# OUTDOOR Wanderführer

**Christiane Haupt** 

Jakobsweg München – Lindau mit Variante nach Bregenz



## Höhenprofil des Jakobsweges von München nach Lindau Gesamtübersicht









# **OutdoorHandbuch**

**Christiane Haupt** 





# Jakobsweg: München – Lindau

Dieses OutdoorHandbuch wurde konzipiert und redaktionell erstellt vom:



Conrad Stein Verlag GmbH Kiefernstr. 6, 59514 Welver

**2** 023 84/96 39 12

info@conrad-stein-verlag.de

www.conrad-stein-verlag.de

🚺 www.facebook.com/outdoorverlag

www.instagram.com/outdoorverlag

Der Nachdruck, die Übersetzung, die Entnahme oder Kopie von Texten, Karten, Abbildungen und Symbolen sowie die Verwertung auf elektronischen Datenträgern, die Einspeicherung in Medien wie Internet (auch auszugsweise) sind ohne vorherige schriftliche Genehmigung des Verlags unzulässig und strafbar.

Copyright Conrad Stein Verlag GmbH. Alle Rechte vorbehalten.



Als Outdoor-Verlag sind uns der Schutz und die Erhaltung der Natur seit jeher ein besonderes Anliegen. Auch in Sachen

Klimaschutz haben wir eine Vorreiterrolle inne: Wir sind der einzige Buchverlag in Deutschland, der bereits seit 2008 seine Bücher konsequent klimaneutral in Deutschland produzieren und transportieren lässt. Dabei wird nicht nur klimaneutral, sondern auch nachhaltig, d. h. so umweltschonend wie möglich produziert, z. B. durch die Auswahl von umweltfreundlichen Materialien. Die bei der Produktion der Bücher entstandenen  $CO_z$ -Emissionen werden durch die Unterstützung von zertifizierten Klimaschutzprojekten ausgeglichen. Jedes Buch wird daher mit dem Logo "klimaneutral" und einer Climate-Partner-Zertifikatsnummer versehen. Mithilfe dieser Nummer können Sie unter www.climatepartner.com Informationen zu der eingesparten  $CO_z$ -Menge und dem Projekt finden, das mit der Abgabe gefördert wird.

Das Engagement des Conrad Stein Verlags wurde im Rahmen des Projekts "Klimaneutraler Buchverlag" mit dem Westenergie Klimaschutzpreis 2022 ausgezeichnet. OutdoorHandbuch Band 187

ISBN 978-3-86686-843-4 8., überarbeitete Auflage 2024

Text: Christiane Haupt Fotos: Hans-Jürgen Haupt Karten: Manuela Dastig

Lektorat: Amrei Risse und Ricarda Kuschma

Layout: Ricarda Kuschma

Gesamtherstellung: AZ Druck und Datentechnik GmbH, Kempten

Dieses OutdoorHandbuch hat 192 Seiten mit 55 farbigen Abbildungen sowie 21 farbigen Karten im Maßstab 1:120.000, 18 farbigen Höhenprofilen und einer farbigen, ausklappbaren Übersichtskarte.

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, Telefonnummern und Internetadressen, Zeit- und sonstigen Angaben, kann naturgemäß von Verlag und Autorin – auch im Sinne der Produkthaftung – nicht übernommen werden.

Autorin und Verlag freuen sich über Ihr Feedback. Schreiben Sie Ihre Tipps und Verbesserungen an info@conrad-stein-verlag.de oder nutzen Sie unsere Social-Media-Kanäle. Bitte nennen Sie dabei Titel, Auflage und Seitennummer.

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

Titelfoto: Auf dem Weg zum Kloster Rottenbuch (6. Etappe)

# Inhalt

Einleitung				8
Danke				11
Der Münchner Jakobswe	g			13
Pilgerausweis				15
Die Jakobsmuschel				16
Pilgersegen				17
Das heilige Jahr				17
Reise-Infos von A bis Z				18
An- und Rückreise	19	Landkarten, C	PS-Tracks und	
Ausrüstung	20	Wegmarkie	rungen	28
Einkaufen	23	Literatur		29
Erste Hilfe	23	Telefon und Ir	iternet	30
Fahrrad	24	Unterkunft		30
Gepäcktransport	25	Updates		33
Informationen und Internetlinks	25	Zum Gebrauc		
Klima und Reisezeit	28	Wegbeschr	eibung	33
Der Jakobsweg von Münd	hen 1	nach Lindau	ı – die Etapp	en 34
1. Etappe: Von München nach Sc	häftlar	n	23,7 km	36
Fünf-Seen-Land				46
2. Etappe: Von Schäftlarn zum Kloster Andechs  Variante 2. Etappe: Von Schäftlarn über				46
Possenhofen u. Pöcking zum K			25,4 km	56
3. Etappe: Vom Kloster Andechs nach Schondorf 21,1 km				62
∜ Variante 3. Etappe: Vom Klo				
Pähl nach Wessobrunn 24,9 km				
4. Etappe: Von Schondorf nach Wessobrunn 25,7 km			76	
Durch den Pfaffenwinkel				88
5. Etappe: Von Wessobrunn nach Hohenpeißenberg 14,0 km				88
6. Etappe: Von Hohenpeißenberg nach Rottenbuch 12,7 km			94	

♥ Variante 6. Etappe: Von Hohenpeißenberg über		
Peiting nach Rottenbuch	17,3 km	101
7. Etappe: Von Rottenbuch nach Steingaden	14,4 km	104
8. Etappe: Von Steingaden nach Bernbeuren	12,7 km	111
Durch das Ostallgäu		117
9. Etappe: Von Bernbeuren nach Marktoberdorf	19,6 km	117
10. Etappe: Von Marktoberdorf über Oberthingau		
nach Kempten	31,3 km	126
> Variante 10. Etappe: Von Marktoberdorf über		
Görisried nach Kempten	41,6 km	136
11. Etappe: Von Kempten nach Buchenberg	13,7 km	143
∜ Variante 11. Etappe: Von Kempten über Ahegg		
nach Buchenberg	9,8 km	148
12. Etappe: Von Buchenberg nach Weitnau	16,0 km	149
13. Etappe: Von Weitnau nach Simmerberg	27,6 km	155
14. Etappe: Von Simmerberg nach Scheidegg	12,0 km	164
∜ Variante 14. Etappe: Von Simmerberg über		
Lindenberg zur Insel Lindau	32,9 km	171
15. Etappe: Von Scheidegg nach Lindau	21,5 km	175
∜ Variante 15. Etappe: Von Scheidegg über den		
Pfänder nach Bregenz	19,8 km	182
So geht es weiter		189
Index		190

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



#### 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, औ 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

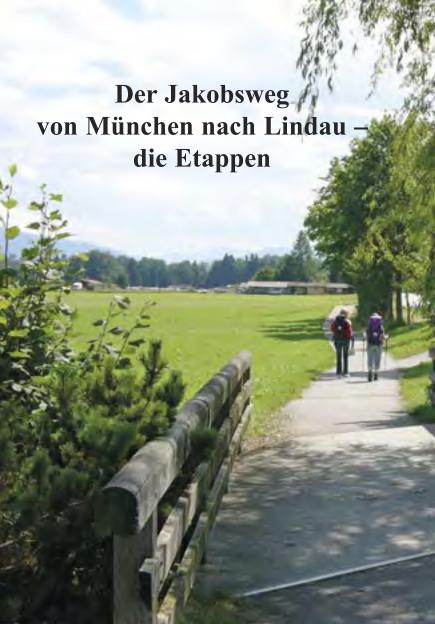
#### Ausrüstung

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.





### Fünf-Seen-Land

# 2. Etappe: Von Schäftlarn zum Kloster Andechs

27 km, \$\bigzee\$ 6 Std. 45 Min., ↑ 425 m, \$\Psi\$ 312 m, \$\hat{\Omega}\$ 520-704 m

Heute geht es erst einmal aus dem Isartal über viele Stufen steil hinauf bis nach Ebenhausen und dann sehr einsam weiter durch Wiesen und Wälder bis zum Starnberger See. Am quirligen Ufer angelangt, geht es nach Starnberg erneut vom See weg bergauf, bis man dem Jakobsweg in die schattige Maisacher Schlucht folgt. Nach dem kleinen Dorf Maisach und dem gleichnamigen See geht es durch die wunderschöne Landschaft sehr gemächlich zum "Heiligen Berg" – dem Kloster Andechs, das dann plötzlich nach einer Wegbiegung in seiner ganzen Pracht vor Ihnen liegt.

Von der Klosterkirche gehen Sie auf der Straße ca. 10 m zurück und nehmen dann den Fußweg, der 1 km bergauf in den Ortsteil Ebenhausen führt.

#### Ebenhausen



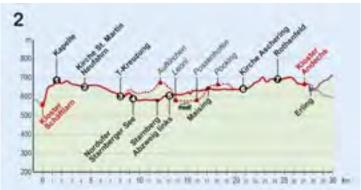
EZ ab € 80, DZ ab € 105

S-Bahn zurück nach München

Sankt Benedikt (kath.), Heilandskirche (ev.)

Nachdem Sie den steilen Hang des Isarhochufers erklommen haben, erreichen Sie in Ebenhausen den Rodelweg, dem Sie noch ca. 10 Meter bis zur Wolfrats-





hauser Straße folgen. Überqueren Sie am Maibaum die Straße und folgen der Muschel über die S-Bahn-Gleise. An der nächsten Weggabelung orientieren Sie sich nach links und folgen bergan der Lechnerstraße. Am Ende der Straße erreichen Sie den Ortsteil Zell mit einer kleinen Kapelle **1**, an der Sie rechts vorbei

wandern. Auf der Neufahrner Straße wandern Sie weiter geradeaus wieder aus dem Ort hinaus. Folgen Sie der kleinen, asphaltierten Fahrstraße immer geradeaus. Sie passieren nach gut 20 Min. auf diesem Weg eine kleine Waldkapelle, die der Muttergottes geweiht ist und am Eingang von einer gelben Jakobsmuschel geziert wird. Anschließend unterqueren Sie die Autobahn A95 und erreichen nach wenigen Kilometern Neufahrn. Wandern Sie auf der Zellerstraße in den Ort.

#### Neufahrn



**⊆ Gasthof Jägerwirt**, Starnberger Str. 119, 82069 Schäftlarn OT Neufahrn,

28 08 178/868 40, 40 gasthof@jaegerwirt-neufahrn.com,

Sankt Martin (kath.)

Auf dem Weg durch Neufahrn folgen Sie zunächst der Zeller Straße, bis Sie die Starnberger Straße erreichen, der Sie nach links bis zur Pfarrkirche Sankt Martin ② folgen. An der Kirche orientieren Sie sich nach links und verlassen auf der Harkirchener Straße den Ort vorbei an einer Reihe von Apfelbäumchen in

Auf dem Weg nach Andechs



Richtung Wald. Im Wald erreichen Sie nach wenigen Kilometern eine Abzweigung. Folgen Sie hier dem Wegweiser "Wolfrathshausen/Mölbach". Gleich nachdem Sie links abgebogen sind, gabelt sich der Weg erneut. Bleiben Sie hier rechts. Von hier aus ist Harkirchen bereits ausgeschildert. Harkirchen durchqueren Sie auf dem Sträßchen Richtung Manthal. Kurz hinter dem Ort erreichen Sie eine T-Kreuzung 🔞, an der Sie sich für eine von zwei möglichen Routen des Jakobswegs entscheiden müssen (ein Schild weist Sie darauf hin).

Wenn Sie der Hauptroute folgen wollen, dann sollten Sie an der Informationstafel nach rechts abbiegen (die Beschreibung der Alternativroute nach links finden Sie weiter unten, Tariante S. 56). Bleiben Sie bei der nächsten Gabelung (kurz nach der Wegtrennung) links auf der Manthalstraße. Folgen Sie dem Weg in nördlicher Richtung. So erreichen Sie **Manthal**.

Folgen Sie der Straße durch Manthal. Sie erreichen schließlich immer geradeaus Kempfenhausen. Wandern Sie den Milchberg – vorbei an der Marianne-Strauß-Klinik – hinab bis zur Münchner Straße. Hier biegen Sie kurz nach links ab und überqueren diese Straße nach etwa 20 m. Biegen Sie nun in die Straße "Seehang" ein und wandern vorbei an prachtvollen Villen, bis Sie das Nordufer des Starnberger Sees ② erreichen. Sie biegen nach rechts ab und wandern durch das Naherholungsgebiet Percha entlang des Uferwegs.

- Bootshütte Food & Bar, Münchner Str. 47a, 82335 Berg (direkt am Seeufer), kleiner Kiosk mit schöner Kuchenauswahl, 1 täglich 12:00-17:00
- Restaurant Seetub'n, Schiffbauerweg 20, 82335 Berg (direkt am Seeufer),
  - ® 081 51/74 66 81, ₫ info@seestubn-percha.de,
  - □ https://seestubnpercha3.jimdofree.com/, □ Di-So 12:30-22:00, Mo Ruhetag

Gleich nach dem Restaurant Seestub'n erreichen Sie eine Weggabelung. Auch wenn die Wegweiser für den Jakobsweg dort nach links weisen, sollten Sie hier den rechten Weg wählen. Die Brücke über den Lüßbach wurde zur Zeit der Recherche dieser Auflage gerade abgerissen und es war noch ungewiss, ob sie erneuert werden soll. Wählen Sie deshalb den rechten Weg und Sie erreichen nach wenigen Metern einen asphaltierten Radweg, dem Sie für knapp 50 m nach

# **Index**



Index 191

A		H	
Ahegg	149	Haid	85
Aigis	158	Herrsching	63
Alt-Trauchburg	154	Hohenpeißenberg	93
Altenburg	167	Hoher Peißenberg	91
Ammerschlucht	96	Holzhausen	79
Andechs	53	Hopfen	162
Auerberg	119		
Aufkirchen	57	K	
-		Kempten	132
В		Kloster Andechs,	53
Bachtelweiher	132	Kloster Schäftlarn	43
Beilstein	143		
Bernbeuren	115	L	
Bertoldshofen	122	Lechbruck	112
Böserscheidegg	168	Leoni	58
Bregenz	187	Leuterschach	139
Breitbrunn	66	Lindau	179
Bremenried	167	Lindau-Insel	180
Buch	67	Lindenberg	173
Buchenberg	147		
		M	
D/E		Maising	52
Dießen	80	Manthal	49
Ebenhausen	46	Manzen	173
Echerschwang	115	Mariaberg	144
Eching	69	Marktoberdorf	124
Erling	72	Möggers	184
Ermengerst	146	Moos	103
		München	36
F/G			
Fluh	186	N	
Geisenried	127	Nagelshub	163
Genhofen	160	Neufahrn	48
Geratsried	159	Niederstaufen	176
Görisried	141		
Großhesselohe	40		

192 Index

0		Schondorf	69
Oberstein	183	Sigmarszell	178
Oberthingau	130	Simmerberg	163
Osterberg	129	Starnberg	50
		Stegen	67
P		Steingaden	109
Pähl	73	Stillern	75
Peiting	102	Stötten	121
Pfänder	185	Streitelsfingen	179
Pöcking	61		
Possenhofen	60	U	
Premer Filzes	111	Ulrichskapelle	184
Pullach	40	Urspring	111
		Utting	77
R			
Raisting	74	W/Z	
Rechtis	150	Wald	139
Riederau	79	Weiler	165
Rottenbuch	98	Weißensberg	178
		Weitnau	153
S		Wessobrunn	85
Sankt Alban	80	Wies	107
Sankt Leonhard im Forst	90	Wildsteig	105
Schäftlarn	43	Wilhams	156
Scheidegg	169	Wolfsried	160
Schlachters	178	Zell	160

#### Über die Autorin



Christiane Haupt, die in München lebt, ist promovierte Sinologin, Journalistin und Autorin mehrerer Wandertipps für Bergsteigerportale im Internet. Um dem wissenschaftlichen Alltag während der Promotion zu entkommen, wanderte sie mehrere Etappen auf dem Jakobsweg in Deutschland und der Schweiz. Wie die Pilger im Mittelalter wollte die gebürtige Augsburgerin von zu Hause aus losgehen und erlebte die Strecke durch Oberbayern und das Allgäu als besonders lohnenswert. Von der Autorin erschienen im Conrad Stein Verlag ebenfalls "Tölzer Land" und "Bayerisch-Schwäbscher Jakobsweg von Oettingen zum

Bodensee" in Zusammenarbeit mit Janina Rauscher und Markus Meier. Die Autorin

betreibt auf Facebook einen Blog (Münchner Jakobsweg), auf dem sie von ihren persönlichen Erlebnissen auf dem Jakobsweg berichtet.

Die Fotografien des Führers stammen vom Fotografen Hans-Jürgen Haupt, dem Bruder der Autorin.



#### Symbole

#### Tourverlauf

- Etappenlänge,
   Entfernung vom Weg
- Zeitbedarf
- ★◆ Auf- und Abstieg insgesamt
- Höhe (auf der der Weg verläuft)
- Abstecher, Variante, Abkürzung
- Achtung! Vorsicht!
- Tipp, Hinweis
- Buch-/Kartentipp
- Verweis, siehe unter ...

#### Am Weg

Aussichtspunkt

#### Lokale Informationen

- Information
- Telefonnummer
- Handynummer
- ☐ Homepage☑ E-Mail-Adresse
- Öffnungszeiten

#### Unterkunft

Hotel, Pension, Ferienwohnung

# Jugendherberge,

Pilgerunterkunft

B&B Bed & Breakfast

#### Versorgung und tägl. Bedarf

Restaurant, Imbiss

Café, Bäckerei/Café, Bistro

Einkaufsmöglichkeit

BANK Bank

#### Kultur und Freizeit

Kirche, Kloster, Kapelle

Stempelstelle (Pilgerstempel)

# Museum, Sehenswürdigkeit

#### Verkehr

Bus(-haltestelle)

Bahn(-hof)

Taxi, Hol- und Bringservice

Schiff, Fähre

Seilbahn



- Der Münchner Jakobsweg
- Ausführliche Beschreibung des 293 km langen Jakobsweges von München nach Lindau in 15 Etappen

- ▶ Praktische Griffmarken
- Einprägsame Symbole zur leichten Orientierung
- ≥ 22 farbige Karten im Maßstab 1:120.000
- □ I farbiger Stadtplan
- ▶ 18 farbige Höhenprofile
- □ I farbige, ausklappbare Übersichtskarte
- Chlorfrei gebleichtes Papier





8., überarbeitete Auflage 2024 OutdoorHandbuch Band 187 ISBN 978-3-86686-843-4 € 16,90 [D]

