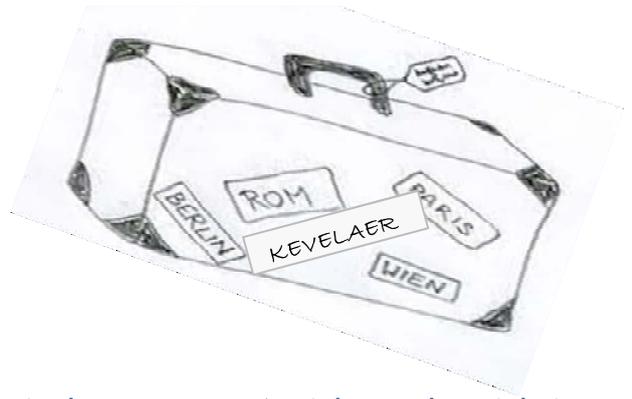


"Wenn Sie sich zur Wallfahrt rüsten..."

Liebe Erstpilger,

so werden Menschen genannt, die sich zum ersten Mal zu Fuß auf den Weg nach Kevelaer zur Trösterin der Betrüben begeben.



Wir haben hier für Sie / Dich eine knappe Liste mit den, unserer Ansicht nach, wichtigsten Tipps und Ratschlägen, zusammengestellt.

Diese Liste erhebt nicht den Anspruch auf Vollständigkeit und kann, gerne auch ergänzt durch eigenen Erfahrungen, erweitert werden.

Bei Fragen und Informationsbedarf kann man sich außerhalb der Gebetszeiten selbstverständlich gerne an die Mitpilger und Mitpilgerinnen wenden.

Zunächst ein paar *Anmerkungen zur Strecke* :

Man geht fast ausschließlich auf Asphalt, an Straßenrändern, Fahrradwegen oder, nachdem man Köln hinter sich gelassen hat, auf Feldwegen.



Es gibt auch ein paar Waldstücke, aber oft liegt die Strecke ungeschützt; bei gutem Wetter im prallen Sonnenlicht. Grundsätzlich werden Tagesetappen an den ersten und letzten beiden Tagen in einer Länge von 36 -38 Kilometern zurückgelegt, am Ein- und Auszugstag in und aus Kevelaer je ca. 23 Km.

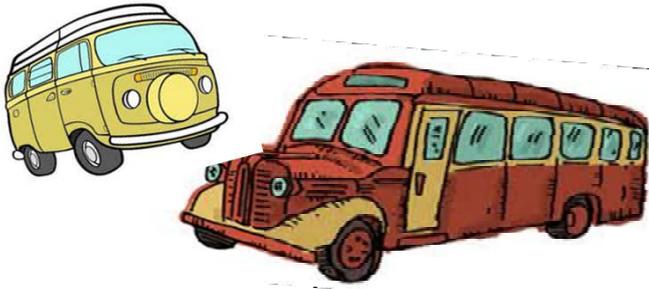
Die langen Tagesetappen werden in der Regel in 3 - 4 Teilstrecken von ca. 10 Kilometern Länge zurückgelegt. Danach gibt es immer eine größere Pause, zu den entsprechenden Tageszeiten als Frühstücks - oder auch Mittagspause.

Über den Tag verteilt finden Andachten, Messfeiern, Stundengebete oder kurze Stationen an wichtigen Wegkreuzen statt.

Die einzelnen Etappen sind gegliedert durch Gebetszeiten und "freie" Zeiten zu Gesprächen oder auch Meditation. Die gemeinsamen Gebete auf dem Pilgerweg wie Rosenkranzgebete, Litaneien, Andachten und Stundengebete zu den verschiedenen Tageszeiten sind dem Pilgerstab entnommen, dem Gebetbuch der Bruderschaft.

Dieser ist jederzeit im großen Begleitbus käuflich zu erwerben.





Für die Tagesplanung der Erstpilger ist es wichtig zu wissen, dass uns ein Bus die ganze Zeit über begleitet. Er hält - je nach Haltemöglichkeit - etwa alle 1 bis 1,5 Kilometer, so dass man an seine Utensilien gelangen kann.

Ein weiterer kleiner Begleitbus ergänzt auf Wald- und Feldwegen die Möglichkeit, erschöpfte Pilger aufnehmen zu können.

1. Gepäck:

-ein Koffer für das Übernachtungsgepäck.
Bitte bedenken Sie, dass das Gepäck von uns Pilgern und Pilgerinnen jeden Abend aus dem Bus ausgeladen und morgens wieder eingeladen werden muss. Ein kleiner, leichter Koffer ist also sinnvoll.



-Zusätzlich kann man für den Tagesbedarf einen kleinen Rucksack mit Wechselkleidung, Essen und anderem Notwendigen im Bus deponieren. Der Zugriff ist bei jedem Haltepunkt des Busses ca. alle 1 -1,5 Kilometer möglich.

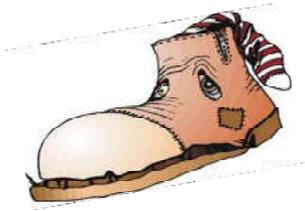
2. Kleidung:

-leichte Sommerkleidung wie T-Shirts, Hosen, lang und kurz oder dreiviertel lang (beliebt sind solche aus schnell trocknendem Material) ohne störende Nähte, nicht eng geschnitten.

-Strümpfe (am besten aus Naturmaterialien wie z.B. Baumwolle oder Wolle).



-Schuhe



Die Frage der richtigen Schuhauswahl gehört ganz sicher zu den wichtigsten Vorbereitungen für eine etwa 200 km lange Strecke.

Jeder Wallfahrer hat seine eigenen, individuellen Vorstellungen.

Zu bedenken ist, dass die Füße um einige Zentimeter größer und breiter werden.

Es ist sinnvoll sich Schuhe auszusuchen, die ein bis zwei Nummern größer sind als gewohnt, so wie Marathonläufer oder Jogger auch! Manche Pilger laufen in bequemen oder speziellen Sandalen, manchmal sogar barfuss, andere bevorzugen Joggingschuhe.

Jede noch so kleine Druckstelle oder störende Naht kann zu Blasen und Wundbildung führen.

Immer hat es sich bewährt, die Schuhe ausgiebig einzulaufen, lange vor der Wallfahrt.

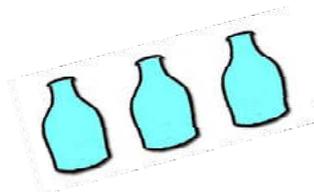
-Regenschirm, zusammenklappbar; Regenjacke.

-Kappe oder Sommerhut zum Schutz vor der Sonneneinstrahlung.



3. Trinkwasser

Wichtig ist natürlich die Trinkwasserversorgung.



Es besteht die Möglichkeit, kleine Wasserflaschen preiswert bei den Zwischenstopps des Busses zu kaufen.

Für Kinder und Jugendliche ist das Wasser kostenlos in beiden Bussen erhältlich.

4. Kerze für Lichterprozession



Für die Teilnahme an der abendlichen Lichterprozession in Kevelaer empfiehlt sich der Kauf einer kleinen Kerze mit Tropfschutz, die man in einem der Souvenirläden (um 18.00 Uhr ist Ladenschluss) in Kevelaer erhält. Nach dem Kreuzweg werden die Kerzen angezündet, und durch die Straßen und auf dem Kapellenplatz getragen.

5. Hochamt

Nach dem festlichen Hochamt am Donnerstagmorgen in Kevelaer besteht zeitlich und räumlich ausreichend Möglichkeit, sich für die ab Mittag beginnende Wegstrecke umzuziehen.



6. Übernachtungen (für Erwachsene! Kinder & Jugendliche schlafen in Gemeinschaftsquartieren)

Für die Koordination an den beiden Übernachtungsorten ist je ein(e) Quartiermeister(in), in Kaarst (1. und 5. Nacht) und in Aldekerk (2. und 4. Nacht) zuständig. Für beide Orte sind separate Anmeldungen notwendig. Die Quartiermeister übernehmen die Verteilung. Die Privatquartiere werden durch Menschen angeboten, die oft schon über lange Jahre eng mit der Bruderschaft verbunden sind. Die Aufnahme ist herzlich, die müden Pilger werden abgeholt und morgens wieder zum Treffpunkt gebracht, man erhält ein Abendessen und ein Frühstück.



Man sitzt zusammen, lernt sich kennen und zieht bereichert weiter. Die gleichen Quartiergeber gewähren ihre Gastfreundschaft dann ein weiteres Mal auf dem Rückweg.

Es ist üblich, den Herbergseltern ein angemessenes Entgelt (25,- bis 30,- € p/ÜN) anzubieten; dieses kann bspw. durch ein kleines "Dankbriefchen" überreicht werden.

In Kevelaer (3. Nacht) sucht man sich eigenverantwortlich ein Quartier in einem Gasthof oder Hotel über das Internet oder das Fremdenverkehrsamt.

Wir freuen uns auf den gemeinsamen Weg und neue, interessante Begegnungen, bis dahin herzliche Grüße,

die Pilgerinnen & Pilger der Kölner Kevelaer-Bruderschaft