

Wissen & Praxis

Cordula Rabe

Handbuch Pilgern

planen – packen – pilgern

1. Auflage 2022

200 Seiten mit 101 Fotos

Format 11,5 x 16,5 cm, kartoniert mit Polytex-Laminierung

ISBN 978-3-7633-6106-9

Preis € 12,90 (D) € 13,30 (A) SFr 18,90



Handfeste Tipps und geistiger Zuspruch zugleich: Das »Handbuch Pilgern« ist ein Ratgeber und Unterstützer für alle Pilger-Aspiranten. Es beleuchtet sämtliche wichtigen Aspekte, die es für eine gelungene Pilgerreise zu beachten gilt: von der Auswahl der passenden Route über die sorgfältige Planung und Vorbereitung der Reise bis hin zu den Freuden und Leiden der Pilgerinnen und Pilger unterwegs. Praxiserprobte Tipps zur Kleidung und Ausrüstung helfen bei der Anschaffung und Zusammenstellung eines sinnvollen Pilgergepäcks.

Denen, die große Lust zu pilgern haben, aber an ihrer Kondition und Eignung zweifeln, macht das kleine Handbuch Mut: Mit der richtigen Routenwahl, einer sorgfältigen Vorbereitung und etwas Training kann fast jeder auf Pilgerschaft gehen – es müssen ja nicht gleich hunderte von Kilometern sein. Außerdem liefert das Handbuch Einblicke in die Realität des Pilgerns: Wie ist es wirklich, Tag für Tag mehrere Stunden zu wandern? Wo schläft und was isst man unterwegs? Und zu guter Letzt: Wie geht es nach der Reise weiter?

Die Autorin Cordula Rabe ist eine der besten Kennerinnen der großen (und kleineren) Pilgerwege. Sie ist in über 20 Jahren tausende von Kilometern auf den spanischen Jakobswegen gewandert. Ihr Credo ist: Es gibt kein richtiges oder falsches Pilgern, sondern nur eines mit viel Leidenschaft und Freude. Im Rother Bergverlag hat sie Wanderführer zu allen fünf großen Pilgerwegen in Spanien veröffentlicht. Die auf ihren vielen Wegen gesammelten Erfahrungen sind in das »Handbuch Pilgern« eingeflossen.

Die Reihe Wissen & Praxis

In der Reihe Wissen & Praxis vermitteln kompetente Fachleute Grundkenntnisse und vertiefendes Wissen für Outdoor-Fans. Die unterschiedlichsten Bereiche werden abgedeckt: Von Leitfäden zum Bergsteigen, Klettersteig- und Skitourengehen, über Ratgeber zu alpinen Risiken und zur Unfallvermeidung bis hin zu praktischen Tipps wie zur Outdoor-Fotografie.

Weitere Informationen und Bildmaterial:

Rother Bergverlag, Presse und Marketing: Bettina Löneke, Kelttenring 17, D – 82041 Oberhaching
Tel. +49 / 89 / 60 86 69 – 23, Fax: +49 / 89 / 60 86 69 – 69, loeneke@rother.de, www.rother.de

Nach erfolgter Rezension bitten wir um einen Beleg. Vielen Dank!