

## Geplanter Ablauf:

- 08:15 Uhr Treffpunkt an der U-Bahn-Station Maillingerstraße (Zwischengeschoss – **Aufgang Maillingerstraße**)
- 08:32 Uhr Wir fahren mit der U-Bahn bis zum Hbf.
- 09:00 Uhr Umstieg in die Regionalbahn Richtung Kochel (Gl.27-36)
- 09:06 Uhr *Zustieg in München Pasing möglich*
- 09:51 Uhr *Ankunft in Penzberg*
- 13:00 Uhr Mittagspause –  
**Einkehr im Klosterbräustüberl Benediktbeuern möglich**
- 16:30 Uhr Ankunft in Kochel am See
- 16:45 Uhr Abfahrt mit DB von Kochel nach München Hbf
- 18:00 Uhr Ankunft München Hbf (Zug hält auch in München-Pasing)

## Anmeldung

Wir bitten um Anmeldung im Pfarramt St. Benno (telefonisch 089 121149-0 oder per E-Mail [st-benno.muenchen@ebmuc.de](mailto:st-benno.muenchen@ebmuc.de) )

**bis spätestens 16.03.2020.**

Bei Rückfragen wenden Sie sich bitte an

- Sr. Sara Thiel (Telefon 089 121149-0; E-Mail [SThiel@ebmuc.de](mailto:SThiel@ebmuc.de)) oder
- Claudia Koch (Telefon 0175 1575612; E-Mail [claudia.koch.muc@web.de](mailto:claudia.koch.muc@web.de))

## Gruppengröße:

max. 18 Teilnehmende

mind. 6 Teilnehmende; bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl behalten wir uns vor, den Pilgertag abzusagen.

**Die Konfession spielt keine Rolle, jede und jeder ist willkommen!**

## Kosten:

15,00 Euro pro Person (Pilgerbegleitung, Bayern-Ticket für Hin-/Rückfahrt, Unterlagen)

**Bezahlung vor Ort am Pilgertag!**

Essen und Trinken bei Einkehr: selbst

## Pilgerbegleitung:



**Sr. Sara Thiel**  
Pastoralreferentin  
in St. Benno

**Claudia Koch**  
Qualifizierte  
Pilgerbegleiterin

## Veranstalter:

Kath. Pfarrei St. Benno  
Loristraße 21 • 80335 München  
Telefon 089 121149-0 • Telefax 089 121149-21  
Internet: [www.st-benno-muenchen.de](http://www.st-benno-muenchen.de)  
Fotos: © Claudia Koch, München  
E-Mail: [st-benno.muenchen@ebmuc.de](mailto:st-benno.muenchen@ebmuc.de)  
Stand: Januar 2020



Pfarrei St. Benno

## Unterwegs auf dem Jakobsweg Isar-Loisach-Leutascher Ache-Inn

Samstag, 21. März 2020

## Fastenpilgern



Basilika St. Benedikt in Benediktbeuern



von Penzberg  
nach Kochel am See

## Einfach gehen ...

Früher pilgerten die Menschen hauptsächlich aus religiösen Gründen; z. B. nach Santiago de Compostella, der Grabstätte des Hl. Jakobus in Spanien. Heutzutage pilgern Menschen auch, ohne einer bestimmten Religion anzugehören: um den Alltagsstress zu vergessen, sich wieder auf sich selbst zu besinnen und den Kopf freizubekommen.

Machen Sie sich mit uns auf den Weg, schnuppern Sie in die Tradition des Pilgerns hinein und spüren Sie der Kraft des Geistes in unserem Leben und Miteinander nach.

**Pilgern** lässt mich im äußeren Gehen den inneren Weg meines Lebens entdecken.

**Fasten** führt Körper und Geist auf das zurück, worauf es ankommt.

**Wir möchten an diesem Tag in der Fastenzeit bewusst auf Wurst, Fleisch, Zucker und Alkohol verzichten. Bitte passen Sie Ihre Rucksackvesper entsprechend an.**



Kapelle Schönmühl

## Wegverlauf:



Penzberg (Bahnhof) – Kapelle Schönmühl - Bichl – Benediktbeuern - Loisach-Kochelsee-Moor über die Lainbachbrücke nach Kochel am See

## Wegcharakter:

Technisch leichte Wanderung (ca. 18 km).

Wir starten unseren Weg in Penzberg am Bahnhof. Von dort gehen wir auf geteerten Wegen bis zur Kapelle Schönmühl und anschließend weiter bis Bichl.

Über die Dorfstraße in Bichl erreichen wir den Wiesenweg. Wir passieren die kleine Fußgängerunterführung und sehen dann bereits die Zwiebeltürme der Basilika St. Benedikt.

Über das Loisach-Kochelsee-Moor (mit einem Blick auf Herzogstand und Heimgarten) und die Lainbachbrücke erreichen wir Kochel am See.

Reine Gehzeit ca. 4,5 Stunden auf einfachen Wegen.

## Wir pilgern bei jedem Wetter!

Denken Sie auch an Sonnenschutz bzw. Regenschutz (evtl. Regenumhang, Schirm), um für jedes Wetter gut gerüstet zu sein.

Falls Sie Wanderstöcke mitnehmen, versehen Sie diese bitte mit Gummipuffern.

*Fasten betrifft den ganzen Menschen, jede einzelne seiner Körperzellen, seine Seele und seinen Geist.*

*Dr. Hellmut Lützner  
(deutscher Arzt und Autor)*

## Allgemeines:

Eine Grundkondition ist erwünscht, wir gehen gleichmäßig, die Strecke ist einfach. Teile der Strecke führen über geteerte Wege, nach Benediktbeuern führt der Weg entlang der Loisach durch das Moor (Trampelpfade).

Wir machen ca. alle 1,5 Std. eine kurze Pause und zur Mittagszeit werden wir ca. 1 Stunde rasten.

Bitte passen Sie Ihre Ausrüstung der Witterung an. Wichtig ist u. a. festes Schuhwerk, in denen Sie gut gehen können!

Nehmen Sie für den ganzen Tag ausreichend Brotzeit und Getränke sowie eine Sitzunterlage mit.

**Mittags können wir in Benediktbeuern einkehren. Oder – wer möchte – sich selbst aus dem Rucksack versorgen.**



## Zum Vormerken:

**Nächste Pilgertour in St. Benno  
12.09. und 13.09.2020 (2 Tage)**