

Praktische Aspekte

Praktische Aspekte

Wann pilgern?

Der Ignatius-Weg ist ca. 600 Kilometer lang, durchquert das bergige und oft feuchte Baskenland, das Trockengebiet der Monegros in der Nähe von Zaragossa. Aus diesem Grund stellen wir uns zwei verschiedenen Klimazonen auf unserem Weg und können den idealen klimatischen Moment nicht auswählen. Vielleicht sind der Frühling und der Herbst die besten Jahreszeiten für den Ignatius-Weg.

Die Region um Zaragossa hat ein halbtrockenes, kontinentales Mittelmeerklima, typisch für das Ebro-Tal. Die durchschnittlichen Niederschläge liegen bei 310mm und fallen vor allem im Frühling mit einem ausgeprägt trockenen Sommer. Die Temperaturen im Sommer sind hoch und erreichen bis 40 Grad Celsius. Im Winter gibt es niedrige Temperaturen (zwischen 0 und 10 Grad Celsius), bedingt durch den Nebel und den kalten und trockenen Nordwind. Der Schneefall kann im Winter das größte Hindernis auf dem ersten Teil des Weges von Loyola nach Logroño sein.

Wir empfehlen einen Blick auf [Meteorologie Spanien](#) zur Vorbereitung der Strecke in der Region, in der wir pilgern.

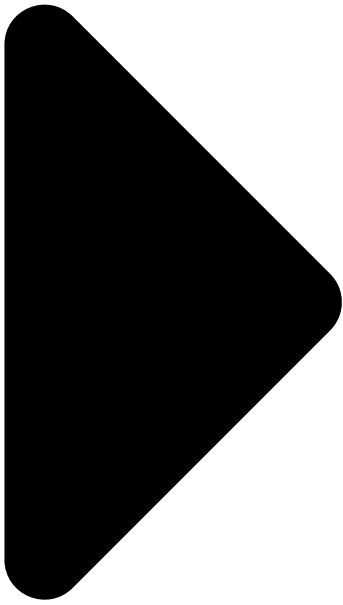
- Im Moment ist der Ignatius-Weg eine eindeutig teurere Variante als der Jakobsweg nach Santiago de Compostela, wo wir zahlreiche Pilgerzentren finden, die teilweise nicht mehr als 12 Euro für ein Bett und eine Dusche verlangen. Viele dieser Zentren entstanden im Laufe der letzten 15 Jahre durch die stetig steigende Zahl von Pilgern. Wir hoffen, dass die Leser unserer Web-Seite (und andere) den Ignatius-Weg gehen, im Zeichen einer neuen Pilgerschaft, durch die neue Übernachtungsmöglichkeiten für Pilger entstehen werden und dadurch die Kosten sinken.
- Für den Transport zum Ausgangspunkt und nach Hause am Ende der Strecke solltet ihr *zwischen je 45 und 65 Euro* rechnen. Das hängt von unsrer Entscheidung ab: Es kann billiger, aber auch teurer als die

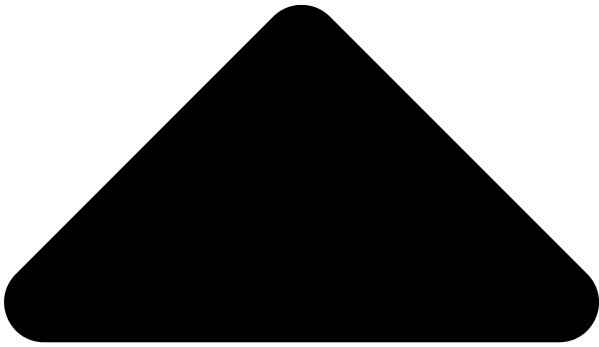
angegebenen Beträge sein, jeder Pilger, jede Pilgerin entscheidet für sich selbst.

- *Unterkunft*: zwischen 15 und 20 Euro in einer öffentlichen oder privaten Schutzhütte/Pilgerunterkunft oder zwischen 30 und 50 Euro für eine Pension oder Hotel. Und wenn wir unter freiem Himmel schlafen, kostet es nichts! Denken wir daran, das ein oder zwei Mal zu machen! Das ist am besten für unseren Geldbeutel, aber es ist nicht immer entspannend.
- *Abendessen*: In vielen Dörfern und Städten gibt es ein Touristenmenü für nur 15 Euro, das einen Salat oder eine Suppe, das Hauptgericht, Desert und oft den Wein beinhaltet. Manche Pilger kaufen ihr Essen in kleinen Läden und haben so mehr Geld für die Übernachtung zur Verfügung. Küchen oder Küchenutensilien stehen auf dem Weg nicht bereit, schon allein deshalb, weil die Anzahl der Pilgerunterkünfte sehr begrenzt ist.
- *Frühstück und Mittagessen* sind eine Gelegenheit für den Pilger Geld zu verschwenden oder zu sparen. Wir sollten jeden Nachmittag die Lebensmittel für das Frühstück und das Mittagessen am nächsten Tag einkaufen, was zwischen 5 und 7 Euro kostet. Frühstück und Mittagessen in einer Bar könnten ca. 25 Euro pro Tag kosten. Auf jeden Fall sollten wir bedenken, dass die Bars, die uns Kaffee und Croissants anbieten, bei Tagesanbruch noch nicht öffnen.
- *Wasser*: Das Leitungswasser ist normalerweise gesundheitlich unbedenklich. Wenn wir es im Supermarkt kaufen, sollte man für die täglichen Ausgaben noch einmal zwei Euro dazurechnen. Nicht zu vergessen all die anderen Kleinigkeiten, die wir im Laufe unserer Pilgerreise probieren wollen!
- *Eine Bankkarte ist nützlich*: Es reicht vollkommen aus, wenn wir das Geld für die ersten zwei, drei Tage in bar mitnehmen. Danach können wir das Geld an den Bankautomaten abheben. Vielleicht erkundigen wir uns vor der Reise bei unserer Bank, welche zusätzlichen Kosten uns belastet werden, wenn wir bei anderen Banken Geld abheben. Manche Banken berechnen dafür nichts, andere haben ihre Tarife.

Wieviel kann das kosten?

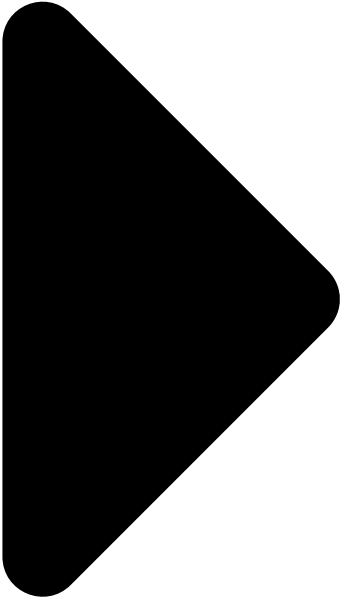
Vorbereitungen.

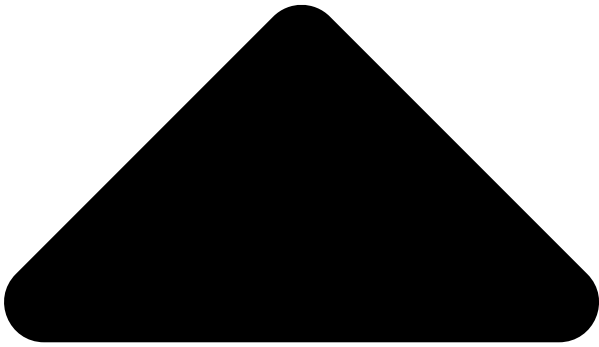




Körperliche Kondition

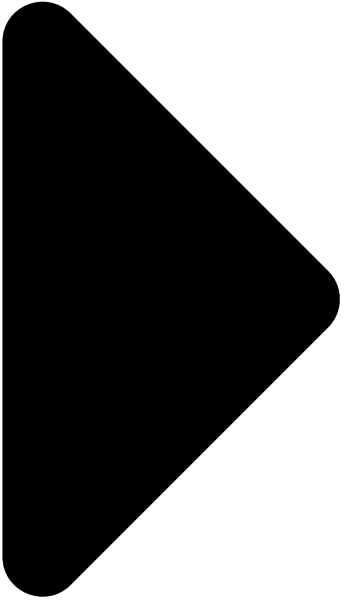
Einige einfache Vorbereitungen erhöhen in erheblichem Maße die Möglichkeiten für eine weniger anstrengende Wanderung, eine Pilgerwanderung ohne Schmerzen. Konkret: Wandern! Machen wir einige längere Wanderungen mit den gleichen Schuhen, die wir dann während der Pilgerreise tragen werden. So können wir sicher sein, dass die Schuhe gut passen und flexibel sind. Während diesen Einlauftouren sollten wir auch schon den gepackten Rucksack tragen, mit dem in etwa gleichen Gewicht, wie wir es dann später auf der Pilgerwanderung haben werden. Der Rucksack sollte nicht mehr als 10% unseres Körpergewichtes wiegen. Gehen wir sicher, dass wir dieses Maximum nicht überschreiten und vergessen wir dabei nicht das wesentliche Gewicht einer Wasserflasche. Es gibt viele Läden auf unserem Weg, wo wir alle Notwendige kaufen können.

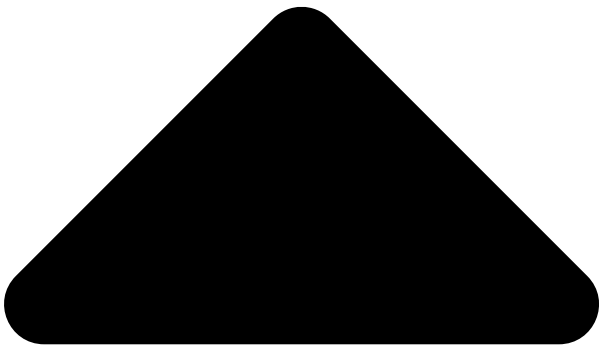




Ausrüstung

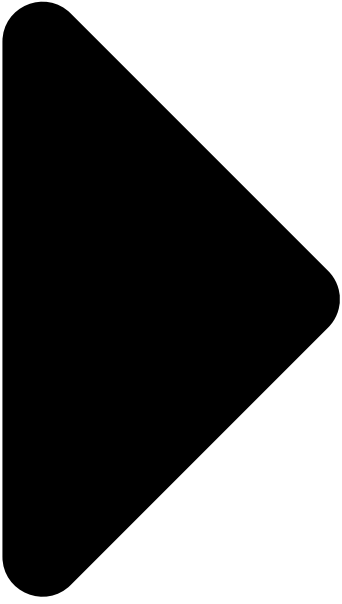
Wir können uns nicht auf alle Eventualitäten vorbereiten und selbst wenn wir versuchen sollten, uns auf alles vorzubereiten, würden wir uns zu viele unnützliche Sachen aufladen, die wir dann wieder loswerden wollten. Es ist gut, die vernünftigsten Entscheidungen zu treffen und den Geist einer Pilgerreise zu akzeptieren, das heißt, zu vertrauen! Die Lösungen werden sich zeigen. Am Wichtigsten sind die Schuhe: Leicht, aber mit dem notwendigen Schutz. Dabei sollten wir die Jahreszeit in Betracht ziehen, die wir für unsere Pilgerreise gewählt haben: Der Winter wird kalt und feucht sein in der Gegend von Loyola, während er Sommer in Zaragossa sehr heiß und trocken ist.

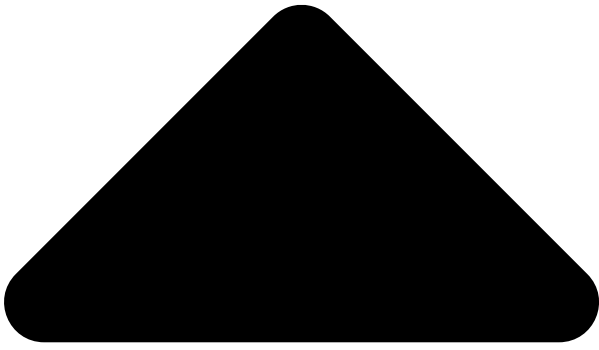




Rucksack

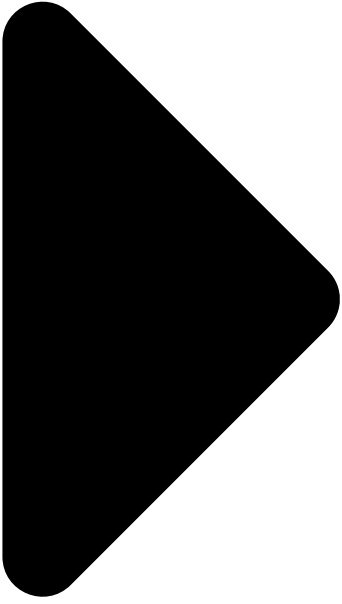
Einige Rucksäcke sind darauf abgestimmt, möglichst viel Gepäck für kurze Strecken aufzunehmen. Wir wollen das Gegenteil: Wir brauchen einen leichten Rucksack, der sich gut dafür eignet das Gewicht bis zur Hüfte zu verteilen (nicht nur auf den Schultern). Achten wir auf verschiedene Fächer. Manche Rucksäcke haben zu viele Fächer, mehr als ein Raumschiff: Wir würden nie das finden, was wir gerade suchen. Andere Rucksäcke sind so schlecht aufgeteilt, dass man meint, man suche etwas in einem Mäuseloch oder auf dem Grund eines Brunnens. Wir sollten die Regenkleidung nicht vergessen, die uns und den Rucksack vor dem Regen schützt. Es empfiehlt sich, ein leichtes Modell zu kaufen, das im Rucksack wenig Platz beansprucht.

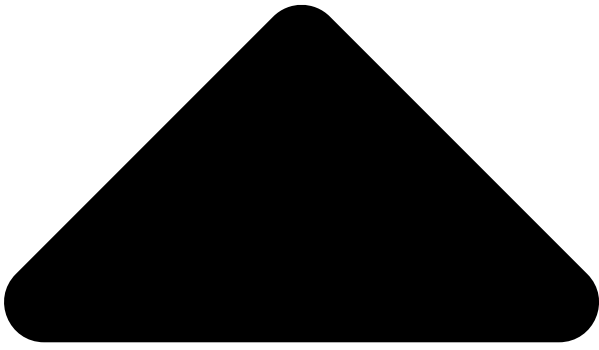




Regenponcho

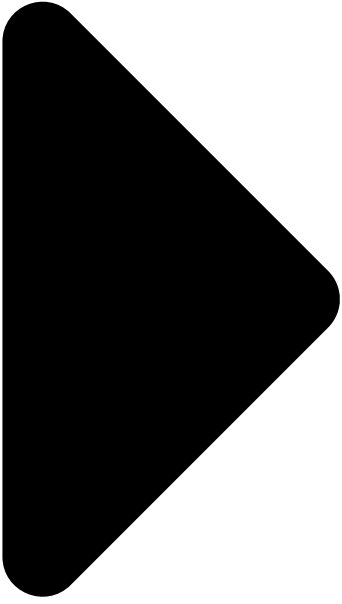
groß genug, um den ganzen Rucksack abzudecken.

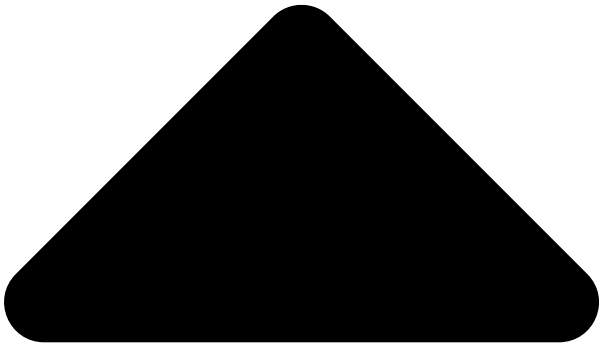




Ein kleines Handtuch

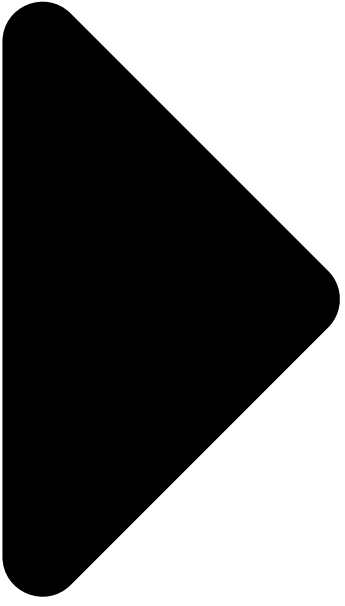
Es braucht nicht viel Platz und trocknet schnell.

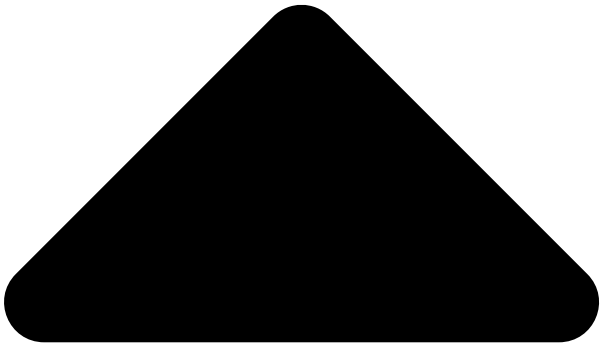




Sonnenschutz

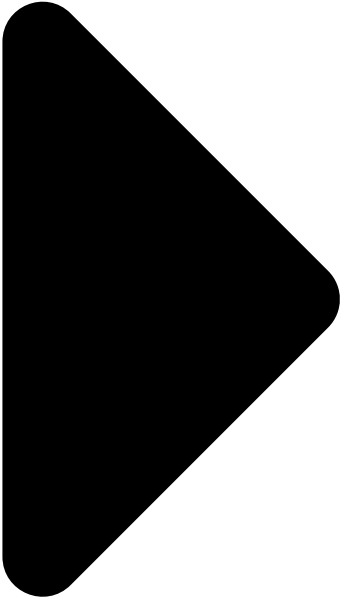
Die Sonne Spaniens kann ein sehr "heißer" Freund sein und auf manchen Teilen des Ignatius-Weges finden wir wenig Schatten. Man sollte auch an einen Lippenbalsam denken.

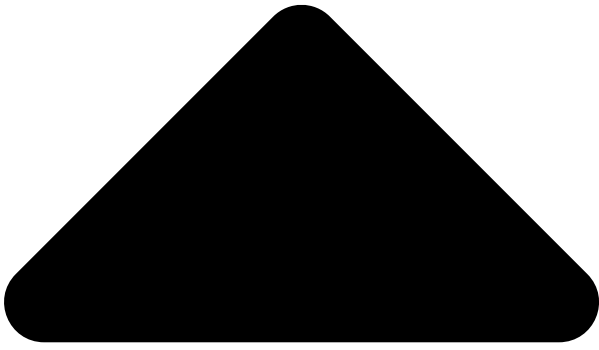




Sonnenhut mit breiter Krempe

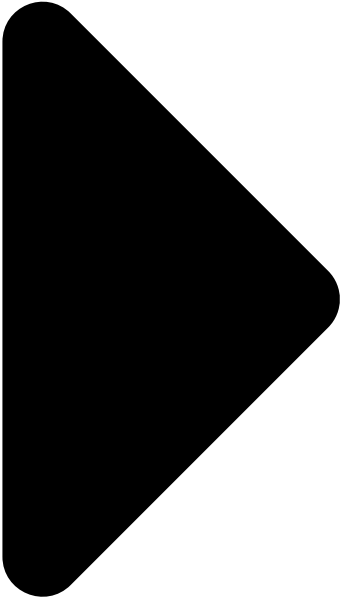
Zum Schutz vor der Sonne, inklusive Ohren.

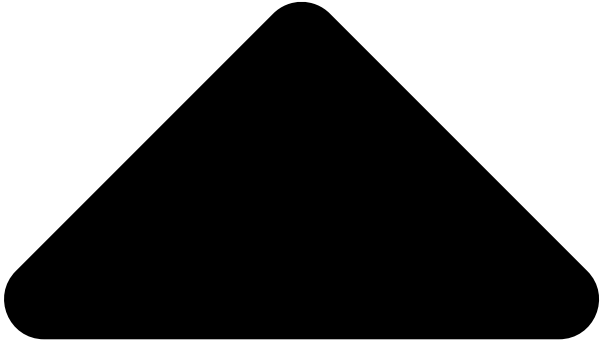




Halstuch

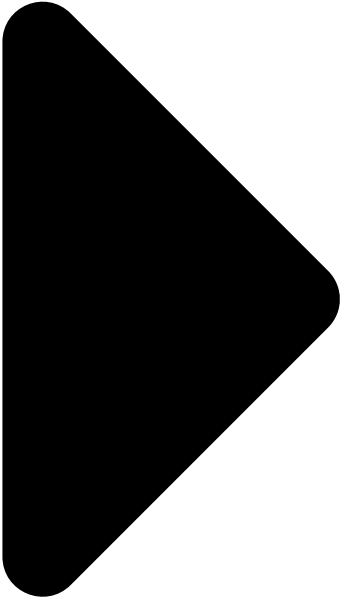
Schützt den Hals vor der Sonne und dient zum Schweiß abwischen.

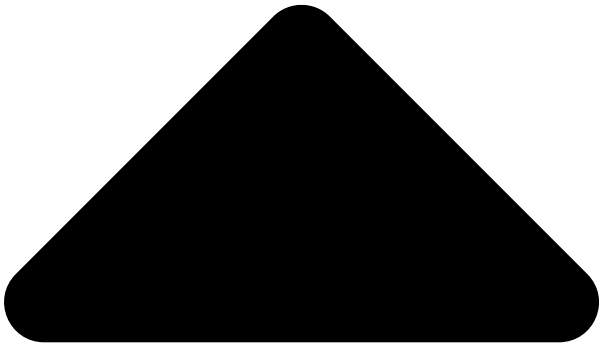




Sonnenbrille

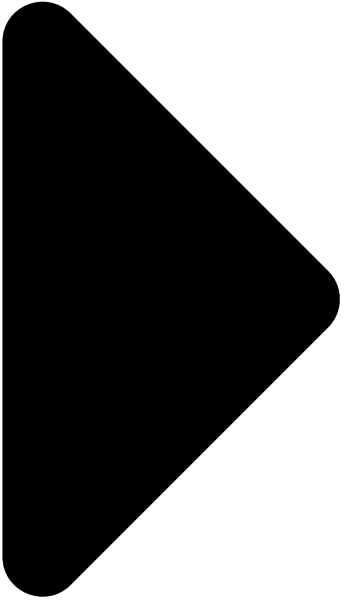
Schützt vor der Sonne.

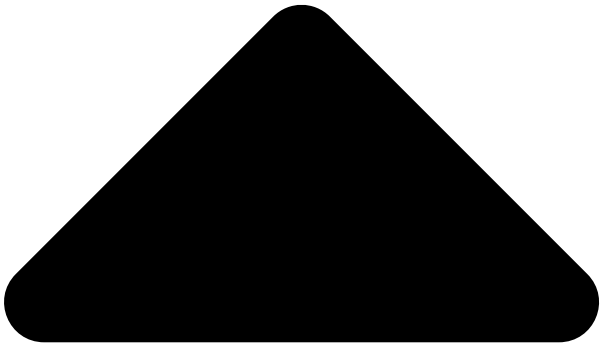




Erste Hilfe

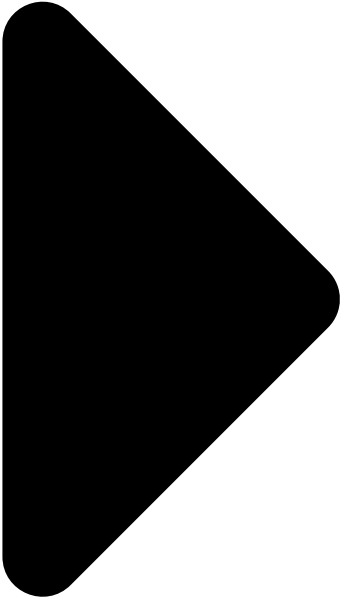
Etwas Material für die Behandlung der Wasserblasen. Es ist wichtig bei den geringsten Beschwerden und sich ankündigenden Blasen einen Verband anzulegen. Warten wir nicht ab, bis sich eine komplette Blase gebildet hat. Es empfiehlt sich, eine kleine Menge normaler Schmerztabletten wie Ibuprofen mitzunehmen. In jedem Fall werden wir feststellen, dass Spanien über ein weites Apothekennetz verfügt. Ratsam ist es auch, Ohrstöpsel mitzunehmen für laute Nächte durch schnarchende Menschen in den Schlafsälen der Pilgerherbergen.

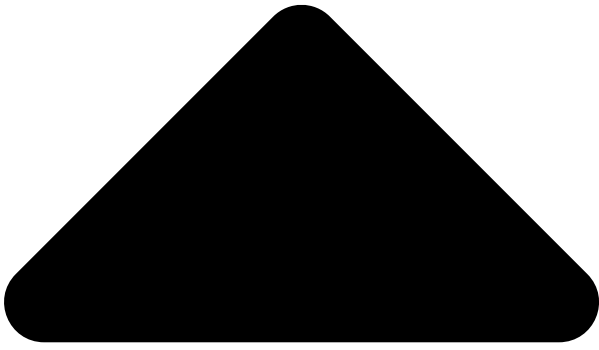




Wasserflasche

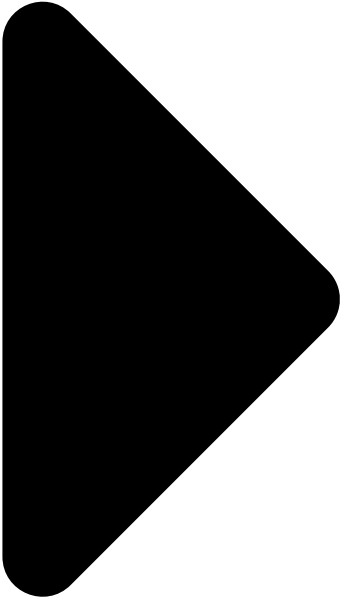
unentbehrlich

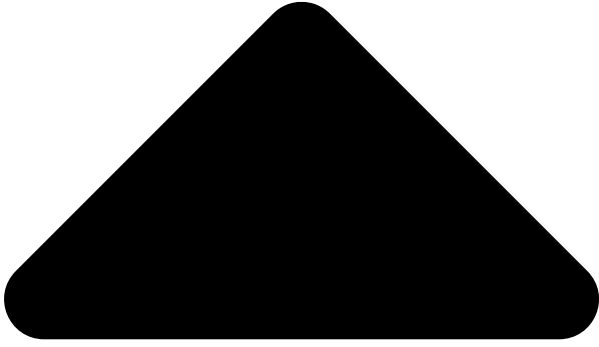




Taschenlampe

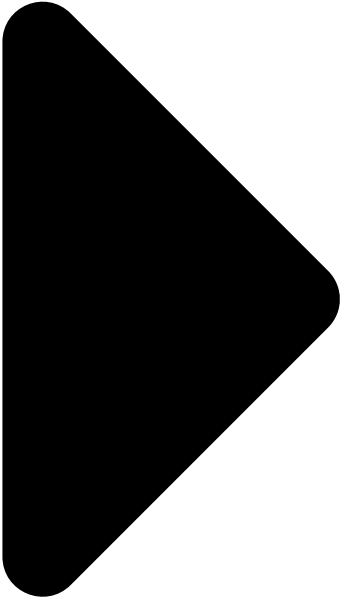
Zum Frühaufstehen am Morgen ohne andere Personen zu stören. Zum Laufen bei Nacht. Zum Lesen nach dem Ausschalten des Lichtes.

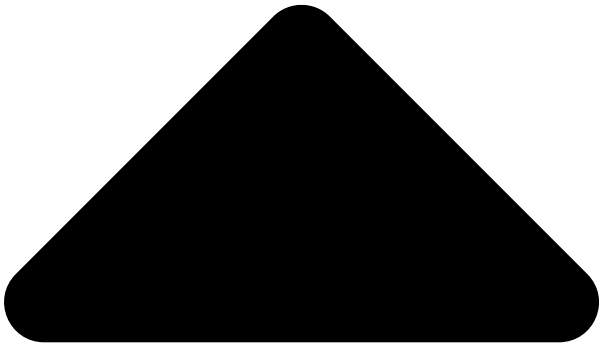




Toilettenpapier

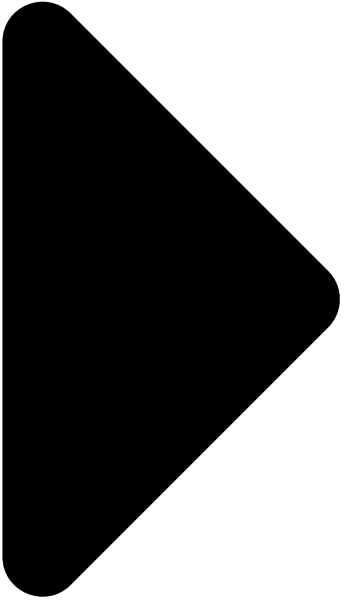
Es ist immer nützlich und vor allem deshalb, weil wir es so manche Nacht unter dem Licht der Sterne benutzen werden.

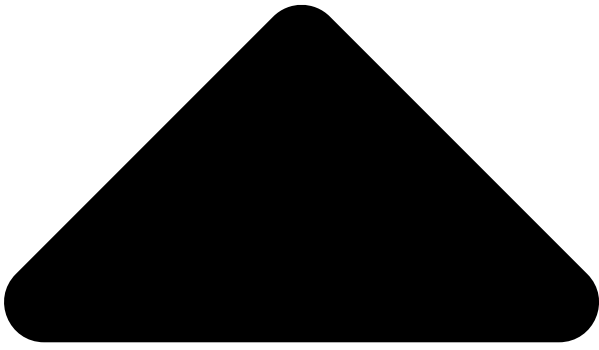




Sandalen oder Flip-Flops

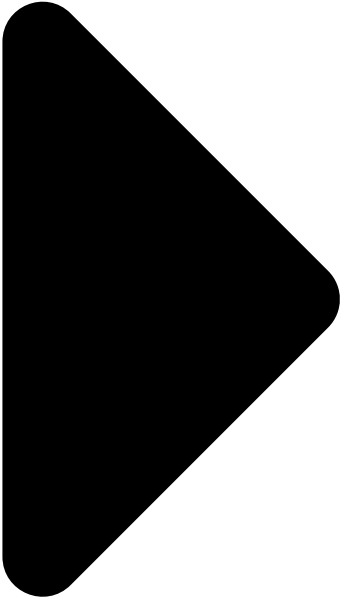
für den Nachmittag/Abend: Sie sind am leichtesten. Dabei ist es wichtig, an die Jahreszeit zu denken. Vielleicht ist es für Flip-Flops zu kalt.

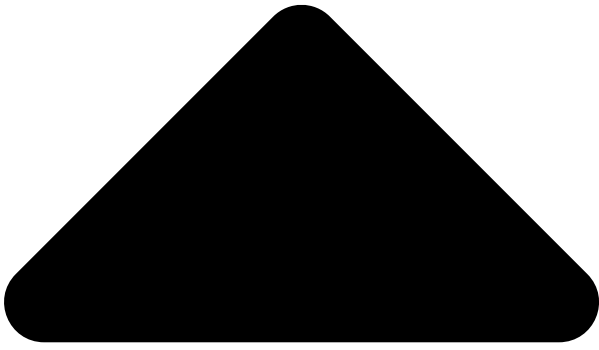




Schlafsack

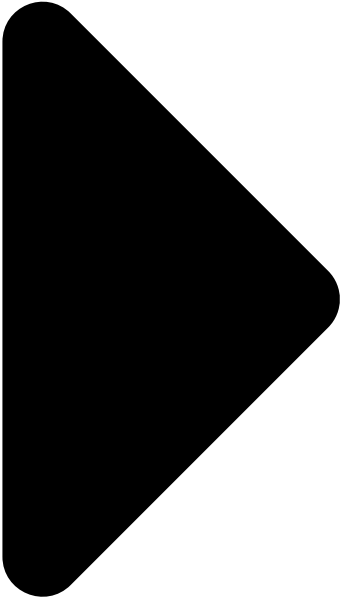
Nochmal eine Entscheidung, die von der Jahreszeit abhängt und den Unterkünften, die wir ausgewählt haben. Wenn man in Hotels oder Pensionen übernachtet, gibt es dort natürlich Decken und Bettwäsche. Manche Pilger nehmen ihren eigenen Kissenbezug mit. Je nach Klima, kann man mit einem einfachen Jugendherbergsschlafsack aus Baumwolle auskommen statt einen richtigen Schlafsack zu tragen.

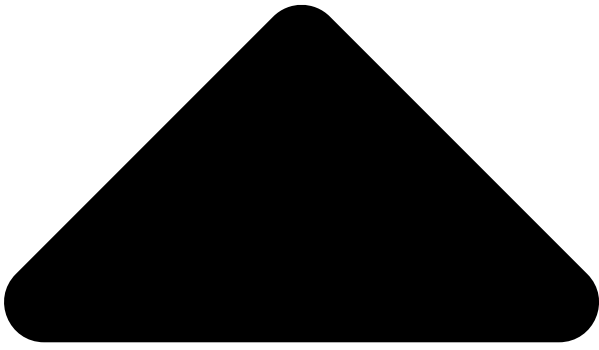




Strümpfe und Unterwäsche

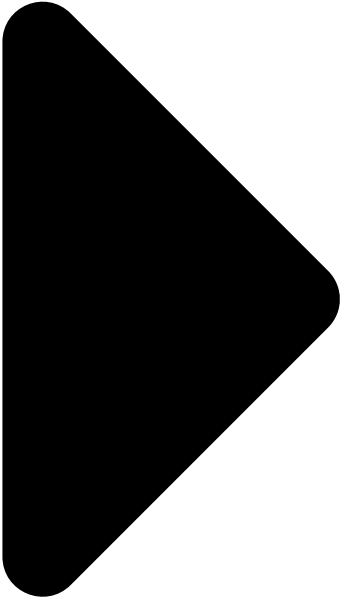
Drei Einheiten (eine zum Tragen, die andere zum Wechseln, falls die Dritte nicht rechtzeitig trocken wurde).

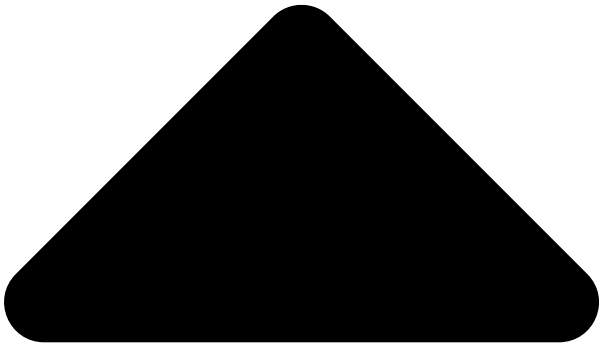




T-Shirts

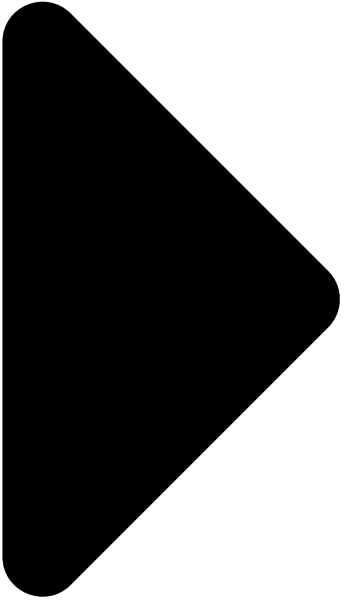
Drei (eines zum Tragen, ein anderes zum Wechseln und noch eines, wenn das erste nicht trocken wurde. Wenn möglich nehmen wir schnelltrocknende T-Shirts mit!). Lange Ärmel sind praktisch als Sonnenschutz.

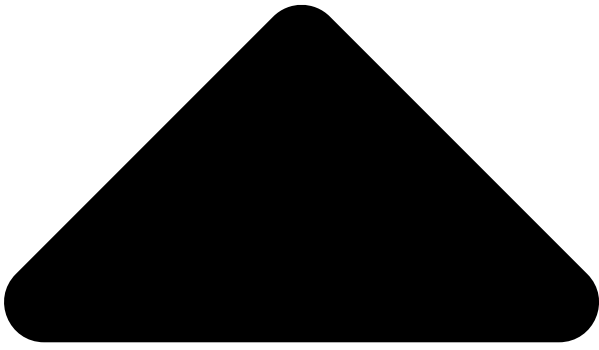




Kurze Hosen

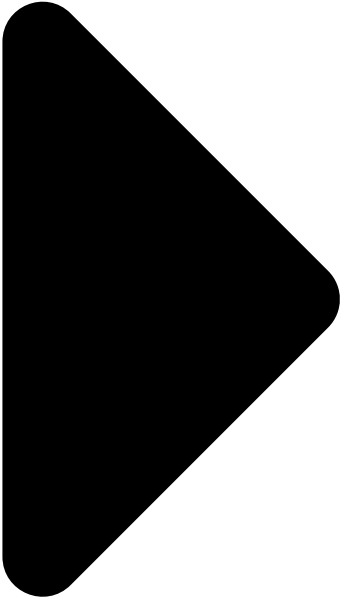
Zwei. Wenn wir den Weg im Sommer machen, ist es gut, auch eine lange Hose als Sonnenschutz mitzunehmen (mit Reißverschluss flexible Länge einstellbar). Ausserdem empfiehlt sich eine leichte Hose und ein passendes T-Shirt für die Nacht, denn so sparen wir den Schlafanzug.

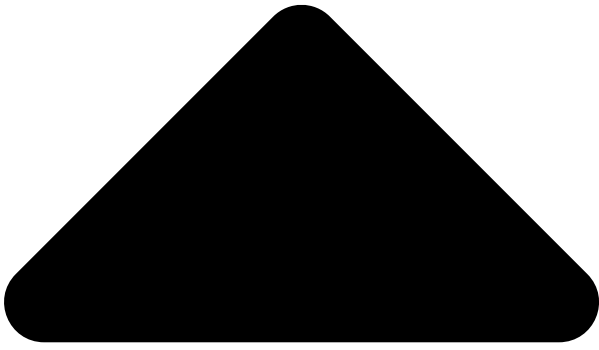




Wäscheklammern

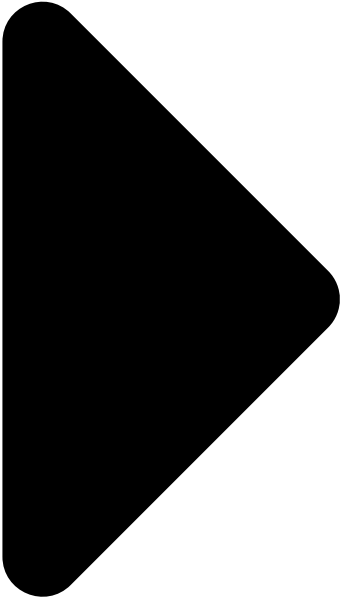
Zum Aufhängen und Trocknen der Wäsche auf eine Leine oder während des Wanderns an den Rucksack.

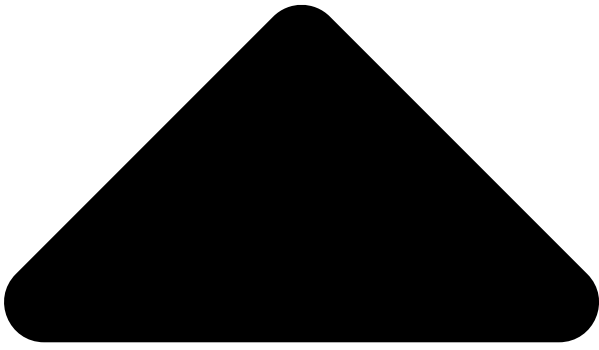




Ein Fleece-Pullover/langärmliger Pullover

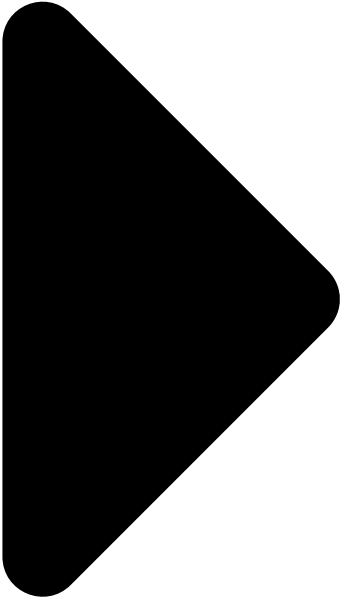
Leicht und doch genug, um nicht zu frieren. Und wieder ist die Jahreszeit entscheidend, wenn wir im Winter über die Berge im Baskenland oder durch die kalte Region des Monegros gehen.

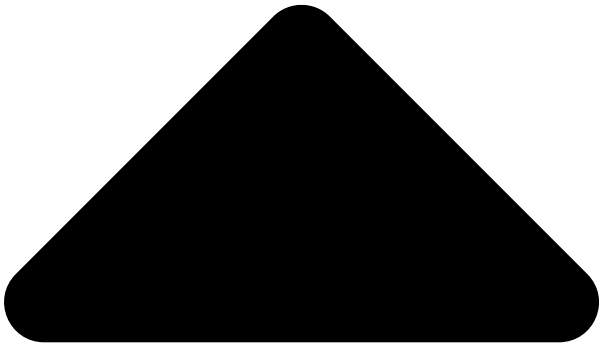




Für die Körperpflege

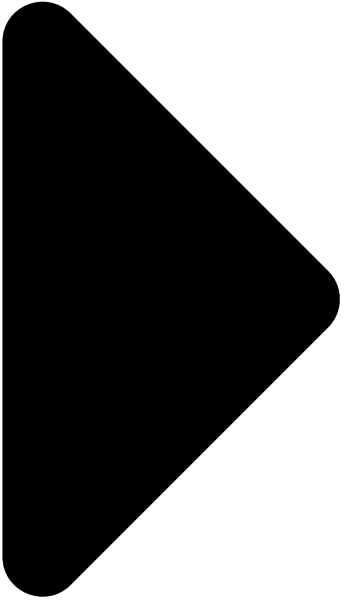
Zahnbürste und Zahnpasta, eine Seife (eine harte Seife, die lange anhält), Deodorant, aber wir erinnern daran: Die Regel ist, so wenig wie möglich mitzunehmen und so leicht wie möglich! Wir können alles in den spanischen Städten kaufen.

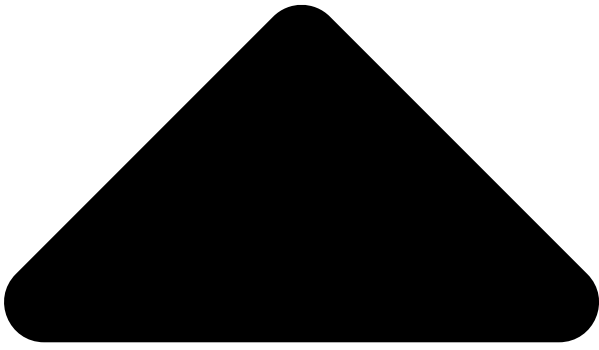




Einige Utensilien

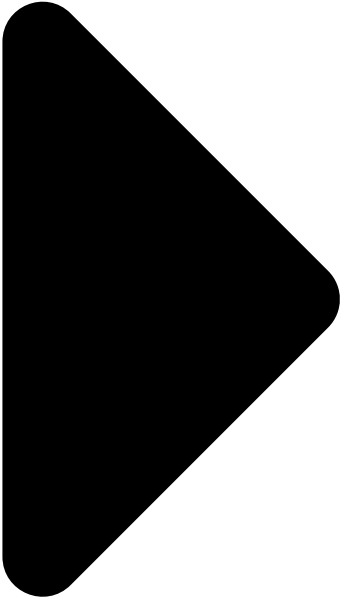
Teller, Wasserbecher, Gabel, Löffel, Messer. Alles sollte möglichst wenig Gewicht haben. Ein Geschirrtuch ist immer nützlich. Wir sollten ausserdem eine kleine Tube mit Waschmittel für die Reinigung der Kleider unterwegs mitnehmen.

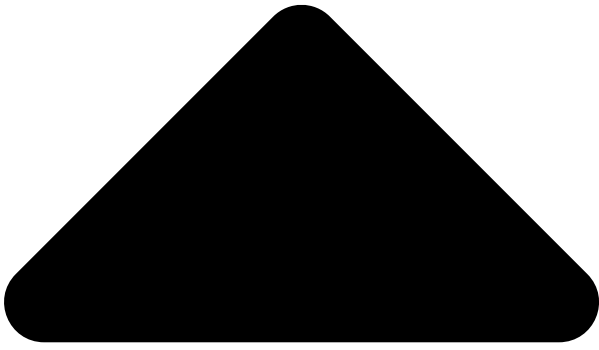




Ein Pilgerstock

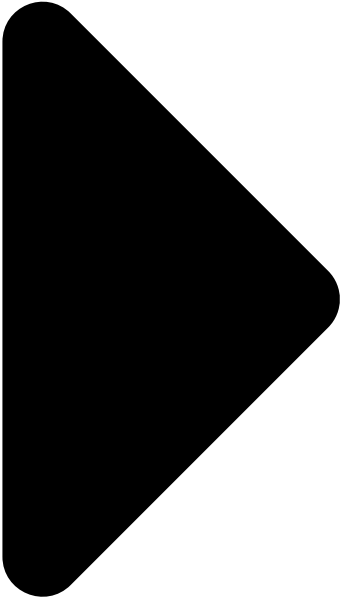
Er ist nützlich, um sich aufzustützen, um die Kleider zu trocknen, um die unerwünschten Hunde in die Flucht zu schlagen...

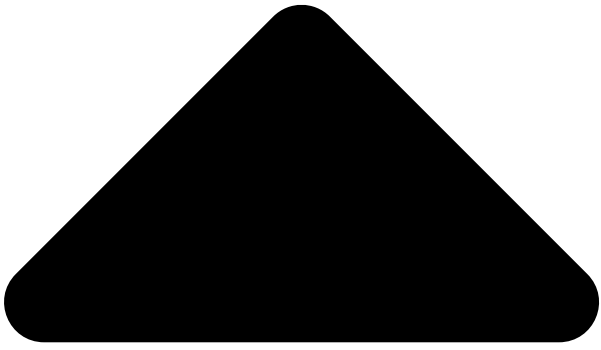




Bücher

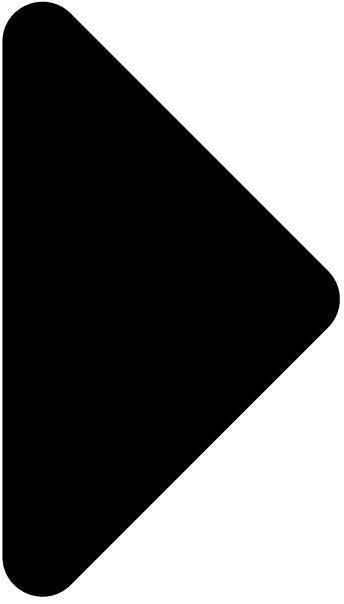
Empfehlenswert ist, die Kopien der angestrebten Etappen mitzunehmen. Ein persönliches Reisetagebuch ist interessant, in dem wir über unsere Reflexionen schreiben können und eine Bibel (die kleinste Version!).

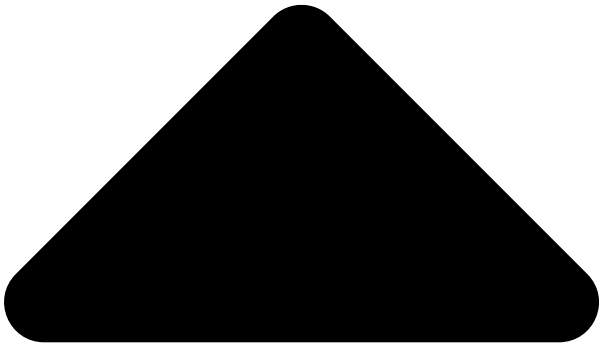




Telefon

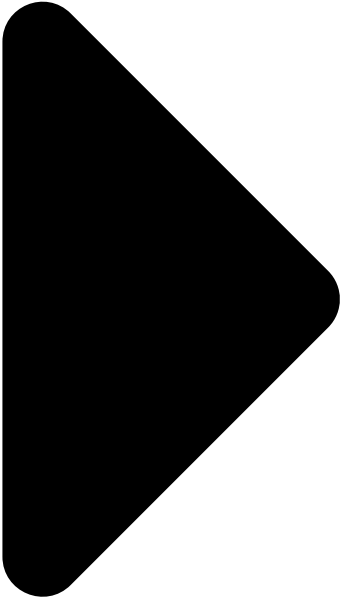
Eine Telefonkarte oder ein internationales Handy.

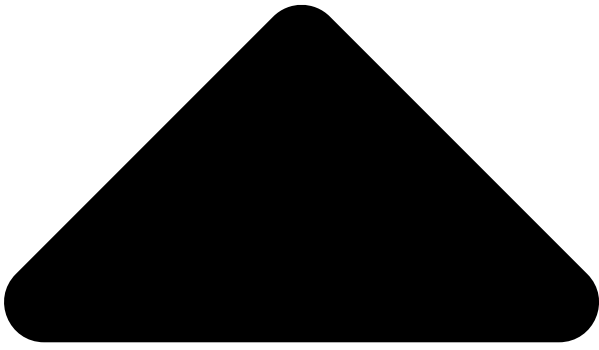




Identifikation

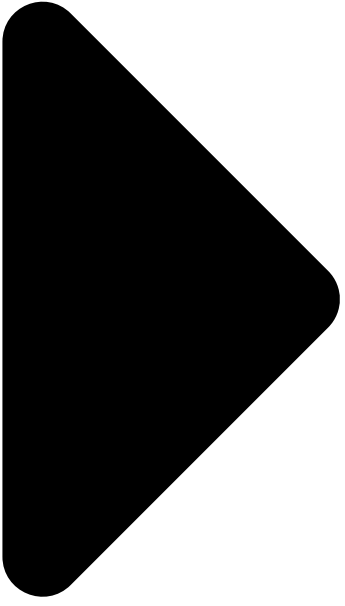
Der Pass oder andere Papiere der persönlichen Identität.

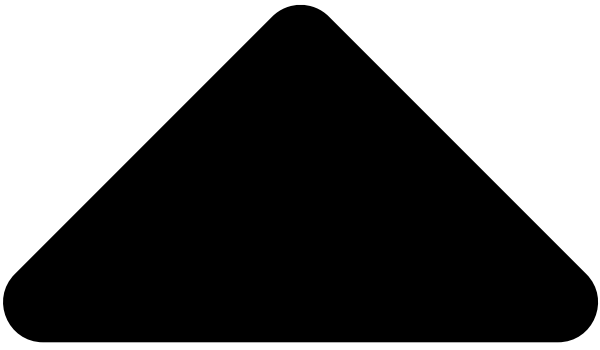




Die Dokumentation für den Ignatius-Weg

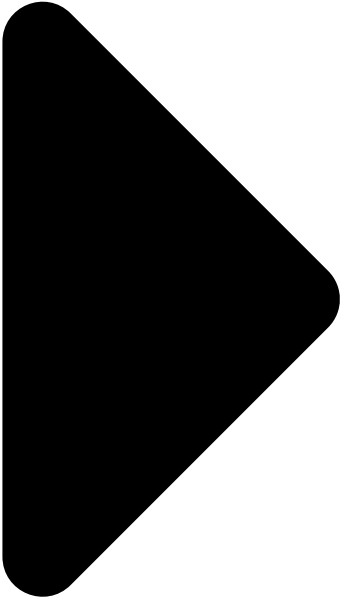
In unserer Web-Seite findet man die Stellen, wo den „Pilgerausweis“
bekommen kann.

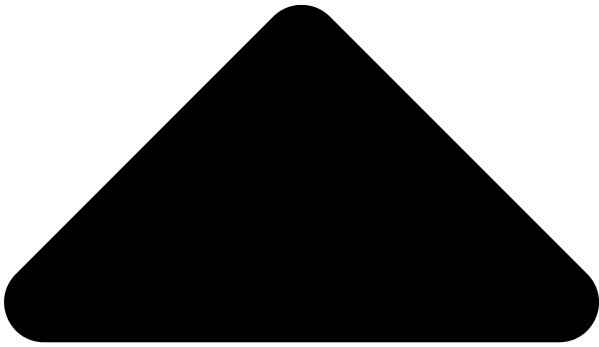




Fotokamera

Klein und einfach sollte sie sein.





Ipod/MP4

Unsere Lieblingsmusik kann uns helfen, die letzten fünf Kilometer auf der Etappe zu schaffen, unter gleißender Sonne. Aber tun wir uns einen Gefallen: Nehmen wir keines von diesen Geräten mit, wenn wir davon besessen sind. Wenn wir täglich fünf Stunden Musik hören, zerstören wir unsere Pilgerschaft, vielleicht eine einmalige Gelegenheit in unserem Leben, mit Großmütigkeit und Aufmerksamkeit unser Herz zu hören, statt uns mit dem Lärm der Welt zu füllen.

Was wir nicht mitnehmen sollten:

- *Schlafanzug*: Man kann auch mit einem T-Shirt schlafen! Wenn man unbedingt einen Schlafanzug mitnehmen will, sollte er möglichst leicht sein.
- *Rasierschäum*: Bemühen wir uns nicht. Ignatius von Loyola hat ohne ihn überlebt und das werden wir auch. Die Seife funktioniert genauso gut. Oder lassen wir uns *einfach einen langen Pilgerbart wachsen!*

- *Shampoo*: Bemühen wir uns nicht. Wir können mit einem kurzen Haarschnitt aufbrechen. Und die Seife reicht hier ebenfalls.
- *Haartrockner*: Willst du mich auf den Arm nehmen?

[PRAKTISCHE TIPS](#)

[PILGERDOKUMENTE](#)

[ZERTIFIKATE](#)

[TRANSPORTMITTEL](#)

[UNTERKUNFT](#)

Ignatius Weg

Geschichte des Weges, Pilgerwege, Pilgern in der Vergangenheit, Pilgern durch das Spanien von Ignatius, Danksagungen

[ENTDECKE DIE IT](#)

Pilgerreisen in unserem Leben

Die Exerzitien und die Pilgerreise auf dem Ignatius-Weg, Vier Wochen, Leitfaden für den Weg, Den Weg atmen, Einführendes Gebet

[Erleben Sie sie](#)

Das Pilgerbüro

Erfahrungen, Aktivitäten, Reiseveranstalter, Pilgerdokumente, Weg der Respekt, Vereinigungen, Segensspruch für den Pilger

[wir helfen Ihnen](#)