



wanderfreunde ostschweiz
wandern & kultur

Mitteilungsblatt 3/2020



Sommerwolken über St. Gallen (Foto: Marcel Keller)

Eine kleine Pilgerreise

Durften wir im letzten Mitteilungsblatt von Rolf allerlei Spannendes zum Bergsteigen lesen, möchte ich Euch heute auf eine kleine Pilgerreise mitnehmen. Da Auslandsreisen in diesem Jahr unter keinem guten Stern stehen, machte ich mich als Pilgerin auf den Weg.

Erstmals so richtig in dieses Thema liess ich mich 2006 ein, als ich das Buch von Hape Kerkeling (Ich bin dann mal weg) gelesen habe. Seither fasziniert es mich immer wieder. Besagtes Buch habe ich regelrecht verschlungen und mir fest vorgenommen, solche Wanderreisen nach meiner Pensionierung zu machen. Es war mir aber auch von Anfang an klar, dass ich meine eigene Form des Pilgerns suchen würde. Die beschriebenen Pilgerherbergen liessen mich schaudern, und auch die Jagd nach Stempeln im Pilgerpass sind nicht mein Ding. Ich würde also eine Luxuspilgerin sein, welche in einem Zimmer oder Hotel nächtigen würde.

Ein Pilger wurde früher auch Pilgrim genannt. Das Kirchenlatein bezeichnet mit Pelegrinus eine Person, die aus Glaubensgründen in die Fremde zieht. Der Anlass einer Pilgerfahrt konnte eine auferlegte Busse sein, das Bemühen einen Ablass zu gewinnen, die Erfüllung eines Gelübdes, ein bestimmtes Anliegen oder ein Dank. Wie viele der neuzeitlichen Pilger noch wegen dieser Devisen unterwegs sind weiss ich nicht. Es gibt unzählige Pilgerwege in vielen Ländern. Das wohl bekannteste Ziel ist Santiago de Compostela in Spanien. Gemäss Aussagen vieler Pilger ist dieser Weg aber vielfach total überlaufen. Aber es gibt so viele Alternativen von Jakobswegen, Kolumbanswegen etc., in ganz Europa.

Auf meinem Weg im Bündnerland habe ich tagelang keine Menschenseele getroffen, und ich wurde dadurch total auf mich selber zurückgeworfen. Plötzlich verstand ich auch die Aussage, dass Pilgern etwas mit Dir macht.

Natürlich war vor der Reise eine gute Planung das Wichtigste. Schon die Gepäckliste vom Pilgerverein liess mich schwitzen. Diese empfiehlt nämlich maximal 10-15% des eigenen Körpergewichtes mitzutragen. Kein Wunder schrumpfte mein bereit gelegtes Gepäck massiv zusammen. Oh mein Gott, wie sollte ich mit dem bisschen auskommen? Eine Ersatzgarnitur zum Wandern und ein Outfit für den Abend blieb übrig. Gut war ich jeden Abend in einem andern Hotel oder Zimmer, so ist das niemandem aufgefallen. Wobei nach 6 bis 7 Stunden Wanderzeit pro Tag sich der Abend aufs duschen und essen beschränkte. Der Rest des Rucksackes wurde mit Regenschutz, Jacke, in kleinste Fläschchen abgepackte Körperpflegeprodukte und Wasser gefüllt. Ab Start wurde nach jeder Etappe als erstes gewaschen, damit es am Morgen auch wieder trocken war.

Immer wieder sieht, liest und hört man von der Jakobsmuschel für die Pilger. Eine Legende überliefert, dass ein Ritter dem Schiff entgegen ritt, mit welchem die Leiche des Jakobus nach Spanien überführt werden sollte. Das Pferd scheute und der Ritter versank im Meer. Nun soll Jakobus den Mann auf überirdische Weise gerettet haben. Als er wieder aus dem Meer auftauchte war er über und über mit einer bestimmten Muschelform übersät. Seither gilt diese Muschel als Schutzsymbol und Erkennungszeichen der Pilger. Früher kauften die Pilger diese Muschel in Santiago de Compostela als Beweis, dass sie den

Weg tatsächlich bewältigt hatten. Noch heute dient das Symbol der Jakobsmuschel als Wegweiser in ganz Europa. Eine gelbe Muschel auf meist blauem Grund weist den Jakobspilgern den Weg.



Beim Pilgern ist der Weg ja auch Teil des Ziels. Und genau dieser Weg liess jeweils, trotz einiger hap-pigen Etap-pen, auch das

Herz aufgehen und berührte meine Seele. Eigentlich Gefühle, die uns auch beim Wandern absolut begleiten. Und trotzdem ist es etwas anderes. Das minimalistische Gepäck, welches mir gezeigt hat, dass man auch mit wenig auskommt. Jeden Tag aufs Neue starten in die nächsten 25-30 Kilometer. Am späten Nachmittag das Ankommen an einem neuen Ort. Müde, zufrieden und glücklich darüber, dass die Füsse und der Kopf mitmachen, und vielleicht ein kühles Bad lockt in einem kleinen Bergsee. Der Besuch kleiner Kapellen oder Kirchen auf dem Weg immer mit Jakobus Segen unterwegs zu sein. Erfahrungen, welche ich gerne auf einem nächsten Weg wieder machen möchte, und was ich jedem auch empfehlen kann.

Ich freue mich, Euch alle wieder einmal zu sehen (siehe Einladung zum Cherab am **7. November**). Bleibt gesund!

Herzlichst Eure Maia Frick

Vorstand

Co-Präsidium - Adressen/Mutationen

Maia Frick
Zelgstrasse 1a, 9030 Abtwil
Fon 071 310 19 50
Mobile 079 739 84 61
E-Mail frick.maia@bluewin.ch

Rolf Voegeli
Lehnstrasse 104b, 9014 St. Gallen
Fon 071 278 10 62
Mobile 079 826 28 18
E-Mail fam.voegeli@gmail.com

Aktuarin und Kassierin ad interim

Ruth von der Crone
Flurhofstrasse 7, 9000 St. Gallen
Fon 071 244 00 82
E-Mail info@crone.ch

Programmkoordination

Marcel Keller
Achslenstrasse 9, 9016 St. Gallen
Fon 071 288 43 82
E-Mail raima.keller@bluewin.ch

Inge Reimann
Rütiwaldstrasse 10, 9100 Herisau
Fon 071 351 22 88
E-Mail ireimann@bluewin.ch

Mitteilungsblatt

Rosmarie Breitenmoser
Lehnstrasse 46, 9014 St. Gallen
Fon 071 277 44 05
E-Mail rosi.breitenmoser@bluewin.ch



In den Wintermonaten ist jeweils wieder Stammtisch angesagt. Eine gute und geschätzte Gelegenheit sich zu treffen zum Austauschen und zur Pflege der Kameradschaft.

Ort:

Migros Restaurant im Bahnhofgebäude St.Gallen, im 1. Stock, hinterster Raum links

Zeit:

jeweils von 10.00 bis 11.30 Uhr

Daten:

3. Oktober 2020
31. Oktober 2020
5. Dezember 2020

Redaktionsschluss

für das Mitteilungsblatt 4/2020
Sonntag, 8. November 2020
Erscheint Mitte Dezember 2020

Adressmutationen, Neuanmeldungen an:

Maia Frick, Zeltstrasse 1a, 9030 Abtwil
Telefon 071 310 19 50
E-Mail: frick.maia@bluewin.ch

Zusätzliche Wanderungen mit Karin Neukomm

Fondue-Plausch in der Waldschenke Bischofszell

Mittwoch, 16. Dezember 2020

1. Tour ☺: 1 Stunde
2. Tour ☺☺: 3 Stunden

Anmeldung bis **6. Dezember 2020** an:
Karin Neukomm: 079 582 25 89

Wanderwoche im Saastal (Wallis)

Samstag, 26. Juni bis Samstag, 3. Juli 2021

Leitung ☺-☺☺: Margrith Odermatt

Leitung ☺☺☺: Karin Neukomm

Bei Interesse an dieser Wanderwoche:
Anmeldung und Auskunft bis **1. November 2020** an:

Karin Neukomm: 079 582 25 89

Mitgliedermutationen

Eintritt

Interessentin

Braunwalder Marty	St. Gallen
Budin Katharina	St. Gallen
Kaiser Edith	Abtwil
Gerhäuser Vreni	St. Gallen
Schwarz Elsa	St. Gallen

Austritte

Bestand am 31.08.2020 185 Mitglieder



Vorschau auf unsere Veranstaltungen

Details im Jahresprogramm

28 - Dienstag, 29. September 2020 ☺☺

Auf dem Höhenweg von Meersburg nach Immenstaad

von Meersburg über den Höhenweg nach Immenstaad. Mit Bus, Fähre und Zug zurück nach St. Gallen mit Elsbeth Lauchenauer

29 - Dienstag, 6. Oktober 2020 ☺☺☺

Herbst auf Fläscherberg

von Bad Ragaz über Fläsch durch die Rebberge und über den Leiterliweg zurück nach Bad Ragaz mit Leo Obwegeser

31 - Dienstag, 13. Oktober 2020 ☺☺

Herbstbunt leuchtende Weinberge im Klettgau

von Trasadingen der deutschen Grenze entlang bis Hallau mit Hans Städeli

32 - Donnerstag, 22. Oktober 2020 ☺☺

Herbstwanderung

von Gossau über Rüthi-Schwänberg-Wissbachschlucht-Egg-Alterwil-Burgau wieder nach Gossau mit Leo Obwegeser



Cherab 2020

Wie im Programm angekündigt findet der Cherab in diesem Jahr am Samstag, **7. November** statt. *Die Einladung dazu ist diesem Mitteilungsblatt beigelegt!*

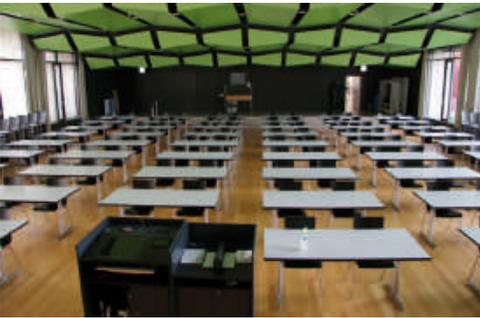
2020: KEINE Programm-Veranstaltung oder **Wie der Programm-Virus wirkt**

Erstens kommt es anders und zweitens als man denkt. So oder ähnlich haben viele von uns die letzten Wochen und Monate erlebt – und zum Glück auch überlebt. Wandern war zwar immer angesagt, aber nicht in Gruppen – oder bestenfalls in Kleinstgruppen von höchstens einer Person... So war es auch in unserem Wanderverein, waren doch alle Wanderungen vom 27. März an bis Ende Juli abgesagt. Und weil es ja anders kommt als man denkt, kommt schon die nächste Überraschungsnachricht:

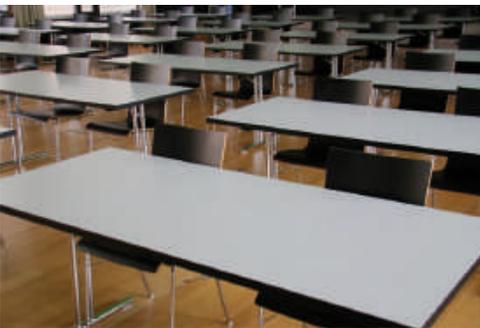
Die für den 20. November 2020 vorgesehene Programmveranstaltung ist abgesagt. Das ist nicht ein Entscheid des Vorstandes. Unser Versammlungsort, die Akademie, hat sämtliche ausserschulischen Anlässe und Veranstaltungen für 2020 wegen der Pandemie abgesagt. Der WfO-Vorstand macht sich Gedanken, ob und wie das Wanderprogramm im neuen Jahr unter die Leute gebracht werden kann. Die Herausgabe unseres Wanderbüchleins ist jedenfalls nicht gefährdet – ausser, wenn der erste Satz dieses Textes eintritt.



Er sieht richtig schön aus, «unser» Programmversammlungsraum in der Akademie. Es fehlen einfach die Wanderinnen und Wanderer.



Auch aus der Perspektive der Rednerinnen und Redner wirkt der Saal leer.



Was fehlt hier? Klar, das feine Akademieessen.

Der Vorstand dankt allen Wandernden und Leitenden für ihr Verständnis.

Marcel Keller

Noch immer ist das Kassieramt vakant!

Für unsere zurückgetretene Kassierin, Karin Neukomm, suchen wir immer noch eine Nachfolgerin oder einen Nachfolger.

Wir bitten daher ein Vereinsmitglied mit einer gewissen Zahlenaffinität, unseren Vorstand zu ergänzen und dieses überschaubare Amt zu übernehmen. Wir treffen uns normalerweise 5mal im Jahr zu einer Sitzung. Es wird eine kleine Jahresentschädigung und Sitzungsgeld bezahlt. Die Aufnahme in ein kollegiales Team ist garantiert. Zudem sichern wir eine gute Einführung und Begleitung zu.

Gerne stehen wir auch für allfällige Fragen zur Verfügung.

Auskunft bekommst Du bei:

Maia Frick, frick.maia@bluewin.ch/ 071 310 19 50 / 079 739 84 61

Ruth von der Crone, info@crone.ch 071 244 00 82 / 079 625 57 23

Leider haben wir bis heute keine einzige Rückmeldung bekommen. Der Verein kann nur bestehen, wenn sich auch Mitglieder für ein Amt zur Verfügung stellen. Ruth von der Crone steht nur noch bis Ende Jahr zur Verfügung, und bisher sind alle Bemühungen im Sand verlaufen. Vielleicht kennt Ihr jemanden in Eurem Bekanntenkreis welcher uns unterstützen würde!

Maia Frick, Co-Präsidentin

Wanderalarm – Alarmverein

Was, schon wieder ein Alarm? Hatten wir vor noch nicht allzu langer Zeit einen Alarm in unserem Wanderverein, weil wir auf der Suche nach einer Präsidentin oder einem Präsidenten waren? Die Lücke liess sich dann glücklicherweise schliessen, Maia und Rolf sei Dank. Und war da nicht «kürzlich» in einem unserer Mitteilungsblätter

zu lesen, dass wir eine Kassierin oder einen Kassier suchen? Vorübergehend sei Ruth gedankt, weil sie nebst dem Aktuariat auch noch die Kasse führt.

Ohne Vorstandsmitglieder kann kein Verein geführt werden – nicht einmal ein Wanderverein! Ein Vorstand allein genügt jedoch weder in einem Fussballklub (dieser braucht zwingend Fussballspielerinnen und -spieler sowie Trainerinnen und Trainer) noch in einem Club von Wandernden. Letzterer braucht nämlich Leute, welche die Wanderfreudigen begleiten und führen und Freude verbreiten. Man nennt diese Leute Wanderleiterinnen und Wanderleiter.

Ohne Wanderleiterinnen und Wanderleiter gibt es keine geführten Wanderungen – auch im WfO nicht. Im kommenden Jahr gibt ein Wanderleiter seine Tätigkeit aus gesundheitlichen Gründen auf und eine Wanderleiterin pausiert – ebenfalls aus gesundheitlichen Gründen. (Selbstverständlich wird der Wanderleiter dann an der HV 2021 und/oder in einem Mitteilungsblatt geehrt und verabschiedet!)

Einigen unserer Mitglieder traue ich es zu selber Touren zu leiten. Unser Verein bietet ihnen auch allenfalls gewünschte Hilfe an. Man muss ja nicht ein ganzes Programm anbieten! Wenn drei neue Leute je eine Tour anbieten, haben wir drei weitere Wanderungen in unserem Programm.

Also: Wer hilft bei der Rettung unseres Wandervereins? Die vorne im Mitteilungsblatt (Vorstand) aufgeführten Leute warten hoffnungsfroh auf Anrufe oder Mails! Jetzt schon vielen Dank für die Rettung.

Marcel Keller

Mitgliederrechnung noch auf dem Schreibtisch?

Liebe Vereinsmitglieder

Auch in diesem Jahr fehlen unserer Interimskassierin, Ruth von der Crone, immer noch einige Mitglieder-



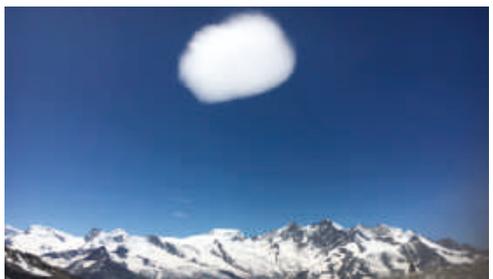
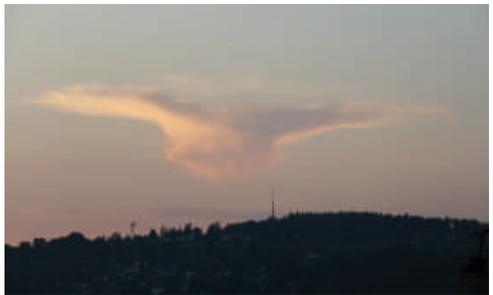
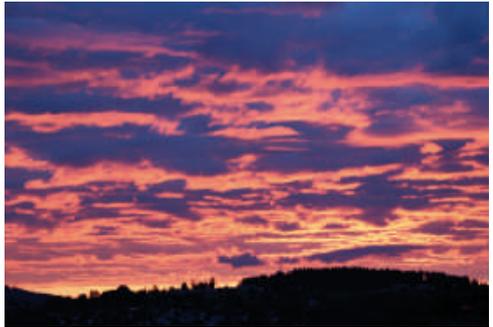
beiträge. Wenn wir die säumigen Zahler anschreiben müssen generiert dies wieder Portokosten. Bitte erledigt die Zahlung rasch möglichst oder meldet Euch bei mir, warum die Zahlung noch ausstehend ist. Zur Erinnerung hier nochmals die Mitgliederbeiträge. Einzelmitglieder 45.00, Doppelmitglieder 70.00

Mit herzlichen Grüßen Maia Frick,
Co-Präsidentin

Wolken

Bewölkung ist in der Meteorologie die Bezeichnung für eine Ansammlung von kondensiertem Wasser in der Erdatmosphäre, die für das freie Auge sichtbar ist und als Gesamtheit nicht den Erdboden berührt. Bewölkung sollte also sowohl vom Nebel, als auch vom Dunst, der von schwebenden, festen Partikeln in der Luft gebildet wird, unterschieden werden. Einzelne erkennbare Elemente der Bewölkung werden als Wolke bezeichnet.

Eine Wolke ist eine Ansammlung von sehr feinen Wassertröpfchen (Nebel) oder Eiskristallen in der Atmosphäre.



Wenn ein Text *kursiv* gedruckt ist, ist er meist nicht von mir. Im obigen Fall ist der ganze Text mit 1320 Wörtern in Wikipedia unter dem Stichwort **Wolke** zu finden. Aber ich will gar keinen wissenschaftlichen Text schreiben, sondern nur mit ein paar (Wolken)Bildern die Freude an Himmelsbetrachtungen wecken. Als Wanderinnen und Wanderer kennen wir das Stichwort Wolke sehr gut – manchmal in erfreulichen und manchmal auch in unerfreulichen oder gar nassen Zusammenhängen und Erinnerungen.

Es ist nicht verboten beim Betrachten der Bilder seiner Fantasie freien Lauf zu lassen:

Nicht jeder erkennt in einem Wolkengebilde das gleiche. Ich wünsche viel Freude.

Marcel Keller

Bergvagabunden sind wir, ja, wir..... oder: wo Berge sich erheben?

Saas Grund: 4. bis 11. Juli 2020

Karin, Chläus, Rosmarie und ich mit einigen Freundinnen konnten Ferien im Wallis einfach nicht widerstehen!

Samstag abends, 4. Juli, trafen wir uns zum Abendessen in Saas Grund, Pension Cresta. Jedes hatte ein Zimmer, das ganze Haus war für uns da.

Karin's Gruppe zog es schon am Sonntagmorgen den Suonen entlang nach der Furggalp. Dank viel Wasser murmelten die Suonen gehörig, absolut blauer Himmel...



Wollgräser wiegten sich im Wind... Die Furggalp überbot sich mit farbigen Blumen, Düften, Schmetterlingen wie der Apollofalter, der Admiral oder der Aurofalter.

Und erst die Eringerkühe.... Schöner, duftender und farbiger war nicht mehr möglich!

Meine Gruppe ging nach Saas Fee – Hanrig, den Gemsweg entlang. Wir wurden von Murmeli, Männertreu und vielen Geissen und Schafen verwöhnt.

Die weissen Schneeberge mit dem blauen, klaren Himmel taten unserer Coronageplagten Seele gut... Alpenrosen säumten unseren Weg.



Die drei Freundinnen, die aus dem Vorarlberg kamen, konnten nur noch staunen. Und so ging es die ganze Woche weiter.

Karin's Gruppe mied die Bähnli mit dem Maskenzwang. So gingen sie zu Fuss von Saas Grund nach Heimischgarten, von dort über den Siwiboden nach Gspon. Wahrlich eine Tour!!!

Am Tag darauf: der Erlebnisweg: von Furggstalden über die Hängebrücken zur Almagellalp und weiter nach Kreuzboden. Morgen früh kühl, Mittags schweissgebadet...

Gott sei Dank erreichten sie noch das letzte Bähnli nach Saas Grund.....

Für unsere Gruppe war der 1. Höhepunkt Hohsaas mit seinen 18 Viertausender! Wo in der Welt kann man so etwas sehen, ohne jede Wolke.

Der 2. Höhepunkt war der Weg vom Felskinn in die Britanniahütte, alles auf dem Schnee.



Auch am Mattmarksee wurden wir überrascht von den vielen farbigen Blumen: Enzian, Türkenbund, Edelweiss, Akaleien, Paradieslilien, Graslilien, Arnika etc.

Und so viel schäumendes Wasser kam vom Hang hinunter, das muss man erleben....

Abends, vor dem Essen trafen wir uns zum Apero im Garten, Austausch, Gelächter, Ausruhen... Ferienstimmung kam auf: das erste frisch gemähte Gras duftete nach Heu... Wie früher in den Ferien, wisst ihr noch??? Dann gab es ein feines Abendessen, dazu immer Frische aus dem eigenen Garten!

Soviel gelacht haben wir schon lange nicht mehr und damit grüssen wir alle zu Hause sehr herzlich

Margrith Odermatt, Karin Neukomm, Rosmarie Breitenmoser, Niklaus Benz

Magie Odermatt

Wandernotizen der Wanderwoche in Saas Grund

von Karin Neukomm

Saas Grund 4. - 11. Juli 2020

4. Juli: Wanderung: untere Brücke - Saas Grund - Saas Balen 1 1/2 Std.

5. Juli: ab Cresta → Furggalden - Furggald - Heidboden 4 Std. + Almagell - Cresta

6. Juli: Bus Almagell - Sessellift - Furggalden! Erlebnisweg (Hängebrücke) Almagell - Blumenweg - Chrüzbad. 5 Std. Bähbli 16.45!

7. Juli: Cresta - Saas Gr. - Josefskapelle - Heimislgarte - Gspon. 5.30 Std. Seilbahn → Stalden, Postauto Saas Gr.

8. Juli: (Pinhetos) Kapellenweg → Saas Fee Kafi + Shopping! → Talstation Spielboden - Bahn - Spielboden - Gondel - Längflue! Rundw. Gletschersee!

zurück → Saas Fee - Badmen (Rest. + Kamele) direkter Abstieg zum Cresta! Apero im Cresta

9. Juli: Cresta - Saas Gr. - (Blumenweg) Triftalp - Chrüzbad. 2.00 Std. Gondeli → Hahnsass! 4000 er Rundweg: 1 Std. Bahn Chrüzbad. Abstieg bis Triftalp (steil), Rundumfahrt nach Saas Grund.

10. Juli Postauto bis Almag. Zermäggern Aufstieg linke Seite bis Standaun Mattmark (2 Std.). Jufozentrum Standaunbahn! Postauto → Saas Almagell! via Taufbecken - Gerstlerhaus - unter Bode - Cresta



Wanderung Kopfwehloch

Dienstag, 21. Juli 2020

Leitung Hans Städeli
Bericht Hans Städeli
Fotos Hans Städeli

Die Wanderung beginnt in Walenstadt und führt dann durchs Dorf und auf Wanderwegen entlang von Gärten mit tropischen Gewächsen, (Feigen, Palmen, Kastanien und Kiwis) und sehr schönen gepflegten Weinbergen zum Dorf Berschis. Von Berschis beginnt der eigentliche Aufstieg zur Georgskapelle. Man sieht diese übrigens besonders schön vom Zug aus zwischen Sargans und Walenstadt, wie sie mitten auf einem drachenähnlichen Felsenkopf steht, und von diesem Kopf aus dehnt sich ein «schlangenähnlicher» Hügelzug in Richtung Sargans. So musste natürlich auf dem Kopf dieser 'Schlange' der Drachentöter Georg eine Kapelle erhalten.

Das Kopfwehloch ist ein kopfgrosses Loch



am Fusse der Altarmauer in der Georgskapelle. Es handelt sich um ein sog. Summloch: Wenn man den Kopf reinsteckt und laut zu summen beginnt in verschiedenen Tonhöhen, spürt man, wenn man die richtige Summfrequenz herausprobiert hat, starke und sehr wohltuende Vibrationen im Kopf. Wir haben es ausprobiert.

Die Kapelle ist ein kunsthistorisches Bijoux und hat seit dem 8. Jahrhundert verschie-

dene Ausbautetappen erfahren, zuerst in romanischem Stil, dann kommt eine gotisch angebaute Nebenkapelle dazu, aber unter einem einzigen Dach. Die Malerei des Altars ist dann aber wieder im Spätbarock entstanden. Sehr einfache alte Fresken an Wänden und Decke. Man benötigt einen Schlüssel zum Eintritt in die Kapelle, den man bei Hartmann Remo abholen kann (in Berschis, Vorderdorfstrasse, Tel. 081 733 26 60). Er findet sich dann in dessen Milchkasten. Natürlich muss man halt dann wieder nach Berschis zurück, um ihn wieder ins Milchfach zu legen. Ich habe jeweils eine 10er Note darum gewickelt und ein paar Dankesworte dazugelegt. Es wird zwar nichts verlangt. Von Berschis konnten wir per Postauto wieder nach Walenstadt zurückfahren.

Ein Wanderbericht ist das allerdings nicht. Einfach ein paar Stichworte, zur Anregung für andere, welche mal auf eigene Faust dorthin möchten, was sich leicht bewerkstelligen lässt. Dauert 2-3 Stunden und wenn man Glück und die richtige Jahreszeit trifft, findet man die seltenen Hirschkäfer, von denen wir gleich zwei prächtige Exemplare antrafen.



Wir nahmen es sehr gemütlich und freuten uns sehr beim Fotografieren vieler bestaunenswerter Naturformen, nicht zuletzt der mächtig imposanten Felswände der sieben Churfürsten und der gut erkennbaren Sichelform des Sichelgrates. Und alles unter azurblauem Himmel..



Die St. Georgskapelle mit romanischem und gotischem Anteil und die Flumser-Kapelle

Satz und Gestaltung
Rosmarie Breitenmoser

Druck
Hohl Druck AG, St. Gallen