OUTDOOR
Wanderführer

Christiane Haupt

Jakobsweg München – Lindau
mit Variante nach Bregenz

GPS-Tracks zum Download

Tipps fürs Radpilgern

Einleitung

Der Münchner Jakobsweg

Reise-Infos von A bis Z

Der Jakobsweg von München nach Lindau

Index

Durch die Feuersteinschlucht, 9. Etappe

Zwischen Weitnau und Simmerberg, 13. Etappe

Band 187

OutdoorHandbuch

Christiane Haupt

Jakobsweg von München nach Lindau

mit Variante nach Bregenz

Jakobsweg: München – Lindau

Copyright Conrad Stein Verlag GmbH.
Alle Rechte vorbehalten.

Der Nachdruck, die Übersetzung, die Entnahme von Abbildungen, Karten, Symbolen, die Wiedergabe auf fotomechanischem Wege (z. B. Fotokopie) sowie die Verwertung auf elektronischen Datenträgern, die Einspeicherung in Medien wie Internet (auch auszugsweise) sind ohne vorherige schriftliche Genehmigung des Verlages unzulässig und strafbar.

Alle Informationen, schriftlich und zeichnerisch, wurden nach bestem Wissen zusammengestellt und überprüft. Sie waren korrekt zum Zeitpunkt der Recherche. Eine Garantie für den Inhalt, z. B. die immerwährende Richtigkeit von Preisen, Adressen, Telefon- und Faxnummern sowie Internetadressen, Zeit- und sonstigen Angaben, kann naturgemäß von Verlag und Autorin – auch im Sinne der Produkthaftung – nicht übernommen werden.

Die Autorin und der Verlag sind für Lesertipps und Verbesserungen (besonders per E-Mail) unter Angabe der Auflagen- und Seitennummer dankbar.

Dieses OutdoorHandbuch hat 192 Seiten mit 58 farbigen Abbildungen sowie 22 farbigen Kartenskizzen im Maßstab 1:120.000, 18 farbigen Höhenprofilen und einer farbigen, ausklappbaren Übersichtskarte. Es wurde auf chlorfrei gebleichtem Papier gedruckt, in Deutschland klimaneutral hergestellt und transportiert und wegen der größeren Strapazierfähigkeit mit PUR-Kleber gebunden.

Klimaneutral
Druckprodukt
ClimatePartner.com/53106-2205-1001

Dieses Buch ist im Buchhandel und in Outdoor-Läden erhältlich und kann im Internet oder direkt beim Verlag bestellt werden.

OutdoorHandbuch Band 187

ISBN 978-3-86686-692-8 7., überarbeitete Auflage 2022

Text: Christiane Haupt
Fotos: Hans-Jürgen Haupt
Karten: Manuela Dastig
Lektorat: Amrei Risse und Marie-Luise Großelohmann
Layout: Ricarda Kuschma

Gesamtherstellung: AZ Druck und Datentechnick GmbH, Kempten

Dieses OutdoorHandbuch wurde konzipiert und redaktionell erstellt vom:

Conrad Stein Verlag GmbH, Kiefernstr. 6, 59514 Welver,
☏ 023 84/96 39 12,
info@conrad-stein-verlag.de,
www.conrad-stein-verlag.de

Besuchen Sie uns bei Facebook & Instagram:

www.facebook.com/outdoorverlag

www.instagram.com/outdoorverlag

Titelfoto: Auf dem Weg zum Kloster Rottenbuch, 6. Etappe

Inhalt

Einleitung 8
Danke 11

Der Münchner Jakobsweg 13
Pilgerausweis 15
Die Jakobsmuschel 16
Pilgersegen 16
Das heilige Jahr 17

Reise-Infos von A bis Z 18
An- und Rückreise 19
Ausrüstung 20
Einkaufen 22
Erste Hilfe 23
Fahrrad 24
Gepäcktransport 25
Informationen und Internetlinks 25
Klima und Reisezeit 27
Landkarten, GPS-Tracks und Wegmarkierungen 28
Literatur 29
Telefon und Internet 30
Unterkunft 30
Updates 32
Zum Gebrauch der Wegbeschreibung 32

Der Jakobsweg von München nach Lindau 34
1. Etappe: Von München nach Schäftlarn 36

Fünf-Seen-Land 46
2. Etappe: Von Schäftlarn zum Kloster Andechs 46
Variante 2. Etappe: Von Schäftlarn über Possenhofen u. Pöcking zum Kloster Andechs 56
3. Etappe: Vom Kloster Andechs nach Schondorf 62
Variante 3. Etappe: Vom Kloster Andechs über Pähl nach Wessobrunn 71
4. Etappe: Von Schondorf nach Wessobrunn 76

Durch den Pfaffenwinkel 88
5. Etappe: Von Wessobrunn nach Hohenpeißenberg 88
6. Etappe: Von Hohenpeißenberg nach Rottenbuch 94
Variante 6. Etappe: Von Hohenpeißenberg über Peiting nach Rottenbuch 101

7. Etappe: Von Rottenbuch nach Steingaden 104
8. Etappe: Von Steingaden nach Bernbeuren 110

Durch das Ostallgäu 116
9. Etappe: Von Bernbeuren nach Marktoberdorf 116
10. Etappe: Von Marktoberdorf über Oberthingau nach Kempten 125
Variante 10. Etappe: Von Marktoberdorf über Görisried nach Kempten 135
11. Etappe: Von Kempten nach Buchenberg 142
Variante 11. Etappe: Von Kempten über Ahegg nach Buchenberg 147
12. Etappe: Von Buchenberg nach Weitnau 148
13. Etappe: Von Weitnau nach Simmerberg 154
14. Etappe: Von Simmerberg nach Scheidegg 163
Variante 14. Etappe: Von Simmerberg über Lindenberg zur Insel Lindau 171
15. Etappe: Von Scheidegg nach Lindau 175
Variante 15. Etappe: Von Scheidegg über den Pfänder nach Bregenz 182

So geht es weiter 189

Index 190

☺ Eine **Übersichtskarte** des Weges, **Autorenprofil** sowie eine Liste aller verwendeten **Symbole** in diesem Buch finden Sie auf den vorderen und hinteren Umschlagseiten bzw. -klappen.

Reise-Infos von A bis Z

Die Mulzer-Föhre auf dem Mariaberg bei Kempten, 11. Etappe

An- und Rückreise

München hat einen internationalen Flughafen, von dem man mit der S-Bahn in die Innenstadt zum Startpunkt des Weges an der Jakobskirche gelangt. Gleichzeitig ist München sehr gut mit dem Zug zu erreichen.

Bei der Anreise mit dem eigenen Pkw können Sie den Wagen auf den Parkplätzen der Park&Ride GmbH im Parkhaus Messestadt Ost und Parkhaus Fröttmaning abstellen. Das Parken in diesen Parkhäusern kostet pro Tag € 3. Von beiden Parkhäusern aus ist die Innenstadt mit den öffentlichen Verkehrsmitteln zu erreichen.

♦ Park&Ride, ☏ 089/32 46 47 48, info@parkundride.de, www.parkundride.de

Von Lindau und Bregenz aus treten Sie die Heimreise am günstigsten mit dem Zug an. Die Züge fahren von beiden Orten fast stündlich in Richtung München zurück. Außerdem können Sie sowohl von Lindau als auch von Bregenz aus den Jakobsweg entweder in Richtung Rorschach fortsetzen oder mit dem Schiff nach Konstanz übersetzen, um dann auf dem Schwabenweg durch die Schweiz zu wandern. Näheres zu den Anschlussmöglichkeiten in der Schweiz finden Sie am Ende der Wegbeschreibung.

Für den Fall, dass Sie einen kürzeren Abschnitt des Jakobsweges in Bayern zurücklegen wollen oder müssen, sind Bahnhöfe und die wichtigsten Zugverbindungen entlang des Weges in der Wegbeschreibung mit dem Symbol angegeben.

Günstige Rückreisemöglichkeiten nach München haben Sie von Marktoberdorf und Kempten aus, wo Sie größere Bahnhöfe finden. Viele andere Orte sind nur mit dem Überlandbus des Regionalverkehrs Oberbayern (RVO) bzw. dem Regionalverkehr Allgäu (RVA) zu erreichen. Diese fahren in manchen Dörfern nur wenige Male am Tag bzw. am Wochenende sowie in den bayerischen Schulferien (www.schulferien.eu/bayern/ferientermine-by/) oft überhaupt nicht.

Sollten Sie aus einem kleineren Ort zurückreisen wollen, können Sie mithilfe der Reiseauskunft der Bayerninfo alle Verkehrsverbindungen innerhalb Bayerns im Vorfeld planen.

www.bayerninfo.de

Ausrüstung

Um den Jakobsweg vollauf genießen zu können, sollten Sie in die Vorbereitung ein wenig Zeit investieren und überlegen, ob Sie mit Ihrer Ausrüstung viele Stunden am Tag bequem unterwegs sein können.

Der Rucksack sollte gut am Rücken sitzen, ohne Druckstellen zu verursachen. Für eine Mehrtagestour brauchen Sie einen Trekkingrucksack mit etwa 40-60 Litern Stauraum. Je leichter Ihr Gepäck ist, desto leichter wird Ihnen der tägliche Fußmarsch von fünf bis acht Stunden fallen. Auf Ihren Füßen lastet weniger Druck, was das Blasenrisiko erheblich senkt. Lassen Sie sich am besten in einem guten Sport- bzw. Bergsportgeschäft beraten, denn Tragegestelle, Material etc. sind heute sehr unterschiedlich und man sollte sich aus den verschieden Modellen ein Fabrikat heraussuchen, das gut zur eigenen Körperform passt. Häufig können Sie sich bei der Kaufberatung Gewichte in den Rucksack geben lassen, sodass Sie vor dem Kauf ein Gefühl dafür bekommen, wie bequem sich der Rucksack tragen lässt, wenn er 10 bis 15 Kilo schwer ist. Eine Regenhaube, die manchmal im Rucksack integriert ist, hält Ihr Gepäck bei Regen trocken. Sollte keine vorhanden sein, dann besorgen Sie sich noch einen passenden Regenschutz für den Rucksack. Nichts ist unangenehmer, als wenn man abends in der Herberge feststellen muss, dass seine Habe feucht geworden ist.

Outdoorbekleidung aus modernen Fasern ist strapazierfähig, leicht und trocknet extrem schnell. Sie sollten einkalkulieren, dass Sie öfter waschen müssen, denn das gesamte Gepäck für 10 bis 14 Tage Fußmarsch können Sie unmöglich auf Ihren Schultern tragen. Daher sollten Sie die Kleidung und Wäsche unter dem Aspekt auswählen, ob sie leicht ist, schnell trocknet und bequem zu tragen ist. Wirklich nur das Notwendigste mitzunehmen, auszuwählen, was einem wichtig ist und auf was man verzichten kann, diese Erfahrungen gehören mit zu den einprägsamsten Eindrücken auf dem Jakobsweg.

Regenbekleidung ist unverzichtbar. Nichts ist schlimmer, als wenn Sie in einen Schauer kommen und für den Rest des Tages nasse Kleidung am Leib haben. Empfehlenswert sind Regenponchos, die auch über den Rucksack passen. Dieses Cape hält Sie und Ihr Gepäck bei starken Regengüssen trocken. Manche haben sogar eine spezielle Ausbuchtung für Ihren Rucksack, sodass sie besser über Ihr Gepäck passen.

Der Jakobsweg von München nach Lindau

Auf dem Jakobsweg bei Rottenbuch, 6. Etappe

1. Etappe: Von München nach Schäftlarn

➲ *23,7 km,* ⌛ *6 Std. 15 Min,* ↑ *567 m,* ↓ *518 m,* ⇧ *509-594 m*

0,0 km	⇧ 519 m	München **B&B**
10,9 km	⇧ 560 m	Großhesselohe
12,9 km	⇧ 590 m	Pullach
23,7 km	⇧ 520 m	Kloster Schäftlarn (ca. 1 km entfernt)

Traditionell beginnt man den Camino, den Jakobsweg, an der St.-Jakobs-Kirche am Anger, am Münchner Jakobsplatz. Man sollte sich kurz einmal bewusst werden, dass diese Kirche mitten in der Innenstadt von München im Mittelalter noch vor den Toren der heutigen Landeshauptstadt lag. Die heutige Etappe führt dann entlang der Isar hinaus aus der Stadt und durch die kleinen Gemeinden Grosshesselohe und Pullach bis zum Kloster Schäftlarn, idyllisch direkt am Fluss gelegen.

München

B&B

Tourismusamt München, Sendlinger Straße 1, 80331 München,
☏ 089/233 96-500, telefonische Hotelzimmervermittlung unter
☏ 089/23 39 65 55, tourismus@muenchen.de, www.muenchen.de

Pilgerherberge Spirituelles Zentrum St. Martin, Arndtstraße 8, 80469 München, seit Frühjahr 2021 Lager für max. 8 Personen, nur mit gültigem Pilgerausweis (den Sie sich im Spirituellen Zentrum auch ausstellen lassen können), Spenden erbeten, Anmeldung eine Woche im Voraus erforderlich, ☏ 089/201 04 27 oder
pilgern@stmartin-muenchen.de, www.stmartin-muenchen.de

♦ **Jugendherberge München**, Wendl-Dietrich-Straße 20, 80634 München,
☏ 089/20 24 44 50, muenchen-city@jugendherberge.de,
www.muenchen-city.jugendherberge.de, ab € 25,40 p. P.

B&B **Gästehaus CVJM München**, Landwehrstraße 13, 80336 München,
☏ 089/552 14 10, hotel@cvjm-muenchen.org,
www.cvjm-muenchen.org/hotel/jugendhotel, EZ ab € 38,50, DZ ab € 33 p. P. Ermäßigung für Jugendliche und junge Erwachsene bis 26 Jahren.

Camping München, Zentralländstraße 49, 81379 München, ☏ 089/723 17 07, campingplatz.muenchen@web.de. Der Campingplatz liegt in der Nähe des Tierparks Hellabrunn, also bereits auf dem ersten Drittel der heutigen Tagesetappe.

diverse Einkehrmöglichkeiten in der Nähe der Jakobskirche oder am Marienplatz

Viktualienmarkt, ca. 110 Stände mit Obst, Gemüse, Südfrüchten, Fleisch, Wild, Geflügel, Käse, Fisch, Brot- und Backwaren, Mo-Sa 7:00-20:00

Frauenkirche und Rathaus vom Alten Peter aus gesehen

✞ St. Jakob am Anger, Kloster der Armen Schulschwestern. Im Sommer gibt es zwei Mal monatlich Aussendungsfeiern (☜ S. 16). Dom zu Unserer Lieben Frau (Frauenkirche)

München ist die Landeshauptstadt von Bayern und mit 1,3 Mio. Einwohnern zugleich auch die größte Stadt des Bundeslandes. Münchens Ursprünge gehen auf eine Klostergründung zurück. Im 8. Jh. hatten sich Mönche aus dem Kloster Tegernsee am Petersbergl angesiedelt. Heute steht hier die Kirche St. Peter zwischen dem Viktualienmarkt und dem Marienplatz. Ihr Dörfchen wurde „Munichen" – zu den Mönchen – genannt. Das Münchner Stadtwappen, das einen Mönch in goldumrandeter schwarzer Kutte darstellt, weist auf diese Anfänge zurück. Die erste urkundliche Erwähnung findet sich allerdings erst 1158 als Villa Munichen, als Heinrich der Löwe, Herzog von Bayern und Sachsen, nahe dieser Mönchssiedlung eine Brücke über die Isar errichtete und Zölle zum Passieren dieser Brücke verlangte. Sollten Sie heute den Weg aus der Stadt über den Marienplatz und das Tal wählen, überqueren Sie an der Ludwigsbrücke an der gleichen Stelle die Isar, an der einst die Brücke Heinrich des Löwens stand.

Die Jakobskirche, an der der Münchner Jakobsweg beginnt, geht auf eine „alte Kapelle des hl. Jacobus in prato" (im Anger, einer Wiese außerhalb der Stadtmauer) zurück. Auf dem Anger neben dem Jakobskloster sammelten sich im Mittelalter

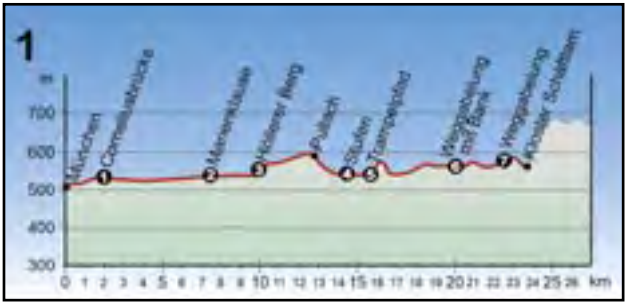
die Pilgerinnen und Pilger und schöpften neue Kräfte, bevor sie den weiten Weg fortsetzten. Es war gleichzeitig ein wichtiger Ort, um sich für die Reise auszurüsten. Zum Patroziniumsfest am 25. Juli fand bis 1791 eine Jakobidult statt, zeitweise ein wichtiger Warenmarkt für ganz Süddeutschland. Nach 1791 wurde dieses Marktgeschehen in die Au verlegt – bis heute lebt diese Jakobspilger-Tradition in der „Auer Dult" fort.

Das Kloster, das mit Sankt Jakob am Anger verbunden war, wurde 1803 im Zuge der Säkularisierung aufgelöst. Auf dem Areal entstand von 1820 bis 1826 ein Gefängnis („Fronfeste"), das bis 1930 genutzt wurde. Den Konventbau und die Kirche am Anger übernahm 1843 der Orden der Armen Schulschwestern von Unserer Lieben Frau. Beides wurde im Krieg völlig zerstört und dann – als einzige Kirche in der Innenstadt – neu gebaut. Die Armen Schulschwestern haben 1989 den Brauch wieder aufleben lassen, im Rahmen eines Gottesdienstes die Jakobspilger auszusenden, die neben dem kirchlichen Segen einen Geleitbrief mit auf den Weg bekommen (☞ S. 16).

⌘ Im Jahr 2006 wurde auf dem Jakobsplatz in unmittelbarer Nähe der Jakobskirche das Jüdische Zentrum mit Gemeindezentrum und neuer Synagoge wiedereröffnet.

♦ Jüdisches Museum, St.-Jakobs-Platz 16, 8033 München, Di-So 10:00-18:00, www.juedisches-museum-muenchen.de

Von der Jakobskirche können Sie entweder noch zur Mariensäule pilgern und von dort aus durch das Tal und das Isartor München verlassen oder Sie wandern gleich auf der Corneliusstraße über den Gärtnerplatz zur Isar. Auf jeden Fall sollten Sie den Münchner Fluss an der Ludwigsbrücke bzw. Corneliusbrücke ❶



1
München
Marienplatz
Pasing
Laim
Martinsried
Neuried
Perlacher Forst
Unterhaching
Pullach im Isartal
Kirchplatz
Forstenrieder Park
Grünwald
Buchenhain
Baierbrunn
Grünwalder Forst
Oberhaching
Deisenhofen
Straßlach
Taufkirchen
Am Wald
Hohenschäftlarn
Schäftlarn
Ebenhausen
Kloster Schäftlarn
Klosterbräustüberl
Hailafing
Großdingharting
Oberbiberg
Marienklause
Großhesseloher Brücke
B11
3 km
2 km
1 km
0 km

überqueren, dann nach rechts abbiegen und am Ostufer der Isar flussaufwärts folgen. Sie passieren die Isarauen, wo im Sommer viele Sonnenhungrige die Sonne anbeten, etwas später dann den Tierpark Hellabrunn und den Flaucher, ein beliebtes Münchner Naherholungsgebiet.

Bei der Marienklause ❷ überqueren Sie die Isar sowie den Isarkanal und wenden sich dann nach links. Nach einigen Metern erreichen Sie eine Wegkreuzung. Hier nehmen Sie den Radweg Richtung Wolfratshausen/Pullach. Nach ca. 1 km kommen Sie durch das Naherholungsgebiet Hinterbrühl. Hier folgen Sie dem Weg direkt an dem kleinen See entlang. An der Holzbrücke überqueren Sie den Kanal nach rechts und wandern dann nach links weiter die Isar aufwärts. Unterhalb der Eisenbahnbrücke am Höllerer Berg ❸ gehen Sie rechts bergauf und folgen etwas später links den Stufen. Kurze Zeit später geht es unter den S-Bahn-Schienen hindurch und nach dieser Unterführung rechts erneut in Richtung des Wegweisers „Wolfratshausen/Pullach". Der Jakobsweg führt anschließend gleich wieder nach links zwischen zwei Gärten hindurch. Als Nächstes erreichen Sie den bekannten Biergarten „Waldwirtschaft" in **Großhesselohe.**

Großhesselohe

Waldwirtschaft Großhesselohe, Georg-Kalb-Straße 3, 82049 Pullach bei München, ☏ 089/74 99 40 30, info@waldwirtschaft.de, täglich 10:00-22:30

S-Bahn zurück nach München bzw. nach Hohenschäftlarn und Ebenhausen

Direkt am Parkplatz der Waldwirtschaft führt der Jakobsweg links am Biergarten vorbei und danach ca. 2 km weiter geradeaus nach Pullach.

Pullach

Gasthof Rabenwirt, Kirchplatz 1, 82049 Pullach i. Isartal, ☏ 089/793 01 85, info@rabenwirt.de, www.rabenwirt.de, EZ ab € 86, DZ ab € 116, 11:00-24:00

Jugendherberge Pullach-Burg, Schwaneck, Burgweg 4-6, 82049 Pullach i. Isartal, ☏ 089/74 48 66 70, info@jugendherberge-burgschwaneck.de, www.pullach.jugendherberge.de, € 22,50 p. P., geschlossen vom 21.12. bis 15.1.

Jakobuskirche (ev.), Pfarrkirche Hl. Geist (kath.)

Pullach hat vermutlich eine längere Geschichte als die Landeshauptstadt München. Hügelgräber aus keltischer Zeit belegen eine recht frühe Besiedlung des

Index

Bergpanoramablick von Mariaberg, 11. Etappe

A

Ahegg 147
Aigis 157
Alt-Trauchburg 153
Altenburg 167
Ammerschlucht 96
Andechs 53
Auerberg 118
Aufkirchen 57

B

Bachtelweiher 131
Beilstein 141
Bernbeuren 115
Bertoldshofen 121
Betzigau 130
Böserscheidegg 168
Bregenz 187
Breitbrunn 66
Bremenried 166
Buch 67
Buchenberg 145

D/E

Dießen 81
Ebenhausen 46
Echerschwang 114
Eching 68
Erling 71
Ermengerst 145

F/G

Fluh 187
Geisenried 127
Genhofen 159
Geratsried 158
Görisried 140
Großhesselohe 40

H

Haid 84
Hasenried 164
Herrsching 63
Hetten 91
Hohenpeißenberg 93
Hoher Peißenberg 92
Holzhausen 78
Hopfen 161

K

Kempten 132
Klima 27
Kloster Andechs 53
Kloster Schäftlarn 43

L

Lechbruck 112
Leoni 58
Leuterschach 137
Lindau 179
Lindau-Insel 180
Lindenberg 173

M

Maising 51
Manthal 49
Manzen 173
Mariaberg 143
Marktoberdorf 122
Möggers 184
Moos 103
München 36

N

Nagelshub 162
Neufahrn 48
Niederstaufen 176

O

Oberstein 184
Oberthingau 128
Osterberg 128

P

Pähl 73
Peiting 102
Pfänder 185
Pöcking 61
Possenhofen 60
Premer Filz 111
Pullach 40

R

Raisting 74
Rechtis 150
Riederau 79
Rottenbuch 97

S

Sankt Alban 79
Sankt Leonhard im Forst 90
Schäftlarn 43
Scheidegg 169
Schlachters 178
Schondorf 69
Sigmarszell 178
Simmerberg 162
Starnberg 49
Stegen 67
Steingaden 109
Stillern 75
Stötten 120
Streitelsfingen 179

U

Ulrichskapelle 184
Urspring 111
Utting 77

W/Z

Wald 138
Weiler 164
Weitnau 151
Wessobrunn 84
Wies 107
Wildsteig 105
Wilhams 156
Wolfsried 159
Zell 158

- Der Münchner Jakobsweg
- Reise-Infos von A bis Z
- Ausführliche Beschreibung des ca. 280 km langen Jakobsweges von München nach Lindau in 15 Etappen
- Alternativroute nach Bregenz
- Streckenbeschreibungen auch für Radpilger
- Praktische Griffmarken
- Einprägsame Symbole zur leichten Orientierung
- 22 farbige Kartenskizzen im Maßstab 1:120.000
- 1 farbiger Stadtplan
- 18 farbige Höhenprofile
- 1 farbige, ausklappbare Übersichtskarte
- Haltbare PUR-Klebebindung
- Chlorfrei gebleichtes Papier

Klimaneutral
Druckprodukt
ClimatePartner.com/53106-2205-1001

OUTDOOR
CONRAD STEIN VERLAG

7., überarbeitete Auflage 2022
OutdoorHandbuch Band 187
ISBN 978-3-86686-692-8
€ 15,90 [D]
9 783866 866928