucksack: Ein „No go“ sind neue Wanderschuhe und ein neuer Rucksack. Die Schuhe sollten vorher nicht nur getestet, sondern ausreichend eingegangen sein. Geeignet sind leichte Wanderschuhe oder Trekkingschuhe, eventuell Schuheinlagen nicht vergessen. Wichtig sind die richtigen Socken, sonst nutzen die besten Schuhe nichts. Nicht alles, was als Wandersocken verkauft wird, ist wirklich pilgertauglich. Vorherige Testwanderungen sind daher ein Muss.

Auch ob der Rucksack taugt, weiß man erst nach einer „Generalprobe“ mit voller Adjustierung und einer längeren Tagesetappe. Das Problem mancher Rucksäcke ist das Innengestell, das oft äußerlich nicht ersichtlich im Hüftbereich zu argen Problemen führen kann. Achten Sie außerdem auf genügend Polsterung im Schulterbereich. Einige Sportgeschäfte erlauben Ihnen ohne weiteres einen Test mit Umtauschoption. Sie benötigen einen Rucksack mit 45–70 Liter Fassungsvermögen, Außenfächer, Deckelfach und helle Regenschutzfolie. Tipp: Sobald der Rucksack abgestellt wird, bleibt er in Griffweite, insbesondere in den Städten (Bar, am Bahnhof etc.).

15

Ausrüstung im Detail:

Kleidung:

- lange Wanderhose mit zwei Seitentaschen, ev. zippbar als kurze Wanderhose
- ev. dünne Abendhose
- Unterwäsche aus geruchsneutralen Fasern, z. B. Merino
- Socken
- T-Shirts
- Jacke, z. B. Fleece, Softshell
- regenabweisende Oberbekleidung, z. B. Anorak oder Regenjacke
- Regenhose oder Regenponcho
- Mütze, Leichthandschuhe, Sonnenhut

Schlafen und Hygiene:

- Leichtschlafsack
- Zahnbürste, Zahncreme, Shampoo klein, Seife, Taschentücher
- Mikrofaserhandtuch, z. B. 100 g

Medizinisches:

- Salben möglichst in Kleinpackungen: Hirschtalg, Heilsalbe für offene Wunden, antibiotische Salbe, Herpessalbe
- wenige Schmerztabletten samt Magenschutz
- persönliche Medikamente
- kleine Schere, Zeckenpinzette oder -karte.
- Tape, z. B. „kinesiologisches“ Tape, Pflaster, Blasenpflaster

Diverses:

- Sonnencreme, Lippenschutz, Mückenschutz
- Schlapfen oder Sandalen
- Trinkflasche, z. B. PET-Mineralwasserflasche
- Bauchtäschchen samt Geld, Personalausweis, Bankomatkarte, Versicherungskarte
- Pilgerführer
- Pilgerpass in Klarsichthülle
- Pilgersymbol, z. B. Schlüssel
- Sonnenbrille, bei Bedarf Brille samt Etui
- Uhr, z. B. mit integriertem Höhenmesser oder GPS
- Mobiltelefon oder Smartphone samt Ladegerät, eventuell anstatt einer Kamera
- Fotoapparat samt Ladegerät oder Ersatzbatterien
- Feuerzeug
- Plastiksäcke
- Trinkbecher
- Taschenmesser
- einen oder zwei Wanderstöcke mit Gummiaufsatz für die Spitze (Teleskopstöcke oder Walkingstöcke mit oder ohne Schlaufen)

Eventuell:

- dünne Matte
- handfreier Schirm, z. B. www.euroschirm.com
- GPS-Gerät

Tipp: Legen Sie nie Gegenstände lose irgendwo hin, sondern stecken Sie diese immer ein. Beim Weitergehen lässt man sonst nicht selten Dinge liegen.

EMPFEHLUNGSSCHREIBEN DER PFARRE

Wird für Unterkünfte im Grunde genommen nicht mehr benötigt. Ein Empfehlungsschreiben des heimatlichen Pfarrers, natürlich auf Italienisch verfasst, gehört eher aus Gründen der Pilgertradition dazu.

ESSEN

Frühstück (colazione): Bars sind ab 7 Uhr und früher geöffnet und bieten sich für den Pilger wie für die meisten Italiener für ein schnelles Frühstück an – Cappuccino, Cornetto oder Brioche, ein kurzer Plausch, ein Blick in die Zeitung und schon ist man wieder dahin. In den Quartieren gibt es in der Regel ein sparsames und süßes Frühstück, meist portionsweise in Plastik verpackt. Ein Frühstück, wie wir es gewohnt sind (*colazione continentale*), erhält man natürlich in Nord- und Südtirol, danach nur mehr selten.



Mittagessen (pranzo): Dieses ist in Italien unumstößlicher Teil des Tages. Der Pilger wird hierfür kaum Zeit haben, mit einer Jause und

Müsliriegeln im Rucksack oder einem *panino* bzw. einem *tramezzino* in der Bar wird er das Auslangen finden.

Abendessen (*cena*): Ristorante, Pizzeria, Trattoria oder Osteria öffnen selten vor 19 Uhr, meist später. Das Essen besteht in der Regel aus einer Vorspeise (*antipasto*), einem ersten Gang (*primo piatto*, z. B. Teigwaren, *pasta*), einer Hauptspeise (*secondo piatto*, z. B. Fleisch, *carne*) und einer Nachspeise (*dolce*) oder einem Kaffee (*café*). Wer Pasta (Nudeln) liebt, ist in Italien bestens bedient, sie kann natürlich auch als Hauptspeise bestellt werden. Und der Besuch in einer Pizzeria ist immer verlockend. In einigen Quartieren ist das Abendessen mit 2–3 Gängen im Preis inbegriffen (Halbpension – *mezza pensione*).

Einkaufen: Supermarkt (*supermercato*), Lebensmittelgeschäft (*alimentari*) und der Markt (*mercato*) bieten alles, was man braucht. In kleinen Orten sind Lebensmittel manchmal auch in der Bar erhältlich. Brot gibt es im *panificio*. Geschäfte sind über Mittag und häufig am Mittwoch oder Donnerstag nachmittags geschlossen.

Tipp: Brot ist ab der Toskana ungesalzen, und wer es nicht mag, fragt nach *pane con sale*.

FEIERTAGE

Feiertage in Österreich und Italien: 1. Jänner, 6. Jänner, Ostermontag, 1. Mai, 15. August, 1. November, 8. Dezember, 25. und 26. Dezember

Feiertage nur in Österreich: Christi Himmelfahrt, Pfingstmontag, Fronleichnam, 26. Oktober (Nationalfeiertag)

Feiertage nur in Italien: 25. April (Tag der Befreiung), 2. Juni (Nationalfeiertag)

FOTOGRAFIEREN

Ich empfehle handliche und leichte Kompaktkameras von hoher Bildqualität. Die Speicherkarten verfügen inzwischen bei höchster Auflösung über ausreichend Kapazitäten und auch die Akkus sind recht leistungsstark geworden. Videosequenzen lockern die Dokumentation der Reise auf, verbrauchen aber vergleichsweise viel Speicher. Und, wie schon erwähnt, ein Foto oder ein Video sind auch mit dem Smartphone machbar, und das in durchaus passabler Qualität.

Für eine Nahaufnahme von Menschen gebietet die Höflichkeit eine kurze Nachfrage und in Gebäuden darf in der Regel nur mit Erlaubnis fotografiert werden.

GELD

Der Euro gilt als Währung für die gesamte Pilgerfahrt, ein Bankomat findet sich dazu in jedem größeren Ort und jeder Stadt. Dass Bargeld und Kreditkarte nicht einfach so in Außentaschen gesteckt werden sollten, gilt nicht nur für Italien.

Tipp: Bestücken Sie eine kleine Geldtasche mit Bargeld für den täg-

lichen Gebrauch und verstauen Sie alle anderen Wertsachen in einem eigenen Bauchtäschchen, das sie am Körper tragen.

Preise: Die Preise in Italien entsprechen in etwa unserem Niveau und in den Städten ist es natürlich teurer als am Land. Da wir wenige Pilgerherbergen im klassischen Sinne inklusive Kochgelegenheit vorfinden, erhöht sich der finanzielle Aufwand allein schon durch die Nächtigungen und das Essen. Wer zu zweit oder zu dritt unterwegs ist, kann beim Quartier einiges sparen, und zwischendurch genügt am Abend auch eine Jause am Zimmer oder in einem schönen Park.

GEO- UND TOPOGRAFIE ITALIENS

Auf diesem Pilgerweg erwandern wir Gebiete Italiens, die zum Teil kaum jemand kennt, und erleben dabei Land und Leute abseits aller Klischees und vorgefasster Meinungen.

Italien umfasst **20 Regionen**, sechs davon dürfen wir näher kennenlernen – Trentino-Südtirol, Venetien, Emilia Romagna, Toskana, Umbrien und Latium. Jede Region ist in Provinzen unterteilt. Davon gibt es eine Vielzahl und wir sehen am Weg immer wieder Hinweistafeln auf die Provinzgrenzen. Die Namen der Regionen sind bei der jeweiligen Etappe genannt, die Provinzen werden nicht angeführt.

Unser Weg führt zuerst durch die **Alpen** und dabei über den Brennerpass, der mit 1370 m den zweithöchsten Punkt unserer Tour darstellt. Nach der Durchquerung der **Poebene** empfängt uns der **Apennin**, wo im Nationalpark Casentinesi mit dem Poggio Scali auf 1530 m der höchste Punkt der Pilgerfahrt ansteht. Dieser Gebirgszug begleitet uns, wenn auch allmählich in abgeflachter Form, bis Rieti. Von dort pilgern wir die letzten 100 km – die Abruzzen stets in Sichtweite – durch die **Sabinischen Hügel** nach Rom.



*Im Mai am Weg
zum Brenner*

GESUNDHEIT

Am ehesten benötigen wir unterwegs eine **Apotheke** (farmacia) – einen **Arzt** (medico) oder ein **Krankenhaus** (ospedale) hoffentlich nicht. Italien ist recht gut mit Apotheken versorgt, Ärzte findet man in den größeren Orten und Städten und die Versicherungskarte (E-Card) gilt grundsätzlich. Bei Privatärzten ist das Honorar zu bezahlen.

Wichtige Notrufnummern:

Euronotruf: 112 (für Feuerwehr, Polizei und Rettung)

Polizei: 113

Rettung: 118 (für medizinische Notfälle und die Alarmierung der Bergrettung)

Impfungen: FSME-Impfung gegen Zecken, sonst keine Impfungen nötig.

Zecken (zecca) kommen wie bei uns vor. Nach Etappen durch Wälder und Buschwerk kann eine abendliche Kontrolle nicht schaden. Und für den Fall, dass – den Zeck mit der Zeckenpinzette entfernen und den Einstichsbereich die nächsten Tage beobachten, ob sich ein roter Ring bildet. Ist dies der Fall, dann ab zum Arzt, da ein Antibiotikum nötig wird.

Stechmücken und Gelsen sind je nach Jahreszeit und Region eine kleinere oder größere Plage. Ein Insektenschutzmittel hat man mit, Quartiere haben mitunter Mückengitter vor den Fenstern oder fragen Sie nach einem Gelsenstecker für Ihr Zimmer.

19

KARTEN, ORIENTIERUNG, GPS

Wanderkarten benötigen Sie keine, sie sind im Buch vorhanden, darüber hinaus wird ein Mindestmaß an Orientierungssinn vorausgesetzt. Und wenn Sie sich verlaufen haben, was beim Pilgern auch dazugehört, dann versuchen Sie anhand der Karten bzw. durch Nachfragen zu einem markanten Punkt z. B. einem Ort auf dem Pilgerweg zurückzukehren. Mit GPS ist es im Allgemeinen kein Problem, den Weg sofort wieder zu finden. **Stadtpläne** bekommt man bei den Tourismusinformationen oder manchmal auch in den Quartieren. Auf einen **Kompass** kann verzichtet werden, manche Uhren und alle Smartphones sind ohnehin mit dieser Funktion ausgestattet.

GPS: Mit dem Erwerb dieses Pilgerführers sind alle 53 Etappen als Tracks von der Homepage „Pilgerweg-nach-Rom.at“ gratis downloadbar.

GPS-Gerät: Outdoor-GPS-Geräte werden in der Regel mit Batterien betrieben. Dazu nimmt man eine doppelte Garnitur aufladbarer Batterien (mindestens 2100 mAh) samt einem leichten Batterieladegerät mit. Im Quartier kann man abends die Batterien wieder aufladen und am Pilgerweg hat man für alle Fälle Reservebatterien mit. Digitale Wanderkarten sind im einschlägigen Handel oder über das Internet erhältlich, z. B. Garmin TrekMap Italia v6 PRO.

Die Tracks laden Sie sich wie gesagt von der Homepage „Pilgerweg-nach-Rom.at“ herunter.

I. ABSCHNITT

VIA ROMEA

Innsbruck – Padua
370 km, 16 Etappen

Die Via Romea

von Jochen Heinke

Während und nach der Missionierung der skandinavischen Länder und Islands um die erste Jahrtausendwende setzte eine vergleichsweise rege Reisetätigkeit kirchlicher Würdenträger von dort nach Rom ein, die z. T. auch die über Jahrhunderte genutzten Reiserouten von Nord- und Mitteldeutschland nach Rom beeinflusste. Aus der Überlieferung verschiedener nordischer Reisebeschreibungen aus der Zeit der ersten Jahrtausendwende lassen sich unterschiedliche Reiserouten rekonstruieren, von denen die östlichste der Romweg des Abtes Albert von Stade ist. Abt Albert von Stade reiste im Jahre 1236 nach Rom und veröffentlichte seine Reiseroute in den 1250er Jahren in den von ihm verfassten *Annales Stadenses*. Er war vermutlich zu Pferd unterwegs. Der Zweck seiner Reise nach Rom war vorrangig ein „dienstlicher“, denn er wollte vom Papst die Erlaubnis erhalten, das Benediktinerkloster in Stade, dem er vorstand, im Einvernehmen mit dem Bremer Bischof in ein Zisterzienserkloster umzuwandeln. Auf dem Hinweg suchte er vermutlich das Mutterkloster der Zisterzienser in Cîteaux in Burgund auf, weswegen er durch Frankreich und die Schweiz nach Rom reiste. Sein Rückweg führte ihn jedoch auf einem kürzeren Wege zurück nach Stade, so wie nachstehend in umgekehrter Reihenfolge aufgeführt. Der Abt empfahl diesen Weg in seiner Weltchronik allerdings ausdrücklich als „den Pilgerweg nach Rom“.

Die Romwegbeschreibung von Abt Albert ist eine der ältesten Reisebeschreibungen von Norddeutschland nach Rom und wird in Fachkreisen wegen ihrer Genauigkeit und der Vielzahl der aufgeführten Etappenorte als wichtigste und umfangreichste mittelalterliche Reiseroutenbeschreibung angesehen. Mancherorts, wie z. B. zwischen dem Thüringer Wald und dem Main, ist sie die erste urkundliche Erwähnung der späteren Handels- und Geleitstraße.

Abt Albert führte in seinem Itinerar insgesamt 76 Etappenorte zwischen Rom und Stade auf, die zwischen 8 und maximal 40 km voneinander entfernt liegen: Stade – Celle – Rietze – Braunschweig – Hornburg am Harz – Wernigerode – Hasselfelde – Nordhausen – Bad Langensalza – Gotha – Schmalkalden – Meiningen – (Bad) Neustadt – Münnernstadt – Schweinfurt – Würzburg – Ochsenfurt – Aub – Rothenburg ob der Tauber – Dinkelsbühl – Offingen – Donauwörth – Augsburg – Igling – Schongau – Ammergau – Partenkirchen – Mittenwald – Zirl – Innsbruck – Matrei – Sterzing – Brixen – Klausen – Lengstein – Ritten – Bozen – Branzoll – Neumarkt – Trient – Pergine Valsugana – Levico – Borgo in Valsugana – Grigno – Cismonte Solagno – Bassano (del Grappa) – Curterole – Padua – Anguillara (Veneta) – Rovigo – 10 M Strom und 7 M Stromgebiet – Ferrara – Argenta – Sant’Alberto – Ravenna – Forlì – Pilgerweg über die Serra-Alpe – San Martino in Strada – Meldola – Civitella di Romagna – Bagno



Die Deutschordenskommende in Lengmoos am Ritten war seit 1211 Hospiz am Romweg.

Romagna – San Mariae di Romagna – Camprena (Campi) – Marena – Subbiano – Arezzo – Castiglione Fiorentino – Ossaia – Castiglione del Lago – Città delle Pieve – Sarminiano – Orvieto – Montefiascone – Viterbo – Sutri – Castellum S. Pietri – Rom.

In Anbetracht der Bedeutung dieser mittelalterlichen Rompilgerrou- te hat sich 2009 der „Förderverein Romweg Abt Albert von Stade“ gegründet. Er hat es sich zur Aufgabe gemacht, den Pilgerweg als Europäische Kulturstraße „Via Romea“ wiederzubeleben. Auch in Italien arbeiten Initiativen daran, analog der historischen Routenbe- schreibung heute gangbare Wege bis nach Rom ausfindig zu ma- chen und zu dokumentieren. Nachdem seit März 2013 durch den Verein der genaue Verlauf des historischen Romweges des Abtes durch Deutschland festgelegt werden konnte, ist es besonders er- freulich, dass Ferdinand Tremml den Rompilgern empfiehlt, von Inns- bruck bis Padua der von Abt Albert vorgegebenen historischen Route zu folgen, und dass er für diese nun eine detaillierte Beschrei- bung vorgelegt hat.

Jochen Heinke befasst sich seit vielen Jahren mit historischen Stra- ßen und hat zum Thema schon mehrere Bücher und Beiträge in Fachzeitschriften verfasst. Für den o.g. Verein ist er als Streckenbe- auftragter zuständig für die historische Einordnung und genaue Er- kundung und Festlegung des Romweges von Abt Albert in seinen Büchern „Der mittelalterliche Pilgerweg Via Romea – Zu Fuß und mit dem Fahrrad auf dem norddeutschen Abschnitt von Stade nach Go- tha pilgern“ (ISBN 978-3-00-049331-0) und „Der mittelalterliche Pil- gerweg nach Rom – unterwegs auf der Via Romea vom Thüringer Wald nach Innsbruck“ (ISBN 978-3-00-042178-5).

Die Via Romea führt uns zunächst der Sill entlang bis zum Brennerpass. Hier entspringt der Eisack, dem wir an Sterzing und Brixen vorbei bis Bozen folgen. Dort mündet der Eisack in die Etsch, die aus dem Vinschgau kommend fortan dem Tal den Namen gibt. In Trient verlassen wir das Etschtal, wechseln hinauf in die Valsugana und wandern entlang des Brentaflusses bis Bassano del Grappa. Hier lassen wir die Berge hinter uns und setzen die ersten Schritte in die Poebene, um nach Padua zu gelangen.

INNSBRUCK: 131.000 EW, Universitätsstadt mit 30.000 Studenten, Bischofssitz. – **Dom zu Sankt Jakob:** heutiger Bau 18. Jh., hl. Jakobus als Matamoros am Fassadengiebel, Glockenspiel im Nordturm; Inneres: vier Deckenfresken hl. Jakobus von Cosmas Damian Asam, Hochaltar mit Silberbüsten hll. Jakobus und Alexius (zeitweise aufgestellt), Mariahilf-Bild von Lukas Cranach d. Ä. (um 1537, meistverbreitetes Marienbild im alpenländisch-mitteuropäischen Raum), Grabmal (17. Jh.) von Erzherzog Maximilian III. (ab 1590 Hoch- und Deutschmeister des Deutschen Ritterordens) und gleichzeitig Grab des 1954 hier beerdigten letzten weltlichen Hochmeisters des Deutschen Ordens Erzherzog Eugen. (Dem Deutschen Ritterorden werden wir auf unserer Pilgerreise noch öfters begegnen, etwa in Sterzing, Lengmoos, Bozen usw.) Neben dem hl. Jakobus (Gedenktag 25. Juli) ist also im Dom mit dem hl. Alexius von Edessa



Dom zu St.
Jakob, Treffpunkt
der Rom- und
der Santiagopilger



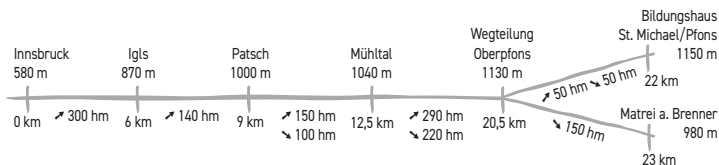
Hl. Jakob als Matamoros am Fassadengiebel und das Mariahilf-Bild von Lukas Cranach d. Ä. am Hochaltar des Innsbrucker Doms

(5. Jh., Gedenktag 17. Juli) ein weiterer Pilgerpatron zu finden, welcher auch einer der Schutzpatrone der Stadt Innsbruck ist. Im Dom zu St. Jakob liegt ein Pilgerstempel auf. **Hofkirche:** auch Franziskaner- oder Schwarzmanderkirche, 16. Jh.; Hochgrab Maximilians I. – großartigstes Kaisergrab Europas mit Kenotaph und 28 überlebensgroßen Statuen („schwarze Mander“); im Presbyterium die Ebertorgel (Renaissanceorgel von 1558 mit Weltruf), am Hochaltar u. a. Bleistatue des hl. Franziskus von Balthasar Moll, 18. Jh.; rechter Seitenaltar hl. Antonius; Silberne Kapelle – Grabmäler von Erzherzog Ferdinand II. und seiner Frau Philippine Welser von Alexander Colin, 16. Jh.; im Langhaus hinten das Grabmal des Tiroler Freiheitskämpfers Andreas Hofer. – Weiters: **Altstadt** mit Goldenem Dachl, Hofburg, Schloss Ambras, Stift Wilten (siehe 1. Etappe) etc.

- *Jugendherberge, Reichenauer Str. 147, Tel. 0512/346179, www.jugendherberge-innsbruck.at*
- *B&B, Kiebachgasse 16 (in der Altstadt), Tel. 0512/584118, mail@munding.at*
- *Montagu Hostel, Höttinger Gasse 7, Tel. 0664/1051595, www.montagu-hostel.com, hey@montagu-hostel.com*
- *Meininger Hotel, Blasius-Hueber-Str. 4, www.meiningher-hotels.com*
- *Für weitere Quartiere: Tourismusinfo, Burggraben 3, Tel. 0512/59850, office@innsbruck.info, www.innsbruck.info*

Innsbruck – Bildungshaus St. Michael/Pfons oder Matrei am Brenner

Via Romea/Nordtirol



Das Wichtigste vorweg: Die Strecke von Innsbruck bis zum Brenner (1. und 2. Etappe) ist als Romweg (Via Romea) durchgehend markiert und beschildert. Vom Goldenen Dachl bis zur Stadtgrenze mit grünen Schildern, dann bis zum Brenner mit gelben Wegweisern bzw. blauen Aufklebern.

38



Eine Pilgerreise beginnt immer bei einer Jakobskirche! Also pilgern wir vom Innsbrucker Dom zu St. Jakob durch die Stadt zum großartigen Kloster Wilten, hinter dem wir ins Mittelgebirge aufsteigen und entlang des Wipptaler Höhenweges bzw. der alten Römerstraße durch das Wipptal Richtung Brenner wandern. Über den Brennerpass nach Innsbruck verläuft auch der südösterreichische Jakobsweg, dem wir im Großen und Ganzen entgegengesetzt folgen. Als Start nach Rom hat es diese Etappe mit 21 km und 930 Höhenmetern durchaus in sich. Belohnt werden wir unterwegs mit schönen Ausblicken zurück auf Innsbruck und die Bergkulisse der Nordkette, auf die Gipfel von Serles und Habicht und auf die Gletscher des hinteren Stubaitals.

In Oberpfons teilt sich der Weg. Der Höhenweg führt zum Bildungshaus St. Michael, der beschilderte Talweg hinunter nach Matrei am Brenner.

Vom Dom über das Kloster Wilten (2 km) nach Vill (3 km)

Wir gehen vom Domplatz durch die Pfarrgasse, am Goldenen Dachl vorbei, der Herzog-Friedrich-Straße entlang bis zum Ende der Altstadt. Zu Beginn der Maria-Theresien-Straße statuen wir der Spitalskirche einen Besuch ab (Bild hl. Antonius). Weiter bis zum Ende der



Wiltener Basilika und das Leuthaus (ehemaliges Wirts- und Gästehaus) des Stiftes Wilten

Maria-Theresien-Straße, an der Triumphpforte vorbei der Leopoldstraße folgen bis zu deren Ende. Hoch vor uns thront die Bergiselsprungschanze (Architektin Zaha Hadid), rechts befindet sich die **Wiltener Basilika** (päpstliche Basilika, Marienwallfahrt zum Gnadenbild von 1330, Rokokostil des 18. Jh., am Schaldeckel der Kanzel hll. Peter und Paul). 👁️ Wir gehen aber am Ende der Leopoldstraße links (nicht dem grünen Wegweiser „Pilgerweg“ nach rechts folgend!) in die Klostersgasse zur bereits sichtbaren Stiftskirche und dem Kloster Wilten.

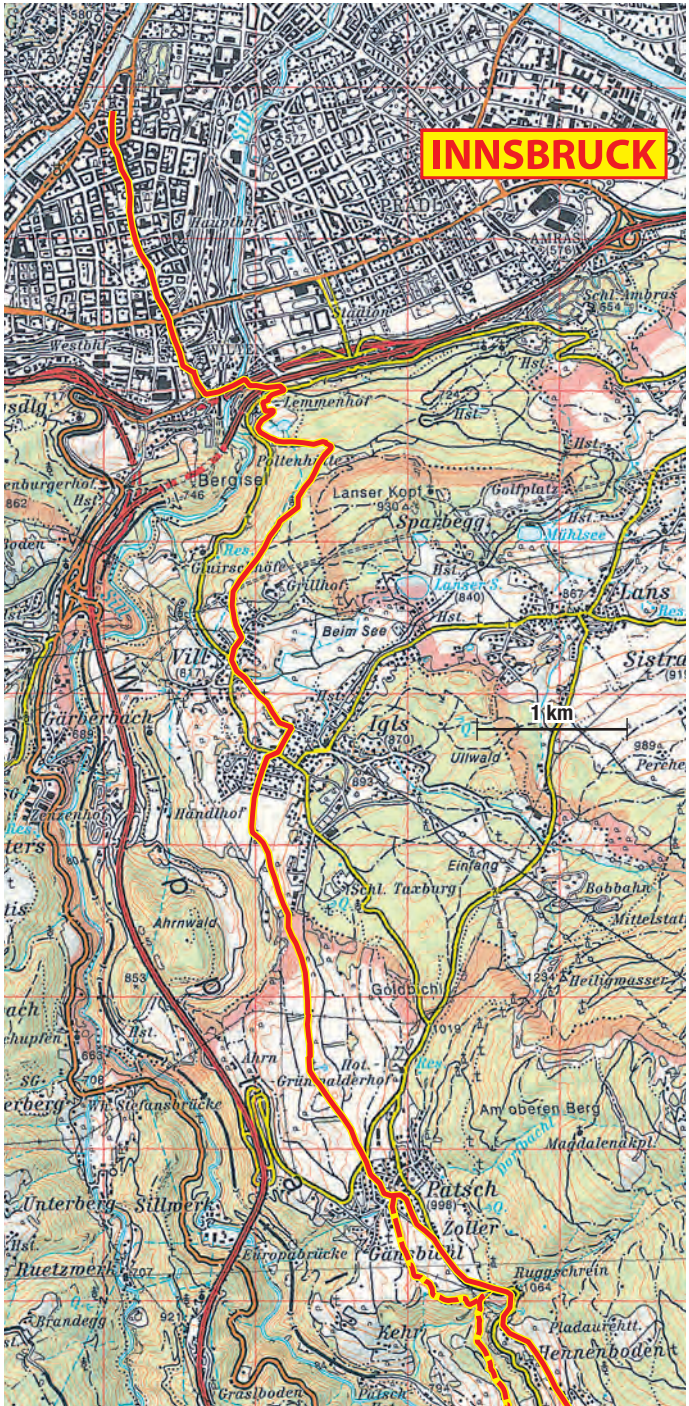
39

Kloster und Stiftskirche Wilten: gelegen im Gebiet des römischen Kastells Veldidena, geistliches und kulturelles Zentrum (Betreuung von ca. 20 Pfarren, Wiltener Sängerknaben usw.), seit 1138 Prämonstratenser-Chorherrenstift, Blütezeit im 17. und 18. Jh. mit barockem Neubau; Stiftskirche: erste Kirche 6. Jh., heutiger Bau 17. Jh., Frühbarock, 2. Seitenkapelle links Apostelaltar mit der Bekehrung des Paulus (Wandbild) und Schlüsselübergabe an den hl. Petrus (Altarbild); 3. Seitenkapelle links eine Kopie des Raffaelbildes „Madonna di Foligno“ u. a. mit dem knienden Franziskus von Mi-

■ Die Legende vom Riesen Haymon

Der Riese Haymon tötet im Streit den benachbarten Riesen Thyrsus, worauf er als Sühne das Kloster Wilten erbauen will. Aber ein in der nahen Siltschlucht lebender Drache zerstört in der Nacht immer wieder den Bau. Da erschlug der Riese Haymon den Drachen und riss ihm die Zunge heraus. Diese hält die Figur des Riesen Haymon in der Vorhalle der Stiftskirche in seiner Hand.

INNSBRUCK





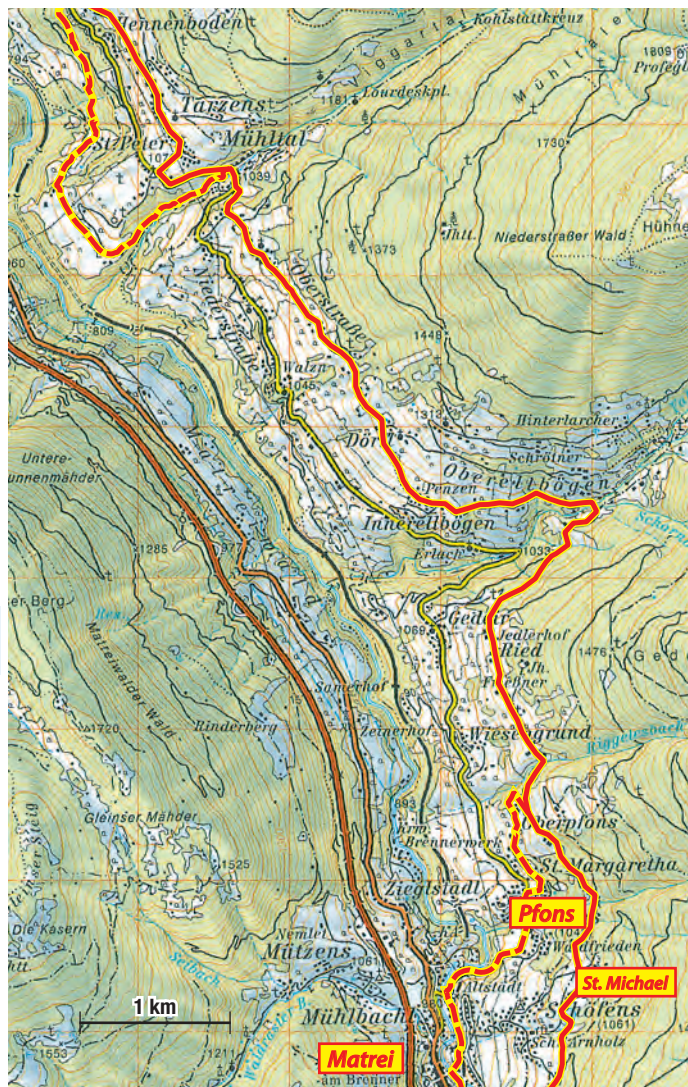
Blick von Ellbögen in das Wipptal Richtung Brenner

chael Andersag (siehe dazu 43. Etappe unter Foligno); die Besonderheit des Hochaltars (Aufsatz) ist die Öffnung zum „Thron Salomons“, zu dem sechs Stufen flankiert von je zwei goldenen Löwen hinaufführen; Kloster: barocker Kreuzgang, Bibliothek, Prunkräume, Stiftsmuseum; www.stift-wilten.at; Klosterladen geöffnet Mo.–Fr. 8–12/14–18 Uhr (Pilgerstempel).

Die Klostergasse weiter und nach einer Linkskurve durch die Unterführung der Brennerbahn. Über die Sillbrücke und sofort danach rechts hinauf zur Fußgängerbrücke und auf dieser über die Autobahn. Nach der Brücke beim Gasthof links die Straße aufwärts bis zur nächsten großen Straße. Diese queren und rechts weiter, den links abzweigenden Forstweg ignorierend neben der Straße auf einem ausgetretenen Pfad weiter. Dieser Pfad biegt nach 100 m links ab und wir folgen ihm in Kehren aufwärts, gehen oben angekommen zwischen den Häusern hindurch, am kleinen Asphaltsträßchen links und sofort in einer Kehre aufwärts durch Wiesen. Dieses Sträßchen geht in einen Forstweg über, wir passieren einen Schranken und folgen der Forststraße 400 m aufwärts. 👁️ Sobald eine andere Forststraße nach rechts in einem spitzen Winkel abzweigt, gehen wir nach rechts auf einem sichtbaren Steig aufwärts. Nach 200 m mündet dieser in eine Forststraße. Auf der Forststraße rechts ca. 1 km in leichtem Auf und Ab dahin und am Schluss auf asphaltierter Straße hinunter in den Ort **Vill** zur Iglers Straße.

Von Vill über Igls (1 km), Patsch (3 km) und St. Peter (3 km) nach Mühlthal (0,5 km)

In der Iglers Straße kurz nach links, nach 50 m bei der **Kirche (Hl. Martin)** wieder links in den Lilly-von-Sauter-Weg, nach 20 m beim Gasthof Turnbichl links, nach 30 m bei einer Weggabelung rechts den asphaltierten Wanderweg aufwärts. In **Igls** rechts in die Habichtstraße bis zur Iglers Straße, dort kurz rechts und sofort wieder



links in den Fernkreuzweg. Nach 400 m bei einem Wegkreuz (Blick auf die Berge Serles und Habicht, schöner Rastplatz) links die asphaltierte Straße weiter, ab hier 2 km nach Patsch (Ausblick ins Stubaital). Nach Querung einer größeren Straße geradeaus in den Ort **Patsch** und bei der 2. Kreuzung links ansteigend bis zur Kirche (St. Donatus, linker Seitenaltar Darstellung des Pilgerpatrons hl. Rochus, Pilgerstempel). Hinter der Kirche über den rechten Friedhofsausgang hinaus befindet sich rechter Hand eine Pilgerinformations-tafel. Von hier gibt es zwei Varianten nach Mühltal: a) auf Wiesen- und Waldwegen (4,5 km, nicht bei starkem Regen, Schnee oder Eis)



Blick zurück auf unseren Pilgerweg durch das Wipptal

oder b) auf Asphaltstraßen über Ruggschrein und St. Peter (3,5 km). Von der Pilgerinfotafel weg zwischen zwei Häusern auf ebenem Weg bis zu einer Straßengabelung. Hier teilen sich die Wege:

Variante a) Bei der Straßengabelung geradeaus (WW Rauher Brunnen), nach 400 m auf einem Wiesenweg wieder geradeaus und nach 150 m bei einer Bank links eben bis zum Waldrand. Im Wald auf einem Steig im Auf und Ab bis zu einer kleinen Brücke und weiter, bis der Steig in einen Forstweg einmündet. Wir queren den Forstweg, gehen am Steig weiter abwärts und kommen sofort auf den 2. Forstweg, dem wir eben bis zu einem Haus mit aufgemaltem hl. Florian folgen. Danach am Schotterweg abwärts bis zum Waldende und eben über Wiesen bis zu einem Bauernhof. Dort am Asphaltsträßchen links und beim nächsten Haus wieder links. 👁 Gleich danach oberhalb eines Wegkreuzes rechts auf einen Wiesenweg und nun eben bis zum Pfitscherhof. Beim nächsten Haus links vorbei und danach abwärts. Bevor die Forststraße eine Rechtskehre macht, geradeaus (WW Fußweg Mühlital) dem Mühlbach entlang aufwärts, über eine Brücke und bei den Häusern von Mühlital über die zweite Brücke links und bald danach durch einen Torbogen direkt zum Ortsteil **Mühlital**.

Variante b) Bei der Straßengabelung links aufwärts bis zur Römerstraße. Dieser rechts ansteigend folgend und schließlich eben bis zu den Häusern von **Ruggschrein**. Nach einer Rechtskehre beim Schild „Ellbögen“ links die Straße hinauf (Speckbacher-Wanderweg), die später zu einem Feldweg wird. Flach weiter bis zu den Häusern von **Tarzens**, ab dort auf der Asphaltstraße geradeaus weiter und am Schluss nach einer Rechtskurve noch 200 m hinunter zur Kirche von **St. Peter**. Der „Römerstraße“ folgend abwärts bis zum Ortsteil **Mühlital**.

- *Gasthof Neuwirt, Niederstr. 119, Tel. 0512/377175, www.gasthof-neuwirt.at, info@gasthofneuwirt.at; ab dem Ortsteil Mühlital 1 km auf der Straße weiter.*



Idyllischer Weiher bei St. Michael

- **Von Mühlthal zum Bildungshaus St. Michael/Pfons (8 km) oder nach Matrei am Brenner (9 km)**

44

Nach der Brücke in 100 m bei einem Bildstöckl links den Steig hinauf. Ab nun benützen wir hauptsächlich den „Wipptaler Wanderweg“. Bei der Einmündung des Steiges in die Asphaltstraße weiter links aufwärts und vorbei am Loamgruberhof. Nach 1,5 km sofort nach der Tischlerei Schaiter bei einem Hochwasserschloss rechts auf einem Asphaltsträßchen zu einer Kapelle und weiter durch Wiesen abwärts bis zu den ersten Häusern, dort noch weitere 50 m hinunter, dann links leicht ansteigend weiter, bei der nächsten T-Kreuzung wieder links, abwechselnd flach und ansteigend 1 km am Hangrücken entlang bis zum Kratzerhof, danach über einen Bach und auf der anderen Seite wieder talauswärts. Nach 400 m gleich nach einem kleinen Bächlein und nach einem in die Straße eingelassenen Eisengitter links den unscheinbaren Forstweg hinauf, durch ein Gatter und flach durch den Wald weiter bis zu einer Asphaltstraße. Dieser links 1,5 km folgen, zuerst aufwärts, dann eben und schließlich wieder abwärts bis zur nächsten T-Kreuzung.

👁️ Bei dieser Kreuzung teilen sich die Wege. An dieser Stelle befindet sich eine Pilger-Informationstafel! Der **Höhenweg** führt links hinauf bis zum Gerstelerhof, gradeaus am Hof vorbei und auf einer Forststraße kurz abwärts, bei der Viererkreuzung gradeaus eben weiter, bald danach bei einer alten, restaurierten Mühle über einen Bach. Als bald sehen wir vor uns eine große Wiese mit dem **Bildungshaus St. Michael**. Wir steigen über den Zaun und pilgern mitten durch die Wiese zu unserem Etappenziel.

- *Bildungshaus St. Michael: kirchliches Bildungshaus der Diözese Innsbruck, Tel. 05273/6236, www.dibk.at/st.michael, st.michael@dibk.at, Voranmeldung erwünscht*



Bildungshaus St. Michael

Der **Talweg** ist beschildert und führt hinunter in den Ort Pfons und folgt ab dort dem meist asphaltierten Radweg bis in die Orte Mühlbachl, Matrei und Steinach und trifft am Beginn des Padastertales wieder auf den Höhenweg. Gegenüber dem Höhenweg ist die Talvariante ca. 1 km kürzer und weist 250 Höhenmeter bzw. 230 Tiefenmeter weniger auf. Nächtigungsmöglichkeiten gibt es in Mühlbachl, Matrei und Steinach.

Wegbeschreibung: Bei der oben genannten Kreuzung nicht links weiter, sondern rechts am Asphaltsträßchen hinunter bis zur Kirche St. Margareta (spätgotisch, 17. Jh. barockisiert, im Inneren befindet sich eine geschnitzte Kreuzwegstation aus Eichenholz, welche Pilger aus Kues/BRD in Erinnerung an Nicolaus Cusanus am Weg nach Rom hinterlassen haben). Von der Kirche über Treppen hinunter zur Straße und links weiter durch den Ort Pfons. Die Orte Pfons, Mühlbachl und Matrei am Brenner haben sich 2022 zur Gemeinde Matrei am Brenner zusammengeschlossen. Wir folgen den Schildern der Via Romea nach Matrei. Kurz vor Matrei vorbei an einer Hängebrücke, die hinüber zum Schloss Trautson führt. Wer diese Variante wählt, geht weiter bis zur Brennerbundesstraße und dann links auf einem kleinen Sträßchen hinunter und über die Brücke zur Pfarrkirche und ist damit wieder am Pilgerweg.

Matrei am Brenner: 3550 Einwohner, Pfarrkirche Mariä Himmelfahrt (auch Wallfahrtskirche *Unser Herr im Elend* genannt, romanischer Südturm, Kirche spätgotisch, im 18. Jh. barockisiert, über dem Tabernakel ist die bekleidete Holzfigur *Unser Herr im Elend* aus dem Anfang des 14. Jh.), Friedhofskirche hl. Johannes (Anfang 16. Jh., Netzrippengewölbe, Flügelaltar und Madonna Ende 15. Jh.).

- *ehemaliges Gasthaus „Zur Uhr“, Tel. 05273/6373 (aus dem 15. Jh.!, neben dem Rathaus)*
- *mehrere Gasthöfe*

Dieser Führer beschreibt den Weg der mittelalterlichen Pilger über die Brennerroute von Innsbruck bis in die Ewige Stadt.

- 1200 Kilometer über die internationalen Pilgerzentren Padua (hl. Antonius) und Assisi (hl. Franziskus)
- Exakte Wegbeschreibung mit Übernachtungstipps und Informationen zur Kulturgeschichte
- 66 Kartenausschnitte für die gesamte Strecke
- Über 200 Foto zeigen Städte und Kirchen, den Weg und die abwechslungsreiche Landschaft
- 53 Tagesetappen bis zum Peterdom und der Besuch der 7 Pilgerkirchen Roms (18 km) als krönender Abschluss

Der Pilgerweg kann in vier Abschnitte begangen werden: **Via Romea** (16 Etappen), **Antoniusweg** (13 Etappen), **Franziskusweg I** (12 Etappen) und **Franziskusweg II** (12 Etappen).

