

Teil 2: von Hohenburg nach Gunzenhausen

5.Tag: Freitag, 28.06.19, von Hohenburg bis Sindlbach

Durch das frühe Schlafengehen war ich schon um 05.30 Uhr wach. Da es aber erst ab 07.30 Uhr Frühstück gab, blieb ich noch bis 06.30 Uhr liegen. Dann machte ich mich und mein Gepäck gemütlich fertig. Meine, fürs Wundlaufen, empfänglichen Körperstellen wurden, wie in den Tagen zuvor, mit der Sixtus Gesäßcreme eingerieben. Gerade beim Schwitzen, wie in den letzten Tagen, hat es sich, wie auch 2018, als sehr nützlich erwiesen, diese Creme zu benutzen. Ich hatte mich nicht ein einziges Mal, so wie 2017, wund gelaufen. Ein Hoch auf diese Creme, die auch für die nächsten Caminos, ein unentbehrlicher Begleiter sein wird.

07.15 Uhr war ich, mit Rucksack, im Frühstücksraum und bekam etwas früher, das doch sehr gute Frühstück; das beste bisher. Darüber hinaus gab sie mir für den Weg noch vier Äpfel mit; wir hatten uns gestern über meine Probleme bzgl. Diabetes / schwindende Energie unterhalten. Toll war der im Frühstücksraum hängende Spruch:

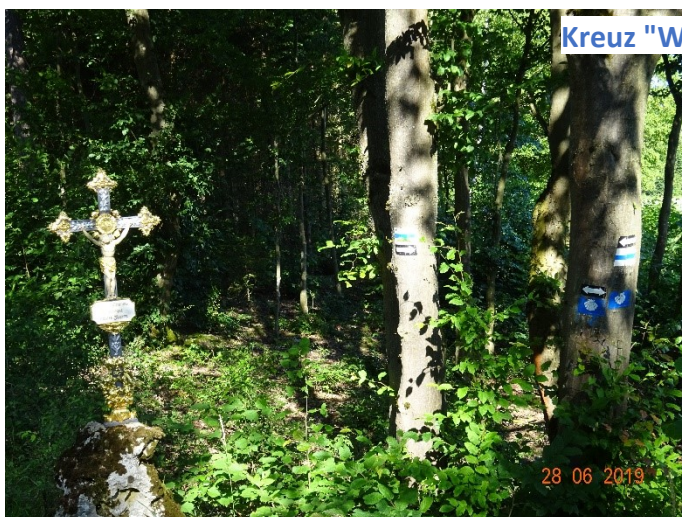
„Ich bin nicht alt, nur schon ein bisschen länger jung als andere „

Dem war nichts mehr hinzuzufügen. 07.30 Uhr war ich fertig. Ich ging nach draußen, das Außenthermometer zeigte 16°C; ob das stimmt und wartete auf den Hausherrn, meinen „Fahrer“. Er brachte mich dann direkt zum Jakobsweg; oberhalb von Wolfersdorf. Da er mir so geholfen hatte, gab ich ihm 15.-€ Zuschuss zum Taschengeld. Die 36,5 Km verkürzten sich durch die Fahrt um 16,5 Km

08.00 Uhr starte ich dann meine heutige Etappe nach Sindlbach, es waren noch 20 Km und es sollte heute „nur“ 32 °C werden.

Im Schatten war es angenehm kühl. Aber die Strapazen der letzten Tage merkte ich beim Gehen, den schnellen Schritt, wie sonst, hatte ich heute Morgen nicht, obwohl es doch 9°C weniger als gestern Morgen waren.

Wie angenehm war es, durch den Wald zu gehen, seinen Duft einzuatmen; gestern stand ja die Hitze drin.



Kreuz "Wasserstein"

Kurz vor 09.00 Uhr sah ich an einer Weggabelung dieses schöne Kreuz stehen. Ich blieb stehen und genoss die Ruhe und die geringere Temperatur.



Wieder ein Schatten; Ereignisse??



Wie schon gesagt „Ereignisse werfen ihre Schatten voraus“. Ich hoffte nur nicht mit dem Ergebnis wie Montag ff. Es ging jetzt, wie immer, bergauf/bergab nach Nattershofen, einem kleinen Dorf mit weniger als 60 Einwohner.

Kurz nach Verlassen des Dorfes und einem Anstieg kam ich unterhalb der Felsen des Dietrichstein

(627m) auf dem Schweppermansberg zur Waldkapelle Maria Hilf.

Über die Entstehung der Waldkapelle Maria Hilf wird gesagt, dass das Altarbild im Schutt der zerstörten Burghapelle Dietrichstein unversehrt gefunden wurde und man aus den Resten der verfallenen Burg im 18/19.Jahrhundert diese Kapelle errichtet hat. Sie steht auf dem Waldeigentum der Fam. Stöckl/Lang aus Lauterhofen und wurde von ihnen 2006 renoviert.



Wallfahrtskirche Maria Hilf

Bergab ging es über einen Waldweg und weiter auf einem kaum sichtbaren „Pfad“. Ich sah kein Schild mehr, also ging es weiter lt. Tablet. Wie ich an der Bundesstraße 299 ankam, ging ich ein Stück an ihr entlang und bog dann an der Stieglitzerhöhe links ab. Nach knackigem Anstieg erreichte ich um 10.15 Uhr das Pfarrdorf Trautmannsdorf. Mein Ziel war die Pfarr- und Wallfahrtskirche Mariä Namen.



Hauptschiff mit Altar

Schon um 1382 ist hier an diesem Ort die erste Kirche – zu unseren lieben Frau- mit Marienfigur bezeugt; deren Ursprünge aber weiter zurückreichen dürften. Anno 1432 wurde die Kirche von den Hussiten schwer verwüstet.

Die in ihr befindliche Marienfigur wurde dreimal, unter Lüsterungen, von den Hussiten ins Feuer geworfen und blieb wundersamerweise erhalten. Deshalb heißt das Gnadenbild, auch heute noch, „Die unversehrte Mutter“. Dieses Wunder gilt als der unmittelbare Anlass für die Marienwallfahrt, damit eine der ältesten der Oberpfalz. Sie findet immer am Sonntag nach „Maria Namen“ (12. September) statt.

Im Landshuter Erbfolgekrieg, 1504, brannte die Kirche erneut ab.



Sie wurde 1655/1666 in der Form einer Wehrkirche errichtet, aber bald wieder abgerissen. In ihrer jetzigen Form wurde sie 1686-1689 von den Gebrüdern Dientzenhofer (auch Klosterkirche Ens Dorf) neu erbaut und ist als katholische Expositur- und Wallfahrtskirche eine Wandpfeilerkirche mit gotischem Chorturm. 1691 fand die Kirchweihe statt.

Besonders sehenswert ist die reichhaltige, barocke Innenausstattung.



Diese wurde erst mit der Vollendung des Deckengemäldes durch J.M. Wild 1760 fertiggestellt. Es zeigt, rings um das Gnadenbild, die Huldigung Mariens durch die vier damals bekannten Erdteile, die christlichen Tugenden, die Entehrung durch die Hussiten und die Verehrung durch den damaligen Kurfürsten, dem Weihbischof von Eichstätt, sowie gläubiges Volk.

Sehenswert ist auch die sehr schön geschnitzte Jakobusfigur, in einer Nische neben einem Bogenfenster.



Ich hatte Trautmannsdorf verlassen und bis Sindlbach, meinem heutigen Ziel, waren nur noch sehr kleine Dörfer. Ob man dort wohl Wasser nachfüllen kann; vielleicht hatte ich Glück und konnte es???

Es wurde wärmer. Ich ging durch den einsamen Wald, vorbei am schwarzen, dann am roten Marterl; auch vorbei an blumenreichen Feld- und Wiesenrändern. Was für ein Genuss; gibt es bei uns ja kaum noch.

11.55 Uhr erreichte ich wider Erwarten eine Einkehrmöglichkeit, eine Erlebnisfarm mit Biergarten, den Bräunertshof.

Er öffnete aber erst um 13.00 Uhr. Also sah ich mir die Tiere an. Als sich die verm. Besitzerin näherte, wagte ich die Frage nach Wasser und Kaffee. Sie erbarmte sich meiner. Ich bekam ein großes Wasser, eine Kanne Kaffee und da sie noch Kuchen hatte, auch ein Stück Käsekuchen. Alles mundete mir



ob der was abgibt?

vorzüglich, immerhin der erste Kaffee unterwegs; vorher war es ja auch zu heiß für Kaffee. Eine der Katzen hatte Gefallen an mir gefunden; mal saß sie neben mir, mal auf meinen Schoß. Ob sie was vom Kuchen abhaben wollte? Nein, den genoss ich allein.

Ich lies in Gedanken die vergangenen Tage Revue passieren und kam zum Entschluss:

1. Etappen nur noch 20-25 Km
2. Mehr Pausen; zum Genießen und sinnieren
3. Für die Zeitberechnung einen Schnitt von 3,5 Km/h

Vorher hatte ich einen Schnitt von 4,5-5 Km/h angenommen und das ist bei solchen, immer öfters vorkommenden, Temperaturen nicht zu schaffen. Da würde es auch nicht mehr, wie in den letzten vier Tagen, vorkommen, dass ich an die Grenzen meiner Leistungsfähigkeit gehen musste. Und wenn es doch schneller ging, würden eben die Pausen verlängert.

Den bisherigen Tag habe ich richtig genossen. Die Temperaturen waren angenehm, obwohl ich doch teilweise ins Schwitzen kam, aber nichts im Vergleich zu Mittwoch und Donnerstag. Dazu hatte ich endlich unterwegs



Ich habe es gut

meinen ersten Kaffee getrunken.

Bis Sindlbach hatte ich noch ca. 1,5-2 h, die Pension war gebucht, also mehr als genug Zeit. Ich sah mir noch allerlei Getiers auf diesem Erlebnishof an.



weitermachen

Nach Auffüllen meiner Wasserflaschen - man weiß nicht, was noch kommt -ging es nach gut 40 min Pause wieder los. Ich hatte einen guten Schritt drauf, was womöglich am Käsekuchen und dem darin enthaltenen Zucker lag. Es fühlte sich an, als wenn ich den Turbo gezündet hätte. Obwohl es mittlerweile über 30°C waren, blieb mein schneller Schritt.

Jetzt wurden meine Gedanken vom Donnerstag bestätigt; also Traubenzucker besorgen, Äpfel hatte ich ja. Ich hatte ja schon in Schwandorf dies als evtl. Ursache meines Problems gesehen, aber hier wurde es bestätigt. Es lief wie geschmiert.

13.00 Uhr, es war kurz vor Oberried, war der Weg durch umgestürzte Bäume blockiert. Ein überklettern war nicht möglich. Nach kurzem Suchen entschied ich mich, Ober- und Unterried über die Straße zu erreichen. Zu meinem Glück hielt sich der Verkehr in Grenzen.

An der Habersmühle erreichte ich wieder den Jakobsweg. Entlang des Sendelbachs ging es über Langenthal nach Sindlbach, was ich um 14.15 Uhr erreichte.

Da meine Pension direkt neben der Kirche lag, besichtigte ich, da ich ja jetzt viel Zeit hatte, zuerst die katholische Pfarrkirche St. Jakobus.

Die Kirche St. Jakob in Sindlbach (damals zu Soundelbach) wurde im elften Jahrhundert erbaut. 1129 tritt ein Pfarrer Chounradus de „Soundelbach“ als Urkundenzeuge auf, somit der erste nachweisliche Pfarrer dieses Ortes.

Ihr Patrozinium verweist auf die Lage an einem alten Pilgerweg.

In der Barockzeit wurde die Kirche erweitert. 1633 brannten die Schweden, während des Dreißigjährigen Krieges, Pfarrhaus und Kirche nieder. 1640 war Johann Adam Ziegler, als Nachfolger von Christoph Mittner, als zweiter katholischer Pfarrer, nach der Reformation, nach Sindlbach gekommen. Er machte sich daran, die Sindlbacher Kirche wiederaufzubauen.



Der Innenraum ist barock ausgestattet und besitzt drei schöne, elegant gestaltete Altäre. Pfarrer Mittner erwarb 1641 aus der evangelisch gewordenen Kirche im fränkischen Penzenhofen die Madonna (italienisch: Meine Herrin) mit Figuren der Apostel Jakobus und Johannes. Alle drei fanden auf dem Hochaltar Platz. Die Madonna ist um 1480 in Nürnberg entstanden; der Künstler ist unbekannt.

Die Figurengruppe war heute leider nicht zu sehen.



Im danebenliegenden Gasthof Geier (EZ/ÜF: 45€), der heute mein Quartier sein sollte, setzte ich mich an die Tische vor dem Eingang und genoss erst mal ein großes Wasser. Im Schatten und mit leichtem Wind war es angenehm. Dann bezog ich mein Zimmer. Nach Duschen, Büttchen Bunt und Ruhen, ging es um 18.15 Uhr zum Abendessen; draußen waren es immer noch 29°C. Der Gastraum bzw. die Nebenräume waren gut besetzt. Nun ja, es war Freitag.

Im Gastraum fand ich noch einen freien, wenn auch großen, Tisch. Ich aß ein Holzfällerkotelett mit Speck und Zwiebeln, Bratkartoffeln und Salat für 11€, da kann man nicht meckern. Es war lecker und eine gute Portion und das Weizen dazu schmeckte auch. Ich sprach die Wirtin bzgl. eine Beförderungsmöglichkeit an. Sie sagte, dass ihr Sohn morgen früh sowieso nach Altdorf zum Einkaufen müsste und er mich dann mitnehmen könnte. Zum Jakobsweg, der durch Prackenfels führte, war es zwar noch mal 3 Km, aber das passte schon. Nach Genuss eines Obstlers gings dann aufs Zimmer und ich schlief schnell ein.

KM: 22,6 (20 von 36,5) Zeit: 06:15 h

6. Tag: Samstag, 29.06.19, von Sindlbach bis Wendelstein

5.30 Uhr wachte ich, gut erholt, auf. blieb aber, da es erst um 07.00 Uhr Frühstück gab, noch bis 6.30 Uhr liegen und döste vor mich hin. Dann die üblichen Verschönerungsmaßnahmen und mit Rucksack war ich um 07:00 Uhr unten und genoss das gute Frühstück.

Ich sprach dann den Sohn bzgl. der von der Mutter zugesagten Fahrt an.

Er wusste von nichts????!. Nach langem Hin und Her, unter Hinweis auf Bezahlung, nahm er mich dann doch mit. 08.10 Uhr waren wir in Altdorf. Die, von mir angebotene, Bezahlung lehnte er ab; nochmals ein Dank dafür. Ich war nun im Zentrum von Altdorf, einer schönen Kleinstadt mit großem Marktplatz. Einige Stände lockten mit Gemüse, Obst usw. In der dortigen Apotheke holte ich mir zur Vorsicht Traubenzucker; es aber nicht einmal gebraucht. Ein Wegweiser wies nach Prackenfels; es war 3 Km entfernt. Um 09.05 Uhr und nach 3,4 Km war ich dann, dank meinem Tablet, auf dem Weg zwischen Prackenfels und Grünsberg. Jakobsschilder wiesen mir den weiteren Weg, der jetzt noch 20 Km sein sollte.



Es war jetzt schon wesentlich wärmer als gestern zu dieser Zeit. Heute sollten es 34-35 °C werden. Aber ich hatte ja genug Wasser, noch zwei Äpfel und vor allen Dingen Traubenzucker. So konnte ich mir bei einer evtl. Schwäche helfen.

Kurz nach Grünsberg, sah ich, unterhalb der aus dem Jahre 1199 stammenden Burg Grünsberg (nicht zu besichtigen), diesen Brunnen. Er gehört lt. der dortigen Beschreibung zur Parkanlage der Burg und wird von der Sofien-Quelle gespeist.

9.40 Uhr erreichte ich, schon stark schwitzend, über größtenteils schattenlose Wege Wallersberg und kurz danach Altenthann. Die dortige Pfarrkirche wurde mir von der Frau des Messners, die neben der Kirche wohnten, geöffnet. Sie hatte gesehen, wie ich vergeblich versuchte, die Kirchentür zu öffnen. Von ihr erhielt ich auch den Stempel.



Die Anfänge der evangelischen Pfarrkirche St. Veit gehen zurück bis ins Jahr 1100. Da hatten die adeligen Ritter von Thann, am Ort der heutigen Kirche, ihren Herrnsitz. Die ursprünglich als Nikolauskapelle errichtete Kirche erhielt 1464 lt. urkundlicher Erwähnung ihren heutigen Namen „St. Veit“. Beide Namenspatrone sind noch heute im Inneren der Kirche in Form einer hölzernen Nikolausfigur und eines kleinen Glasbildes auf der Kanzelseite zu sehen. Ein Blitzschlag in den Turm, Ende des 17. Jahrhunderts, beschädigte die Kirche so, dass sie von den Altenthannern fast vollständig abgerissen wurde. 1697 konnte die Wiedereinweihung der neu errichteten Kirche St. Veit gefeiert werden. Dank mehrfacher Renovierungsarbeiten ist sie heute noch so zu sehen.

Der Altar und die Kanzel, mit der Abbildung der vier Evangelisten, stammen aus der Zeit um 1700. Mitte des 19. Jahrhunderts fand der achteckige Taufstein und die Glasbilder im ehemaligen Läute-Raum ihren Platz in der Kirche.

Auf der Kanzelseite ist das Wappen der Familie von Grundherr zu sehen. Dieses, sowie der Gedächtnisschrein für Anna Helena von Grundherr aus dem Jahre 1759, verweisen auf eine Besonderheit dieser Kirche. Sie unterstand von 1693 bis 2000 dem Patronatsrecht derer von Grundherr, die dadurch ein Mitbestimmungsrecht bei der Besetzung der Pfarrstelle hatten.

Nun ging es weiter. Der Weg führte mich durch den Thanngraben, eine schattige Schlucht mit dem Höhenbach. Aufgrund der Temperaturen waren doch, trotz meist arbeitsfreiem Samstag, schon einige mit ihren Hunden unterwegs. Sie wollten wohl so den im Tagesverlauf zu erwartenden Temperaturen von 34-37 °C entgehen.

Kurz danach hatte ich mein BSP erreicht. Gemeint war nicht das Bruttosozialprodukt, sondern Bank, Schatten, also Pause. Man kommt schon auf seltsame Dinge, während des Weges. Nach 10 min und dem Genuss von einem halben Liter Wasser, ging es frohgemut weiter.

10.50 Uhr erreichte ich Rummelsberg, den Sitz der Rummelsberger Diakonie e.V. Es ist einer der größten diakonischen Träger Bayerns.



Altar St. Veit

29 06 2019



Philipus-Kirche

29 06 2019

Diese Diakonen-Anstalt wurde 1890 in Nürnberg gegründet und siedelte 1905 nach Rummelsberg um. 1925 wurde das Wichernhaus als Körperbehinderteneinrichtung gegründet. Rektor Nicol verweigerte 1941 die Herausgabe „lebensunwertes Leben“. 1943 wurde durch die Nazis die Beschlagnahme der Rummelsberger Anstalten angeordnet, dazu kam es aber nicht. 2012 wurde aus den Rummelsberger Anstalten die Rummelsberger Diakonie.

Auf dem sehr großen Gelände finden sich Werkstätten und allerlei Ausbildungsbereiche u.a. für Diakone (m.w.d), Krankenhäuser, Altenheime sowie das Berufsbildungswerk für verhaltensgestörte Jugendliche und körperlich beeinträchtigte Person.

An erhöhter Stelle findet man die Ev. Philipus-Kirche, die von 1924-27 erbaut wurde. Die zum Bau verwendeten Sandsteine wurden von den „Rummelsbergern“ selbst in einem Steinbruch gewonnen.

Die Schilderführung durch Rummelsberg war sehr verwirrend. Aber wie immer, mein Tablet half mir weiter. Abwärts gings, am Tagungszentrum vorbei, zum Waldrand. Über Steige und schmale Wege erreichte ich um 12.00 Uhr Feucht. Nach Tage stiller Einsamkeit war Feucht mit seinem regen Verkehr, es war ja Samstag, doch gewissermaßen ein „Schock“. In der Innenstadt besichtigte ich die dortige evangelische Jakobskirche. Da dort eine Veranstaltung war, schaute ich nur kurz rein - kein Foto - und weiter ging es. Es war jetzt schon 30°C im Schatten. Das sollte noch etwas ansteigen und das tat es.

Ich war jetzt knapp 4 Stunden unterwegs und hatte 16,5 Km (Buch 15.5 Km) hinter mir. Also suchte ich zwecks Erholung eine Bäckerei auf und genoss dort ein großes Wasser, einen Kaffee und ein Mohnkecken. Da der Kaffee sehr gut war, gab es noch einen zweiten; beide natürlich große.



Nach einer guten halben Stunde Genuss, kam das Gehen. Bis Wendelstein waren es noch ca. 8,5 Km. Im Verlauf des Weges durch Feucht kam ich am Zeidelmuseum vorbei.

Feucht war aufgrund seiner Lage im Reichswald ein Zentrum der Bienenhaltung und Honiggewinnung. Der früher hier erzeugte Honig (ehem. Zeidel) wurde für die Herstellung der Nürnberger Lebkuchen benötigt.

Dieses Museum zeigt vieles aus der Geschichte der Honiggewinnung, damals noch Zeidlerei.

Früher war hier ein viel kleineres Haus aus dem 17. Jahrhundert, das zum Pfinzing-Schloss gehörte und als Zinshäuslein diente. 1696 wurde es von Christoph Gottlieb von Scheurl mit der Maßgabe verkauft, es abzureißen und ein größeres Haus dorthin zu setzen. Nach dem Kauf und Bau des neuen Hauses sowie dem Zukauf von Ackerland wurde es ein landwirtschaftliches Anwesen, was der frühere Name „Gütlein“ belegt. Seine imposante

Fassade erhielt das Gebäude um 1700.

1808 ist für das Anwesen ein Brennrecht mit zwei Kessel verbürgt. Seit 1922 besaß die Fam. Hutzler das Haus, nach denen es auch benannt ist. In dem „Hutzlerhaus“ ist seit 1984 das Zeidel-Museum untergebracht. Es ist eines der schönsten Imkermuseen Deutschlands und enthält viele Imkergerätschaften der verschiedenen Epochen und aus dem In- wie Ausland.

Da es aber so warm war und noch 8,5 Km vor mir lagen, verzichtete ich auf einen Besuch. Ein Besuch, mit dem Rucksack auf dem Rücken, wäre auch nicht gut gewesen. So habe ich wenigstens Beschädigungen am Inventar vermieden; s.a. Elefant im Porzellan-Laden!!

Der weitere Weg sollte lt. Buch auf der Hauptstraße, weiter auf der Bahnhof-Str, und dann entlang der A9 gehen, bis zur Überführung der Autobahn zum Josef-Schlosser-Weg; also eine Art Halbkreis. Da ich schnell aus der Stadt wollte, nahm ich den direkten Weg über die Pfinzingerstr. zur Überführung über die A 9 und die ICE Hochgeschwindigkeitsstrecke



Nachdem ich der Hektik der Stadt entronnen war, kehrte wieder die Stille ein. An einer Hauseinfahrt entdeckte ich diesen Spiegel und darin mich. Dieses Motiv – mein Spiegel des Lebens o.ä. - reizte mich und es kam zu diesem Foto.

Vorbei am Südufer des Jägersees und entlang des Gauchsches Baches sowie dem Ludwigskanal kam ich nach Röthenbach bei St. Wolfgang. Dieser Namenszusatz kommt von einer Felsquelle, die zur Wolfgang-Höhle ausgestaltet worden war.

Der Weg führte weiter entlang des Ludwigskanals an den Ortsrand von Wendelstein. Da der Jakobsweg nur an Wendelstein vorbeiführte, zweigte ich, zwecks gebuchter Übernachtung, dort um 14.25 Uhr ab. Entlang des Weges waren, da im Ort ja Kirchweih war, die Wagen der Schausteller abgestellt.

Um 15.00 Uhr war ich dann an meiner Pension, Café am Rathaus (ÜF/EZ 45 €). Es öffnete mir niemand auf mein Klingeln und Klopfen, auch ein Anruf verlief negativ.

Also gings zum daneben liegenden Café; komischerweise waren zwei Bäckereien mit Café, nur getrennt durch eine Gasse, nebeneinander. Dort genoss ich, was wohl, einen großen Kaffee.

Ich fragte die Bedienung, wie ich jemanden von der Pension erreichen könnte. Sie gab mir den hilfreichen Tipp, den Nebeneingang im Seitenhof der Pension zu benutzen.

Nach Leerung meines Kaffees begab ich mich dorthin und siehe da, eine ältere, aber sehr mürrische Frau, öffnete mir. Sie murmelte etwas, in Italienisch, vor sich hin. Ob ich sie wohl in ihrer Siesta gestört hatte. Was mich wunderte, denn ich hatte, kurz nach Feucht, in der Pension angerufen und einer der, der Stimme nach, jungen Frau (Pensionswirtin?) am Telefon, meine voraussichtliche Ankunfts-Zeit mitgeteilt. 15.00 Uhr mitgeteilt, 15.00 Uhr da, besser gings nicht.

Anscheinend war ich, lt. Schlüsselbrett, der einzige Übernachtungsgast. Dies verstand ich auch, als ich mein Zimmer sah. Es war sehr schmal, defektes Mobiliar und im Mülleimer, des noch schmälere Bades, lagen verschiedene Shampoo-Flaschen. Aufhängen konnte ich nur etwas, da der Großteil der Kleiderbügel defekt war. Der Boden hatte schon ein Weilchen auf eine Säuberung verzichten müssen. Ob das Plümme frisch war, konnte ich nicht glauben. Zum Preis von 45 € eine Zumutung; reine Abzocke und nicht zu empfehlen. Das schlechteste Zimmer, seit ich auf Jakobswegen unterwegs war. Das Preis-Leistungsverhältnis stimmte bei weitem nicht; auch nicht für „Luxus-Pilger“.

Auf ein Foto vom Zimmer verzichte ich aus rechtlichen Gründen.

Ab 06.30 Uhr soll es Frühstück geben, da bin ich gespannt.

Mein Fenster ging glücklicherweise zum Hof, da sich auf der Straße vor der Pension zahlreiche Kirchweihbuden und Fahrgeschäfte befanden.

Nach Ablegen von Rucksack und den Wanderschuhen, ging es mit den leichten Sandalen durch den schon sehr belebten Ort. Die dortige evang. St. Georgs-Kirche war leider zu; verm. wegen der Kirchweih.

Es war jetzt 15.45 Uhr. Ich hatte Hunger und wollte was essen, die Zeit bis zum Abendessen war mir zu lang. Viele saßen an den Gaststätten bzw. Buden in der Sonne bzw. wenn vorhanden, unter den Sonnenschirmen; es waren 33 °C. Ich setzte mich lieber in eine Wirtschaft - leider auch nicht kühler- genoss zwei helle Weizen und „2 in a Weckla“, eigentlich Weggla, aber so stand es in der Karte. Die „2“ waren zwei Fränkische Würstchen im Brötchen. Die waren sehr gut und sättigend.

Da ich doch ziemlich geschafft war, gings nach dem Essen los. Ich wollte bis zum Abendessen noch etwas ruhen. Unterwegs sah ich ein Taxi; bei dessen Fahrer bestellte ich, für morgen früh um 07.00 Uhr, eine Fahrt ins 5 Km entfernte Neuses.



In der Pension angekommen, duschte ich mich und meine Wäsche. Zum Glück hatte ich eine 2m-Wäscheleine und kleine Wäscheklammern für Notfälle dabei; so konnte ich die Wäsche aufhängen. Bei den Temperaturen im Zimmer ging das Trocknen schnell. Dann legte ich mich aufs Bett und ruhte. Ich konnte mich jedoch nicht aufraffen, nochmals aufzustehen und so verzichtete ich aufs Abendessen. Draußen „lärmt“ lange die Kirchweih.

Um 20.35 Uhr waren es noch 31°C. Da es im Zimmer kaum abkühlte, „schliefe“ ich sehr unruhig. Mehrfach wachte ich auf. Zur Abkühlung duschte ich in der Nacht noch zweimal.

KM: 25,8 (23,4 von 30) Zeit: 06:50 h

7. Tag: Sonntag, 30.06.19, von Wendelstein bis Abenberg

Schon um 05.15 Uhr wachte ich auf. Hoffentlich sah ich nicht so aus, wie ich mich fühlte, nämlich zerknittert. Kurz vor 6.00 Uhr stand ich auf, renovierte meinen „geschundenen“ Körper und packte meinen Rucksack. 06.25 Uhr war ich unten. Trotzdem ich die Bäcker bei der Arbeit hörte, öffnete mir auf mein mehrfaches Klopfen keiner. Ich verlies die Pension und ging zur Tür des dazu gehörenden Cafés. Hier wurde mir auf mein Klopfen und Klingeln durch die Wirtin geöffnet. Die, auch anwesende, mürrische „Alte“ raunzte mich an, dass es noch kein Frühstück gebe. Ich wies auf das, hinter ihr hängende, Schild „Frühstück ab 06.30 Uhr“. Sie verneinte es und zog unter italienischem Gemurmel, verm. Beschimpfungen, von dannen. Dann tischte mir die Wirtin, ein mageres Frühstück, dafür aber mit ganz frischen Brötchen, auf. Wie gesagt, für 45 € ist eine Übernachtung hier nicht zu empfehlen, weder Zimmer noch Frühstück rechtfertigen diesen Preis. Für mich erhält diese Pension den Preis „Abzocker des Jahres“. 06.45 Uhr war ich fertig; mit dem Frühstück und dieser Pension.

Dann gings zum Haus des Taxifahrers; es war nur 5 min entfernt. Nach kurzer Wartezeit fuhr er mich nach Neuses; Preis 15.-€ (mit Trinkgeld, es war ja Sonntagmorgen).

Durch diese Fahrt von 5 Km, hatte ich nur noch 23 Km vor mir. Diese Abkürzung war auch nötig, da es heute wieder 36-37°C werden sollte.

07.05 Uhr ging mein heutiger Weg los. Ich überquerte die Schwarzach-Brücke und unterquerte kurz danach den Main-Donau-Kanals, der hier mit einer 219 Meter langen Stahltrogbücke den Unterlauf der Schwarzach und die Staatsstraße 2239 überspannte. Es ging dann entlang der Staatsstraße und über den Rennweg, den ich aber langsam ging, nach Schwabach. 08.35 Uhr erreichte ich das Ortseingangsschild von Schwabach. Es ging entlang einer großen, aufgrund des Sonntags wenig befahrenen, Straße ins Zentrum.

In einem Café setzte ich mich bei noch angenehmen Temperaturen an einen Außentisch und trank meinen so heiß geliebten Kaffee. Nach einer Viertelstunde Genuss gings weiter. Es war

schon warm, aber immer noch angenehm. Dies wird sich wohl im Verlauf des Tages ändern.



Schwabach ist die kleinste kreisfreie Stadt Bayerns und wurde 1117 als „villa Suabach“ urkundlich erwähnt.

Bedeutend waren die Teppichweberei und die Strumpfwirkerei.

Die Schwabacher Schrift wurde 1470 entwickelt und als Schrifttype der ersten gedruckten Luther-Bibeln bekannt.

Die Stadtkirche St. Johannes und St. Martin wurde 1469-95 erbaut, wobei Vorgängerbauten existierten. Besonders sehenswert ist der 1507/08 von Michael Wöhlgemut erschaffene Hochaltar. Er ist der Lehrmeister Albrecht Dürers.

Übrigens:

1797 übernachtete Goethe in Schwabach; ich nicht.

Der Königsplatz, mit dem 1717 geschaffenen Brunnen, gehört zu den schönsten Plätzen Bayerns.

Das Rathaus mit dem “Goldenen Saal“ konnte ich nicht besichtigen; es war ja Sonntag.

Also „aufi“, wie die Bayern sagen. Ein Straßenschild wies mich auf meine noch zu erbringenden Leistungen hin;
Gunzenhausen 32 Km,
Endziel Nördlingen 72 Km.



Jakobsschilder waren nicht zu sehen, also Einsatz Tablet. Das brauchte ich immer wieder, auch um die Streckenführung und meinen jeweiligen Standort zu überprüfen. Das erste Muschel-Schild sah ich erst wieder in Uigenau. Nach Unterquerung der A 6 fehlten sie wieder bis nach Haag, was ich um 10.00 Uhr erreichte.



Auf einem Weg sah ich dieses Reh, was keine 10 m entfernt war.

Vermutlich hat es mich noch nicht gerochen, was verwunderlich war. Nun, der Wind kam mir entgegen. Ich holte vorsichtig meine Kamera raus und machte schnell mehrere Fotos. Nach 2-3 min trottete es dann davon.

Wieder ein schöner Moment!!!!

Es ging weiter, vorbei an Fischteichen und dann war ich endlich im Wald. Von Schwabach bis hier, war in nur in der prallen Sonne unterwegs und es war schon ordentlich warm. Jetzt ging es weiter auf dem mittelalterlichen Ulmer Weg. Wer und vor allen Dingen, wieviel Pilger sind vor mir diesen Weg in den vergangenen Jahrhunderten gegangen.

Nun ging ich diesen Weg, nur besser ausgerüstet und mit anderen Übernachtungsmöglichkeiten. Damals mit Kutte und barfuß. Man musste des Öfteren im Freien schlafen und war oft hungrig.

Wat ham mer et hück jot!



Kurz danach machte ich am Rugstein mein BSP (Bank, Schatten, Pause). Es war jetzt 10.30 Uhr und „Klärchen“ strengte sich an. Der Rugstein befand sich seit Jahrhunderten an dieser Stelle und wurde in den 50er Jahren erneuert. *Lt. Überlieferung hat der Ritter Ramungus von Kammerstein diesen Felsblock im Streit gegen die Ritter von Kühdorf geschleudert. Die Daten der beiden Rittergeschlechter liegen aber 300 Jahre auseinander. Eine andere, glaubhaftere, Erzählung besagt, dass der Rugstein ein Markstein des mittelalterlichen Kammergerichts sei. Diese Art Untergericht ist ein Zeugnis der dörflichen Selbstverwaltung, bei dem Streitigkeiten der 18 gleichberechtigten, mit Rugrecht versehenen Bauern geschlichtet wurden. Der Begriff Rugrecht stammt verm. von „rügen“.* Anschließend wurden die trockenen Kehlen mit dem Ertrag der Buß- und Losgelder geschmiert.

Gegenüber dem Rugstein befindet sich eine malerisch gelegene, aber äußerst spartanisch eingerichtete Jakobskapelle. Über ihrem Eingang war eine große Jakobsmuschel angebracht. Der, im Inneren befindliche, Stempel funktionierte jedoch nicht, da das beinhaltete Stempelkissen, mehr als trocken war; schade.



Nach 20 min „BSP“ ging es weiter, ich hatte ja noch 7-8 Km vor mir. Es war heiß und ich merkte jetzt den fehlenden Schlaf der vergangenen Nacht. Kurz danach sah ich das Schild „Abenberg 6 Km“. Die können bei der Hitze lang werden.

11.30 Uhr erreichte ich, ständig in der Sonne gehend, Mildach. An der Kreuzung klingelte ich an einem großen Haus und bat die ältere Frau um Wasser bzw. das Auffüllen meiner Flaschen. Diesen Wunsch erfüllte sie mir. Vor dem Haus sitzend trank ich etwas.

Ich ging los und sah kurz danach auf der rechten Seite einen Gasthof, leider zu, aber ich hatte wenigstens vorher meine Flaschen gefüllt. Kaum hatte ich diesen kleinen Ort (nur etwa 50 Einwohner) verlassen und die Aurach überquert, sah ich auf der anderen Straßenseite den Gasthof“ zum Hirschen“; zum Glück geöffnet. Also gab es wieder eine „BSP“, wie fast immer, großes Wasser und einen großen Kaffee. Da es anschließend, in der prallen Sonne, bergauf ging, legte ich 30 min Pause fest; dieses hielt ich auch ein.

Ich saß draußen, an einem großen Tisch, im Schatten. Lt. Thermometer waren es schon 32°C, meine Schweißdrüsen dankten es mir mit eifriger Tätigkeit. Seit dem Schild (Abenberg 6 Km) bin ich 40 min gegangen und hatte lt. Buch immer noch 4,5 Km vor mir; werde ich langsamer? Punkt Mittag brach ich auf und bergauf ging es über Wald- bzw. Feldwege Richtung Abenberg. Von weitem sah ich schon der Turm der Burg. Aber ich sah auch, das es nach Abenberg bergauf ging. 12.50 Uhr war ich dann in Abenberg. Ich hatte die 4,5 Km in 50 min „geschafft“. War ich wirklich so schnell gewesen - bei der Hitze nicht - oder stimmten die Angaben Buch bzw. Straßenschilder nicht; keine Ahnung.

Dann ging es zur Kirche St. Jakobus.



Die erste Kirche weihte Gundekar II., der 1057-1075 Bischof von Eichstätt war, bei einer „Visitatio“ (Visite) ein. Graf Wolfram II. von Abenberg gründete Anfang des 12. Jahrhunderts hier im Ort ein Benediktinerkloster. Es wurde jedoch schon 1150 nach Heilbronn verlegt. Zur gleichen Zeit wird in einer Heilsbronner Tauschnotiz eine „capella sancti Jacobi“ in Abenberg erwähnt

Eine weitere Klosteransiedlung währte nur von 1294-1300. Das Spalter Kollegiatstift St. Nikolaus wurde dann an die Abenberger Jakobuskirche verlegt.

1296 erwarb Fürstbischof Reinboto von Eichstätt Burg und Ort (castrum et oppidum) für 4000 Pfund Silberheller; Abenberg hatte nun eine eigene Pfarrei. Zum bischöfliche Pflegeamt Abenberg gehörten erst 26, dann 39 Ortschaften.

Um 1470 entstand der Schrein des Hochaltars. Er zeigt die Muttergottes mit Kind, den Patron Jakobus und Stadtpatronin Stilla. Die Altarflügel zeigen Szenen aus dem Marienleben.

Der Altar wurde 1922 von den, in Abenberg geborenen, Brüdern Heckl, Brooklyn/USA, gestiftet.





Orgel St. Jakobus

Die Orgel wurde 1857 für 1347 Gulden angeschafft. Auf dem Schalldeckel (Dach) der aus dem Jahre 1702 stammenden Kanzel befindet sich diese schöne Jakobusstatue.



St. Jakobus auf Kanzeldach



Gästehaus

Von der St. Jakobus-Kirche waren es doch noch einige Minuten zur Burg. Ich kam an meinem heutigen Quartier, dem unterhalb der Burg gelegenen, Gästehaus Burg Abenberg, vorbei. Die Anmeldung und mein Schlüssel warteten aber in der Burg. Der Fußweg ging über 61 Stufen kräftig bergauf, zum, von Osten kommenden, Burgzugangsweg. Der war doch ziemlich steil. Wie schwer hatten es damals die Ritter mit ihren Rüstungen bzw. deren Pferde, hier rauf zu kommen??



Innenhof Burg Abenberg

Um 1050 wurde von Graf Adalbert II. die erste Burg aus Holz gebaut. Er gehörte zum Geschlecht der Abenberger, deren Name hier das erste Mal auftaucht. Graf Rapoto (1122–1172) ersetzte die Burg zwischen 1130 und 1140 durch eine Steinburg, die 40x40m maß und 2,5 m dicke Mauern aus Sandsteinquadern hatte.

Der, sich in der Mitte des Burghofes befindliche, Wohnturm hatte eine Grundfläche von 15,6 × 14,6 Metern. Mit Graf Friedrich II starb um 1200 die männliche Linie des Abenberger Adelsgeschlechts aus. 1236 gingen Burg und Ort durch Heirat an die Hohenzollern. 1230-1250 wurde Teile der Burg und die Ringmauer abgebrochen und die Hauptburg auf die doppelte Größe erweitert. Am Südosteck wurde das wehrhafte Burgtor errichtet und 1296, nach Verkauf an das Fürstbistum Eichstätt, das schwachbefestigte Nordwesteck durch einen Viereckturm verstärkt.



Burg vom Zugangsweg

Im 15. - 17. Jahrhundert erfolgte eine Reihe von Umbauarbeiten. Dann verfiel die Burg und 1799 stürzte die St.-Otmars-Kapelle ein. 1806 kam die Burg in den Besitz des Königreiches Bayern und wurde zum Abbruch an Max Freiherr von Welden verkauft. Im Verlauf der Zeit wechselten die Besitzer, die Burg verfiel und wurde wieder in Stand gesetzt, auch im Wechsel.

1982 erwarb die Stadt Abenberg die Hälfte der Burg und 1984 den Rest. Am 08.03. 86 wurde, zwecks Sanierung und Unterhalt der Burg, mit dem Landkreis Roth und dem Bezirk Mittelfranken

den Zweckverband Burg Abenberg gegründet. Die Burg sollte als Denkmal erhalten bleiben und es wurde ein Konzept zur kulturellen Belebung, mit Museum und Gastronomiebetrieb, entwickelt. Die umfangreichen Sanierungsarbeiten fanden 2001 ihren Abschluss. Heute finden zahlreiche Veranstaltungen, wie das jährliche Feuerfestival und Konzerte, statt.

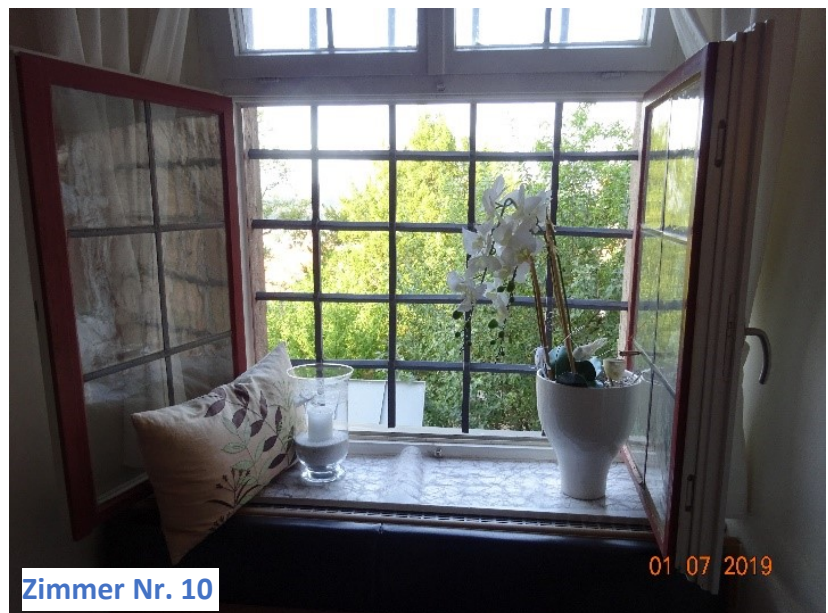
Wie auch, z.B. heute Abend, das Konzert der Beach-Boys, deren Anwesenheit mein Zimmer direkt um 20 € verteuerte, wobei eine Eintrittskarte nicht inkludiert war.

Ich sah mir noch etwas den Burghof und das Festival-Gelände an.

Die Beach-Boys habe ich nicht gesehen und hätte sie vermutlich auch nicht erkannt. Von den fünf Mitgliedern der 1961 gegründeten Band, gingen ab 2012 die noch lebenden drei (alle Ende 70) auf Tournee. Nun, wenn man es braucht; finanziell Gründe?

Irgendwann sollte aber Schluss sein; nicht wie Johannes Heesters.

In der Burgschänke trank ich noch ein Weizen und dann gings zum Gästehaus, Zimmer Nr. 10. Es war jetzt 13.30 Uhr und die Temperatur lag bei 33 °C. Kurz geduscht und dann ab in Hypnos Arme (Hypnos: Gott des Schlafes). 16.45 Uhr wachte ich auf, im Zimmer war es gut warm. Kein Wunder, es war auf der Südseite und wenn in den dicken Wänden einmal die Wärme drin war, blieb sie auch ein Weilchen drin. Ich wusch noch meine Bekleidung und ging dann noch etwas durch Abenberg. An einem nahegelegenen Taxistand bestellte ich ein Taxi



Zimmer Nr. 10

für morgen früh. 07.45 Uhr sollte es damit bis nach Wernfels gehen. Mein Tagespensum von 31 Km verringert sich dadurch auf 21 Km. Morgen sollte es ja wieder 34 °C werden.

Das Lied von Rudi Carrell „Wann wird es endlich wieder Sommer“ traf nun wirklich auf die vergangene Woche nicht zu; eher das Gegenteil.

Ich dachte an einen abgeänderten Titel: „Wann wird es endlich was kühler“.

Da mein Magen nach Füllung gierte, ging ich in ein nahegelegenes, kroatisches Restaurant und aß Pola Pola. Damit ich es leichter schlucken konnte, nahm ich noch ein kaltes Weizen dazu; es klappte.

Kurz nach 18.00 Uhr, Hypnos rief wieder nach mir, verließ ich das Restaurant und ging zurück zum Gästehaus. Die Hitze stand im Ort, es waren jetzt 36 °C.

Im Zimmer angekommen, merkte ich es. Auch hier stand die Luft, also nochmal duschen. Da es erst ab 07.00 Uhr Frühstück gab, hatte ich den Wecker auf 06.20 Uhr gestellt. Das Konzert sollte bis 23.30 Uhr gehen, dann kämen alle an meinem Fenster vorbei. Die Straße vor dem Gästehaus war ja der Hauptzugangsweg. Ich döste vor mich hin, an Schlaf war ja bei der Hitze nicht zu denken. Durch die schmalen Fenster kam auch nicht viel Luft. Da sie nebeneinander lagen, war auch kein Durchzug möglich. Ab 22.30 Uhr war dann Ruhe, verm. war das Konzert aufgrund der Hitze früher zu Ende. So gegen 01.00 Uhr wurde es etwas kühler im Zimmer. Es war wieder eine Nacht mit unruhigem Schlaf.

KM: 22,9 (21 von 28) Zeit: 06:30 h

8. Tag: Montag, 01.07.19, von Abenberg bis Gunzenhausen

06.10 Uhr war ich wach. Nach den üblichen Ritualen, ging es dann zur Burg Abenberg. Also wieder die 61 Stufen hoch; zum Frühstück. Ich bezahlte und kurz nach 07.00 Uhr ging das Frühstück los. Es war mehr als reichlich und mit den Dingen bestückt, die ich besonders mag; Rührei, gebratener Speck, Lachs, Körnerbrötchen usw. Mit einem Wort ich schlemmte und genoss all diese Leckereien.

Nicht, dass es hier wieder auf Luxuspilger hinausgeht, aber für 89.- € setze ich so ein Frühstück voraus. Meist habe ich weniger als die Hälfte bezahlt und dann kann man auch nur ein normales Frühstück verlangen. Auch hier gilt ein vernünftiges Preis-Leistungsverhältnis. Da nun aber für gestern in Abenberg und Umgebung kein Zimmer, außer in Burg Abenberg frei war, musste ich dieses Zimmer nun nehmen und auch diesen Preis akzeptieren.

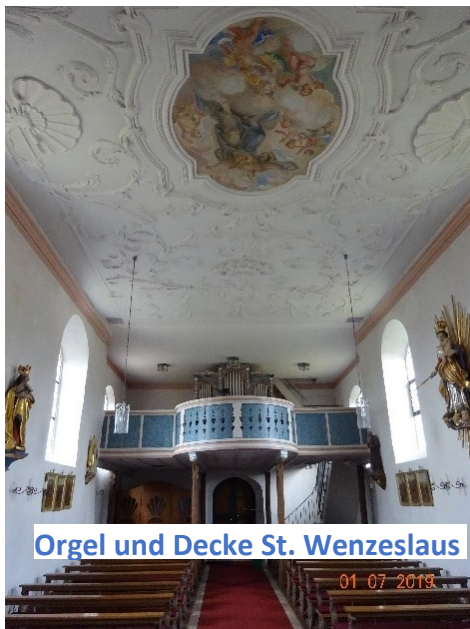
07.30 Uhr ging es, nach Bezahlung der Übernachtung, wieder die Stufen herab zur Ortsmitte. Nach kurzem Warten erschien das Taxi und im kam für 20 € nach Wernfels. Mein Tagespensum war dann heute 21 Km; auch noch genug bei zu den zu erwartenden 34 °C. Es war bewölkt und trotzdem schon warm.

07.50 Uhr war wir am Ortseingangsschild Wernfels. Ich stieg aus, der Rucksack wurde auf den Rücken gehievt und alle Verschlüsse geschlossen. Die Stöcke wurden fertig gemacht und dann raffte ich mich auf, noch kaputt von den Strapazen der letzten Woche, loszugehen. Ich piff zur eigenen Ermunterung ein Liedchen, erfreute mich am Tag und marschierte fröhlich los. Man muss es nehmen, wie es kommt. Schnell hatte ich den gewohnten Schritt aufgenommen, das lang gestreckte Wernfels durchquert und bald war ich in Theilenberg. Die etwas oberhalb gelegene Kirche St. Wenzeslaus war aufgrund von Bauarbeiten teilweise eingerüstet.



St. Wenzeslaus





Orgel und Decke St. Wenzeslaus

Dieses Pfarrdorf wurde erstmals 1058 urkundlich erwähnt. Graf Rapoto von Abenberg, der auch die steinerne Burg Abenberg erbaute, vermachte 1158 dem Kloster Heilsbronn die Kirche von „Tilenburg“. Ort wie Kirche wechselten mehrfach die Besitzer, wie das damals oft üblich war.

Für einen so kleinen Ort (ca. 100 Einwohner), war es eine große und sehr schöne Kirche. Ich möchte sagen, ein Kleinod.

Mit einem Gebet, bedankte ich mich für das bisherige Gelingen meines Jakobsweges 2019.

08.20 Uhr ging es dann weiter, durch den ach so „finsternen“, aber kühlen Wald. Irgendwie hatte ich eine Abzweigung übersehen oder es fehlte wieder einmal ein Schild. Nun mein Tablet half wieder einmal, dass ich auf den richtigen Weg, hier den Abzweig von der Staatsstraße 2723, kam. Dann war ich wieder auf dem richtigen Weg.

Ich überquerte die Straße und dann ging es rechts ab durch den Wald, auf einem kleinen Pfad, Richtung Kalbensteinberg, weiter. Hier wartete man schon auf mich. Bisher hatte ich in Bereichen See, Moor usw. gesamt 5 Mückensticke erhalten. Hier, in diesem Wald, wartete eine Armee von Mücken o.ä. Jedenfalls erhielt ich von diesen, nicht summenden, Viechern innerhalb einer halben Stunde über 20 neue, sehr juckende Stiche. Teilweise gingen sie sogar durchs Hemd. Nun, da ich nichts dabei hatte, um den Juckreiz zu mildern, kühlte ich immer wieder mit etwas Wasser; auch wenn es knapp wurde.

Unterwegs sah ich einen Brunnen, leider kein Trinkwasser. Ich machte eine kurze Pause und trank etwas aus meinen, nur noch knapp gefüllten, Flaschen. Man musste ja mit dem Wasser haushalten. 09.40 Uhr hatte ich Kalbensteinberg erreicht. Dieser Ort gehört zum Spalter



Blick auf kl. Brombachsee

Hopfenanbaugebiet, wobei ich nichts vom Hopfen gesehen habe. 30 min später war ich in Igelsbach, wo ich meine Flasche auffüllte und eine kleine Pause machte. Ich hatte noch 13 Km vor mir, es war warm und die Bewölkung nahm zu; kommt da etwa ein Gewitter.

11.00 Uhr war ich in Geiselsberg und konnte danach von einer Anhöhe auf den kleinen Brombachsee sehen.

Die Sperre Kleiner Brombachsee ist Teil des Stausees Großen Brombach-See (9 Km²)

Dieser ist der größte Stausee des Fränkischen Seenlands und größtes Stillgewässer Frankens.

Ein Bad darin war verlockend, aber es hätte eines Umwegs von 3-4 Km bedurft. Es war drückend, sehr drückend. Die Luft stand und ich schwitzte beim Stehen. Mein Gesicht und die Arme kribbelten, manchmal war mir auch schwindlig; wie auch in Schwandorf. Also reduzierte ich

mein Tempo und trank immer wieder, um den Wasserverlust auszugleichen.

Mittags war ich in Brombach und suchte eine Gelegenheit meine, schon wieder, leeren Flaschen aufzufüllen.

An einem sehr schönen Haus, sah ich eine junge Frau, die von der Arbeit bei der Caritas kam. Ich sprach sie an und bat um etwas Wasser. Sie füllte meine Flaschen auf und brachte mir noch ein großes Glas, gut gekühltes, Mineralwasser, was sich schnell in meine Kehle ergoss. Leider war keine Bank vorm Haus und es gab keinen Schatten. Nun ja, das Sitzen hole ich bei der nächsten Bank nach. Wir unterhielten uns kurz über den Jakobsweg – Sinn, Erfahrungen usw.-. Sie bedauerte mich, dass ich bei dieser Hitze unterwegs sei; tat gut. Als Ansporn holte sie mir noch schnell ein Eis; ein Nogger sogar. Einen herzlichen Dank für Wasser und Eis. So wie es aussah, war ich der einzige, der bei diesen Temperaturen zu Fuß unterwegs war. Als ich los ging, zeigte mir ein Blick auf die Uhr, dass das Uhrwerk stand; trotz neuer Batterie. Nun ja, dann nehme ich eben die Zeit vom Tablet.

Nach 15 min Gehzeit, sah ich am Ortsausgang eine Bank im Schatten; also BSP. Ich merkte, dass das Gehen doch etwas schwerer fiel. Nun, eine Woche gehen bei dieser Hitze, hinterlässt Spuren. Ich blieb 25 min sitzen und erholte mich etwas. Der gewohnheitsmäßige Blick auf die Uhr zeigte, dass sie wieder lief: vielleicht hatte sie, wegen der Hitze, kurzzeitig schlapp gemacht. Die korrekte Uhrzeit wurde eingestellt.



Ich setzte mich in Bewegung, auch wenn schwer fiel. Direkt nach dem Ortsausgang gings es links in den Wald. Es folgte ein kleiner Bogen und dann auf schnurgeradem Weg nach Frickenfelden. Diese 1,5 Km zogen sich, leider meistens in der Sonne.

Der weitere Weg sollte durch Frickenfelden und weiter nach Gunzenhausen gehen, aber das wäre immer in der prallen Sonne. Ich entschloss mich den Weg zu nehmen, den die GPX-Datei von Fernweg.de als Jakobsweg angab. So ging ich nicht über die Staatsstraße 2222 nach Frickenfelden, sondern bog vorher rechts ab und folgte dem Weg/Symbol der Seen-Länder (ein knapp 150 km langer Rundwanderweg durchs Fränkische Seenland). Der führte mich durch etwas schattige Wälder zum Ortseingang von Gunzenhausen. Es war jetzt 13.25 Uhr.

Erst kam die sehr lange Industrie-Str, dann die ebenso lange Nürnberger-Str. Nach einer halben Stunde Gehzeit, immer in der prallen Sonne, sah ich auf meiner Straßenseite eine größere Bäckerei.

Bis hierhin hatte ich fast 4 l Wasser verbraucht.

Hier war ein „BSP“ erforderlich. In der Bäckerei war es schön kühl. Ich nahm ein großes Wasser, was schnell in der Kehle verschwunden war. Nun kam der Genuss, natürlich ein großer Kaffee und zur Verhinderung von Leistungsschwäche, nahm ich dazu eine sehr lecker aussehende Nuss-Ecke. Da, lt. Meinung der Verkäuferin, die Nussecken heute sehr klein waren, gab sie mir zwei Stück; zum Preis von einer. Sie sahen nicht nur lecker aus, sondern schmeckten vorzüglich. Die zweite ließ ich mir einpacken, holte aber gleichzeitig noch einen großen Kaffee.

Nach einer halben Stunde Ruhen und Genießen, ging es mit gestärkter Kraft los. Ich musste noch zu meinem heutigen, nicht mehr weit entfernten, Übernachtungsort, der kurz nach Ende der Nürnberger-Straße in der Bahnhofsstraße lag. Ich hatte im dortigen Posthotel ein Zimmer gebucht, zum Preis von immerhin 49.- €. Man gab mir ein Zimmer im 100 m entfernte Hotel Linde, was wohl zum Posthotel gehört.

14.30 Uhr war ich auf meinem, doch schönen Zimmer, leider war das Fenster wieder auf der Südseite. Dementsprechend waren die Temperaturen im Zimmer. Ich duschte mich und meine Wäsche.

Dann rieb meine empfindlichen Stellen, wie jeden Morgen und Abend, mit der Sixtus Gesäßsalbe ein. Sie hatte bisher verhindert, *dass sich die Haut durch das enorme Schwitzen allmählich aufweicht und die Salzkristalle des Schweißes die Reibungen zwischen gegenüber liegenden Hautflächen verschlimmert und es sich eine Intertrigo bildet.*

Tja, man kann vieles kompliziert ausdrücken. Kurz gesagt, ich habe mir, dank der Creme, keinen „Wolf“ gelaufen, so wie mehrfach auf dem Münchner Weg, 2017.

Dann ruhte ich etwas. 17.30 Uhr ging ich in die Stadt und kaufte für meine doch sehr juckenden und zahlreichen Mückenstiche Fenistil. Lt. der Apothekerin, Frau Dr., kann ich das so oft auftragen, wie ich will. Im Beipackzettel stand jedoch drin, maximal drei Mal täglich auftragen. Eine gute Beratung sieht anders aus.

Nun ja, in einer Seitenstraße habe ich erst Mal, auf alle erreichbaren Mückenstiche Fenistil aufgetragen; viel hatte es nicht geholfen. Erst die Einnahme einer ganzen Tablette Zyrtec mit Cetirizin half etwas. Zum Glück hatte ich Zyrtec mitgenommen, aber leider nicht daran gedacht, es direkt nach dem Großangriff der Mücken zu nehmen. Man lernt nicht aus.

Da das Restaurant im Hotel Linde heute geschlossen hatte, musste ich mir etwas im Ort suchen. Aber was für ein Glück, alle Restaurants, die meiner Geschmacksrichtung entsprachen, hatten am Montag Ruhetag. Hier hätte eine sinnvolle Absprache der Wirte geholfen. In die Außenbezirke wollte ich nicht gehen; ich war heute schon genug gelaufen. In einem nahegelegenen Döner-Laden bestellte ich einen Döner mit allem. Aufgrund der im Laden herrschenden extremen Temperatur - wärmer, als ich es heute hatte -, verließ ich ihn schnell und wartete am Außenverkaufs-Fenster auf meinen Döner. Ich bedauerte den Mann und seine ebenfalls hinter der Theke arbeitenden Frau. Nach Erhalt des Döners, wünschte ich beiden, dass sie die restliche Arbeitszeit ohne Probleme überstehen, was beide mit einem Lächeln und Dank quittierten.

Der Döner verspeiste ich auf meinem Zimmer, er war sehr lecker und ausreichend.

In einem Kühlschrank, gegenüber meinem Zimmer, konnte man Getränke holen. Sie wurden dann am nächsten Morgen, mit der Zimmerrechnung bezahlt. Ich holte mir ein Weizen und trank etwas. Es schmeckte etwas säuerlich. Ein Blick aufs Etikett zeigte mir, das es schon seit 6 Monaten abgelaufen war. Ich holte mir dann ein Helles, hiermit war alles gut.

Ein Blick ins Internet zeigte mir, das die heutigen Höchst-Temperaturen des Gebietes, was ich durchquert hatte, bei 34°C lagen.

Ich stellte den Wecker auf 06.15 Uhr. Dann legte ich mich und versuchte zu schlafen. Da sich die Temperaturen im Zimmer, trotz Öffnen meines Fensters (gegen 22.00 Uhr), nicht senkten, duschte ich mich noch drei Mal, zum Abkühlen bzw. Entfernen des Schweißes.

Der letzte Blick auf die Uhr, an den mich vor dem Einschlafen erinnerte, war um 01.00 Uhr.

KM: 24,7 (20 von 30,5) Zeit: 06:40 h