



Der Sebaldusweg

Erkenntnis finden – Werte schätzen

Pilgern in Oberösterreich



Wallfahrtskirche St. Sebald am Heiligenstein

Inhaltsverzeichnis

Der Sebaldusweg - Weg der Wertschätzung	3
Ein Weg - viele Möglichkeiten / Einkehr	4 - 5
Der Heilige Sebaldus	6 - 7
Die Gemeinden am Sebaldusweg	8 - 19
Karte Gesamtverlauf und Routenvorschläge - 4 bzw. 3 Tagesetappen	20 - 21
Karte Etappe 1 und Etappenbeschreibung	22 - 23
Karte Etappe 2 und Etappenbeschreibung	24 - 25
Karte Etappe 3 und Etappenbeschreibung	26 - 27
Karte Etappe 4 und Etappenbeschreibung	28 - 29
Einkehren und Übernachten	30
Buchbare Angebote	32
Pilgertagebuch und Wanderkarte	33
Abschlusstext, Danksagung	34
Stempelkarte	35



Der Sebaldusweg – Weg der Wertschätzung

Von Großraming über Losenstein, Laussa, Maria Neustift und Gafrenz nach Weyer, über die Hügel und Höhen der Nationalpark Region, führt der Sebaldusweg. Hier, wo die Natur ihre volle Schönheit entfalten kann, wo Weitblick und Einsicht Hand in Hand gehen, ist viel Möglichkeit für Erkenntnis und Wertschätzung.

Die wundervolle Nationalpark Region Ennstal mit ihren herrlichen Panoramablickten bietet eine prachtvolle Kulisse, um zu entschleunigen und sich wieder der wahren Werte und Prioritäten im Leben bewusst zu werden.

Das Thema „Wertschätzung im Alltag“ begleitet die Pilger bei jeder Station, praktische Impulse helfen dabei, eine wertschätzende Grundhaltung zu finden und diese auch mit nach Hause in den Alltag zu nehmen.

Plattenberg unterhalb der Windräder mit Blick in Richtung Laussa und Losenstein



Abendstimmung am Sebaldusweg



Die Fatimakapelle zwischen Losenstein und Laussa

Ein Weg – viele Möglichkeiten

Das Pilgern ist in den letzten Jahren wieder stark in den Fokus der Menschen gerückt. Es scheint, als würde in einer immer hektischer werdenden Zeit mit all ihren Ansprüchen die Sehnsucht nach dem Einfachen, nach Ruhe und innerer Einkehr immer stärker. Beim Pilgern geht es um Entschleunigung, um die Rückbesinnung auf das Wesentliche, um das Erweitern des Horizonts und Entdecken neuen Potentials in sich selbst. Die Natur ist dabei Kraftplatz, Lehrerin, Inspiration und manchmal auch eine große Herausforderung.

Sinnvoll ist, den Weg im eigenen Tempo zu gehen. Die einen verweilen gern für einige Zeit, manchmal auch für mehrere Tage an besonderen Plätzen, die anderen richten sich lieber nach den traditionellen Tagesetappen. Für manche steht der spirituelle Gedanke im Vordergrund, für andere die vielen Sehenswürdigkeiten entlang des Weges. Jeder wird auf seiner Reise am Sebaldusweg fündig. Denn er ist nicht nur Pilgerweg mit einer prachtvollen Natur, er bietet den Reisenden auch viel Kultur: Entlang der Strecke findet der Wanderer 7 Kirchen, 2 Wallfahrtskirchen (Maria Neustift, Gaflenz/Heiligenstein), 30 Kapellen, Museen der Eisenwurzener OÖ und unzählige Naturschätze.

Pfarrkirche Laussa



Wallfahrtskirche St. Sebald am Heiligenstein





Einkehr

Die Beherbergungsbetriebe entlang der Strecke stehen den Pilgernden für eine gemütliche und erholsame Einkehr zur Verfügung.

Wohlschmeckende und kräftigende Nahrung, gemütliche Betten, viele gute Tipps und ein extra frühes Frühstück für die „early birds“ sind bei den Wirtsleuten an der Tagesordnung.



Jausenstation am Heiligenstein



Der Heilige Sebaldus

Benannt wurde der Pilgerweg nach dem hl. Sebaldus von Nürnberg, der laut Legende ein wunderwirkender Einsiedler war. Er fand auf seiner Pilgerreise von Rom nach Nürnberg den Weg zum Heiligenstein und lebte dort 15 Jahre lang in einer Höhle. An dieser Stelle steht heute die Sebalduskirche – kunstgeschichtliches Juwel und Wahrzeichen der Gemeinde Gaflenz. Die erste Kapelle wurde bereits 1413 eingeweiht und im selben Jahrhundert zur Kirche erhoben. Sie ist österreichweit die einzige Kirche, die dem hl. Sebald von Nürnberg geweiht ist.

Die im gotischen Baustil errichtete Kirche steht auf einem Felsgipfel auf einer Seehöhe von 782 m und ist weithin sichtbar. Am Kirchengelände befindet sich der Themenweg Heiligenstein. An mehreren Stationen in und um die Kirche sind Informationen über die Geschichte des Bergheiligtums, seine Bedeutung als Wallfahrtsort und über das Wirken des hl. Sebaldus angebracht.

Blick auf Gaflenz



Kraftplatzl am Heiligenstein



Die Sebaldusstatue in der Pfarrkirche Gaflenz

Sebaldikapelle



Manche seiner Wunderwirkungen wurden in der Volkslegende auf den Heiligenstein übertragen. Noch heute gilt der hl. Sebaldus als Fürsprecher bei Krankheit und Unglücksfällen, als Viehpatron und sogar als Ehestifter, weshalb hier angeblich heute noch ledige Frauen um einen Mann beten.

Knapp unterhalb der Wallfahrtskirche befindet sich die Sebaldikapelle. Die anmutige barocke Kapelle wurde 1692 über einer Felsennische erbaut, die in der Volkssage als „Lagerstätte“ des hl. Sebaldus gilt. Die Grotte in der Kapelle birgt die steinerne Liegefigur des hl. Sebaldus.

Lagerstätte des hl. Sebaldus in der Grotte





Großraming

Ausgezeichnet als „schönstes Dorf Oberösterreichs“ ist Großraming der ideale Ort, die Pilgerreise zu starten. Als Drehort für die beliebte Fernsehserie „Die Landärztin“ mit Christine Neubauer, ist Großraming auch einem breiten Publikum bekannt und hat trotz aller Berühmtheit nichts von seiner ruhigen Gelassenheit verloren.

ErlebensWERT:

- Denkmalgeschützte **Pfarrkirche** mit der außerordentlich reich verzierten Glocke, geweiht dem hl. Jakobus
- **Kutschenmuseum**, Kutschenfahrten, Info 0650/92 86 753
- **Krippenausstellung** (Ennstaler Kastenkrippen), Info 07254/8317
- **FREI.sicht.BAD**

Der **Großraminger Bauernladen „d'Speis“** (Montag - Freitag: 7.15 - 19.30 Uhr; Samstag: 8.00 - 18.00 Uhr; Sonntag: 8.00 - 12.00 Uhr) bietet Gelegenheit, sich mit gesunden Produkten frisch vom Bauernhof einzudecken.

Dann geht es los:

„Den ersten Schritt tun – auf den Weg machen.“



Kutschenmuseum Gruber



Hängeseilbrücke Großraming



Wir machen uns auf den Weg! Jeder Aufbruch heißt auch, Altes und Vertrautes zurückzulassen.
Wenn wir aufbrechen, wissen wir nicht, was auf uns zukommt. Das Unbekannte erzeugt ein Gefühl von Unsicherheit, zugleich aber auch die Chance, etwas Neuem, nie Gesehenem zu begegnen.
Mache dich auf den Weg, entdecke und schätze die Werte der Natur, vor allem aber schätze die Werte in dir selbst!

„Lass dich nicht gehen, geh' selbst!“ (Magda Bentrup)

Magische Krippenwelt





Losenstein

Die „Perle des Ennstales“ am Fuße des 1.180 m hohen Schiefersteins war einst Hauptort der Nagelerzeugung. Der berühmteste Losensteiner, Anton Schosser, ist als Heimatdichter und Schöpfer des Erzherzog-Johann-Jodlers bekannt.

ErlebensWERT:

- Denkmalgeschützte, gotische **Pfarrkirche**, dem hl. Blasius geweiht – Kirchenführungen möglich; Info 07255/6000-0
- **Burgruine** – eine der größten und ältesten Burgruinen Oberösterreichs, im Rahmen einer Burgführung genießen oder die umfangreich mit Infotafeln zur Geschichte der Burg beschilderte Ruine mittels Audioguide mit kostenloser App entdecken
- **Blasibrunnkapelle** – das Wasser soll unter anderem Augenleiden lindern
- **Naturschutzgebiet Klausgraben** – wanderbare Schlucht
- **Hallenbad**
- **Nagelschmiedweg** – Schauschmiede mit der Möglichkeit, selbst einen Nagel zu schmieden, Führungen für Gruppen; Info 07255/6000-0
- **Mostbrunnen und Lichtkreuz** auf der Ramlerhöhe

Vom originellen Laden „**Ums EGG**“ (Dienstag, Freitag, Samstag) kann man sich regionale Köstlichkeiten mit auf den Weg nehmen, bevor es mit dem nächsten Abschnitt weitergeht.

Das Thema für diesen Abschnitt lautet:

„Die höchste Stufe der Wertschätzung ist die Liebe.“



Aufmerksamkeit, Achtsamkeit, Respekt, Anerkennung, Wertschätzung, Vertrauen und Liebe sind die sieben Stufen der Wertschätzung.

Liebe kommt von liob und bedeutet gut. Es braucht zuerst den Glauben, das Gute zu sehen, um lieben und gut handeln zu können und auch um sich selbst in einem neuen Licht sehen zu können. Der Weg, um den guten Kern in sich selbst und in anderen entdecken zu können.

„Die wichtigste Stunde ist immer die Gegenwart, der bedeutendste Mensch immer der, der dir gerade gegenübersteht, und das notwendigste Werk ist immer die Liebe!“ (Eckehart von Hochheim)

Burgruine Losenstein





Laussa

In den letzten Jahrhunderten gab es einige Hammerwerke entlang des Laussabaches. Noch heute zeugen die Hammerschlössl vom einstigen Wohlstand ihrer Besitzer, der sogenannten schwarzen Grafen.

Die Kraft des Wassers wurde seit jeher genutzt. Laussa ist für seine Vorreiterrolle in den Bereichen erneuerbare Rohstoffe und Energiegewinnung aus Sonne und Wind bekannt und seit 1995 Klimabündnisgemeinde.

ErlebensWERT:

- **Pfarrkirche**, der hl. Maria gewidmet
- **Friedenskapelle** – ein Juwel, im Jahr 2018 neu errichtet und geweiht
- Sammlung von **Steinzeitfunden** im Gemeindeamt
- „**Sauzahn**“ Laussa, DAS Kletterzentrum im Ennstal mit über 180 Routen auf mehreren im und um das Ortszentrum situierten Felsen
- **Freibad**

Genießen Sie die **herrliche Aussicht am Rücken des Sonnberges** oder versuchen Sie sich an den Stationen des **Motorikparks** entlang des Weges.

Für diesen Teil der Wanderung lautet das Thema:

„Werte für eine lebensWerte Zukunft“

Der Sauzahn bei Laussa - eine Herausforderung für Kletterer



Was sind Werte? Werte sind Grundsätze, nach denen eine Gesellschaft das Leben und Zusammenleben ausrichten will.

Wertschätzung als grundlegende Einstellung zum Leben und zur Schöpfung stellt einen bleibenden Wert – einen wahren „Schatz“ dar und ist ein Meilenstein in eine lebenswerte Zukunft!

„Willst du dich deines Wertes freuen, musst DU der Welt Wert verleihen.“ (Johann W. v. Goethe)

Freibad Laussa



Windpark Laussa





Maria Neustift

Umgeben von einer sanften Berg- und Hügeltwelt auf 613 m bietet der malerische Ort ein weitreichendes Panorama, das sich in alle Himmelsrichtungen erstreckt. Die spürbare Gastfreundschaft, das lebendige Dorfleben und das gelebte Brauchtum vieler Traditionen zeichnen den Wallfahrtsort besonders aus.

Die spirituellen Angebote ziehen seit Jahrhunderten zahlreiche Pilger an. Besucher, die die Sehnsucht verspüren, über das Alltägliche hinaus zu steigen, um ganz neue, tiefe, persönliche Momente zu erkennen, können dies beim Sport, einer Meditation oder auch im Rahmen einer Führung in der prächtigen Wallfahrtskirche erleben.

ErlebensWERT:

- **Wallfahrtskirche Maria Neustift** „Maria, Heil der Kranken“, Kirchenführungen nach Voranmeldung im Pfarrsekretariat unter 07250/204 möglich
- **Heilsweg** „Alles beginnt mit der Sehnsucht“, thematische Kurzwanderung (30 min) direkt vom Ort aus
- **Beschilderte Kapellenwege** „Aussi geh, eiwendi werdn“ direkt vom Ort aus
- **Traditionelles Holzofengebäck** der Bäckerei Schaupp

Dieser Abschnitt ist dem Thema gewidmet:

„Heil sein, gesund sein – die Natur ist die beste Apotheke.“



Wallfahrtskirche Maria Neustift

Barocker Gnadenaltar der Wallfahrtskirche Maria Neustift



Sich aus dem Alltagsleben „ausklinken“, besinnen, innehalten, in die Natur gehen und sie mit allen Sinnen genießen. „Heil sein – gesund sein“ heißt Heil für die Seele, Kraft schöpfen, auftanken in der Natur und im Glauben, Abstand gewinnen, nach innen schauen, vielleicht auch neue Wege sehen. „Heil sein – gesund sein“ erinnert an „Maria – Heil der Kranken“, der diese Wallfahrtskirche geweiht ist.

„Für jeden Menschen ist irgendwo ein Stückchen Himmel auf Erden!“

„Heil-Sein aus christlicher Sicht bedeutet: DU BIST GELIEBT von Anfang an und ohne dein Zutun. Sei dir doch dessen bewusst, du bist in deinem Inneren von Gott absolut wertgeschätzt.“ J.B./T.M.

Die Lindaumauer (1.103 m) bietet eine herrliche Aussicht über das Donautal bis zum Mühlviertel, vom Toten Gebirge bis zu den Haller Mauern und dem Sengsengebirge.

Heilsweg Maria Neustift





Gaflenz

Gaflenz gehört mit einer Fläche von knapp 59 km² zu den größten Marktgemeinden Oberösterreichs. Über 60 % der Fläche sind mit Wald bedeckt. Umgeben von Hügeln und sanften Bergen in ruhiger Lage bietet das Kleinod Erholung für seine Gäste. Im wanderbaren Gaflenz kann jeder „seinen Weg“ finden, vom Liebhaber leichter Wanderungen und Rundwege bis hin zum Freund steiler Steige. Wanderwege und Bergstraßen führen zu interessanten Plätzen in Höhenlagen zwischen 500 m und 1.167 m. Traditionelle Gast- und Wirtshäuser verwöhnen mit kulinarischen Köstlichkeiten.

ErlebensWERT:

- **Wallfahrtskirche St. Sebald**, am Gipfel des Heiligensteins im gotischen Baustil errichtet
- **Sebaldikapelle** knapp unterhalb der Wallfahrtskirche mit der steinernen Liegefigur des hl. Sebaldu
- **Pfarrkirche Gaflenz**, im Jahr 1140 dem hl. Andreas und dem hl. Vitus geweiht, mit dem Klangdenkmal **Chrisman-Orgel**, der **Sebaldustatue** und den freigelegten Fresken, die um 1380 entstanden sind
- **Kreuzwegkapellen** auf dem Pilgerweg zwischen Gaflenz und dem Heiligenstein
- **Heiligenstein Themenweg**
- **Waldlehrpfad** am Heiligenstein
- **Freibad** mit großen Liegewiesen und mächtigen Bäumen



Heiligenstein, Kreuzweg

Regionale Schmankerl und Köstlichkeiten kann man im **Kaufhaus Lenz** ebenso wie im **Hoamatgfü** erwerben und sich damit für die weitere Pilgerreise stärken.

Pfarrkirche Gaflenz mit der Chrisman-Orgel



Frisch gestärkt mit den regionalen Köstlichkeiten, die man nicht versäumen sollte, wie z.B. dem Gaflenzer Schafkäse, geht es weiter mit:

„Dankbarkeit – Dankbar, den Weg gehen zu können“

Dankbarkeit für Gesundheit, Familie, Arbeit, Rohstoffe, Essen, Leben. Dankbarkeit ist eine besondere Form der Wertschätzung. Sie ist Haltung, Bedürfnis und Befriedigung zugleich, fördert positive Beziehungen zwischen den Menschen, indem sie den Empfänger der Dankbarkeit anregt, die gute Tat zu erwidern.

Forscher kamen zu dem Schluss, dass Dankbarkeit von allen persönlichen Eigenschaften am engsten mit psychischer Gesundheit verbunden ist.

„Nicht die Glücklichen sind dankbar, es sind die Dankbaren, die glücklich sind!“ (Sir Francis Bacon)



Blick auf Gaflenz und auf den Sonnberg



Weyer

Der Marktplatz Weyer ist ein Juwel kleinstädtischen Barocks mit bezaubernden Arkadenhöfen. Weyer verdankte seinen frühen Reichtum der idealen Lage an der Eisenstraße. Es wurde im 12. Jahrhundert gegründet und vom Weyrer Schloss aus betrieben die damaligen Hammerherren schon sehr früh Handel mit der ganzen Welt.

Heute ist Weyer die zweitgrößte Gemeinde Oberösterreichs und als geschichtlich traditioneller Luftkurort bekannt. Wegen seiner idealen klimatischen Voraussetzungen wurde Weyer schon seit Kaiserzeiten geschätzt und ist für seinen nahezu nebelfreien „Goldenen Herbst“ berühmt. Mit seinen vielfältigen Freizeitmöglichkeiten in der atemberaubenden Landschaft zieht Weyer Ruhesuchende ebenso wie aktive Gäste an.

ErlebensWERT:

- **Pfarrkirche**, dem Evangelisten Johannes geweiht und 1259 erstmals urkundlich erwähnt
- **Marktkapelle Weyer**, dem hl. Sebastian geweiht
- **Historischer Marktplatz** mit Wochenmarkt am Samstagvormittag
- **Naturschutzgebiet Kreuzberg** mit Kreuzigungsgruppe
- **Erlebnisspielplatz Schmidbergerwehr**
- **Schwimm- und Sonnenbad** mit mit Natur-Stein-Park von Alois Lindenbauer und Einbindung des Gaflenzbaches
- **Katzensteinermühle** mit Troadkasten und Gattersäge, Führungen nach Vereinbarung unter 0664/1432 333 möglich
- **GEH:DENK:WEG** – Historischer Rundweg im Bereich Katzensteinermühle – Ennsbrücke – ehem. Ennsmuseum



Marktplatz Weyer

Löwenbrunnen am Marktplatz Weyer



Ein wunderbarer Ort für den Start mit dem nächsten Thema:

„Innehalten, reflektieren, sich besinnen – Gelassenheit und innere Ruhe“

Ohne Gelassenheit ist Wertschätzung kaum möglich, man muss die selbst ersehnte Anerkennung ein Stück loslassen, wenn sie anderen zukommen soll.

Je gelassener eine Persönlichkeit ist, umso mehr wird sie fähig sein, den Wert anderer anzuerkennen und wertschätzend zu reagieren.

„Es gibt Wichtigeres im Leben, als beständig dessen Geschwindigkeit zu erhöhen!“ (Mahatma Gandhi)

Katzensteinermühle







Routenvorschläge

Variante mit 4 Tagesetappen (im Uhrzeigersinn)

Rundweg mit ca. 86 km und ca. 3.000 Höhenmeter; Start/Ende: Großraming

Die Pilger wandern in 4 Tagesetappen von Großraming über Losenstein, Laussa, Maria Neustift, Gaflenz und Weyer zurück nach Großraming.

- **Etappe 1**
Großraming – Losenstein – Laussa
22 km, rd. 850 Höhenmeter
- **Etappe 2**
Laussa – Maria Neustift
21 km, 950 Höhenmeter
- **Etappe 3**
Maria Neustift – Gaflenz
20 km, 700 Höhenmeter
- **Etappe 4**
Gaflenz – Heiligenstein – Weyer – Großraming
23 km, 500 Höhenmeter

Variante mit 3 Tagesetappen (im Uhrzeigersinn)

Rundweg mit ca. 86 km und ca. 3.000 Höhenmeter; Start/Ende: Weyer

Die Pilger wandern in 3 Tagesetappen von Weyer über Großraming, Losenstein, Laussa, Maria Neustift und Gaflenz zurück nach Weyer.

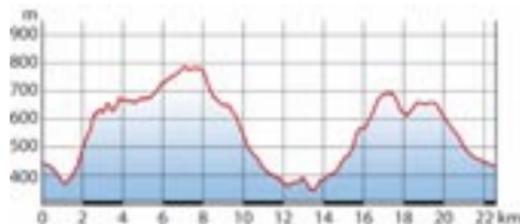
- **Etappe 1**
Weyer – Großraming - Losenstein
27 km, 700 Höhenmeter
- **Etappe 2**
Losenstein – Laussa – Maria Neustift
30 km, 1.300 Höhenmeter
- **Etappe 3**
Maria Neustift – Gaflenz - Weyer
29 km, 1.000 Höhenmeter

Etappe 1

CARTO.AT
KARTOGRAPHIE HAFNER

2 km 4 km





Etappe 1 Großraming – Losenstein – Laussa

Ausgangspunkt:	Großraming
Etappenziel:	Laussa
Wegbeschaffenheit:	Wanderweg, Asphalt, Forststraße
Weglänge:	22 km
Höhenmeter:	850 m

Vom Kirchenplatz in Großraming führt der Weg ein kurzes Stück nach Westen hinunter zur Rundbrücke und weiter über den Menweg E65 bis zum Gschoad (Gscheid 782 m) unter dem Schieferstein. Vom Gschoad führt der Weg über den Wanderweg E72 b in den Stiedelsbach, vorbei an der Nagelschmiede zum Gasthaus Petermühle und weiter nach Losenstein. Vom Ortsplatz Losenstein (Kirche) führt der Weg auf den Kirchenberg, weiter über den Wanderweg E74 zur Fatimakapelle und von dort weiter Richtung Sauzahn. Vor dem Sauzahn bei der alten Linde geht man links auf dem Güterweg Bretttertal hinunter nach Laussa.

Sportliche, geübte Wanderer können beim Gschoad einen Abstecher zum Steinernen Jäger (1.185 m) machen. Über den Wanderweg E72a gelangt man wieder zurück auf den Sebalduweg.

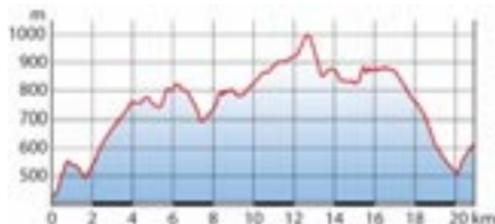
Auf dem Weg entdecken: 3 Pfarrkirchen: Großraming (geweiht dem hl. Jakobus), Losenstein (geweiht dem hl. Blasius) und Laussa (geweiht der hl. Maria), sowie einige Kapellen, FREI.sicht.BAD Großraming , Burgruine Losenstein, Mostbrunnen und Lichtkreuz am Kirchenberg, Naturschutzgebiet Kalksteinmauer und Freibad in Laussa

Abseits des Weges: **Losenstein** – Hallenbad, Blasibrunnenkapelle, **Laussa** – Naturschutzgebiet Orchideenwiese, Sportklettern mit über 180 Routen auf mehreren im und um das Ortszentrum situierten Felsen, darunter auch der berühmte „Sauzahn“, DAS Kletterzentrum im Ennstal

Museen/Ausstellungen: **Großraming** - Kutschen- und Krippenmuseum, **Losenstein** - Nagelschmiede, Burg- oder Kirchenführungen, Heimatzimmer, **Laussa** - Sammlung von Steinzeitfunden am Gemeindeamt, Mitterberger Troadkasten

Unterwegs einkehren: **Losenstein** GH Petermühle, Cafe Oder, GH Eisentor, Gasthof Blasl, Mostbrunnen am Kirchenberg, Gasthof Marxrieser; **Laussa** Cafe-Bar Holzack, Gasthaus „Zum Geiger“





Etappe 2 Laussa – Maria Neustift

Ausgangspunkt:	Laussa
Etappenziel:	Maria Neustift
Wegbeschaffenheit:	Wanderweg, Asphalt, Forststraße
Weglänge:	21 km
Höhenmeter:	950 m

Von der Pfarrkirche Laussa geht man zum Gasthaus Geiger, dann hinter dem Gasthaus entlang des Kletterfelsens und über einen Wiesenweg hinauf. Bei der Breiten Kapelle links dem Güterweg Rotbauer folgend, entlang des Flößerweges, gelangt man nach einem längeren Stück bergauf, vorbei beim Ferienhof Schneiderweg, zur Abzweigung auf den Höhenrücken des Sonnbergs. Ab hier folgt man dem Weitwanderweg 04/06, passiert den Windpark Laussa, in weiterer Folge den Spadenberg und kommt über den Glasenberg - ein Abstecher auf den Gipfel ist wegen der Aussicht und des Panoramas über Voralpengipfel sehr lohnenswert - nach Maria Neustift.

Variante ab Gasthof Kleinschönleiten: vom Gasthof aus wandert man am Kneipp Friedensweg (E 50) über die Wacholderheide zum Naturdenkmal Rebensteiner Mauer und von dort weiter in Richtung Sonnberg, wo man wieder auf den Sebaldusweg trifft.

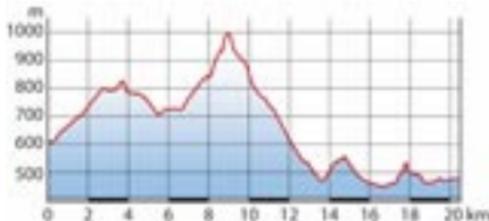
Auf dem Weg entdecken: Pfarrkirche in Laussa (geweiht der hl. Maria), Naturschutzgebiet Kalksteinmauer und Freibad in Laussa, einige Kapellen, Stationen des Motorikpark Laussa, Wallfahrtskirche Maria Neustift (Maria - Heil der Kranken), Heilsweg sowie beschilderte Kapellenwege mit herrlichem Panorama in Maria Neustift, traditionelles Holzofengebäck

Abseits des Weges: **Laussa** - Naturschutzgebiet Orchideenwiese, Sportklettern mit über 180 Routen auf mehreren im und um das Ortszentrum situierten Felsen, darunter auch der berühmte "Sauzahn", DAS Kletterzentrum im Ennstal. **Maria Neustift** - familienfreundliche Wanderungen am Glasenberg und Freithofberg, Ramingtaler Bogenparcours

Durchatmen: Plattenberg – Windräder - Aussicht genießen am gesamten Höhenrücken des Sonnbergs

Unterwegs einkehren: **Maria Neustift** Glasner Hütte, Gasthaus-Bäckerei Schaupp, Bäckerei-Cafe Steinparzer





Etappe 3 Maria Neustift – Gaflenz

Ausgangspunkt:	Maria Neustift
Etappenziel:	Gaflenz
Wegbeschaffenheit:	Wanderweg, Asphalt, Forststraße
Weglänge:	20 km
Höhenmeter:	700 m

Von Maria Neustift führt der Weg auf dem Wanderweg E31, E31a zum Krifter (811 m) und über den Wiesengrat bis zu einer Weggabelung (Abstecher auf den Freithofberg auf einer Seehöhe von 985 m, mit Almhütte). Von der Weggabelung geht es rechts ein kurzes Stück auf einer Forststraße bergab zum Güterweg bzw. WW E31 a zum Neustifter Sattel. Von hier geht es auf dem WW E32 weiter Richtung Großschnaidt. Bei der Bushaltestelle biegt man rechts ein und wandert hinauf zur Jausenstation Hochramskogel. Von dort geht es weiter Richtung Lindaumauer, auf dem Sattel angekommen, sehen Sie einen riesigen Felsen im Wald liegen. Dort beginnt nach links der Abstecher zur Lindaumauer (1.103 m).

Folgt man dem WW E04 steil bergab bis zur Forststraße und von dort weiter bis zur Platten, gelangt man denn nach links Richtung Neudorf zum WW E04. Diesem folgt man bergab bis Grünangerl, wo man links in den Güterweg Schwaig unterm Berg einbiegt. Weiter geht es vorbei am Bauernhaus Gaisberg bis in den Ortsteil Lindau. Danach hält man sich links und geht weiter ein kurzes Stück auf der Landesstraße bis zum Thalhof. Biegt man schließlich rechts in den Wanderweg E03 ein, wandert man weiter zum Etappenziel nach Gaflenz.

Auf dem Weg entdecken: Wallfahrtskirche Maria Neustift (Maria - Heil der Kranken), Heilsweg sowie beschilderte Kapellenwege mit herrlichem Panorama in Maria Neustift, traditionelles Holzofengebäck. Pfarrkirche Gaflenz (geweiht dem hl. Andreas und dem hl. Vitus), Freibad Gaflenz

Abseits des Weges: **Maria Neustift** - familienfreundliche Wanderungen am Glasenbergr und Freithofberg, Freithofbergalm mit Almhütte und selbstgemachten Schmankerln, Ramingtaler Bogenparcours

Unterwegs einkehren: **Maria Neustift** Freithofberg Alm, Jausenstation Biobauernhof Zöttli; **Gaflenz** Bäckerei Hirtenlehner, Gasthaus Jedermann





Etappe 4

Gaflenz – Heiligenstein – Weyer – Großraming

Ausgangspunkt:	Gaflenz
Etappenziel:	Großraming
Wegbeschaffenheit:	Wanderweg, Asphalt, Forststraße
Weglänge:	23 km
Höhenmeter:	500 m

Von Gaflenz aus führt der Weg über den Kreuzweg E 06 auf den Heiligenstein (782 m) und anschließend über den Heiligenstein Wanderweg nach Weyer (Historischer Marktplatz). In der Rechtskurve nach dem Marktplatz führt der Weg links bergauf zur Pfarrkirche und über das Kirchenwegerl zum Gasthaus Winkelmayr. Beim Gasthaus Steineck überquert man die Straße und den Gaflenzbach und wandert auf der Promenade vorbei an der Katzensteinermlühle zur Enns. Auf dem Ennsradweg R7 wandert man immer der Enns entlang in Richtung Großraming vorbei am Bahnhof bis zur Ennsbrücke. Wir überqueren die Brücke, halten uns rechts und wechseln beim Fußgängerübergang die Straßenseite. Von hier aus gehen wir am Gehsteig hinauf ins Ortszentrum Großraming.

Auf dem Weg entdecken: Pfarrkirche Gaflenz (geweiht dem hl. Andreas und dem hl. Vitus), Freibad Gaflenz, Kreuzweg auf den Heiligenstein, Wallfahrtskirche St. Sebald am Heiligenstein – der Höhepunkt des Pilgerweges, Heiligenstein Themenweg, Waldlehrpfad am Heiligenstein, Weyer - Historischer Marktplatz, Freibad, Pfarrkirche Weyer (geweiht dem hl. Johannes), Schmidbergerwehr am Gaflenzbach, Katzensteinermlühle, Geschichtsträchtiger Boden bei der Brücke in Kastenreith - Tafeln informieren über die letzten Kriegstage in Weyer, kurz vor Großraming informiert eine rot-weiß-rote Tafel auch über das Kriegsende und die Enns als Demarkationslinie, Pfarrkirche Großraming (geweiht dem hl. Jakobus), FREI.sicht.BAD in Großraming

Abseits des Weges: **Weyer** - Naturschutzgebiet Kreuzberg, Weidenschiff und Skulpturen von Alois Lindenbauer, Kutschenmuseum Großraming

Unterwegs einkehren: **Gaflenz** Jausenstation Heiligenstein; **Weyer** Reiterhof Krenn-Edtbauer, Cafe Hohlrieder, Gasthaus Berger, Cafe-Konditorei Schwarzmüller; Gasthaus Steineck; **Großraming** Gasthaus Stangl „Zur singenden Wirtin“, Flößerstube, Restaurant Rialto, Cafe-Bar Paletti, Cafe Hohlrieder, Gasthaus Hanusch, Gasthof Kirchenwirt



Einkehren und Übernachten

Die Gastgeber entlang des Sebaldusweges sind für ihre Gastfreundlichkeit bekannt. Hier sind Pilger herzlich willkommen!

Es gibt Trockenmöglichkeiten für nasse Kleidung, auf Wunsch auch ein offenes Ohr, einen guten Rat und ein extra frühes Frühstück für alle, die in der Kühle des Morgens weiterwandern wollen.

Kenntnisse über die Region, Hilfe bei der Routenplanung, Gepäcktransport oder Taxitransfer zum nächsten Quartier – Ihre Gastgeber sind Ihnen gerne behilflich.

Entlang des Weges stehen Ihnen mehr als 40 – überwiegend familiär geführte – Quartiere zur Verfügung. Die Kapazitäten sind beschränkt, daher ist es wichtig, **rechtzeitig im Voraus zu buchen** und die Betriebe über Ihr Kommen zu informieren.



Regionale Schmankerl sorgen für Stärkung am Weg



Einkehren am Sebaldusweg

Wohlschmeckende und kräftigende Nahrung, regionale Schmankerl und viele gute Tipps sind bei den Wirtsleuten an der Tagesordnung. Hier sind Pilger herzlich willkommen sich nach eindrucksvollen Etappen zu stärken!



www.sebaldusweg.at/EINKEHREN

Übernachten am Sebaldusweg

Die Gastgeber entlang des Weges bieten dem Pilgernden eine Unterkunft, die einlädt, das Erlebte in Ruhe Revue passieren zu lassen. Erholsame, genussvolle und erlebnisreiche Pauschalen und Angebote, die Ihnen für Ihre Wanderreise individuelle Freiheit bieten, sind verbunden mit Service, Komfort und Sicherheit.



www.sebaldusweg.at/UEBERNACHTEN



Buchbare Angebote

Ob Kurzaufenthalt oder längere Pilgerreise am Sebaldusweg – für jeden Pilgernden findet sich das passende Angebot. Im Package enthalten sind

- 2 oder 3 ÜN/Frühstück
- Täglicher Transfer von der Unterkunft zu den jeweiligen Einstiegsstellen sowie die Abholung von den Etappenzielen
- 2 oder 3 Jausensackerl für unterwegs
- Souvenir als Andenken an die Zeit am Sebaldusweg
- Mein Pilgertagebuch – besondere Ansichten vom Sebaldusweg sowie Platz für eigene Gedanken während der Pilgerreise

Alle Informationen zu den buchbaren Angeboten finden Sie online unter www.sebaldusweg.at

Sebaldus Brunnen in Losenstein



Pilgerkästchen in Kūpfern



Öffentliche Parkmöglichkeiten

Großraming: Öffentliche Parkplätze hinter der Landesmusikschule oder beim ehemaligen Gasthaus Salzwimmer

Losenstein: Öffentliche Parkplätze am Bahnhof oder beim Familiengasthof Blasl

Laussa: Öffentliche Parkplätze gegenüber Kaufhaus Baumgartner

Maria Neustift: Öffentliche Parkplätze links hinter dem Gemeindeamt

Gafrenz: Öffentliche Parkplätze Gemeindeamt, Freibad

Weyer: Kreuzbergparkplatz

Für den kleinen Durst unterwegs

Auf jeder Etappe finden durstige Pilger unterwegs eine oder mehrere Labstellen, wo sie gegen ein geringes Entgelt Getränke in Selbstbedienung entnehmen können.

Mostbrunnen in Losenstein



Sebaldusweg-Wanderer ...

- können sich auf die Wegmarkierungen verlassen und bleiben immer auf den Wanderwegen. Das hilft nicht nur die Orientierung zu bewahren, es schützt auch die Natur und trägt zu einem guten Miteinander mit den Grundstücksbesitzern bei.
- begegnen den hier arbeitenden Menschen, der Natur und den Tieren mit Respekt. Sie lassen Weidegatter unbedingt so, wie sie diese vorgefunden haben – geöffnete Gatter offen lassen, geschlossene wieder schließen.
- nehmen Rücksicht auf die Bedürfnisse von Tieren aller Art – sie verhalten sich ruhig und nehmen ihren Hund an die Leine. Das schützt den eigenen Hund und andere Tiere
- respektieren Privateigentum (Hausgärten, Obst, Gemüse, Feldfrüchte usw.)
- hinterlassen die Natur so, wie sie sie selbst gerne vorfinden würden - ohne Abfälle, diese gehören in den Mülleimer oder werden im eigenen Rucksack wieder mitgenommen.
- nutzen jede öffentliche WC-Möglichkeit (auch in Gasthäusern und Cafes) und tragen ein „Erste-Hilfe-Set“ bestehend aus Toilettenpapier (verrottet schneller als Papiertaschentücher), Feuchttüchern oder Desinfektionsmittel und Sackerl für den Notdurft-Fall unterwegs in Ihrem Rucksack – die wunderbare Naturlandschaft sollen auch nachfolgende Wanderer sauber und in ihrer ganzen Schönheit genießen können.
- halten sich an den Grundsatz „Lass nichts zurück außer deine Fußspuren, nimm nichts mit außer deine Erkenntnisse, Eindrücke und Erinnerungen“

Pilgertagebuch

Das Pilgertagebuch ist ein wertvoller Begleiter am Sebaldusweg, der zur inneren Einkehr einlädt.

Gefüllt mit wunderschönen Einblicken entlang des Weges ebenso wie leeren Seiten bietet es Platz zum Sortieren der eigenen Gedanken - Preis: € 6,50



Wanderkarte

CARTO.AT Wanderkarte Sebaldusweg Nr. 404 - 1:35.000

Wanderkarte mit Etappeninfos, Höhenprofilen und Beherbergungsbetrieben. Ennstaler Voralpen zwischen Losenstein, Maria Neustift, Gaflenz, Weyer und Großraming - Preis: € 8,50



Erhältlich bei

Tourismusverband Steyr und die Nationalpark Region
Infobüro: Eisenstraße 75, 4462 Reichraming
Telefon: +43 7252 53229 DW 40
Mail: reichraming@steyr-nationalpark.at
Web: www.steyr-nationalpark.at



Das Ende des Weges

... ist noch lange nicht erreicht. Das ganze Leben ist ein Weg, der Schritt für Schritt erkundet werden will. Es gibt so vieles, das Sie von Ihrer Pilgerreise auf dem Sebaldusweg mitnehmen können:

Persönliche Erkenntnisse, die Sie auf Ihrem Weg erfahren haben, wunderbare Bilder aus der beeindruckenden Natur des Nationalpark Kalkalpen, interessante Eindrücke von der Geschichte und den historischen Bauten dieser Region, die Erinnerung an freundliche Menschen, an zauberhafte Gemeinden und vieles mehr.

Wir wünschen Ihnen, dass Sie Ihre Erholung und Ihre Erkenntnisse gut und langfristig mit in den Alltag nehmen können. Es wäre schön, wenn Sie Ihr Weg noch oft in unsere herrliche Region führt.

Danksagung

Wir bedanken uns bei Joe Schwaiger, dem Initiator des Sebaldusweges und der Arbeitsgruppe Sebaldusweg – Angela Ahrer, Alois Wick, Georg Blasl, Andreas Forster, Maria Seyerlehner, Klaus Riedler, Herbert Matzenberger, Rosina Bürscher und Ute Steininger für ihr Engagement und ihren Einsatz, der die Entstehung dieses Weges erst möglich machte.

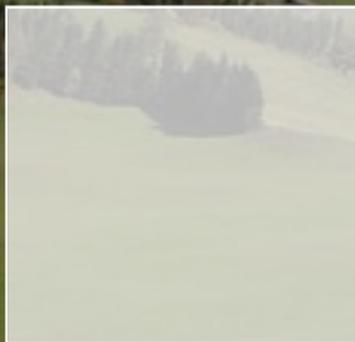
Ein besonderer Dank gilt auch allen Grundbesitzern, durch deren Wiesen und Wälder der Sebaldusweg führt, für ihre kooperative Zusammenarbeit, ohne die die Routenführung des Sebaldusweges so nicht möglich gewesen wäre.

Der Wanderer ist angesichts privater Einrichtungen entlang des Weges zu Respekt und Sensibilität angehalten.

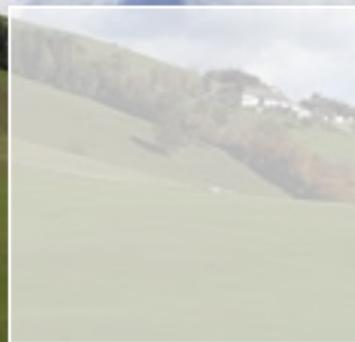
Stempelkarte - erreichte Etappen



Großraming
im Gemeindeamt



Losenstein
in der Pfarrkirche b. Seiteneingang



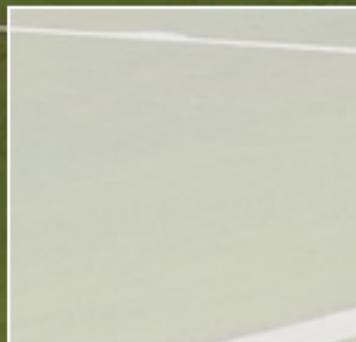
Laussa
hinter der Pfarrkirche



Maria Neustift
in der Wallfahrtskirche



Gafrenz
vor dem Gemeindeamt



Gafrenz
Sebalduskirche am Heiligenstein



Weyer
vor dem Rathaus

Anreise

Öffentliche Verkehrsmittel:

Anreise von Linz durch das Ennstal nach Kastenreith und von Wien über Amstetten nach Kastenreith.

Bahnhöfe befinden sich in Losenstein, Reichraming, Großraming, Küpfern, Kastenreith, Weyer und Gaflenz.

Details unter www.ooevv.at

Anreise mit dem PKW:

Von Salzburg/Linz: A1 Autobahnausfahrt Enns-Steyr > B115 ins Ennstal

Von Wien: A1 Autobahnausfahrt Haag > B42 > B122 > B115 ins Ennstal

Von Passau: A8 Passau > Wels > A1 bis Autobahnausfahrt Enns-Steyr > B115 ins Ennstal

Von Graz: A9 Pyhrnautobahn > Autobahnausfahrt Klaus > Grünburg > ins Ennstal

Impressum:

Für den Inhalt verantwortlich: Tourismusverband Steyr und die Nationalpark Region, Eisenstraße 75, 4462 Reichraming, Tel.: 0 72 52 / 53 229-40, www.steyr-nationalpark.at;
Kartografie: © CARTO.AT- Hafner, Steinbach an der Steyr. Topografische Rohdaten: © BEV 2022; Druck: Friedrich Druck & Medien GmbH, Linz; Layout: fairgrafix- Werbeagentur und Consulting GmbH, Wien; Texte: G. Prachowny; Fotos: Gemeinden Großraming, Losenstein, Laussa, Maria Neustift, Gaflenz, Weyer | Arbeitsgruppe Sebaldusweg | R. Preuer | M. Penz | H. Pumsleitner | E. Gruber | T-Man | M. Gröbl | B. Hron | OÖT/S. Mayerhofer | A.Sulzbacher | S. Blasl | B. Weinmayr | M. Fahrngruber | L. Buchriegler | L. Nagler | R. Bürscher | M. Aglas | A. Buchberger | Titelfoto: Maria Fahrngruber

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird auf die gleichzeitige Verwendung der Sprachformen männlich, weiblich und divers verzichtet. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichermaßen für alle Geschlechter.

Alle Angaben wurden mit großer Sorgfalt erhoben, erfolgen jedoch ohne Gewähr und erheben nicht den Anspruch auf Vollständigkeit. Stand: März 2024

