

Tourenprogramm 2022 / Nr. 011

Pilgern auf dem Caminho Portugues

- 01.06. bis 05.06.2022 – PLATZHALTER TERMIN –
Geplant im Frühjahr 2022, genauer Termin folgt.



Deutscher Alpenverein
Sektion Düsseldorf



QR-Code zur Tour:



Ort/Region: Portugal / Spanien

„Seit jeher machen sich Menschen aus aller Welt auf und pilgern nach Santiago de Compostela.

Die 220 Pilgerkilometer aufgeteilt in zehn Etappen und moderaten Steigungen machen diese Caminho Variante auch für Pilgerneulinge zu einer interessanten Tour. Dennoch sollte eine gewisse Grundkondition vorhanden sein, da das Wandergepäck selbst getragen und jeden Tag gewandert wird. Die ersten Tage führt uns der Küstenweg entlang des Atlantiks. Wir haben die großartige Westküste im Blick, passieren ursprüngliche Fischerdörfer und genießen den Duft des Meeres. Im späteren Verlauf wechseln wir auf die klassische Route und wandern ab dort im Landesinneren durch Galicien bis nach Santiago de Compostela.

Uns erwarten ruhige Wälder mit sprudelnden Bächen und mittelalterlichen Brücken, vom Weinanbau geprägte Landstriche, alte spanische Orte mit sehenswerten Sakralbauten.

An- und Abreise erfolgt von Düsseldorf nach Porto / bzw von Santiago nach Düsseldorf. Um Porto / Santiago zu besichtigen fällt ein zusätzlicher Tag an. Die geführte Wanderung beginnt mit der ersten Etappe und endet nach der Messe in Santiago. Die Bereitschaft in einer Herberge zu schlafen muss vorhanden sein!

Teiln.voraussetzungen:	Kondition für tägliche Wanderungen mit Gepäck erforderlich. Level / Technik: mittel
Benötigte Ausrüstung:	Mehrtagesrucksack ca 30 Liter, eingelaufene Wanderschuhe, 2 Liter Trinkflasche oder Trinkschlauch, Pilgerpass, vollständiger Impfausweis. Wanderstöcke zur Entlastung des Rückens, leichte Funktionskleidung, Regenkleidung, Badekleidung, leichter Schlafsack., Handtuch, persönliche Medikamente. Das Gepäck sollte nicht mehr als 10% des Körpergewichts betragen maximal 8 – 10 Kilo inkl Verpflegung. Aus Erfahrung empfehle ich Bekleidung für maximal 3 - 4 Tage. Weniger ist bei einer Pilgerreise manchmal mehr.
Teilnahmebeitrag:	100 € (beinhaltet: Organisation und Durchführung)
Nicht im Preis enthalten:	Hin- und Rückflug, Unterkunft in Herbergen, Kirchen, Klöster (5 – 15€) oder Pensionen im Ort wenn kein Bett in einer Herberge frei ist, Verpflegung. Ein Pilgermenü kostet ca 10 € bei Vorlage des Passes.
Min./max. Teilnehmer:	min. 2 / max. 4 Teilnehmer
Anmeldung über:	www.dav-duesseldorf.de/kurse-touren/
Anmeldung möglich bis:	31.01.2022 /// Vorbesprechung der Tour: Ja, nach Absprache
Leitung:	Jeanette Zimmermann, jeanette.zimmermann@dav-duesseldorf.de