

BILDUNGSHAUS KLOSTER NEUSTIFT  
Stiftstr. 1 - I-39040 Vahrn  
Tel. +39 0472 835 588  
Fax +39 0472 838 107  
bildungshaus@kloster-neustift.it  
www.kloster-neustift.it

www.jakobsweg.it

**Jakobsweg**  
Südtirol 

Immer ruhigen Fußes ...  
Nicht in der Luft zu fliegen oder  
auf dem Wasser zu gehen, ist ein Wunder,  
sondern auf der Erde zu gehen.

Immer ruhigen Fußes ...

**SÜDTIROL**  


... auf dem Jakobsweg  
in Südtirol unterwegs



 **Jakobsweg**  
Südtirol

## Liebe Pilgerinnen, liebe Pilger!

Unabhängig von der Frage nach dem historischen Verlauf einer Teilstrecke des Jakobsweges durch Südtirol dürfte das Stift Neustift am Schnittpunkt der beiden großen Routen von Norden nach Süden und von Osten nach Westen in seinem kurz nach der Gründung errichteten Hospiz (Engelsburg) vielen Reisenden und Pilgernden Unterkunft, Verpflegung, ärztliche Behandlung, vor allem aber auch geistliche Stärkung geboten haben. Diese Tradition hat sich bis heute – wenn auch nur in vereinzelt Fällen pro Jahr – durchgehalten.

Im Unterwegssein, in der Wander- und Pilgerschaft kommt ein existentiell menschliches



Augustiner Chorherrenstift Neustift

Phänomen zum Ausdruck. Nicht erst, aber besonders in der Botschaft der Bibel des Alten und Neuen Testaments begegnet die Grundaussage, dass der Mensch, das Volk, die Völker sich auf Wanderschaft befinden, auf dem Weg zu ihrem Ziel, zu Gott hin. Sie gehen diesen Weg, der viele

Jakobskapelle in Taisten



Um Sterzing



Varianten und Stationen kennt, nicht allein, sondern begegnen auf ihm anderen, sind mit diesen gemeinsam unterwegs, angeführt von Immanuel, dem „Gott mit uns“, wie Jesus im Neuen Testament bezeichnet wird, der von sich sagt, dass er der Weg hin zu Gott sei.

Ich wünsche allen, die sich auf den „Jakobsweg durch Südtirol“ begeben, dass sie Natur und Kultur dieses herrlichen Landes besser kennen lernen, besonders aber, von der christlichen Botschaft des Jakobsweges erfasst, einen inneren Aufbruch zur persönlichen Standortbestimmung und zu vertiefter Zielsetzung erfahren.

**Georg Untergaßmair**

Propst und Abt von Neustift

*+ Georg F. Untergaßmair*

## 1. Etappe WINNEBACH – WELSBERG

Gleich nach dem ersten Teilstück über die blühenden Wiesen von Winnebach und Vierschach erreichen wir einen, wenn nicht gar den Höhepunkt des Südtiroler Abschnittes des Jakobswegs. Nicht nur in geographischer – denn abgesehen vom Brenner ist die Ebene zwischen Innichen und Toblach der höchste Punkt unseres Weges – sondern auch und vor allem in kultureller Hinsicht. Die Kirche des Benediktinerstiftes von Innichen – der italienische Name des Ortes, San Candido, weist auf einen ihrer beiden Patrone, den hl. Candidus, hin – gilt als der wichtigste romanische Kirchenbau Tirols (12.Jh., Umbau im 13. Jh.). Er geht auf eine Schenkung des Bajuwarenherzogs Tassilo III. im Jahre 769 an den Abt Otto von Scharnitz zurück, die verbunden war mit dem Auftrag zur Gründung eines Klosters, um hier an der Wasserscheide ein Bollwerk der christ-

Der Wanderweg am Waldrand bringt uns nach Toblach, im Mittelalter reich und bedeutend, weil sich hier zwei wichtige Handels- und Verkehrswege trafen. Die aus Venedig kommende Via Alemagna (sie führte nach Augsburg, der Stadt der Fugger) stieß hier auf die aus Aquileia kommende alte Römerstraße, den Weg, dem wir folgen. Den Reichtum des Ortes erkennen wir sowohl an der Ausstattung der prächtigen spätbarocken (1769) Pfarrkirche zum hl. Johannes als auch an den zahlreichen stattlichen und gut gepflegten Ansitzen, die heute noch das Ortsbild prägen. Der Bau der ersten innerösterreichischen Zugverbindung von Wien nach Innsbruck, der „Südbahn“, welche durch das Pustertal verlief, brachte am Ende des 19. Jahrhunderts den Tourismus und damit auch den weiteren Wohlstand nach Toblach. Ein Stück österreichischer Geschichte erwartet uns auf dem Weg nach Niederdorf, wir kommen nämlich unmittelbar am „Bad Maistatt“

lichen Zivilisation gegen die aus dem Osten eindringenden heidnischen Slawen zu errichten. In dieser prächtigen romanischen Kirche bewundern wir die spätromanischen Kuppelfresken, die die Schöpfungsgeschichte darstellen, weiters die ebenfalls spätromanische Kreuzigungsgruppe im Chor, Ziel einer überregionalen Wallfahrt seit Jahrhunderten, die romanische Krypta mit der Skulptur des hl. Candidus, und schließlich am Südportal das gotische Fresko von Michael Pacher mit dem Stifter Otto II. zwischen den beiden Patronen des Klosters, Candidus und Corbinian. Einen weiteren Höhepunkt der besonderen Art hält das Plateau noch für uns bereit: Es ist die Quelle der Drau, der die Pilger, die von Slowenien aufgebrochen sind, schon seit etwa 300 Kilometern folgen. Hier können sie erstmals aus dem Fluss auch trinken!

vorbei. Hier nahm schon Maximilian I., Kaiser von 1493–1519, seine Heilbäder, und hier verbrachte zu Beginn des 20. Jh. der Komponist Gustav Mahler seine Sommerfrische. (Es heißt, dass hier seine 9. Sinfonie entstand.) Für Reisende, Pilger und Kranke wurde in Niederdorf 1456 ein Spital gestiftet. Die dazu gehörende Spitalskirche zur Heiligen Dreifaltigkeit besteht heute noch. Bis Welsberg bekommen unsere Füße fast nur Asphalt zu spüren, aber wenigstens auf kaum befahrenen kleinen Straßen oder Güterwegen durch das hier weite und sonnige Pustertal. Welsberg ist Geburtsort von Paul Troger, der Schöpfer der berühmten Fresken des Brixner Doms. Die drei Altarbilder in der Pfarrkirche seines Heimatortes stammen von ihm. Die Fresken des gotischen „Bildstöckls“ hinter der Kirche stammen hingegen vom zweiten großen Pustertaler Künstler, von Michael Pacher.



Stiftskirche von Innichen

### Gehzeiten:

Winnebach > Innichen 1 3/4 Std.  
 Innichen > Toblach 1 1/4 Std.  
 Toblach > Welsberg 2 1/2 Std.

### Weglänge:

25,1 km

### Höhenunterschied:

Aufstieg: 371 m  
 Abstieg: 397 m

### Infos und Übernachtungsmöglichkeiten:

[www.hochpustertal.info](http://www.hochpustertal.info)

TOURISMUSVEREIN INNICHEN  
 Pfluggplatz 1 - I-39038 Innichen  
 Tel. + 39 0474 913 149  
[www.innichen.it](http://www.innichen.it) - [info@innichen.it](mailto:info@innichen.it)

TOURISMUSVEREIN TOBLACH  
 Dolomitenstr. 3 - I-39034 Toblach  
 Tel. + 39 0474 972 132  
[www.toblach.info](http://www.toblach.info) - [info@toblach.info](mailto:info@toblach.info)

TOURISMUSVEREIN NIEDERDORF  
 Von-Kurz-Platz 5 - I-39039 Niederdorf  
 Tel. + 39 0474 745 136  
[www.niederdorf.it](http://www.niederdorf.it) - [info@niederdorf.it](mailto:info@niederdorf.it)

[www.jakobsweg.it](http://www.jakobsweg.it)

## 2. Etappe WELSBURG – BRUNECK

Dem starken Verkehr ausweichend erreichen wir über Ried (am Bach entlang bergauf) und ab dort auf einem Wiesen- und Waldweg den Olinger Stausee. Der Radweg wäre zwar kürzer, ist aber asphaltiert und außerdem sehr befahren. Die Gemeinden Ober-, Mitter- und Niederolang liegen wie aufgefädelt hintereinander, wir durchqueren sie problemlos, nicht aber ohne dem vermutlich von Michael Pacher stammenden schönen Altarbild der Ägidi-Kirche von Mitterolang einen Besuch abzustatten. Für gewöhnlich ist eine Jakobskirche alleine noch kein Hinweis auf einen Pilgerweg. Wenn wir sie aber praktisch in der Distanz eines Tagesmarsches voneinander auf einem alten, wichtigen Verkehrsweg antreffen, wie in unserem Fall, liegt der Schluss nahe und es ist auch legitim, dass wir auf den Spuren der Jakobspilger wandern. Mit der

diejenigen, die einfach die Kleinode des Pustertals voll auskosten wollen, führt uns nach Taisten, in die Heimat des dritten großen aber weniger berühmten Pustertaler Künstlers. In der Georgskirche entdecken wir die wunderschönen Fresken von Simon von Taisten (und von Leonhard von Brixen). Auch die Fresken in der gotischen Jakobskapelle (der zweiten nach Strassen in Osttirol) im Friedhof wurden von Simon von Taisten gestaltet. Der Weg 21 führt uns weiter bergauf über den Unterrainer Berg bis auf fast 1400 m Seehöhe und dann bergab nach Niederrasen am Eingang des Antholzer Tals. Von dort erreichen wir talauswärts Neunhäusern an der Pustertaler Straße und stoßen etwa 500 m später wieder auf den Jakobsweg, auf dem wir nach Nasen gelangen. Von dort queren wir zurück auf die südliche Talseite und kommen über den wunderschönen Wanderweg 3 A – nur kurz müssen wir den asphaltierten Radweg benutzen – zur Lamprechts-

Jakobskirche von Nasen, die wir nach Niederolang ansteuern, besuchen wir nach Strassen in Osttirol schon das dritte Gotteshaus, das dem Pilgerpatron geweiht ist. Mit derjenigen von Dietenheim, noch vor Bruneck, wären es sogar vier, wenn diese für Fußgänger nicht doch etwas abseits läge. Auf der südlichen Außenwand der gotischen Nasener Jakobskirche (15. Jh.) sehen wir schon von weitem ein besonders schönes Werk des Simon von Taisten, nämlich den hl. Christopherus, in einem Meer stehend und von Fabelwesen umgeben. Im Inneren erkennen wir den Pilgerapostel sowohl auf dem Altarbild, als auch auf einem Schlussstein im Langhaus. Eine Variante auf dem Weg nach Nasen, für Pilger, deren Rucksack nicht zu schwer ist und die keine Angst vor zusätzlichen 150 Höhenmetern haben (obwohl wir talauswärts gehen!), oder für

burg bei Bruneck, von der uns ein Naturlehrpfad durch die wildromantische Schlucht der Rienz fast bis ins Zentrum der Altstadt von Bruneck bringt. Der Geburtsort des großen Michael Pacher war im 13. Jh. vom mächtigen Bischof Bruno von Brixen gegründet worden, um den schon damals starken Verkehr durch das Pustertal zu kontrollieren. Die reizvolle Altstadt, die am Fuße des Schlossberges entstand und zusammen mit diesem eine imposante Festungsanlage ergab – die alle noch erhaltenen vier Stadttore vermitteln auch heute diesen Eindruck – ist auf jeden Fall einen Besuch wert. Wir sollten sie jedoch nicht verlassen, ohne dem Geburtshaus von Michael Pacher sowie dem Gasthaus Lamm unsere Ehre erwiesen zu haben. Ein ganzer Raum des Gasthauses ist mit Bildern und Skizzen der beiden großen Osttiroler Maler Franz von Defregger und Albin Egger-Lienz behängt – absolut sehenswert!

### Gehzeiten:

Welsberg > Niederolang 2 Std.  
Niederolang > Bruneck 2 3/4 Std.

### Weglänge:

19,3 km

### Höhenunterschied:

Aufstieg: 338 m  
Abstieg: 585 m

### Infos und Übernachtungsmöglichkeiten:

[www.kronplatz.com](http://www.kronplatz.com)

TOURISMUSBÜRO WELSBURG

I-39035 Welsberg

Tel. +39 0474 944 118

[www.welsberg.com](http://www.welsberg.com) - [info@welsberg.com](mailto:info@welsberg.com)

TOURISMUSBÜRO TAISTEN

I-39035 Taisten

Tel. +39 0474 950 000

[www.taisten.com](http://www.taisten.com) - [info@taisten.com](mailto:info@taisten.com)

TOURISMUSVEREIN RASEN

IM ANTHOLZER TAL

Niederrasen 60 - I-39030 Rasen

Tel. +39 0474 496 269

[www.rasen.it](http://www.rasen.it) - [info@rasen.it](mailto:info@rasen.it)

TOURISMUSVEREIN OLANG

Florianiplatz 4 - I-39030 Olang

Tel. +39 0474 496 277

[www.olang.com](http://www.olang.com) - [info@olang.com](mailto:info@olang.com)

TOURISMUSVEREIN BRUNECK

Rathausplatz 7 - I-39031 Bruneck

Tel. +39 0474 555 722

[www.bruneck.com](http://www.bruneck.com) - [info@bruneck.com](mailto:info@bruneck.com)

[www.jakobsweg.it](http://www.jakobsweg.it)



### 3. Etappe BRUNECK – NIEDERVINTL

Von Bruneck bis Ehrenburg bzw. Kiens genießen wir nicht nur prächtige Wanderwege im breiten und son- nigen Pustertal. Aus der Sicht der Pilger, was wir ja sind, erwartet uns einerseits die Jakobskirche von St. Sigmund, andererseits auch ein Pilgerhospiz – einen eindeutigeren Hinweis auf die Pilgerroute gibt es nicht. Zuerst aber werfen wir einen Blick auf die gotische Nikolauskirche von Stegen, gleich nach Bruneck, bei der besonders der um 1470 entstandene Kreuzweg sehenswert ist, weil die Fresken seiner 14 Stationen sowohl den Karner (Beinhaus) als auch die Kirche umrunden. Auf Waldwegen erreichen wir in Sonnenburg das schon erwähnte Hospiz St. Johann im Spital, schon im 12. Jh. von den Benediktinerinnen des Klosters Sonnenburg für Reisende, sowohl Rom- als auch Santiagopilger, an der immer stärker von Pil- gern frequentierten alten Römerstraße errichtet. Der

nicht bis St. Sigmund warten will, um den hl. Jakobus zu sehen, muss sich nur genauer in der Peter- und Paulkirche von Kiens umsehen (ursprünglich 15. Jh.) und entdeckt ihn an einem Seitenaltar, dargestellt als „Matamoros“ (Maurentöter). Auf dem Wanderweg 2 am Ufer der Rienz kommen wir zum Gasthof „Gisser“ und von dort nach Norden in einem Bogen zur Pfarr- kirche von St. Sigmund, zu dem sich als zweiter Pa- tron – sicherlich wegen der wachsenden Popularität der Wallfahrt nach Santiago – der hl. Jakobus gesellt hat. Die Kirche beherbergt neben mehrfachen Dar- stellungen des Pilgerapostels vor allem den ältesten zur Gänze erhaltenen gotischen Flügelaltar Tirols, der



römische Meilenstein, heute zwecks besserer Sicht- barkeit an der Staatsstraße aufgestellt, stand an der alten Straße, die unmittelbar am Hospiz vorbeiführt. Leider ist die Kapelle des Hospizes praktisch immer verschlossen, so entgehen uns das überlebensgroße Kreuzifix aus dem 12. Jh. und das Fresko von Simon von Taisten, das einen am Fuß der gekreuzigten hl. Kum- mernuss knienden Geigenspieler zeigt. Sonnseitig geht es auf schönen Wegen über dem Talboden weiter talauswärts. Erst in Ehrenburg bzw. Kiens erreichen wir das Ufer der Rienz. Lohnenswert ist ein Besuch der „Ehrenburger Kornmutter“ (ein Gemälde aus der Mitte des 15. Jh.) in der Gruftkapelle der Pfarrkirche von Ehrenburg, einem beliebten Wallfahrtsziel. An dieser anscheinend uralten christlichen Kultstätte beten die Pustertaler Bauern seit Jahrhunderten um eine gute Ernte – deshalb die „Kornmutter“. Wer

zudem seit seiner Entstehungszeit (um 1430) seinen Platz nie verlassen hat. Wir queren nach St. Sig- mund zum ersten Mal seit Bruneck auf das südliche Rienzufer und gelangen auf der Pustertal-Radroute nach Niedervintl. (Auf halber Strecke haben wir die Möglichkeit, über eine Brücke zu einem Wanderweg am nördlichen Ufer und auf ihm nach Obervintl zu ge- langen. Niedervintl erreichen wir von hier aus über den Wanderweg 2 A.) Die ursprünglich spätgotische Pfarrkirche (15. Jh.) von Obervintl ist dem hl. Niko- laus geweiht und wurde 1749 barockisiert. Auch das den hl. Christopherus darstellende Fresko an der Außenwand stammt aus dem 15. Jh. Der kleine Ort Niedervintl verfügt über zwei Gotteshäuser, die alte Pfarrkirche aus dem 14. Jh. und die dem Brixner Dom nachempfundene barocke Pfarrkirche Maria Verkün- digung, 1763 geweiht.

< Römischer Meilenstein in St. Lorenzen



Sonnenburg in St. Lorenzen

#### Gehzeiten:

Bruneck > Kiens 2 1/2 Std.  
Kiens > Niedervintl 2 1/4 Std.

#### Weglänge:

25,2 km

#### Höhenunterschied:

Aufstieg: 535 m  
Abstieg: 610 m

#### Infos und Übernachtungsmöglichkeiten:

[www.kronplatz.com](http://www.kronplatz.com)

TOURISMUSVEREIN ST. LORENZEN  
J.-Renzler-Str. 9 - I-39030 St. Lorenzen  
Tel. +39 0474 474 092  
[www.st-lorenzen.com](http://www.st-lorenzen.com)  
[info@st-lorenzen.com](mailto:info@st-lorenzen.com)

TOURISMUSVEREIN KIENS  
Kiener Dorfweg 4/b - I-39030 Kiens  
Tel. +39 0474 565 245  
[www.kiens.com](http://www.kiens.com) - [info@kiens.com](mailto:info@kiens.com)

[www.eisacktal.info](http://www.eisacktal.info)

TOURISMUSVEREIN VINTL/PFUNDERERTAL  
Staatsstr. 15 - I-39030 Vintl  
Tel. +39 0472 869 100  
[www.vintl.it](http://www.vintl.it)  
[vintl@gitschberg-jochtal.com](mailto:vintl@gitschberg-jochtal.com)

[www.jakobsweg.it](http://www.jakobsweg.it)

## 4. Etappe NIEDERVINTL – NEUSTIFT – FRANZENSFESTE



Mühlbach

Den Beweis dafür, dass eine Jakobskirche nicht automatisch auf einen Pilgerweg hinweist, finden wir, wenn wir, Höhenmeter nicht fürchtend, den Abstecher von Niedervintl hinauf zur Jakobskirche von Meransen machen. Auch dort begrüßt uns schon von weitem von der Außenwand der Kirche, obwohl sie Jakobus geweiht ist, der zweite große Patron der Reisenden, der

hl. Christopherus, der, wie in Nasen, im Meer stehend und von Fabelwesen umgeben ist. (Es heißt, dass, wer an dem Tag stirbt, an dem er den hl. Christopherus erblickt hat, von diesem durch das Fegefeuer hindurch schnurstracks in den Himmel geleitet wird. Das erklärt die übergroßen Bilder des Christopherus an den Außenwänden der Kirchen, dem in der Früh auf dem Weg zur Arbeit auf dem Feld immer der erste Blick gilt.) Unser Weg im Tal – wir müssen ihn mit den Radfahrern teilen – führt uns zur Mühlbacher Klause, die 1472 unter Herzog Sigmund von Tirol zur Festung ausgebaut wurde und, vergleichbar mit der Lienzer Klause und dem Schloss Bruneck, die Funktion einer Straßensperre innehatte. Zum letzten Mal war sie im Tiroler Befreiungskampf von 1809 Schauplatz einer blutigen Schlacht, heute dient das restaurierte Gemäuer als Kultur- und Begegnungsstätte der friedlichen Art.



Jakobskirche in Meransen



Apfelhochplateau Natz-Schabs: St.-Magdalena-Kirche in Viums

Die gotische Pfarrkirche zur hl. Helena in Mühlbach – ein sehr seltenes Patronat – mit ihren schönen Fresken außen und innen bildet zusammen mit der spätgotischen Friedhofskapelle St. Florian ein einzigartiges Ensemble, dessen Ausstrahlung man sich nur schwer entziehen kann. Wer dem Brenner auf dem direkten Weg zustrebt, Neustift und Brixen also nicht besucht, bleibt ab der Station V auf dem Kreuzweg, der knapp vor Aicha bei der Wallfahrtskapelle im Föhrenwald endet. Die „Stöcklvaterkapelle“

(18. Jh.), eine lokale Wallfahrt, vor allem an den Fastensonntagen besucht, lässt uns noch einmal innehalten. Über Aicha (spätgotische Kirche St. Nikolaus) gelangen wir zum neuen Weg am Stausee von Franzensfeste und auf diesem in den Ort, seit dem Ende des 19. Jh. ein wichtiger Eisenbahnknotenpunkt. Wer Neustift und Brixen besuchen will – und viele gute Gründe sprechen dafür – hält sich bei der Station V links bergab und kommt, die Pustertaler Staatstraße auf einer Brücke überquerend, nach Schabs. Über den



Mühlbacher Klause

## 4. Etappe NIEDERVINTL – NEUSTIFT – FRANZENSFESTE



Innenhof von Kloster Neustift

Wanderweg 8, dann auf der kleinen Straße geradeaus weiter und ab dem Gasthof Straßer über den Wanderweg 4 nach rechts hinunter, erreichen wir schließlich Neustift in wenig mehr als einer Stunde. Das sich heute im gotischen (der berühmte Kreuzgang) bzw. barocken (die Stiftskirche) Baustil präsentierende Kloster Neustift wurde 1142 vom selig gesprochenen Bischof Hartmann gegründet und im 16. Jh. aus Furcht vor den Türken in eine Wehranlage umgebaut. Früh- und spätgotische Fresken können wir sowohl im Kreuzgang – in dem übrigens der Tiroler Minnesänger Oswald von Wolkenstein begraben liegt – als auch in der romanischen Victorskapelle bewundern, während der außerhalb der Klostermauern errichtete Rundbau der romanischen Michaelskapelle, auch „Engelsburg“ genannt, uns heute noch Rätsel aufgibt. Die Form der römischen Engelsburg und auch die Tatsache, dass sie

außerhalb steht, legen aber die Vermutung nahe, dass sie als Unterkunft für Pilger errichtet wurde. Da wir schon einmal in Neustift sind, drängt sich der Besuch der mittelalterlichen Bischofsstadt Brixen und ihres einzigartigen Dombezirks nur eine halbe Gehstunde weiter südlich, geradezu auf. Dieser vereint im Dombau, dessen Kreuzgang, der Johanneskirche, der bischöflichen Hofburg und dem alten Friedhof alle Baustile von der Romanik bis zum Spätbarock zu einem phantastischen, absolut sehenswerten Gesamtkunstwerk. Aber zurück

zum Weg: Wir überqueren nach dem Kloster über die alte Brücke den Eisack, wenden uns nach rechts und erreichen auf dem Weg 1, die Staatsstraße über- und die Autobahn unterquerend, den Vahrner See. Diesen, am östlichen Ufer umgehend, kommen wir zur parallel zur Autobahn verlaufenden Radroute und auf ihr nach Franzensfeste. Der Ort verdankt seinen Namen der riesigen Festung, welche Kaiser Franz I. von Österreich von 1833 bis 1839 errichten ließ, die aber nie für kriegerische Zwecke zum Einsatz kam.



Domplatz von Brixen mit Rathaus



Pfarrkirche von Franzensfeste

### Gehzeiten:

Niedervintl > Mühlbach 1 1/2 Std.  
 Mühlbach > Neustift 1 3/4 Std.  
 Neustift > Franzensfeste 1 3/4 Std.

### Weglänge:

16,7 km

### Höhenunterschied:

Aufstieg: 478 m  
 Abstieg: 497 m

### Infos und Übernachtungsmöglichkeiten:

[www.eisacktal.info](http://www.eisacktal.info)

TOURISMUSVEREIN GITSCHBERG/JOCHTAL  
 Katharina-Lanz-Str. 90 - I-39037 Mühlbach  
 Tel. +39 0472 849 467  
[www.gitschberg-jochtal.com](http://www.gitschberg-jochtal.com)  
[info@gitschberg-jochtal.com](mailto:info@gitschberg-jochtal.com)

TOURISMUSVEREIN BRIXEN  
 Bahnhofstraße 9 - I-39042 Brixen  
 Tel. +39 0472 836 401  
[www.brixen.org](http://www.brixen.org) - [info@brixen.org](mailto:info@brixen.org)

[www.jakobsweg.it](http://www.jakobsweg.it)



## 5. Etappe FRANZENSFESTE – STERZING

Der Weg durch das ab Franzensfeste sehr enge Tal nach Sterzing bietet den Pilgern ein heftiges Kontrastprogramm im Spannungsfeld des europäischen Transitverkehrs und Weiler mit kuriosen Kleinoden, in denen es scheint, dass die Zeit stehen geblieben ist. Unübersehbar sind die Folgen der modernen Mobilität auf der wichtigsten Verkehrsachse über den niedersten Alpenpass: den Brenner.

Ab Franzensfeste wählen wir den alten und nicht asphaltierten Wirtschaftsweg nach Mittewald. Wir sind praktisch alleine und vom Autoverkehr unbehelligt unterwegs und müssen ihn dann, ab Mittewald asphaltiert, nur mit den Radfahrern teilen. Eine alte Militärstraße im Wald vor Pfulters verkürzt sehr zum Gefallen unserer Fußsohlen die Asphaltstrecke und wenig später, nach dem Weiler Niederried, kommen wir gar in den Genuss – zum Preis von etwa

um sie wahrzunehmen: Gemächlich und in weiten Mäandern schlängelt sich hier der Eisack durch saftige Sumpfwiesen, die einer Vielzahl von Pflanzen und Tieren Heimat bieten. Ein kleines Stück Paradies!

Von dort empfiehlt sich ein Abstecher auf die gegenüberliegende Talseite nach Maria Trens, dem nach Maria Weißenstein zweitwichtigsten Wallfahrtsort Südtirols. Über das Sterzinger Moos und vorbei an der Burg Reifenstein, lange im Besitz des Deutschen Ritterordens, kommen wir hingegen direkt nach Sterzing, Stadt der Kaufleute, Knappen und Pilger. Wir überqueren von der Penser-Joch-Straße kommend, die Ridnauner Straße und gelangen über den Wirtschaftsweg fast gegenüber hinauf zur Jakobskirche von Thuins. (Hinein nach Sterzing auf dem gleichen Weg zurück, aber über die Autobahn und gleich danach rechts über den Wiesenweg zur Pfarrkirche.) Sitz einer Anfang des 16. Jahrhunderts gegründeten Jakobsbruderschaft und auch Standort der Jakobskir-

100 Höhenmetern bergauf – eines Kreuzwegs durch den Wald. Wer auf die Höhenmeter verzichten kann, nicht aber auf die Kapelle des alten Wildbades Möders und die heilkräftige Petersquelle, beide am Straßenrand, bleibt bis zu diesem einzigartigen Platz auf der kleinen Straße. Seit 500 Jahren sprudelt aus der Quelle „rechtsdrehendes“ Wasser. Heute noch holen es die Menschen aus der Umgebung in Kanistern – es soll Hautkrankheiten heilen. Vom gegen Ende des 19. Jahrhunderts errichteten Heilbad steht nur mehr die Kapelle, der Platz aber berührt immer noch durch seine Schönheit und Ausstrahlung.

Auf den Wegen zur weithin sichtbaren, ursprünglich gotischen Pfarrkirche St. Peter von Stilfes, kommen wir durch eine bezaubernde Flusslandschaft, die wir hier nicht vermuten würden und die sich nur uns Fußgängern eröffnet. Denn Autofahrer sind zu schnell,

che aus der gleichen Zeit war zwar Thuins, weil der alte Weg oberhalb an Sterzing vorbei durch Thuins führte, aber die Pilgerhospize der Johanniter und des Deutschen Ritterordens befanden sich in Sterzing, ebenso wie die den Pilgerapostel darstellenden Fresken an den Außenwänden von Privathäusern (eines in der Geizkoflerstraße, das andere auf der Staatsstraße Richtung Gossensaß). Das „Deutschhaus“ in unmittelbarer Nähe der sehenswerten Pfarrkirche (der erste Pfeiler links wurde übrigens von der Jakobsbruderschaft gestiftet) und das „Johannisstüberl“ in der Altstadt (untergebracht in der ehemaligen Kapelle des Hospizes) erinnern heute noch an die beiden für die Pilgerwege in ganz Europa so wichtigen Militärorden. Im Wappen der Stadt entgeht unseren Augen der legendenumwobene „Sterzl“ nicht. Vielleicht ist es dieser fromme Pilger mit Rosenkranz, auf Krücken gestützt, der dieser historischen Stadt den Namen verliehen hat.



Maria Trens bei Freienfeld

### Gehzeiten:

Franzensfeste > Mittewald 1 Std.  
Mittewald > Niederried bei Stilfes 2 Std.  
Niederried bei Stilfes > Sterzing 2 Std.

### Weglänge:

28,5 km

### Höhenunterschied:

Aufstieg: 656 m  
Abstieg: 442 m

### Infos und Übernachtungsmöglichkeiten:

[www.eisacktal.info](http://www.eisacktal.info)

TOURISMUSVEREIN STERZING  
Stadtplatz 3 - I-39049 Sterzing  
Tel. +39 0472 765 325  
[www.infosterzing.com](http://www.infosterzing.com)  
[info@infosterzing.com](mailto:info@infosterzing.com)

[www.jakobsweg.it](http://www.jakobsweg.it)





Sterzing: Neustadt mit Zwölferturm

## 6. Etappe STERZING - BRENNER

Wir verlassen die Stadt vom Zwölferturm weg (er trennt die „Neustadt“ von der „Altstadt“) über die Mühlgasse, überqueren den Eisack, unterqueren die Staatsstraße und die Eisenbahn und wenden uns unmittelbar danach auf den Wanderweg 21,

erreichen wir bergab Gossensaß, das Knappendorf (Im Mittelalter arbeiteten mehr als 1000 Knappen in den Bergwerken der Umgebung.). Von der Pfarrgasse steigen wir über eine Stiege hinauf zur Pfarrkirche und zur von den Knappen gestifteten Barbarakapelle (1510). Durch den Friedhof kommen wir zum Kirchsteig auf den Giggel-Berg und auf ihm zur früheren Pestkapelle (heute Marienkapelle) und weiter bergauf am leerstehenden Eisenbahnerwohnhaus vorbei. Kurz darauf geht es wieder bergab und nach nicht einmal 300 Metern auf der Landstraße entdecken wir in Pontigl die historische Passstraße. Wir folgen ihr bachaufwärts am orographisch linken Ufer, bis sie definitiv endet und wir über einen Steg ans andere Ufer gelangen, um von dort zur stillgelegten Trasse der Eisenbahn hinaufzugehen. Wir haben in etwa die Höhe des Brennerpasses erreicht und können nun bis zum Grenzort entweder auf der Eisenbahntrasse oder (ab Brennerbad) auf der entstehenden Radroute kräf-

später 21 B, nach links. Über Niederried und Oberried (ab dort wieder Weg 21) und an der Burgruine Straßberg (errichtet zur Kontrolle des Verkehrs über den Brenner) vorbei, gelangen wir zu einem Anwesen oberhalb der Autobahn. Diese unterquerend

tig ausschreiten. Kurz vor dem Ort Brenner zweigt (orographisch rechts) ein kleiner Weg ab, der uns zu einer mystischen modernen Installation („84 Stufen“) führt. Dieser kleine „Aussichtsbunker“ aus der Zeit des Zweiten Weltkrieges bietet uns einen Überblick über diesen Ort. Der Brenner ist nicht nur einer der meist befahrenen Alpenpässe, sondern auch Schicksalsgrenze Europas mit bewegter Vergangenheit. Ein magischer Ort, der eine herbe Romantik ausstrahlt. Wir reihen uns ein in die Millionen – Pilger, Händler, Soldaten, Päpste, Könige, Kaiser und sonnenhungrige Touristen – die vor uns seit Jahrtausenden den niedrigsten Pass der Alpen überquert haben. Die spätgotische Pfarrkirche (14. Jahrhundert, der Chor stammt noch aus dieser Zeit), dem Patron des frühchristlichen Rätien, dem Wanderbischof, Wege- und Gesundheitspatron Valentin geweiht, ist gerade der richtige Ort, um uns von diesem wunderbaren Stück Jakobsweg durch Südtirol zu verabschieden.



Pfarrkirche von Gossensaß

### Gehzeiten:

Sterzing > Gossensaß 1 <sup>3</sup>/<sub>4</sub> Std.  
Gossensaß > Brennerbad 1 <sup>3</sup>/<sub>4</sub> Std.  
Brennerbad > Brenner 1 Std.

### Weglänge:

16,1 km

### Höhenunterschied:

Aufstieg: 612 m  
Abstieg: 201 m

### Infos und Übernachtungsmöglichkeiten:

[www.eisacktal.info](http://www.eisacktal.info)

TOURISMUSVEREIN GOSSENSASS  
Ibsenplatz 2 - I-39040 Gossensass  
Tel. +39 0472 632 372  
[www.gossensass.org](http://www.gossensass.org)  
[info@gossensass.org](mailto:info@gossensass.org)

[www.jakobsweg.it](http://www.jakobsweg.it)

## Nützliches für jeden Pilger

### Essen & Trinken:

Gasthöfe entlang des Jakobweges servieren leichte Pilgermenüs für die Reisenden zu günstigen Preisen. Eigene Schilder kennzeichnen diese, die unter [www.jakobsweg.it](http://www.jakobsweg.it) aufgelistet sind.

### Übernachtung:

Alle Betriebe, die durch ein Schild als Pilgerherberge gekennzeichnet sind, erfüllen eigens auf Pilger/innen abgestimmte Kriterien (Lage am bzw. in der Nähe des Weges, kostengünstige Einzelübernachtungen ohne Preisaufschlag ...). Die Pilgerherbergen finden Sie unter [www.jakobsweg.it](http://www.jakobsweg.it)

## Literaturhinweis

Peter Lindenthal

**Auf dem Jakobsweg durch Süd-Österreich, Slowenien und Südtirol**  
Von Graz über Marburg, Kärnten, Ost- und Südtirol nach Innsbruck

2. Auflage 2007

168 Seiten, 11,5 x 20,5 cm, 76 farb. Abb.,  
49 Kartenausschnitte, Klappbroschur;  
Tyrolia-Verlag; Innsbruck-Wien 2002  
ISBN-10: 3-7022-2438-6  
ISBN-13: 978-3-7022-2438-7

Margit Hager

**Auf dem Jakobsweg**  
Wenn den Füßen Flügel wachsen

5. Auflage 2006

44 Seiten, 21 farb. Abb., 18 x 15 cm (Querformat), gebunden  
Tyrolia-Verlag; Innsbruck-Wien  
ISBN-10: 3-7022-2568-4  
ISBN-13: 978-3-7022-2568-1

### Pilgerpass:

Der Pilgerpass gewährt die Inanspruchnahme von verschiedenen Erleichterungen (vergünstigte Unterkunft und Verköstigung in den Pilgerherbergen ...) und ist erhältlich bei der Jakobsgemeinschaft in Innsbruck: [jakobsgemeinschaft-innsbruck@aon.it](mailto:jakobsgemeinschaft-innsbruck@aon.it)

### Pilgerbücher:

Pilger-Gästebücher liegen auf in der Stiftskirche im Kloster Neustift, im Dom von Brixen und in den Jakobskirchen von Nasen, St. Sigmund und Thuins/Sterzing.

### Öffentliche Verkehrsmittel:

Auskunft Bahnverbindungen:  
[www.trenitalia.it](http://www.trenitalia.it) - Call Center Nr. 89 20 21 (nur in Italien)  
Auskunft öffentlicher Busverkehr:  
[www.sii.bz.it](http://www.sii.bz.it) - Grüne Nummer 800-846047 (nur in Italien)

Andreas Drouve

### Mythos Jakobsweg

Fakten, Kurioses, Geheimnisse

128 Seiten, 40 SW-Abb., 20,5 x 12,5 cm, Klappbroschur;  
Tyrolia-Verlag; Innsbruck-Wien  
ISBN: 3-7022-2588-9

## Impressum

Ein Projekt des Bildungshauses Kloster Neustift in Zusammenarbeit mit den Bezirksgemeinschaften Pustertal, Eisacktal und Wipptal.

Kofinanziert im Rahmen der Eu-Gemeinschaftsinitiative INTERREG III A Italien-Österreich

**Projektmanagement:** Mag. Peter Sader und DI Andreas Wild  
**Für den Inhalt verantwortlich:** Peter Righi und Evi Tschöll  
**Text:** Peter Lindenthal

**Grafische Gestaltung:** Artprint

**Fotos:** Marco Santini, © Tourismusverband Eisacktal, Tourismusverband Hohepustertal

**Titelfoto:** Marco Santini

Ein Dank allen Partnern für die freundliche Unterstützung!

## Informationen

TOURISMUSVERBAND HOCHPUSTERTAL  
Pflegerplatz 1 – I-39038 Innichen  
Tel. + 39 0474 913 156  
Fax + 39 0474 914 361  
[info@hochpustertal.info](mailto:info@hochpustertal.info)  
[www.hochpustertal.info](http://www.hochpustertal.info)

TOURISMUSVERBAND  
FERIENREGION KRONPLATZ  
Michael-Pacher-Str. 11/a – I-39031 Bruneck  
Tel. + 39 0474 555 447  
Fax + 39 0474 530 018  
[info@kronplatz.com](mailto:info@kronplatz.com) - [www.kronplatz.com](http://www.kronplatz.com)

TOURISMUSVERBAND EISACKTAL  
Großer Graben 26 A – I-39042 Brixen  
Tel. + 39 0472 802 232  
Fax + 39 0472 801 315  
[info@eisacktal.info](mailto:info@eisacktal.info)  
[www.eisacktal.info](http://www.eisacktal.info)

BILDUNGSHAUS KLOSTER NEUSTIFT  
Stiftstr. 1 - I-39040 Vahrn  
Tel. + 39 0472 835 588  
Fax + 39 0472 838 107  
[bildungshaus@kloster-neustift.it](mailto:bildungshaus@kloster-neustift.it)  
[www.kloster-neustift.it](http://www.kloster-neustift.it)

JAKOBSGEMEINSCHAFT INNSBRUCK  
Domplatz 6 – A-6020 Innsbruck  
Tel. + 43 (0) 512 583 902  
Fax + 43 (0) 512 583 902-17  
[jakobsgemeinschaft-innsbruck@aon.at](mailto:jakobsgemeinschaft-innsbruck@aon.at)

