

Jakobsweg

Wandern am Südtiroler Jakobsweg

Immer ruhigen Fußes...

... auf dem Jakobsweg in Südtirol unterwegs

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 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 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

Jakobsweg

Wandern am Südtiroler Jakobsweg

Etappe 1: 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 christlichen 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!

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“ 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**.

Gehzeiten:

Winnebach > Innichen: 1 ¾ Std.

Innichen > Toblach: 1 ¼ Std.

Toblach > Welsberg: 2 ½ Std.

Weglänge: 25,1 km

Höhenunterschied:

Aufstieg: 371 m

Abstieg: 397 m

Infos und Übernachtungsmöglichkeiten:

TOURISMUSVERBAND HOCHPUSTERTAL

Pflegplatz 1 - I-39038 Innichen

Tel. +39 0474 913 156

www.hochpustertal.info - info@hochpustertal.info

Tourismusverein Innichen

Pflegplatz 1 - I-39038 Innichen

Tel. +39 0474 913 149

www.innichen.it - info@innichen.it

Tourismusverein Toblach

Dolomitenstr. 3 - I-39034 Toblach

Tel. +39 0474 972 132

www.toblach.info - info@toblach.info

Tourismusverein Niederdorf

Von-Kurz-Platz 5 - I-39039 Niederdorf

Tel. +39 0474 745 136

www.niederdorf.it

Etappe 2: Welsberg - Bruneck



Dem starken Verkehr ausweichend erreichen wir über Ried (am Bach entlang bergauf) und ab dort auf einem Wiesen- und Waldweg den Olang Stausee.

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 **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.

> Variante

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 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 zur **Lamprechtsburg 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 ¾ Std.

Weglänge:

19,3 km

Höhenunterschied:

Aufstieg: 338 m

Abstieg: 585 m

Infos und Übernachtungsmöglichkeiten:

TOURISMUSVERBAND FERIENREGION KRONPLATZ

Michael Pacher Strasse 11/A - I-39031 Bruneck

Tel. +39 0474 555 447

www.kronplatz.com - info@kronplatz.com

Tourismusbüro Welsberg

I-39035 Welsberg

Tel. +39 0474 944 118

www.welsberg.com - info@welsberg.com

Tourismusbüro Taisten

I-39035 Taisten

Tel. +39 0474 950 000

www.taisten.com - info@taisten.com

Tourismusverein Rasen im Antholzer Tal

Niederrasen 60 - I-39030 Rasen

Tel. +39 0474 496 269

www.rasen.it - info@rasen.it

Tourismusverein Olang

Florianiplatz 4 - I-39030 Olang

Tel. +39 0474 496 277

www.olang.com - info@olang.com

Tourismusverein Bruneck

Rathausplatz 7 - I-39031 Bruneck

Tel. +39 0474 555 722

www.bruneck.com - info@bruneck.com

Etappe 3: Bruneck - Niedervintl



Von Bruneck bis Ehrenburg bzw. Kiens genießen wir nicht nur prächtige Wanderwege im breiten und sonnigen 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 Romals auch Santiagopilger, an der immer stärker von Pilgern frequentierten alten Römerstraße errichtet. **Der römische Meilenstein**, heute zwecks besserer Sichtbarkeit 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 Kruzifix** aus dem 12. Jh. und das Fresko von Simon von Taisten, das einen am Fuß der gekreuzigten hl. Kummernuss 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 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 Pfarrkirche von St. Sigmund, zu dem sich als zweiter Patron – sicherlich wegen der wachsenden Popularität der Wallfahrt nach Santiago – der hl. Jakobus gesellt hat. Die Kirche beherbergt neben mehrfachen Darstellungen des Pilgerapostels vor allem den ältesten zur Gänze erhaltenen gotischen Flügelaltar Tirols, der zudem seit seiner Entstehungszeit (um 1430) seinen Platz nie verlassen hat.

Wir queren nach **St. Sigmund** zum ersten Mal seit Bruneck auf das südliche Rienzufer und gelangen auf der Pustertal-Route nach **Niedervintl**. (Auf halber Strecke haben wir die Möglichkeit, über eine Brücke zu einem Wanderweg am nördlichen Ufer und auf ihm nach Obervintl zu gelangen. Niedervintl erreichen wir von hier aus über den Wanderweg 2 A.) Die ursprünglich spätgotische Pfarrkirche (15. Jh.) von Obervintl ist dem hl. Nikolaus 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 Verkündigung, 1763 geweiht.

Gehzeiten:

Bruneck > Kiens: 2 ½ Std.

Kiens > Niedervintl: 2 ¼ Std.

Weglänge:

25,2 km

Höhenunterschied:

Aufstieg: 535 m

Abstieg: 610 m

Infos und Übernachtungsmöglichkeiten:**TOURISMUSVERBAND FERIENREGION KRONPLATZ**

Michael Pacher Strasse 11/A - I-39031 Bruneck

Tel. +39 0474 555447

www.kronplatz.com - info@kronplatz.com

Tourismusverein St. Lorenzen

J.-Renzler-Str. 9 - I-39030 St. Lorenzen

Tel. +39 0474 474 092

www.st-lorenzen.com - info@st-lorenzen.com

Tourismusverein Kiens

Kiener Dorfweg 4/b - I-39030 Kiens

Tel. +39 0474 565 245

www.kiens.com - info@kiens.com

TOURISMUSVERBAND EISACKTAL

Großer Graben 26 a - I-39042 Brixen

Tel. +39 0472 802 232

www.eisacktal.info - info@eisacktal.info

Tourismusverein Vintl/Pfunderertal

Staatsstr. 15 - I-39030 Vintl

Tel. +39 0472 869 100

www.gitschberg-jochtal.com - vintl@gitschberg-jochtal.com

Etappe 4: Niedervintl - Neustift - Franzensfeste



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 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. 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.

> Variante

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 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.

Gehzeiten:

Niedervintl > Mühlbach: 1 ½ Std.

Mühlbach > Neustift: 1 ¾ Std.

Neustift > Franzensfeste: 1 ¾ Std.

Weglänge:

16,7 km

Höhenunterschied:

Aufstieg: 478 m

Abstieg: 497 m

Infos und Übernachtungsmöglichkeiten:

TOURISMUSVERBAND EISACKTAL

Großer Graben 26 a - I-39042 Brixen

Tel. +39 0472 802 232

www.eisacktal.info - info@eisacktal.info

Tourismusverein Gitschberg-Jochtal

Katharina-Lanz-Str. 90 - I-39037 Mühlbach

Tel. +39 0472 849 467

www.gitschberg-jochtal.com - info@gitschberg-jochtal.com

Tourismusverein Brixen

Regensburger Allee 9 - I-39042 Brixen

Tel. +39 0472 836 401

www.brixen.org - info@brixen.org

Etappe 5: 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 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. 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 Jakobskirche 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.

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:

TOURISMUSVERBAND EISACKTAL

Großer Graben 26 a - I-39042 Brixen

Tel. +39 0472 802 232

www.eisacktal.info - info@eisacktal.info

Tourismusverein Sterzing

Stadtplatz 3 - I-39049 Sterzing

Tel. +39 0472 765 325

www.infosterzing.com - info@infosterzing.com

Etappe 6: 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, 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 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 kräftig 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 „Aussichts-Bunker“ 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 reißen 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.

Gehzeiten:

Sterzing > Gossensass: 1 ¾ Std.

Gossensass > Brennerbad: 1 ¾ Std.

Brennerbad > Brenner: 1 Std.

Weglänge:

16,1 km

Höhenunterschied:

Aufstieg: 612 m

Abstieg: 201 m

Infos und Übernachtungsmöglichkeiten:

TOURISMUSVERBAND EISACKTAL

Großer Graben 26 a - I-39042 Brixen

Tel. +39 0472 802 232

www.eisacktal.info - info@eisacktal.info

Tourismusverein Gossensass

Ibsenplatz 2 - I-39040 Gossensass

Tel. +39 0472 632 372

www.gossensass.org - info@gossensass.org

Jakobsweg

Wandern am Südtiroler Jakobsweg

Alle Pilgerherbergen sind durch ein Schild gekennzeichnet und erfüllen eigens auf Pilger/innen abgestimmte Kriterien:

Lage am bzw. in der Nähe des Weges (max. 20 Minuten zu Fuß, ca. 1 km entfernt)
kostengünstige Einzelübernachtungen ohne Preisaufschlag
Lektüre zum Jakobsweg liegt im Betrieb auf

Essen & Trinken:

Gasthöfe entlang des Jakobweges servieren leichte Pilgermenüs für die Reisenden zu günstigen Preisen

Pilgerherbergen und Restaurants

Etappe 1: Winnebach - Welsberg



Camping Olympia

Camping 1

I-39034 Toblach

Tel. +39 0474 972 147

Fax +39 0474 972 713

info@camping-olympia.com

www.camping-olympia.com



Hotel Adler ***

Von-Kurz-Platz 3

I-39039 Niederdorf

Tel. +39 0474 745 128

Fax +39 0474 745 278

info@hoteladler.com

www.hoteladler.com

Etappe 3: Bruneck - Niedervintl

Falkenauerhof ***

Pustertalerstr. 29

I-39030 Kiens

Tel. +39 0474 565 065

Fax +39 0474 565 065

info@falkenau.it

www.falkenau.it

Pension Pichler **

Mühlenweg 23
I-39030 St. Sigmund/Kiens
Tel. +39 0474 569 644
Fax +39 0474 569 644
pension.pichler@dnet.it
www.pensionpichler.it



Hotel Sigmunderhof ***

Pustertalerstr. 10
I-39030 St. Sigmund
Tel. +39 0474 569 553
Fax +39 0474 569 665
hotel@sigmunderhof.com
www.sigmunderhof.com

Etappe 4: Niedervintl - Neustift - Franzensfeste

Pension Schifferegger **

Meransen 91
I-39037 Meransen
Tel. +39 0472 520 159
Fax 39 0472 520 292
pension.schifferegger@rolmail.net
www.schifferegger.com

Pension Rosenhof **

Meransnerstr. 14
I-39037 Mühlbach
Tel. +39 0472 849 426
Fax +39 0472 849 731
info@rosenhof.it
www.rosenhof.it

Hotel Leitner ***

Katharina-Lanz-Str. 83
I-39037 Mühlbach
Tel. +39 0472 849 755
Fax +39 0472 849 757
info@hotel-leitner.com
www.hotel-leitner.com

Garni Kammerer **
Katharina-Lanz-Str. 63
I-39037 Mühlbach
Tel. +39 0472 849 729
Fax +39 0472 849 729



Gasthof Zur Linde **
Katharina-Lanz-Str. 80
I-39037 Mühlbach
Tel. +39 0472 849 733
Fax +39 0472 849 562
info@zur-linde.it
www.zur-linde.it

Pension Vallazza **
Schabs 91
I-39040 Natz-Schabs
Tel. +39 0472 412 128
Fax +39 0472 412 128
pension.vallazza@dnet.it
www.pension-vallazza.com

Pension Anna *
Aicha 42
I-39040 Natz-Schabs
Tel. +39 0472 838 948
ernamoratelli@yahoo.it



Gasthof Klammerhof **
Aicha 6
I-39040 Natz-Schabs
Tel. +39 0472 459 032
Fax +39 0472 459 326
info@klammerhof.com
www.klammerhof.com



Hotel Brückenwirt ***
Stiftstraße 2
I-39040 Neustift
Tel. +39 0472 836 692
Fax +39 0472 837 587
info@brueckenwirt.it
www.brueckenwirt.it

Punterhof

Eisackstr. 42
I-39040 Vahrn
Tel. +39 0472 834 726
Fax +39 0472 834 726
info@punterhof.com
www.punterhof.com

Etappe 5: Franzensfeste - Sterzing



Hotel Post Reifer ***

Bahnhofstraße 1
I-39045 Franzensfeste
Tel. +39 0472 458 605
Fax +39 0472 458 828
info@hotelpostreifer.it
www.hotelpostreifer.it



Hotel Wieser ***

Stilfes 55
I-39040 Freienfeld
Tel. +39 0472 647 116
Fax +39 0472 647 500
info@hotel-wieser.it
www.hotel-wieser.it

Etappe 6: Sterzing - Brenner



Gasthof Klammer **

Brennerstraße 42
I-39049 Sterzing
Tel. +39 0472 765 186
Fax +39 0472 766 792
info@gasthof-klammer.com
www.hotel-klammer.com



Hotel Restaurant Zoll ***

Ried 30
I-39049 Sterzing
Tel. +39 0472 765 651
Fax +39 0472 765 315
info@hotel-zoll.com
www.hotel-zoll.com



Hotel Thuinerwaldele ***

Thuins 68
I-39049 Sterzing
Tel. +39 0472 765 760
Fax +39 0472 763 099
info@thuinerwaldele.it
www.thuinerwaldele.it

Gasthof Nussbaumer **

Romstraße 3
I-39040 Gossensass
Tel. +39 0472 632 317
Fax +39 0472 632 298

Voraussetzung für die Inanspruchnahme der Vergünstigungen ist der Besitz eines Pilgerausweises.

Pilgerpass



Der Pilgerpass ist eines der wichtigsten Dokumente, die ein Pilger mit sich führt. Es ist natürlich möglich, wie sonst überall auch, ohne Pilgerpass auf dem Jakobsweg zu pilgern, allerdings sind viele entscheidende Erleichterungen nicht verfügbar (so z. B. vergünstigte Unterkunft und Verköstigung in den Pilgerherbergen), so dass es dringend empfohlen wird, sich einen Pilgerpass zu besorgen.

Wo kann ich meinen Pilgerpass bekommen?

JAKOBSGEMEINSCHAFT TIROL

Domplatz 6
A-6020 Innsbruck
Tel. +43 (0) 512 583 902
Fax +43 (0) 512 583 902-17
jakobsgemeinschaft.tirol@dibk.at

JAKOBSGEMEINSCHAFT TIROL SEKTION SÜDTIROL

Bildungshaus Kloster Neustift

Stiftsstraße 1
I - 39040 Varna
Tel. +39 0472 835 588
Fax +39 0472 838 107
peter.sader@kloster-neustift.it

Infoadressen

Tourismusverband Hochpustertal

Pflegplatz 1
I-39038 Innichen
Tel. +39 0474 913 156
Fax +39 0474 914 361
info@hochpustertal.info
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
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
www.eisacktal.info

Jakobsgemeinschaft Tirol Sektion Südtirol Bildungshaus Kloster Neustift

Stiftstr. 1
I-39040 Vahrn
Tel. +39 0472 835 588
Fax +39 0472 838 107
peter.sader@kloster-neustift.it
www.kloster-neustift.it

Jakobsgemeinschaft Tirol

Domplatz 6
A-6020 Innsbruck
Tel. +43 (0) 512 583 902
Fax +43 (0) 512 583 902-17
jakobsgemeinschaft.tirol@dibk.at