



**von und mit:
Christina Bolte,
BOHC-Nr. 1100251**



Darf ich mich vorstellen?

Ich bin Christina Bolte, Ihre Balance-Lotsin.

Seit meinem ersten Jakobsweg, den ich 2007 mit dem Fahrrad befuhr, hat sich in meinem Leben Vieles verändert.

Deshalb ist es mir ein Herzensanliegen, die Inhalte der Kurs „Veränderung“ mit den Erfahrungen, die der Jakobsweg bietet, zu verbinden.

Ich freue mich, meine Gäste dabei begleiten zu dürfen!



Willkommen auf dem portugiesischen Jakobsweg – auf portugiesisch: Caminho de Sanstiago.



Der traditionelle Gruß der Jakobus-Pilger lautet „Ultreya“ – das bedeutet soviel wie: „Guten Weg“.

Das Zeichen der Jakobuspilger ist die gelbe Muschel.

Diese sind überall entlang des Weges zu finden, und sie weist uns Pilgern den Weg.





Der Ausgangspunkt für unseren gemeinsamen Weg ist in Valença, der nördlichste Ort auf der portugiesischen Seite des Caminos.



Hier treffen wir uns zur Einführung und zum Kennenlernen.





Immer den gelben Pfeilen oder den Schildern mit den Muschel-Symbolen nach.

Ultreya!

Am nächsten Tag starten wir unsere/n Kurs „Veränderung“ sowie unseren gemeinsamen Pilgerweg.





**Wichtig dabei immer:
Ein gutes Frühstück –
als Grundlage für die Etappe des Tages!**



**Anschließend erhalten die Gäste die erste Einheit der
Kurs „Veränderung“ des Tages, ...
... dann begeben wir uns auf den Weg...
... und begehen zusammen den Tag.**



Bereits nach fünf Kilometern machen wir die erste „Grenzerfahrung“:

Mit Überschreiten der Brücke über den Rio Minho gelangen wir nach Spanien...

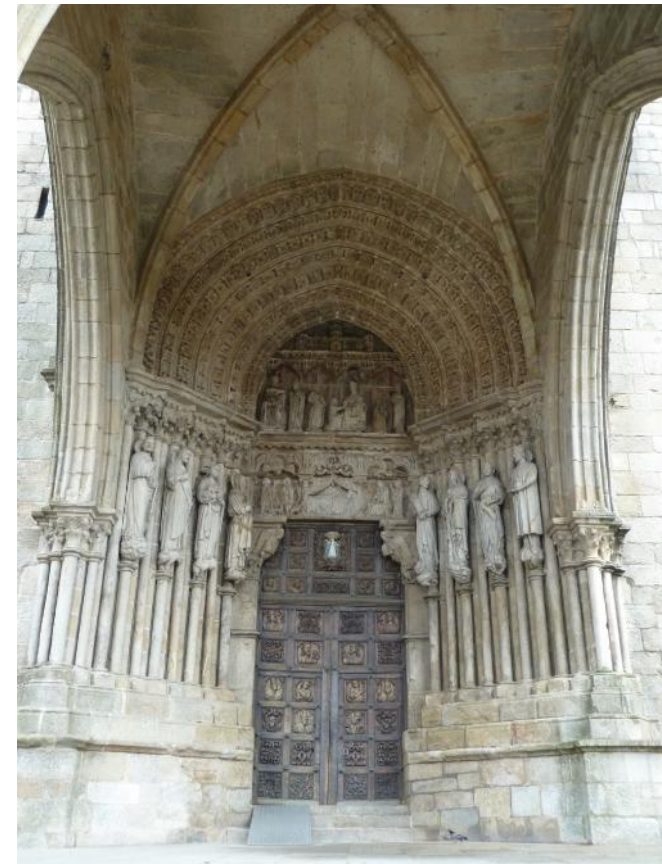
Bienvenido!





Wer möchte, kann im benachbarten Ort Tui die Kathedrale besichtigen oder eine erste Kaffee-Pause machen.

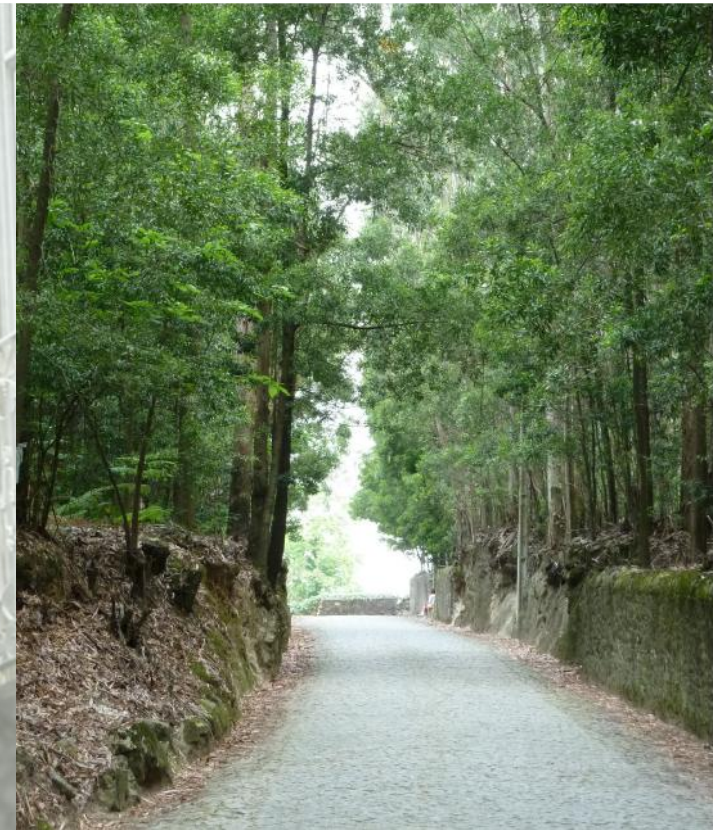
Von hier aus sind es noch etwa 112 Kilometer bis nach Santiago.



**Wir wandeln auf einsamen
Pfadern...**

**... und genießen die
Landschaft...**

**Eine Einladung, die
Gedanken fließen zu lassen?**





**... Manchmal treffen wir
auf offene Türen...**



**... und manchmal begegnen wir
unserem Schatten...**





**Die zweite Etappe führt uns
vorbei am Meer...**



**... und erlaubt uns Weitblick
über die Bucht von Vigo...**





**... danach machen wir uns
auf den Weg zur nächsten
Tagesetappe ...**

**Dabei ist die tägliche „Tagesetappe bzw. Wanderung auf dem
Jakobsweg“ zum einen Gelegenheit zur Bewegung (Stressabbau!) -
die tägliche Wegstrecke ist dabei zwischen 15-25 Kilometer.
Andererseits bietet sie genügend Möglichkeit zur Reflexion über die
erlebte(n) Lektionen der Kurs „Veränderung“ oder das Erleben der
eigenen Innen- und Außenwelt.**



Am Zielort haben die Gäste ausreichend Zeit zur freien Verfügung (z. B. zum Ausruhen, Stadt-Besichtigungen, Sehenswürdigkeiten, etc. ...)



Genauso zum Programm gehören natürlich auch die kulinarischen Highlights Spaniens!

Vor dem Abendessen kommt dann allerdings noch die 2. Helpcamp-Tageslektion sowie eine Austausch-Runde. Manchmal können auch noch die Tages-Aufgaben bearbeitet werden.





... ob unter Palmen...



... oder bei den typisch spanischen „Tapas“ ...

Natürlich reflektieren wir täglich über die gewonnenen Eindrücke und das Erlebte...





... Manchmal begegnen uns unterwegs auch die eine oder andere Skurilität...





Manchmal müssen wir uns auch entscheiden...



... aber nun ist es nicht mehr weit...





CAMINO
DE
SANTIAGO
ITINERARIO
CULTURAL EUROPEO
CONSEJO DE EUROPA
27-10-87



Geschafft! Angekommen!

Bei „Kilometer Null“ erreichen wir...



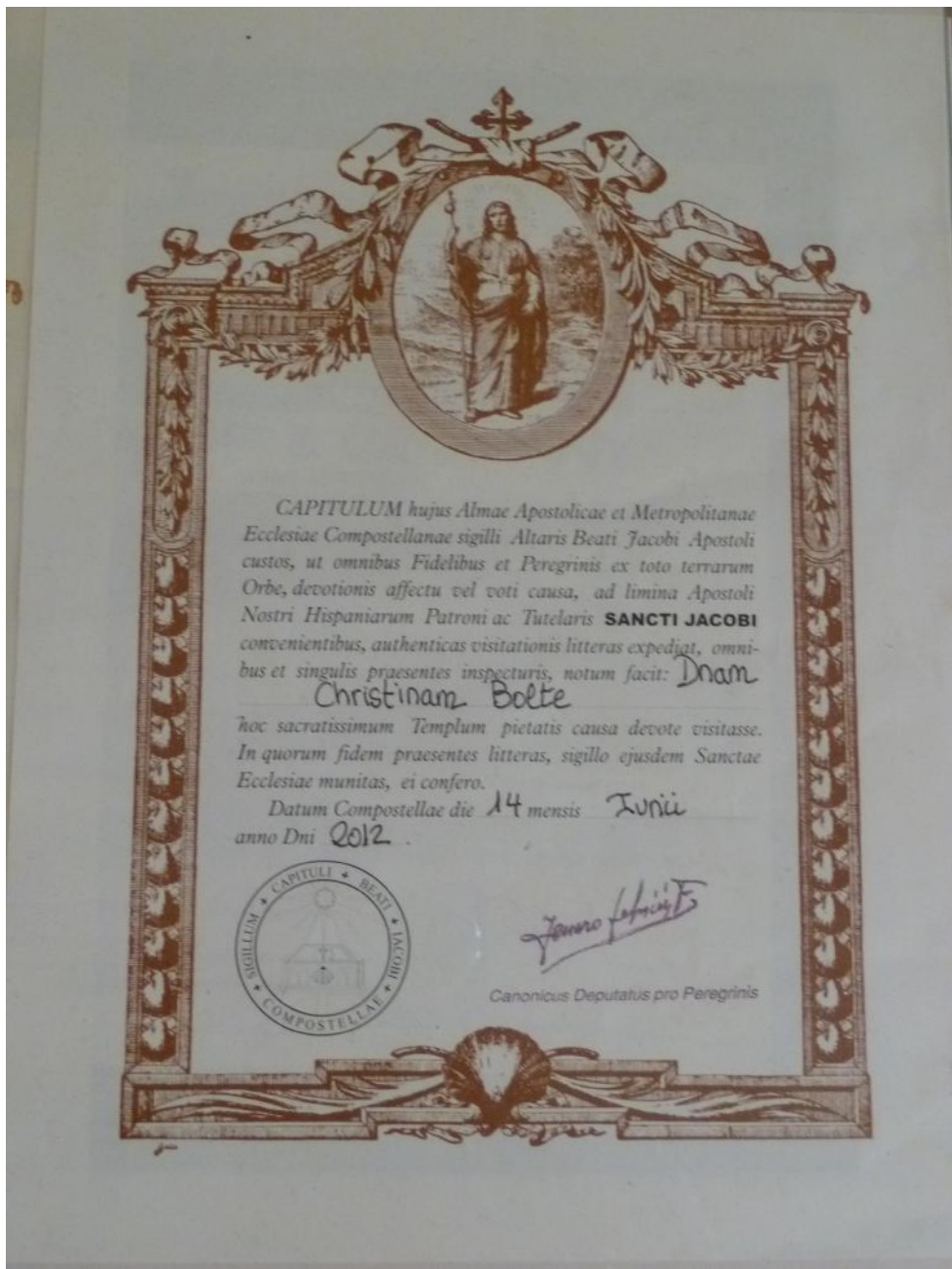
PREMIO PRINCIPE DE ASTURIAS DA CONCORDIA
2004 AO CAMINO DE SANTIAGO.
COMO LUGAR DE PEREGRINACIÓN E
DE ENCONTRO ENTRE PERSOAS E
POBOS QUE, A TRAVÉS DOS SÉCULOS,
SE CONVERTEU EN SIMBOLO
DE FRATERNIDADE E VERTEBRADOR
DUNHA CONCIENCIA EUROPEA. OVIEDO - 7 - IX - 2004



**... die beeindruckende
Kathedrale von
Santiago de Compostela!**



**(Übrigens auch für Nicht-
Christen eine interessante
Sehenswürdigkeit!)**



Wer möchte,
kann sich
„für seine
Mühen“ eine



Compostela
(Pilgerurkunde)
erteilen lassen...

Dafür muss man täglich
mindestens zwei Stempel
in seinem Credential
(Pilgerausweis)
gesammelt haben.



**„Finisterre [...]:
am Ende angekommen
bedeutet auch Beginn
eines neuen Abschnittes
bzw. Weges. Am Ende
kommt der Anfang“***

**Zum Abschluss geht es
noch zu dem kleinen
Örtchen Finisterre –**

lateinisch für:

Das „Ende der Welt“



* Quelle: Jakobs-Radweg – Bikeline Radtourenbuch, Esterbauer-Verlag 2004, S. 128



Danke
für die Aufmerksamkeit!