

Christoph Erkens



Küstenweg für Anfänger

präsentiert von www.jakobsweg-kuestenweg.com

Inhaltsverzeichnis

Alles auf einen Blick

1. Einleitung
2. Was ist der Küstenweg
3. Ist der Küstenweg etwas für mich?
4. Das schönste Stück des Küstenwegs
5. Was man auf dem Küstenweg in Kauf nehmen muss
6. Traue ich mich? Sicherheit & Bedenken
7. Wann ist die beste Jahreszeit, um auf den Küstenweg zu gehen?
8. Wie ist das Wetter & wie voll ist der Küstenweg im...?
9. Welches Stück vom Küstenweg gehe ich?
10. Wie komme ich zum Startpunkt & zurück?
11. Wie läuft das in den Herbergen ab?
12. Was nehme ich an Ausrüstung mit & was lasse ich zuhause?
13. Was ist ein Pilgerausweis & wo erhalte ich ihn?
14. Wertvolle Bücher & Internetadressen



„Als Pilger auf dem Küstenweg, ohne festen Wohnsitz, ohne Rückzugsmöglichkeit, lebe ich intensiver, mutiger, gefährlicher. Glücklicher.

*Niemals sonst gebe ich mich dem Leben so vollkommen hin, bin so präsent und bereit für alles, was es mir zu zeigen hat.
Erst wenn ich alle Sicherheiten & Fluchtwege verbanne, bin ich wirklich bereit, dem Leben ganz ins Auge zu schauen und alles zu nehmen und an mich heranzulassen.*

*Alle Höhen und Tiefen, Schmerz und Schönheit.
Und niemals sonst werde ich so viel und so schnell wachsen, so von pulsierendem Leben durchdrungen sein, wie in dieser Zeit, auf einer solchen Reise.“*

*Christoph Erkens, Frühjahr 2014,
nach der ersten Pilgerreise.*

1. Einleitung

Warum ich dieses Buch
schreibe, was er leisten kann
& was nicht

Du spielst mit dem Gedanken, den Küstenweg (Camino del Norte) zu pilgern? Oder du bist schon fest entschlossen?

Herzlichen Glückwunsch! Dann darfst du dich auf eine große, intensive und tolle Reise freuen, die vor dir liegt.

Jede Pilgerreise ist eine Andere, und auch Du wirst andere Dinge erleben, als ich und die anderen Mitpilger.

Daher möchte ich in diesem Buch auch nicht so viel über meine eigenen Erlebnisse schreiben, sondern mich viel mehr darauf konzentrieren, dir die nötigen Informationen zu geben, damit du dann gut ausgerüstet und vorbereitet deinen *eigenen* Jakobsweg laufen kannst.

Auch falls du noch in der Entscheidungsphase stecken solltest, ob du den Weg gehst, ist dieses Buch für dich.

Viele Fragen

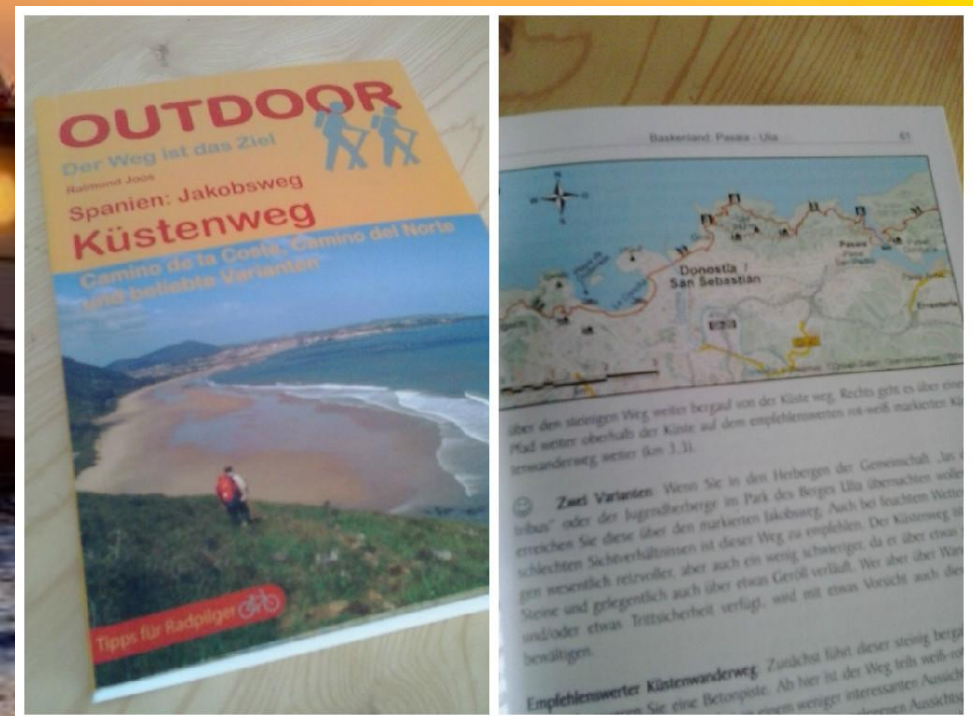
Ist der Küstenweg etwas für mich? Was macht diesen Weg so reizvoll & was ist nicht so schön? Wie ist das Wetter im Frühling? Wie voll ist es im Sommer? Wo soll ich starten, wenn ich nur 2 Wochen Zeit habe? Welcher Abschnitt ist der schönste? Wo ist es schön ruhig?

Fragen, die wesentlich sind und mir immer wieder gestellt werden, und die von den üblichen Pilgerführern nur knapp oder gar nicht beantwortet werden.

Dieses Buch möchte dir gerade diese offenen und individuellen Fragen beantworten und ist für die Zeit der Planung vor der Reise geschrieben.

Pilgerführer

Für die Zeit *auf* dem Weg empfehle ich den Pilgerführer von Raimund Joos im Outdoorverlag (ISBN 978-3866864054, oder [hier online erhältlich](#)).



Noch ein Wort vorab

Was ich in diesem Buch biete, sind Vorschläge, Einladungen, Möglichkeiten und Anregungen. Sie sind aus meiner Erfahrung und den vielen Gesprächen mit anderen Küstenweg-Pilgern erwachsen und mit bestem Gewissen verfasst.

Dennoch bist *du* dein eigener Chef und weißt was am besten, was gut für dich ist und was nicht. Pick dir also das heraus, was dir zusagt und gehe dann deinen eigenen Weg, triff deine eigenen Entscheidungen und mache deine eigenen Erfahrungen.

Denn beim Pilgern geht es auch genau darum: Es gibt kein richtig oder falsch. Es geht nur darum, das zu finden und zu tun, was dir mehr liegt und mehr in deiner eigenen Natur

liegt. Zu lernen, deinen Weg zu gehen. Unabhängig von den Meinungen und (Pilger-)Prinzipien Anderer. Dies zu lernen und zu meistern ist ein Prozess, der Zeit und Raum braucht. Doch genau davon bietet der Jakobsweg reichlich.

Gehe dein eigenes Tempo, beobachte die Natur um dich herum, lausche nach Innen, während du läufst und spüre dich selbst als Teil dieser Welt.

Buen Camino und nun viel Spaß mit diesem Buch!

Christoph



2. Was ist der Küstenweg?

Der Küstenweg wird auch Camino del Norte oder Camino de la Costa genannt. Er ist einer der vielen Jakobswege nach Santiago de Compostela und beginnt im nahe der spanisch-französischen Grenze gelegenen Irun.

Auf insgesamt 850 Kilometern (und einigen Höhenmetern) durchquert er die vier spanischen Regionen Baskenland, Kantabrien, Asturien und Galizien.

Dabei passiert er auch die Städte San Sebastian, Bilbao, Santander und Gijon. Der Küstenweg folgt seinem Namen getreu größtenteils der spanischen Nordküste, bis er auf dem letzten Viertel das Meer verlässt und ins Landesinnere südwestlich Richtung Santiago abbiegt. Auf der nächsten Seite siehst du die Route auf der Karte dargestellt.



Wie du erkennen kannst, verläuft der Küstenweg also weitgehend parallel zum weiter südlich gelegenen und populären Camino Francés (der Burgos und Leon passiert). In den letzten Jahren hat die Beliebtheit des Küstenwegs zugenommen. Das liegt wohl vor allem daran, dass der Hauptweg, eben jener Camino Francés, immer voller wird und die Menschen nach Alternativen Ausschau halten.

Verglichen mit dem Camino Francés, der von fast 70 % aller Pilger gewählt wird, ist der Küstenweg mit rund 5% Pilgeranteil aber immer noch ein Geheimtipp.

Dass es in den Sommermonaten dennoch zu Engpässen bei den Betten kommen kann, liegt schlicht daran, dass es auf dem Küstenweg viel weniger Herbergen gibt, als auf dem Hauptweg. Doch zu diesem Thema später mehr.

3. Ist der Küstenweg etwas für mich?



Was den Küstenweg reizvoll macht, ist zunächst natürlich seine malerische Lage am Meer. Viele wunderschöne Wegabschnitte entlang der Steilküste oder direkt am Strand sowie idyllische Hafenstädte und verschlafene Fischerdörfer machen diesen Jakobsweg zu einem der schönsten überhaupt.

Ist der Camino Francés der Blockbuster unter den Jakobswegen, so wäre der Küstenweg in der Filmsprache das alternative Programmkin.



Er ist trotz seiner Schönheiten ein noch weitgehend unbekannter und einsamer Jakobsweg und bietet (bis auf den Sommer – und mit Ausnahmen auch dann) viel Raum und Ruhe für Menschen, die ungestört in der Natur pilgern möchten.

Der Küstenweg ist ein landschaftlich sehr abwechslungsreicher und herausfordernder Weg mit viel Grün. Immer wieder wird der Blick auf das rechts vom Weg liegende Meer frei. Menschen ohne großen Orientierungssinn könnte man daher raten: Folge einfach dem Meer!

Wunderschöne Abschnitte, anspruchsvolle Abschnitte

Der Küstenweg hat auf seinen mehreren hundert Kilometern immer wieder wunderschöne und zugleich auch immer wieder körperlich anspruchsvolle Abschnitte.

Vielleicht hat auch dich das einerseits gereizt, und hinterlässt andererseits die Frage bei dir: Wie schwer ist der Weg denn? Schaffe ich das?

Ich möchte in diesem Buch auf beide Aspekte eingehen. Zunächst auf das vielleicht schönste Stück des Weges.



4. Das schönste Stück des Küstenwegs

Das erste Stück des Küstenwegs von Irún nach Bilbao (siehe Karte oben) ist vielleicht das Schönste. Zumindest in meinen Augen und denen vieler Mitpilger.

Allerdings hat dies auch seinen Preis: Denn das Stück zählt zugleich auch zu den anspruchsvollsten des ganzen Weges.

Ja, wir haben hier beides: Sehr viel Schönheit und sehr viele Höhenmeter. Teilweise hast du Tagesetappen auf diesem Abschnitt mit 500 Höhenmeter Aufstieg oder mehr.



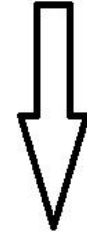
Das ist sehr fordernd, und daher solltest du dir genügend Zeit für die ersten Tage nehmen, sowie wirklich nur das Nötigste an Ausrüstung mit dabei haben, damit dein Rucksack nicht unnötig schwer ist und dir Energie raubt. Doch dazu später mehr.

Lass uns mal einen kurzen Ausflug machen auf dieses erste Stück, um zu sehen, warum es die Schweißperlen wert ist und um dir bei der Entscheidung zu helfen, ob du in Irun startest oder erst 150 Kilometer später in Bilbao, wo der Weg deutlich leichter und weniger anspruchsvoll wird.

Zunächst passierst du nach dem Start in Irun (über einen kleinen Umweg, den du hoffentlich nimmst) die Ortschaft **Hondarribia**. Alte Mauern, eine kleine Burg, das naheliegende Meer, ruhige Cafés und schöne Gassen erwarten dich hier und laden zu einem Rundgang ein.

Dann geht es los: Es folgt ein ordentlicher Anstieg auf den **Berg Jaizkibel**, der dir direkt zu Beginn deiner Pilgerreise einiges abverlangen wird. Es gibt aber auch einen leichteren Weg um den Berg herum, ehe du dann 12 Kilometer später mit **Pasaia** das nächste Highlight siehst.

Herberge Eremita de Santa Ana



In dem kleinen Hafentadtchen lädt die auf einer Anhohle mit wunderbarem Blick gelegene ehemalige Kirche und jetzige Herberge Eremita de Santa Ana zum Bleiben ein.

Von Pasaia setzt du mit einem kleinen Boot über einen Meeresarm von 100 Metern auf die andere Seite über. Danach folgt gleich das nächste Highlight, wie du siehst.



Die nun folgenden 12 Kilometer von Pasaia nach San Sebastian sind für mich einer der schönsten Tagesabschnitte überhaupt. Nachdem du einige Treppen hochgekraxelt bist, läufst du auf einem wunderschönen **Panoramaweg** auf der Höhe weiter. Zu deiner Rechten ist das Meer, hinter dir der Leuchtturm von Pasaia, über dir die Möwen und du wanderst auf einem Pfad durch das Grün. Bei gutem Wetter ein absolutes Highlight des Weges!

Was danach kommt, muss ich dir nicht extra schmackhaft machen: Es lockt nicht weniger als die Küstenstadt **San Sebastian**, für viele einer der schönsten Städte Europas.

Bekannt ist San Sebastian auch für seine Tapas, die hier **pintxos** heißen. Diese lassen sich gemeinsam mit der Stadt auch toll in einer geführten Pintxo-Tour am Abend kennenlernen, z.B. [hier](#) oder [hier](#).

Du merkst: Ich komme hier wirklich ins Schwärmen, und das waren jetzt nur die ersten 30 Kilometer von Irun nach San Sebastian! Auch die weiteren 120 Kilometer bis Bilbao halten (mit Ausnahme des Industriegebiets kurz vor Bilbao, dass du dir besser sparst) einiges bereit: Neben vielen weiteren Höhenmetern und Schweißtropfen warten ebenso viele schöne Momente, Aussichten, Wegabschnitte und kleine sehenswerte Städtchen auf dich.

Was hier so toll ist und stellvertretend für den ganzen Küstenweg steht, ist die Abwechslung des Weges: Es geht durch Wälder, es geht bergauf und bergab, dann wieder direkt am Meer entlang, durch charmante Städte (Gernika, Zarautz, Zumaia), zum einem atmosphärischen Kloster (Cenarruza) – eine tolle Vielfalt.

Viele Pilger steigen zeitbedingt oder wegen der leichteren Anreise und natürlich wegen den Bedenken ob des anspruchsvollen Wegprofils erst in **Bilbao** in den Weg ein.

Das ist durchaus nachvollziehbar, und du kannst ab Bilbao zudem quasi direkt aus dem Flieger in den Jakobsweg einsteigen. Falls du das also auch vorhast, weißt du zumindest nun, was du verpassen würdest! ;-)



5. Was man auf dem Küstenweg in Kauf nehmen muss

Nach soviel Schönheit und Schwärmerei will ich dir aber auch ganz ehrlich sagen und zeigen, was am Küstenweg *nicht so schön* ist. Denn wie alles im Leben, hat auch der wunderbare Küstenweg Seiten an sich, die dich nicht begeistern oder sogar nerven werden. Damit du weißt, was auf dich zukommt, hier also die “**Schattenseiten**”:

1)Bei aller Schönheit führt der Küstenweg immer wieder auch über zahlreiche **Asphaltabschnitte**, “carretera” auf spanisch. Ein paar Etappen fühlen den ganzen Tag über solche Nationalstraßen. Wenn du Glück hast, siehst du dabei zumindest zu deiner Rechten das Meer. Wenn du Pech hast, nicht mal das. Das Gute dabei ist: Dank der neuen Küstenautobahn (die leider oft das Panorama stört) ist ein Großteil des Verkehrs von den Nationalstraßen auf jene Autobahn gewechselt und die Asphaltabschnitte sind wenig befahren. Schön ist das trotzdem nicht.



2) Der Küstenweg gehört – wie bereits angesprochen – zu den **körperlich anspruchsvollsten** Jakobswegen. Hier wirst du einige Male ins Schwitzen kommen, die Anstiege verfluchen und vielleicht auch mal mit deinen eigenen Grenzen in Berührung kommen. Das ist natürlich anstrengend und nicht immer schön, aber letztlich auch Teil der intensiven Erfahrung. Gerade solche Grenzerlebnisse lassen uns oft wachsen und sind manchmal sogar unbewusst das, was wir suchen, um uns selbst besser kennen zu lernen und lebendiger zu werden.

Die Grenzen kennenlernen ist gut, übernehmen sollten wir uns aber nicht. Daher zur Beruhigung: Wenn du es ruhig und langsam angehen lässt, genügend Erholungsphasen und Pausen einbaust, nicht erhebliche körperliche Beeinträchtigungen hast, und einen “tragbaren” Rucksack hast, ist der Weg für dich machbar.



Du wirst an der Herausforderung wachsen und sehen, wie du nach einer Weile an Kondition zugenommen hast. Zudem wirst du auch den Lohn für die erkämpften Berge und Hügel spüren: Eine glückliche Ruhe und Erschöpfung.

Ein Blick auf das **Höhenprofil** des Küstenwegs (das ich oben versucht habe, aufzumalen; rechts ist Irun, ganz links Santiago) zeigt, dass der Weg nicht überall gleich schwer ist. Die ersten 150 Kilometer von Irun bis Bilbao sind deutlich herausfordernder, als etwa das folgende Stück von Bilbao bis Santander.

Zusammengefasst lässt sich das Höhenprofil vom **Schwierigkeitsgrad** grob in **drei Abschnitte** aufteilen:

- Anstrengend von Irun bis Bilbao, (hauptsächlich)
- entspannt von Bilbao bis Ribadeo,
- wieder anstrengender von Ribadeo bis Santiago.

3) Zudem lässt sich dem Küstenweg – im Gegensatz zum Camino Francés – ein Hauch von Abenteuercharakter nachsagen. Das ist einerseits aufregend schön, andererseits kann es natürlich auch anstrengend werden, wie das mit Abenteuern nun mal so ist 😊

Denn: Auf dem Küstenweg kann es aufgrund der noch nicht perfekten Infrastruktur noch vorkommen, dass man 25-30 Kilometer **Etappen-Distanz** bis zur nächsten (geöffneten) Herberge bewältigen muss. In der Nebensaison kommt das schon mal öfter vor, da die Herbergen dann teilweise und im Winter sogar vielfach geschlossen sind.

Der ausgezeichnete und bereits oben von mir empfohlene Reiseführer für den Küstenweg von Raimund Joos sagt dir aber genau, wann welche Herberge offen bzw. geschlossen ist. Ausnahmen sind natürlich möglich, aber nicht die Regel.

In der Hauptsaison sinkt der “Abenteurfaktor” etwas, da alle Herbergen geöffnet sind und solch langen Märsche kein Muss sind. Generell solltest du aber wissen, dass die Etappen auf dem Küstenweg länger sind als auf dem perfekt ausgebauten Camino Francés. Dass du, wie dort, alle paar Kilometer eine Herberge findest, ist hier auf dem Küstenweg die Ausnahme. Im Durchschnitt sind es schon 10 bis 20 Kilometer von Herberge zu Herberge.

4) Der Sommer bzw. besonders der Hochsommer bietet dafür einen anderen “**Abenteurfaktor**”: Nach dem Motto “Geheim, aber nicht mehr ganz geheim” sind nämlich

inzwischen im Hochsommer (Juli, August) auch hier bereits sehr viele Pilger unterwegs. Die Herbergsplätze können also mal knapp werden, wenn du im Juli oder August dort bist.

Da kann es mal passieren, dass du auf dem Boden schlafen oder gar zur nächsten Herberge weiterziehen musst, wenn selbst alle Bodenplätze schon vergeben sind. Detaillierte Tipps, um solche Situationen zu vermeiden, findest du im eBook “Ich bin dann mal einen anderen Jakobsweg”.



6. Traue ich mich? Sicherheit & Bedenken



Jeder, der zum ersten Mal auf den Jakobsweg geht, hat etwas Schiss. Das gehört dazu. Deine Bedenken, was immer sie sind, können wir aber ausräumen (sieh nächstes Kapitel). Ist dies getan und hast du dich für einen Zeitraum und Wegabschnitt (übernächstes Kapitel) entschieden, so solltest du deinen Flug buchen (siehe entsprechendes Kapitel).

Das ist der wichtigste Schritt, denn nur so machst du die ganze Sache verbindlich. Und weil man Flüge (leider oder zum Glück) nicht stornieren kann, wirst du mit etwas Herzklopfen in den Flieger steigen (müssen), um später mit Stolz zurückzukehren. Versprochen. 😊



Sicherheit & Bedenken

Damit deine Fragen & Ängste sich auflösen können:



Ich...

*...hab gelesen, der Weg sei körperlich anspruchsvoll.
Schaffe ich das?*

Er ist anspruchsvoll. Wenn du aber auf dich aufpasst und dir – besonders zu Beginn – kleine Etappen vornimmst, wirst du es, auch als Pilgerneuling, schaffen.

Falls du dir die Höhenmeter gar nicht zutraust, kannst du z.B. erst in Bilbao in den Weg einsteigen. Der Abschnitt ab Bilbao ist viel leichter zu gehen, als der Abschnitt bis nach Bilbao – allerdings auch etwas weniger reizvoll. Wichtig ist: Ein “tragbarer” Rucksack ohne zu viel Gewicht, langsam loslaufen, passende Kleidung und genügend Proviant.



...hab Angst, den Weg nicht zu finden.

Der Weg ist durchgehend mit gelben Pfeilen und Muschelsymbolen markiert. Einzig in Städten können die Markierungen schon mal etwas versteckt scheinen. Da hilft im Zweifel Fragen: “Dónde está el Camino Santiago?” kannst du auf spanisch fragen für “Wo ist der Jakobsweg?”. Um die Antwort zu verstehen: “Izquierda” bedeutet “links”, “derecha” steht für “rechts”, und “recto” bedeutet “geradeaus”. Bisher haben alle Menschen den Weg gefunden, zur Not mal einen kleinen Umweg gemacht. Zur Sicherheit: Im Pilgerführer von Raimund Joos ist der Weg Satz für Satz beschrieben.

...will als Frau alleine pilgern. Ist das sicher?

Ja, es gibt sogar immer mehr Frauen, die sich alleine auf den Weg machen. Es ist genauso gefährlich oder ungefährlich wie in deiner Heimatstadt rauszugehen. Getrennte Sanitäreanlagen sind in den Herbergen die Regel, getrennte Schlafsäle nicht. Aber auch das ist problemlos, da du (außer in der absoluten Nebensaison) meist in einer Gruppe von Pilgern übernachten wirst. Im Zweifel kannst du dir auch Pensionen/Hotels suchen, wo du ein Einzelzimmer hast. Eine andere Möglichkeit, um die Angst zu besiegen, ist eine Freundin mitzunehmen. Ihr könnt euch dann auf dem Jakobsweg trennen, um jeweils alleine zu gehen und an verabredeten Orten wiederzutreffen.



...hab Schiss, ohne Spanisch nicht zurechtzukommen.

Natürlich ist es hilfreich, ein bisschen Spanisch zu können. Zumal, da einige der älteren Spanier kein oder nur wenig Englisch können. Ich habe aber auch zahlreiche Pilger kennengelernt, die kein Wort Spanisch können und trotzdem gut und gesättigt angekommen sind.

Hilfreich kann ein Sprachführer sein. Dort findest du die wichtigsten Sätze und Begriffe aufgeführt, die du bei Bedarf nachschlagen und ankreiden kannst. Mit jedem gesprochenen Wort wirst du sicherer und nach ein paar Tagen hast du die wichtigsten Begriffe auf deiner Liste und sogar auswendig im Kopf. Siehe es als Herausforderung und Teil des Abenteuers.

...hab Schiss, vom Flughafen nicht zum Küstenweg zu finden.

Das ging mir auch so, doch mit den Bussen und ein wenig Fragen kommst du wunderbar zu deinem Startpunkt. In diesem Buch gibt es auch extra ein Kapitel zur An-/Abreise, wo ich dir zeige, wie du Bus & Bahn nutzen kannst.

Das Busnetz auf dem Küstenweg ist übrigens – anders als bei uns – viel ausgebauter und populärer als das Zugnetz. Die Spanier sind gastfreundliche Menschen, die gerne helfen. Zudem kannst du dein Busticket bereits vorab online buchen auf Wunsch.



...hab Schiss, dass ich die Kilometer falsch kalkuliere und die Etappen nicht schaffe.

Das kann vorkommen. Aber auch hier: Es sind bisher alle angekommen. Zu deiner Beruhigung: Es gibt viele Bushaltestellen und die Zuglinie des "Feve", die einen beachtlichen Teil des Küstenwegs parallel läuft, falls man mal nicht mehr kann oder spontan sein möchte. Auch hier gehört es zum Abenteuer Jakobsweg dazu, zu lernen, auf seinen Körper zu hören und herauszufinden, was tut mir gut und wo ist auch Schluss. Höre bitte nicht auf die Pilger, die nur Kilometer zählen und ihren Leistungsanspruch auf andere übertragen. Weniger ist manchmal mehr.

...hab gelesen, dass der Weg im Hochsommer überlaufen sein soll. Kann es trotzdem schön sein, dann zu gehen?

Ja, kann es. Die vielen Begegnungen können ebenso eine Qualität haben wie das einsame, innengekehrte Pilgern zu anderen Jahreszeiten. Wenn du etwas Improvisationstalent mitbringst und bereit bist, ggf. auch auf dem Boden zu schlafen oder weiterzugehen, wenn eine Herberge belegt ist, ist der Hochsommer prima. Wenn nicht, solltest du ein Zelt mitnehmen oder die Monate Juli und August meiden. Denn inzwischen ist es leider selbst auf dem Küstenweg im (Hoch)Sommer sehr voll, Tendenz steigend.

..hab von ekligen Bettwanzen gehört. Was ist da dran?

Das soll schon mal vorkommen, auch wenn ich selbst keine solchen Erlebnisse hatte. Aber die Horrorgeschichten dazu sind sehr übertrieben und könnten aus einer Boulevard-Zeitung stammen. Lasse dich davon nicht abschrecken.

..hab von wilden Hunden gehört. Was ist da dran?

Ja, das ist eine unschöne Geschichte, denn die Spanier sind in dieser Beziehung nicht gerade als tierlieb bekannt. Zur Beruhigung: Wilde Hunde habe ich nicht wirklich erlebt. Wohl aber viele Höfe und Halter, die ihre Hunde an einer Kette vor dem Haus halten. Die Hunde haben also kaum (oder gar keinen) Auslauf und kläffen natürlich wie verrückt (wer würde das nicht unter solchen Lebensumständen?), wenn du den Hof passierst. Gefährlich ist das nicht, da die

Hunde angekettet sind, einschüchternd kann das Gebelle dennoch wirken.

Ich bin kein Experte für sowas, ich habe immer nach vorne geschaut und bin zügig weitergegangen. Falls dich das interessiert: Ich habe kürzlich auf amazon ein eBook zu diesem Thema gefunden, Titel "[Hunde auf dem Jakobsweg](#)".

Gefühlt habe ich übrigens auf der zweiten Hälfte des Küstenwegs wesentlich mehr Hunde gesehen als auf dem ersten Stück, besonders in Galizien.

..frag mich, wie weit die Herbergen & Verpflegungsmöglichkeiten voneinander entfernt sind?

Das ist natürlich unterschiedlich, von 5 km bis ab und zu auch mal 15 Km. Glücklicherweise stehen letztere Fälle auch gut beschrieben im Pilgerführer von Raimund.



7. Wann ist die beste Jahreszeit, um auf den Küstenweg zu gehen?

Der zweite Sonntag im Mai ist am besten! Nein, Spaß 😊
Diese Frage ist nicht so leicht zu beantworten, denn das hängt neben den natürlichen Wetterschwankungen auch davon ab, was du dir wünschst: An Temperaturen, an Anzahl Pilger, etc.

Grundsätzlich gilt: Frühjahr und Herbst sind sehr gute Jahreszeiten. Denn:

- Um Ostern herum bis Oktober sind die meisten Herbergen geöffnet und du kannst deine Etappen somit ziemlich flexibel gestalten
- Du wirst Mitpilger treffen, aber es ist nicht zu voll
- Die Temperaturen sind angenehm mild, weder zu kalt, noch zu warm

8. Wie ist das Wetter & wie voll ist der Küstenweg im ...?



Ein Wort vorab

Sowohl das Wetter wie auch die Zahl der Pilger ist keine feste Konstante und kann schwanken und wechseln. So wie z.B. sonntags in der Stadt grundsätzlich weniger Verkehr ist, es aber dennoch Sonntage geben kann, wo überdurchschnittlich viele Autos unterwegs sind – so verhält es sich auch mit Wetter & Pilgerzahlen. Dennoch gibt es natürlich tendenziell wärmere/vollere/kühlere/leerere Monate - und diese möchte ich dir im Folgenden vorstellen.



Wie ist das Wetter & wie voll
ist der Küstenweg im...?



...Frühjahr?

Das Frühjahr ist vermutlich eine der schönsten Zeiten, um den Küstenweg zu gehen. Es kann zwar häufig regnen, wie du auf den letzten Fotos siehst, doch das kann es genauso zu anderen Jahreszeiten, denn: Das Wetter an der Küste verändert sich schnell und auf Sonne kann nach kurzer Zeit Regen folgen oder umgekehrt.

Ab Ostern sind die meisten Herbergen geöffnet und die Temperaturen erlauben oft schon T-Shirt-Wetter. Trotzdem kann es – besonders auch durch die Brise an der Küste – noch frisch werden, sodass eine Fleecejacke Pflicht ist; insbesondere morgens und abends.

Möchtest du vor Ostern losziehen, ist das auch machbar. Du musst halt nur in Kauf nehmen, dass die ein oder andere Herberge womöglich noch geschlossen ist. Im empfohlenen



Pilgerführer von Raimund Joos findest du im Übrigen die Öffnungszeiten der einzelnen Herbergen. Meine erste Reise begann damals Anfang März und ich hatte in den 25 Tagen höchstens eine Handvoll Herbergen, die noch nicht geöffnet waren – die paar Mal kann man gut improvisieren und ein paar Kilometer weiter gehen oder eine alternative Unterkunft suchen.

Falls du gesundheitlich darauf angewiesen bist, nur kurze Etappen zu laufen, so würde ich dir allerdings empfehlen, erst ab Ostern zu starten, wo du die kürzestmöglichen Etappen dann hast.

Das Schöne am Frühjahr ist, dass dieser Weg dann noch relativ leer ist. Im März hatte ich z.B. Tage, wo ich gar alleine in der Herberge war, an anderen Tagen waren eine Handvoll Mitpilger da. Es ist also noch schön ruhig und

übersichtlich. Das ändert sich dann natürlich, wenn es Richtung Sommer geht. Falls du über die Ostertage pilgerst: Wunder dich nicht, die „Semana Santa“ ist auch in Spanien eine Woche mit Feiertagen, wo alle in die Natur wollen. An diesen Tagen kann es etwas voller unterwegs sein, fast alle der Menschen dann sind jedoch Tagesspazierer, die nicht in die Herbergen gehen.





...Sommer?

Es wird warm, aber nicht zu warm. Dank des gemilderten Küstenklimas wird es hier im Sommer selten viel heißer als 30 Grad. Meine zweite Reise auf dem Küstenweg machte ich von Mitte Juli bis Ende August, also im Hochsommer. Es war schon ordentlich heiß unterwegs, besonders, wenn du dann die Berge hochläufst. Daher empfiehlt es sich, morgens früh zu starten. Denn je älter der Tag wird, desto wärmer wird es natürlich. Zusätzlich oder alternativ kann man mittags eine Siesta einlegen und sich ein, zwei Stunden unter einen Baum in den Schatten legen.

...Hochsommer?

Was mich aber noch mehr als die Hitze erstaunt oder

zunächst gar geschockt hat, waren die vielen Pilger. Ich hatte den Küstenweg bis dato für einen weitgehend unbekanntem Weg gehalten – und das ist er auch im Vergleich zum Camino Francés. Im Hochsommer ist es hier trotzdem inzwischen sehr voll, denn es spricht sich wohl langsam herum, dass es noch alternative Jakobswege gibt. Desweiteren haben die Spanier (wie viele andere auch) im Juli und August Sommerferien, was man in dieser Zeit deutlich auf dem Weg merkt.

In Pilgerzahlen gerechnet, ist der Weg selbst im Sommer noch relativ leer verglichen mit dem Camino Francés. Der Punkt ist jedoch: Das Herbergsnetz ist hier viel weniger dicht und ausgebaut als auf jenem bekannten Weg. Sprich:



Es gibt weniger Herbergen und diese Herbergen sind dann im Hochsommer natürlich dementsprechend voll. Teilweise konnte ich das gefürchtete „Herbergsgehetze“ in dieser Zeit also selbst auf dem Küstenweg feststellen – und es ist gar nicht so leicht, sich davon zu lösen. Denn wenn du kein Zelt hast, dann willst du natürlich auch irgendwo unterkommen. Ich will dir sagen: Es ist immer gut ausgegangen.

Ein paar Mal musste ich auf dem Boden schlafen, weil alle Betten schon belegt waren. Zwei, drei Mal war selbst das nicht möglich, da auch alle Bodenplätze schon belegt waren. Da dachte ich wirklich kurz: Oh, jetzt musst du im Wald pennen. Schlussendlich habe ich dann noch eine Pension oder ein Hotel gefunden, doch selbst die können im Hochsommer je nach Wochentag ausgebucht sein.



Ich will dich nicht abschrecken, doch dir sagen, was ich zu dieser Jahreszeit dort erlebt habe. Noch ein Wort dazu: Zunächst war ich, wie gesagt, geschockt. Im Nachhinein aber dann froh über diese Erfahrung, denn durch die vielen Pilger traf ich auch ein paar Menschen, die mir ans Herz gewachsen sind und die ich sonst – oder zu einer anderen Jahreszeit – vielleicht nicht getroffen hätte.

Ein anderer nicht zu unterschätzender Vorteil des Sommers ist die Möglichkeit, an den wunderschönen Stränden schwimmen zu gehen! 😊

Ob ich trotzdem noch einmal im Hochsommer starten würde: Ich weiß es nicht. Wenn ich Ruhe suchen würde, dann eher in den Monaten vor/nach dem Hochsommer wie Juni oder September. Oder gar im Frühjahr/Herbst.

Ach ja, noch eine Sache: Regenkleidung solltest du übrigens auch im Sommer dabei haben, definitiv.





...Herbst?

Der Herbst ist ähnlich wie das Frühjahr eine gute Zeit, um den Küstenweg zu bewandern. Du hast auch jetzt noch meist ganz gute Temperaturen und T-Shirt-Wetter. Dazu gibt es weitaus weniger Pilger als im Sommer und die meisten Herbergen haben bis in den Oktober geöffnet. So hast du viele Möglichkeiten, deine Tagesetappen zu gestalten.

Der September ist vermutlich der günstigste Monat für den Herbst, da er die obengenannten Punkte voll erfüllt. Der Oktober eignet sich auch noch, doch spätestens ab November schließen dann die Herbergen, was die Tagesetappen deutlich verlängert oder dich zum Improvisieren zwingt. Falls dich das nicht stört, kannst du den Küstenweg übrigens zu jeder Jahreszeit laufen!

Als ich Mitte November in San Sebastian war, hatte ich mittags tatsächlich noch irre 20 Grad und konnte im T-Shirt draußen in der Bar sitzen. Doch das ist selbst für das wärmere Spanien eine Ausnahme, denn wir dürfen nicht vergessen: Wir sind hier in Nordspanien, nicht im Süden. Das heißt, dass es hier durchaus frisch und ungemütlich werden kann. Und damit alles so wunderschön grün hier bleiben kann, muss es halt auch viel regnen.

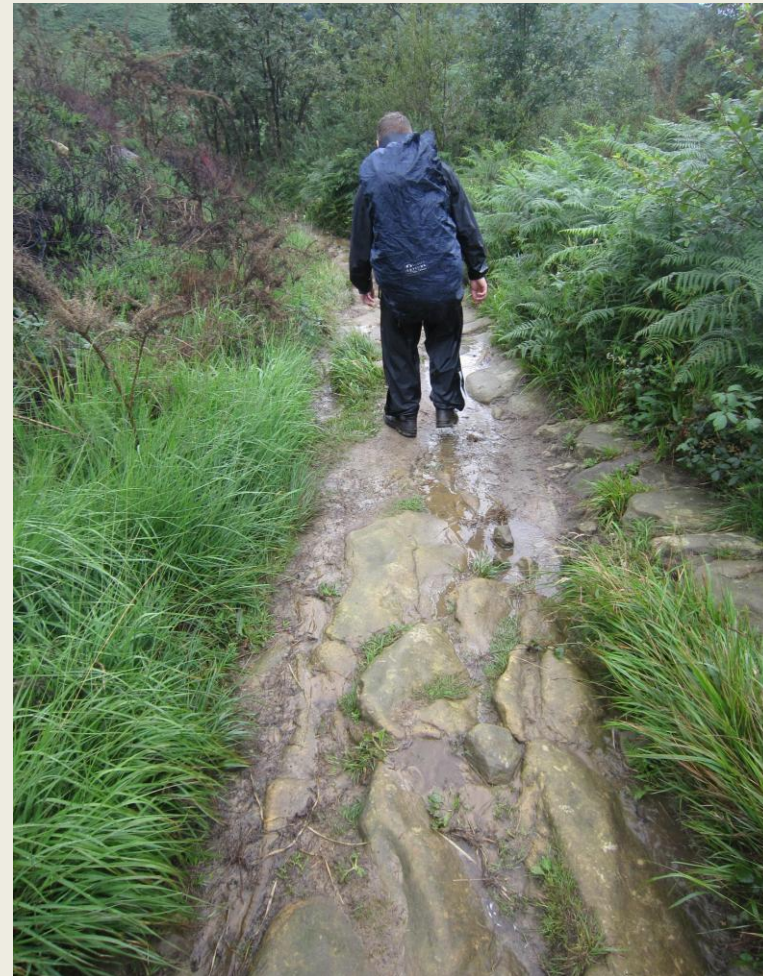




...Winter?

Von November bis Februar sind viele Herbergen geschlossen. Wer sich nicht scheut – oder sogar freut – kann auch bei Wind & Wetter gut pilgern. Er hat den Weg garantiert fast allein für sich, muss allerdings oft lange Etappen von manchmal mehr als 30 Kilometern oder Improvisation in Kauf nehmen.

Dafür solltest du dir zutrauen, das Bus- & Bahnnetz zu nutzen, um zwischenzeitliche Transfers zu machen, sollte es mal in Tagesdistanz keine geöffneten Unterkünfte geben. Und du solltest in der Lage sein, anderweitig Unterkünfte zu recherchieren, z.B. über Internetportale. Entsprechende Links dazu findest du am Ende dieses eBooks.



9. Welches Stück vom Küstenweg gehe ich?



Ein Wort vorab

Willst du (aus was für einem Grund auch immer) nicht die gesamten 850 Km Küstenweg (am Stück) laufen, so stellt sich diese Frage. Und wenn du den Weg noch kein bisschen kennst, fängt nun natürlich die Grübelei an. Daher gibt es dieses Kapitel, wo ich dir versuche, je nach deinem Wunsch entsprechende Abschnitte und Zeiträume zu empfehlen.



Jeder Mensch ist anders und hat nicht nur eine eigene Kondition, sondern selbst die ist je nach Tagesform unterschiedlich.

Daher bieten die hier gemachten Tourenvorschläge lediglich eine Orientierung und lassen sich anpassen. Lass dich inspirieren, aber triff bitte dann deine eigene Entscheidung!

Was das praktisch bedeutet

Die hier vorgeschlagenen Routen gehen von durchschnittlich ca. 22,5 Tageskilometern aus. Das ist nicht zu viel und nicht zu wenig. Anfangs wirst du vielleicht weniger als 22,5 Km am Tag laufen, denn diese Distanz kann in den ersten Tagen für wenig Geübte schon eine große Herausforderung sein.

Später wirst du vielleicht mehr laufen und diese Distanz locker schaffen oder gar nach mehr verlangen. Daher nehmen wir die 22,5 Km als Durchschnitt. **Bist du fit, so kannst du die Routen ruhig etwas verlängern.** Anders als etwa auf dem Camino Francés spielen die zahlreichen Höhenmeter auf dem Küstenweg eine wesentliche Rolle. Das zu ignorieren wäre ungefähr so, wie Äpfel mit Birnen zu vergleichen.

Worauf hab ich bei der Kalkulation noch geachtet?

- 2 Tage insgesamt für An- & Abreise sind mit eingeschlossen
- Touren zwecks einfacher An- & Abreise so gewählt, dass die Anbindung an größere Städte/Verkehrsnetz möglichst ideal



Welches Stück vom Weg gehe ich...

...wenn ich 1 Woche Zeit habe und...

...Santiago sehen will?

Dann würde ich dir empfehlen, in Vilalba z.B. einzusteigen. Von hier aus sind es noch rund 125 Km bis zur Kathedrale von Santiago. Das schwierigste Stück vom Küstenweg ist an diesem Punkt bereits

vorbei (auch wenn noch ein paar Höhenmeter warten), sodass du als Einsteiger hier gut beginnen kannst.

Bedenke allerdings, dass der Küstenweg auf den letzten 200 Kilometern gar nicht mehr an der Küste entlangführt (und strenggenommen Nordweg heißt). Tipps zur Anreise zum Startpunkt mit Bus & Bahn findest du im entsprechenden Video.

Start: z.B. Vilalba, Ziel: Santiago, Distanz: 125 Km



Welches Stück vom Weg gehe ich...

...wenn ich 1 Woche Zeit habe und...

...das schönste Stück sehen will?

Da empfehle ich dir, am Startpunkt in Irun zu beginnen und das meiner Meinung nach schönste & zugleich forderndste Stück bis Gernika (kurz vor Bilbao) zu laufen. Viele Bilder dazu findest du in der Diashow.

...das schönste Stück sehen will, das aber körperlich nicht so anstrengend ist?

Dann würde ich dir auf jeden Fall den Abschnitt von Bilbao bis Santander empfehlen. Ähnlich schön wie der erste Abschnitt, allerdings mit viel weniger An- und Abstiegen kommt dieses Stück daher. Ideal für wenig Geübte und Einsteiger.

Start: Bilbao, Ziel: Santander. Distanz: 115 Km.

(Alternative: Starte in Irun & lauf soweit du kommst.)



Welches Stück vom Weg gehe ich...

...wenn ich 1 Woche Zeit habe und...

...das an- & abreisetechnisch unkomplizierteste Stück laufen will?

Zunächst: Mit der Videoanleitung solltest du entspannt nach Irun kommen. Anderenfalls ist das Stück Bilbao bis Santander ideal.

Start: Bilbao, Ziel: Santander. Distanz: 120 Km.

...das einsamste Stück laufen will?

Wichtigster Faktor ist hier natürlich die Jahreszeit. Abgesehen davon: Viele steigen in Bilbao oder Santander in den Weg ein. Meinem Gefühl nach ist das allererste Stück von Irun bis Bilbao (siehe das schönste Stück) weniger frequentiert.

Start: Irun, Ziel: Bilbao. Distanz: 120 Km.



Welches Stück vom Weg gehe ich...

...wenn ich 2 Wochen Zeit habe und...

...Santiago sehen will?

Da würde ich dir empfehlen, in Luarca z.B. in den Weg einzusteigen. Es gibt eine direkte Busverbindung von Santiago nach Luarca, was dir die Anreise vereinfacht. So kannst du bequem über Santiago hin- und auch

zurückfliegen. Bedenke allerdings auch hier, dass du nur noch 50 Km Küste vor dir hast, da der Weg dann auf den letzten 200 Kilometern das Meer verlässt – und trotzdem noch schön bleibt. Vom Wegprofil hast du auf dieser Distanz anspruchsvollere und auch leichtere Etappen, eine gute Mischung also.

Start: z.B. Luarca, Ziel: Santiago, Distanz: 250 Km



Welches Stück vom Weg gehe ich...

...wenn ich 2 Wochen Zeit habe und...

...das schönste Stück sehen will?

Klare Empfehlung: Beginne am offiziellen Startpunkt in Irun und laufe bis Santander. Du erlebst die – für mich – schönsten 270 Km des ganzen Wegs. 😊

Das erste Stück bis Bilbao wird dich sehr fordern, lass dir da etwas Zeit. Danach geht es wesentlich leichter weiter bis nach Santander.

Start:Irun, Ziel: Santander, Distanz: 270 Km



Welches Stück vom Weg gehe ich...

...wenn ich 2 Wochen Zeit habe und...

...das leichteste Stück laufen will?

Beginne in Bilbao, wo der Weg viel ebener wird, und laufe bis Llanes z.B.

Start: Bilbao, Ziel: Llanes, Distanz: 240 Km

...das einsamste Stück laufen will?

Siehe das schönste Stück.

...das an- & abreisetechnisch unkomplizierteste Stück laufen will?

Siehe ebenfalls das leichteste Stück.



Welches Stück vom Weg gehe ich...

...wenn ich 3 Wochen Zeit habe und...

...Santiago sehen will?

Starte z.B. in Gijón. Es gibt eine direkte Busverbindung von Santiago, unter Umständen empfiehlt sich eine Anreise über Ovideo, das nur wenige Dutzend Km entfernt liegt.

Übernachtungstipp in Gijón: Pension Gonzalez, Calle San Bernardo 30.

Zwei Ruhetage sowie die An- & Abreisetage mit eingerechnet, hast du einen Tagesdurchschnitt von 21 Km vor dir. Das solltest du locker schaffen und hast vielleicht sogar noch Zeit, das Kap Finisterre zu sehen. Start: Gijón, Ziel: Santiago Distanz: 360 Km

(Falls du fit bist, kannst du auch schon früher starten, z.B. in Ribadesella, Distanz: 430 km).



Welches Stück vom Weg gehe ich...

...wenn ich 3 Wochen Zeit habe und...

...das schönste Stück gehen will?

Starte in Irun und laufe soweit du kommst, z.B. bis Llanes. Das sind 380 Km, die auch einige Höhenmeter enthalten, aber in der Zeit gut zu schaffen sein sollten.

Start: Irun, Ziel: Llanes, Distanz: 380 Km

...das leichteste Stück gehen will?

Beginne in Bilbao und laufe soweit du kommst, z.B. bis Aviles. Das wäre eine Entfernung von 365 Km. Das schaffst du, denn der Weg ist ab Bilbao weitaus weniger anspruchsvoll!

Start: Bilbao, Ziel: Aviles, Distanz: 365 Km



Welches Stück vom Weg gehe ich...

...wenn ich 4 Wochen Zeit habe?

Theoretisch kannst du den ganzen Küstenweg von Irun bis Santiago in der Zeit laufen. Doch dafür musst du relativ fit sein und darfst dir quasi keine Ruhetage gönnen. Das könnte also stressig werden, zumal es ja auch nicht nur in deiner Hand liegt, wenn dich z.B. Blasen an den Füßen aufhalten. Bist du fit? Mach's!

Wenn du es lieber etwas ruhiger angehen lässt oder (noch) nicht so fit bist, dann empfehle ich...

...falls du Santiago definitiv sehen willst:

Starte in Santander. Von hier aus sind es 600 Km bis zum Ziel. Das wären (abzüglich der beiden Tage für An- & Abreise) durchschnittlich 23 Km. Das ist eine gute Zahl.



Denn das erlaubt dir einen gewissen Spielraum, mal mehr, mal weniger zu laufen und auch hin und wieder mal einen Ruhetag einzulegen. Kommst du früher als gedacht in Santiago an, so kannst du die Zeit nutzen und noch zum Kap Finisterre weiterlaufen (gut 90 Km).

...falls du zwar mehr als 23 Km pro Tag, aber nicht den ganzen Weg in 4 Wochen laufen möchtest:

Laufe von Bilbao bis Santiago. Tagesdistanz 27 Km.

...falls du den meiner Meinung nach schönsten

Abschnitt gleich zu Beginn des Wegs laufen und trotzdem Santiago sehen möchtest:

Man kann nicht alles haben! Nein, Spaß ☺ In diesem Fall schon. Denn du beginnst einfach in Irún und überbrückst später die ein oder andere Asphalt- oder Regenetappe mit dem Bus oder Zug. Besonders ab Santander kommen ein paar Etappen hinzu, die sehr asphaltlastig sind. Auch die letzten 40 Km von Gernika bis Bilbao kannst du eventuell auch „skippen“, da sie auch immer wieder Industriegebiete passieren.



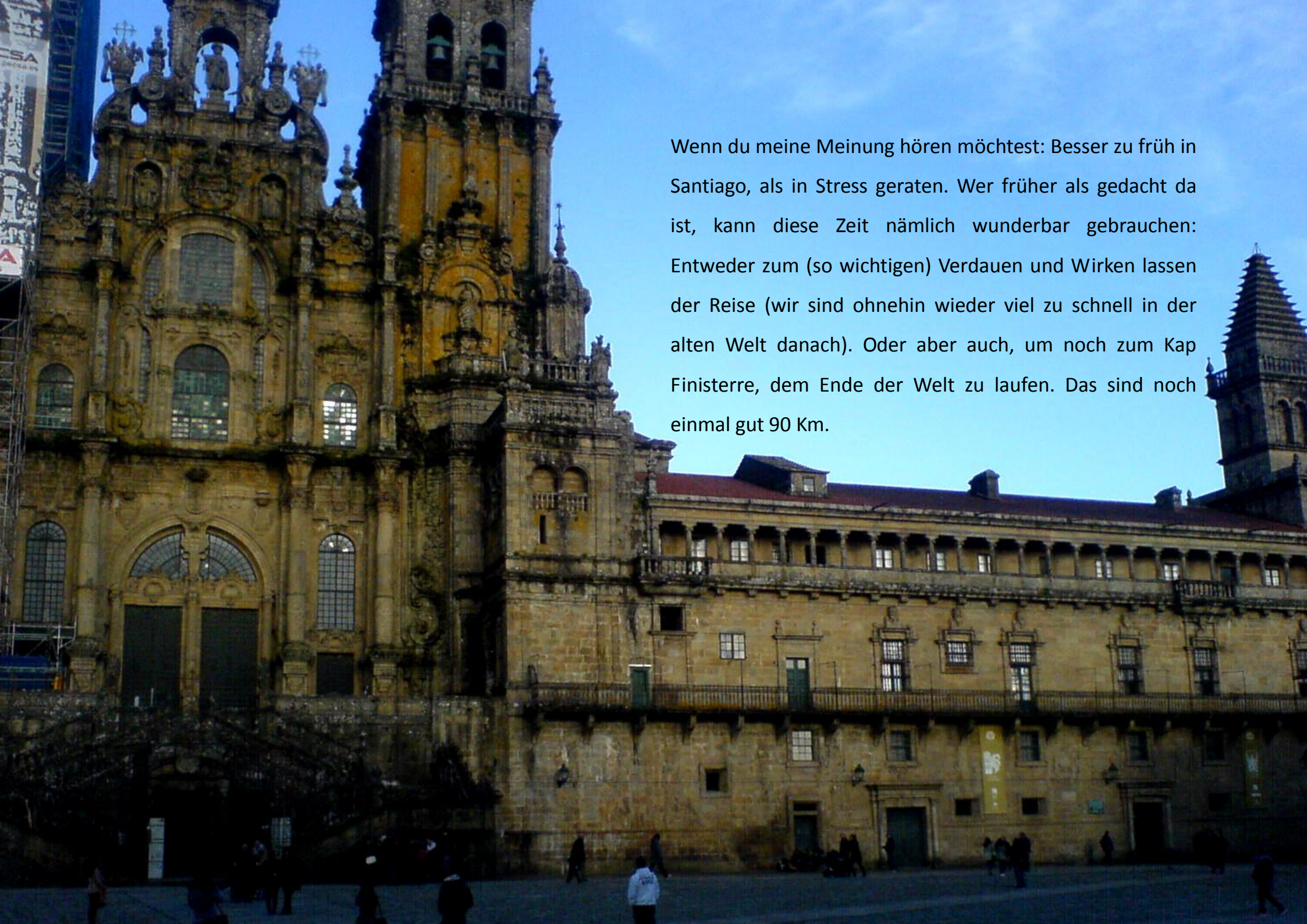
Ich will den ganzen Weg laufen!

Yeah, eine tolle Entscheidung! 😊 Das sind 850 Km insgesamt. Nun ist die Frage, wie viel Zeit du dir lassen möchtest?


Ein gemütlicher Pilger mit einem Tagesschnitt von 15 Km wird für die ganze Strecke ca. 60 Tage brauchen.

Ein sehr ambitionierter Pilger hingegen kann den Weg bei einem Schnitt von 30 Km auch in 4 Wochen schaffen.

Für den Durchschnittspilger (blödes Wort, ich weiß) veranschlagt man 35-40 Tage. Ich würde eher zu den 40 Tagen tendieren, mindestens. Das entspricht einem Tagesschnitt von 23 Km, wobei 3 Off-Days sowie die An- & Abreisetage bereits eingeschlossen sind.



Wenn du meine Meinung hören möchtest: Besser zu früh in Santiago, als in Stress geraten. Wer früher als gedacht da ist, kann diese Zeit nämlich wunderbar gebrauchen: Entweder zum (so wichtigen) Verdauen und Wirken lassen der Reise (wir sind ohnehin wieder viel zu schnell in der alten Welt danach). Oder aber auch, um noch zum Kap Finisterre, dem Ende der Welt zu laufen. Das sind noch einmal gut 90 Km.



Wer aber zu knapp kalkuliert, muss ggf. den Bus nehmen oder sich hetzen. Eine gute Möglichkeit ist auch, erstmal nur ein One-Way-Flugticket nach Santiago zu buchen.

So bist du nicht an einen Termin gebunden und kannst unterwegs entscheiden, wann du zurückfliegst. Das Rückticket buchen kannst du dann z.B. in einem Internetcafé oder du rufst einen Bekannten daheim an.

Preislich habe ich mit spontanen Ticketkäufen gemischte Erfahrungen gemacht: Wenn du Glück hast (und nicht auf einen Tag festgelegt bist), kannst du (besonders in der Nebensaison) ein günstiges Rückflugticket erwischen. Ich habe aber auch schon viel Geld dafür hinblättern müssen.

10. Wie komme ich zum Startpunkt und zurück?

Solltest du vom offiziellen Startpunkt in Irun aus oder von Bilbao aus starten, ist es oftmals am einfachsten, wenn du nach Bilbao fliegst. Germanwings bietet z.B. Direktflüge von Düsseldorf an, die dich innerhalb von nur zwei Stunden nach Bilbao bringen. Von anderen deutschen Flughäfen kannst du ggf. über Düsseldorf nach Bilbao fliegen, oder vielleicht sogar ebenfalls direkt mit einer anderen Fluggesellschaft. Zur Recherche und zum Preisvergleich lege ich dir die Flugsuchmaschine **Skyscanner.com** ans Herz.

Willst du nach **Irun**, so steigst du in Bilbao direkt am Flughafen in den Bus nach San Sebastian (nicht erst ins Zentrum!). In San Sebastian läufst du zehn Minuten zu Fuß zum Bahnhof, von dort sind es dann noch 20 Minuten mit der Bahn bis nach Irun. Die Herberge ist nahe des Bahnhofs. Zu anderen Startpunkten kommst du meist mit den Bussen von **alsa.es**. **Zurückfliegen** kannst du direkt von Santiago, oder auch von Ovideo oder eventuell Porto.

11. Wie läuft das in den Herbergen ab?



Du brauchst definitiv deinen **Pilgerausweis**, um in den Herbergen übernachten zu können. Es gibt öffentliche Herbergen (Spendenbasis oder 5€) sowie private Herbergen (meist 10-12€).

Die privaten Herbergen sind oftmals ruhiger, kleiner und luxuriöser. Achte bei der Wahl der Herberge nicht nur auf Öffnungszeiten und Zahl der Betten, sondern auch auf die Zahl der Zimmer. 40 Betten in 8 Zimmern ist etwas anderes, als 40 Betten in einem Zimmer. Alle Angaben findest du im beiliegenden Unterkunftsverzeichnis.



Pilgerherbergen sind nicht jedermanns Sache und es werden hier und da gerne Horrormärchen von schlaflosen Nächten und “sägenden” Schnarchern erzählt. Das kann so sein, muss es jedoch nicht, zumal sich solch großen Schlafsäle eher auf dem bekannten Camino Francés und nur selten auf dem Küstenweg finden lassen. Daher würde ich dir ans Herz legen, falls du kritisch bist, es zumindest ein Mal zu probieren für ein, zwei Nächte.

Nicht nur, dass Pilgerherbergen die günstigste Art zu pilgern sind; auch triffst du hier viele andere Pilger und somit auch Gleichgesinnte. Pilger sind wie eine Familie, denn uns verbindet eine größere, gemeinsame Sache, und das spürt man. Wer jedoch lieber auf Pensionen und Hotels ausweicht, dem sei auch das gestattet und der mag [booking.com](https://www.booking.com) zur Hilfe nehmen; jeder so, wie er es möchte.

Die Pilgerherbergen öffnen für gewöhnlich gegen Mittag oder am frühen Nachmittag. Die Bettenverteilung

läuft in der Regel nach dem Prinzip: Wer zuerst kommt, mahlt zuerst – zumindest in den öffentlichen Herbergen. In den privaten Herbergen sind mitunter telefonische Vorabreservierungen möglich (s. Unterkunftsverzeichnis), in den öffentlichen Herbergen definitiv nicht.

Nach Vorlage des **Pilgerausweises** bekommst du einen – oftmals individuellen – Stempel hinzu und ein Bett. Die – hoffentlich – warme **Dusche** ist natürlich ebenso inklusive. Frühstück gibt es hin und wieder, ebenso ein **Menü** am Abend, wobei letzteres natürlich nur per Aufpreis von meist rund 10€ erhältlich ist. Andere Herbergen haben eine Küche, wo du dich selbst versorgen kannst. Gibt es beides nicht, so suchst du eine Bar im Ort auf für das Abendessen.

Bis dahin gibt es meist noch genug zu tun: Nach der Dusche will die durchgeschwitzte **Pilgerwäsche** gewaschen und aufgehangen werden. Mit etwas Glück hast du eine

Herberge mit Waschmaschine erwischt (siehe Unterkunftsverzeichnis unter “Besonderheiten”), anderenfalls ist halt Handwäsche dran. Auch wirst du froh sein, wenn du nach dem möglicherweise anstrengenden und kilometerreichen Pilgertag noch ein bisschen Zeit zum Ausruhen, Tagebuchs schreiben oder Lesen hast.

Um 22 Uhr ist meist pünktlich **Bettruhe** angesagt für alle und das Licht wird gelöscht. Die privaten Herbergen sind hier manchmal etwas großzügiger. Morgens ab frühestens vier Uhr, spätestens aber sechs Uhr oder sieben Uhr wirst du durch das Rascheln deiner Mitpilger geweckt und ein neuer Pilgertag beginnt. Ausschlafen ist hier schwer möglich, spätestens um 9 Uhr wirst du aus der Herberge “geworfen”, damit diese gereinigt und fit für die nächsten Pilger gemacht werden kann. Nach Geschlechtern getrennte Sanitäreinrichtungen sind die Regel, getrennte Schlafsäle in den Herbergen aber die Ausnahme.

12. Was nehme ich an Ausrüstung mit & was lasse ich zuhause?

Die passende Ausrüstung ist das A & O für deine Reise. Du erkennst den typischen Pilgerneuling daran, dass er viel zu viel Gepäck dabei hat und darunter leidet. Erfahrene Pilger nehmen meist inklusive Proviant nicht mehr als **ca. 8 Kg** mit (+/- 1 Kg). Generell gilt als Faustregel: Das Gewicht deines gepackten Rucksacks sollte **maximal zehn Prozent** deines Körpergewichts betragen.

Den Fokus solltest du auf gute **Wanderschuhe** sowie Wandersocken legen, schließlich sind die Füße das Kapital des Pilgers. Die Schuhe möglichst anprobieren, eine halbe Nummer größer kaufen mindestens (da die Füße weiter werden beim Laufen) und vorher etwas einlaufen. Auch Regenkleidung ist wichtig, damit du nicht frierst unterwegs. In der ausführlichen Packliste findest du alle wichtigen Ausrüstungsgegenstände, einige davon sind nur optional.

Packliste für den Jakobsweg:

Kleidung & Co

- Rucksack (Meine Empfehlungen: Der neue Osprey Porter 46 oder der Deuter ACT Lite 40+10, Tests dazu hier)
- Regenschutz für den Rucksack (zum Rucksack passende Literzahl!)
- Schlafsack (mit diesem bin ich sehr zufrieden, gibt es auch speziell für Frauen)
- 2 zippbare Trekkinghosen (wovon du im Sommer eine ohne Beine mitnehmen kannst. Tipp: Meru als Hausmarke von Globetrotter bietet gute & dabei noch bezahlbare Trekkinghosen an)
- 2-3 Funktionsshirts (kein weiß, wird dreckig, ich hab's getestet ;))
- Longsleeve
- 2-3 Paar Wandersocken (viele Pilger schwören auf diese Socken)
- 2-3 Funktionsunterhosen (oder diese Slips für Herren und Damen)
- Wanderschuhe (möglichst ½ bis 1 Nr. größer kaufen) oder Multifunktionsschuhe/Trailrunningschuhe
- Fleecepulli (100er oder 200er Fleece)
- Flipflops (oder Crocs alternativ)

- Regenjacke (Wassersäule nicht unter 5.000) oder Poncho (gibt es auch inkl. Rucksack-Schutz hier) oder Trekking-Schirm
- Regenhose (alternativ Gamaschen)
- Reisehandtuch (Tipp: Cocoon, siehe dazu den Extra-Artikel)
- Sonnenschutz (Kappe oder Hut)
- *Isomatte (nur, falls du zeltest)
- *Badehose (falls du den Küstenweg gehst)
- *Turnschuhe/Wandersandalen
- *Pacsafe für den Rucksack (zur Sicherheit, Tipp: besser etwas größer kaufen als Literzahl des Rucksacks)
- *Nylonstrümpfe (manche tragen diese unter den Wandersocken, um Blasen zu verhindern. Für Experimentierfreudige & Pilger, die zu Blasen neigen)

Hygiene & Gesundheit

- Kleinen Kulturbeutel
- Kleine Tube Duschgel
- Kleine Tube Handwaschmittel
- (Reise)Zahnpasta (+ ggf. Zahnseide)
- Zahnbürste
- Blasenpflaster
- Hirschtalcreme (für die Füße, wichtig!)
- Vitamin(brause)tabletten oder ein Vitamin-Komplex
- Magnesium-Sticks zur Entlastung der Muskeln

- 2 Packungen Taschentücher
- Verhütungsmittel
- Sonnencreme
- Tabletten gegen Kopfschmerzen, Fieber, Übelkeit
- *Kamm
- *Rasierer
- *Nagelpflegeset (alternativ nur Taschenmesser)

Technische Ausrüstung

- Handy + Ladekabel + Powerbank (gegen Steckdosenüberbelegung in Herbergen)
- Mp3-Player + Batterien + Kopfhörer
- *Kamera + Ladekabel (Empfehlung diese oder diese, falls dein Handy keine guten Fotos macht oder du mehr Anspruch hast)
- *Stativ
- *USB-Stromadapter
- *Kindle Ebook-Reader + Ladekabel (zum Lesen abends in der Herberge, falls du in der Nebensaison pilgerst oder gerne mal für dich bist, siehe dazu auch den Extra-Artikel)
- *Waage (vorab zum Packen)
- *spanische SIM-Card (kannst du dort noch kaufen)(ggf. auch Aufbewahrungsschutz)
- *Taschenlampe bzw. Stirnlampe (zum Pilgern bei Dunkelheit & nachts in der Herberge, Tipp hier diese superleicht & genügt)

Geld & Papiere

- Portemonnaie
- Personalausweis
- Pilgerausweis (zur Not vor Ort zu bekommen)
- Flugtickets
- EC-Karte
- Krankenversicherungskarte
- Notfall-Rufnummern der Bank & Krankenkasse/Auslandsreisekrankenversicherung (z.B. bei der Hanse-Merkur)
- Rufnummern + Adressen Freunde
- Bargeld (besonders ratsam, falls du keine Kreditkarte hast, da Geldabheben dich dann jedes Mal kostet)
- Kreditkarte (Meine Empfehlung: DKB-Kreditkarte – ideal zum Reisen, da weltweit gebührenfreies Abheben)

Der Rest

- Pilgerführer (siehe Extra-Artikel dazu)
- Tagebuch
- Stift
- Jakobsmuschel (als Symbol & Erkennungszeichen am Rucksack, falls sie dir zu schwer ist, es gibt auch kleine Anstecknadeln mit einem gelben Pfeil hier)
- Taschenmesser
- Sonnenbrille + Etui
- Löffel-Messer-Gabel in einem

- Brille
- Zusammenfaltbare Trinkflasche
- Einige Ziplocktüten oder diese Stausäcke (zur Sortierung im Rucksack + Wasserschutz, möglichst raschelfrei)
- Plastiktüte (für schmutzige Wäsche)
- Ohrstöpsel
- *Reise-Wasserfilter
- *Zelt
- *Wäscheleine
- *Tupperdose (für Picknick + offenes Essen)
- *Notproviant (Müsliriegel oder Nüsse oder Traubenzucker)
- *Sprachführer
- *Erste-Hilfe-Pack
- *Nähset (für kl. Reparaturen z.B. am Rucksack)
- *Sicherheitsnadeln
- *Trekkingstöcke (nein, kein Muss)
- *Becher
- *Sitzkissen

Alle Dinge, die mit einem Sternchen (*) gekennzeichnet sind, sollten nur dann mit, wenn du sie wirklich brauchst.



13. Was ist ein Pilgerausweis & wo erhalte ich ihn?



Du benötigst den Pilgerausweis, um in den Herbergen übernachten zu dürfen. Zugleich weist du damit deine Pilgerreise nach und kannst dir damit im Pilgerbüro in Santiago de Compostela deine Pilgerurkunde abholen. Bedingung: Du bist mindestens die letzten 100 Km gelaufen, Radpilger die letzten 200 Km.



Jedes Mal, wenn du in einer Herberge übernachten möchtest, zeigst du den Pilgerausweis vor. Du erhältst zudem jedes Mal einen Stempel. Einige Pilger machen es sich zum Hobby, möglichst viele Stempel zu sammeln. Häufig sind Bars, Restaurants, Hotels und natürlich Kirchen gute Anlaufstellen dafür.

Der Pilgerausweis last sich über die Jakobusgesellschaften bestellen. Am günstigsten ist er allerdings über den [Pilgino-Online-Shop](#) zu erhalten (2 €, Stand Dez. 2016). Tipp: Am besten schon 10-14 Tage vor der Reise bestellen, damit er rechtzeitig da ist. In diesem Shop findest du übrigens auch einige empfehlenswerte Ausrüstungsgegenstände.

Du bekommst den Pilgerausweis auch an einigen Orten auf dem Küstenweg. Doch bevor du dort anfängst, zu suchen, würde ich den Ausweis vorab bestellen. Denn vergessen wir nicht: Der Küstenweg ist trotz wachsender Bekanntheit (zum Glück) noch nicht so infrastrukturiert wie der Camino Francés.

Für Online-Kurs-Teilnehmer: Zu den Themen

- **An- & Abreise**
- **Kostenkalkulation**
- **Ausrüstungsleitfaden**
- **Training/Vorbereitung u.a.**

findest du entweder ausführliche Videos oder Arbeitsblätter zum Downloaden.

14. Wertvolle Bücher & Internetadressen

-Pilgerführer Küstenweg von Raimund Joos im Outdoor-Verlag (ISBN 978-3866864054, [hier erhältlich](#))

-Langenscheid Sprachführer Spanisch inkl. Ebook (ISBN 978-3468223488)

-Webseite mit Auskunft über Herbergen & Öffnungszeiten:
<http://www.caminosnorte.org/cnalbergues.html>

<http://www.gronze.com/camino-de-santiago/caminos/guia-del-camino-del-norte> (Toller Online-Pilgerführer für den Küstenweg u.a. mit Karten, Wegprofil, Fotos & Unterkunftsverzeichnis)

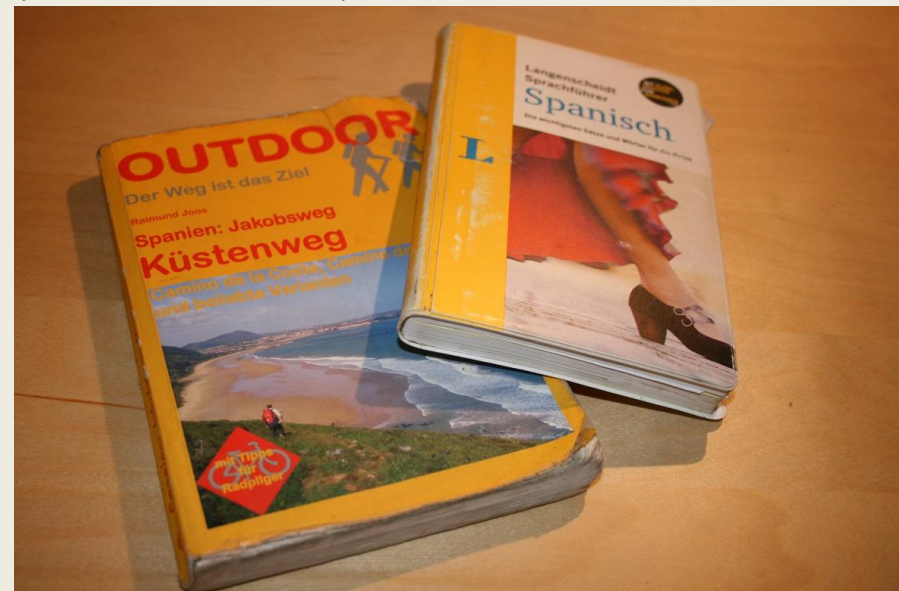
-<http://www.pilginoshop.com/> (Pilgerausweis & Ausrüstung)

-<http://jakobsweg-kuestenweg.com/pilgern-packliste-fuer-den-jakobsweg-pdf/> (Kommentierte Packliste & Ausrüstungstipps)

-<http://www.jakobus-info.de/> (Infoseite über den Jakobsweg)

-<http://peregrinossantiago.es/eng/pilgrims-office/statistics/> (Aktuelle offizielle Pilgerstatistiken)
-<http://www.skyscanner.de/>(Flugsuchmaschine)
-<http://www.rome2rio.com/de/>(International schnell von A nach B kommen mit Bus, Bahn, Flugzeug)
-<http://www.alsa.es/> (Busverbindungen in Spanien)
-<http://renfe.com/>(Zugverbindungen in Spanien)
-In Frage kommende Airlines: www.ryanair.com/de, www.airberlin.de, www.easyjet.de, www.germanwings.com u.a.
-Studie zum Buchen der günstigsten Flüge: <http://www.spiegel.de/reise/aktuell/studie-von-kayak-sofinden-sie-den-guenstigsten-flug-a-1015491.html>
-für Unterkünfte abseits der klassischen Pilgerherberge: <https://www.airbnb.de>, <http://www.booking.com/>, <https://www.couchsurfing.org>

-GPS-Track:
<http://www.gpsies.com/map.do;jsessionid=F587C4A486E1E714E88927F624EAECD2?fileId=kjloxlhdsavzw>
-GPS-Track:
<http://www.gpsies.com/map.do?fileId=tgokwrsdsiiljft>
-Küstenweg-App von Rother:
<http://www.rother.de/rother%20wanderf%FChrer-jakobsweg%20-%20camino%20del%20norte-4392.htm>
(rechts in der Sidebar)



Schlusswort:

Nun wünsche ich dir viel Spaß beim Inspirieren lassen, planen und dann pilgern!

Hat dir das eBook geholfen? Vermisst du etwas? Hast du noch eine Frage?

Ich freue mich sehr über dein Feedback und natürlich auch über ein paar Sätze dazu, wie deine Reise dann war! 😊

A handwritten signature in black ink on a white rectangular background. The signature reads "Christoph" in a cursive, slightly slanted script.

Copyright:

Christoph Erkens, 2. Auflage, 2016

Bildnachweis:

Christoph Erkens, Katrin Dubois, Emmanuel Roos, Hannes Gebauer, gronze.com, lunamarina

Mit Dank für die freundliche Genehmigung für die Verwendung der Fotos & Grafiken!

Impressum:

Siehe www.jakobsweg-kuestenberg.com/impressum-kontakt