

Text

Britta Schulze-Thulin

Fotos

Björn Nehrhoff

Judith Spancken, [intention.de](http://intention.de)

Crown Copyright (2008), Visit Wales



Wales mag der kleinste Landesteil von Großbritannien sein, doch für Outdoorer sind die wilden Küsten, einsamen Gebirge und geschichtsträchtigen Städtchen das Größte. 4-Seasons lädt ein: Zu einer spektakulären Wanderung im Pembrokeshire Coast Nationalpark, zu den Touren- und Kultur-Highlights von Wales – und zu einem Online-Crashkurs in Walisisch.

# gwlad hud a lledrith\*

\* das verzauberte Land





An drei Seiten ist Pembrokeshire vom Meer umgeben, ein 300 Kilometer langer Wanderpfad folgt der wilden Küste. Britta und Karsten erkundeten das Filetstück des Coast Path.

**M**anchmal sagen Zahlen mehr als Worte: Mit 1.600 Quadratkilometern ist die Grafschaft Pembrokeshire so groß wie das Stadtgebiet von London. In London leben acht Millionen Menschen, vornehmlich Engländer, in Pembrokeshire 117.000 Menschen, vornehmlich Waliser. Oder anders gesagt: In Pembrokeshire gibt es reichlich Platz. Platz nicht nur für Menschen, sondern auch für die Natur. Die Grafschaft am äußersten Westzipfel von Wales ist an drei Seiten von Meer umgeben. Fast die gesamte Küste wurde als Nationalpark ausgewiesen, den man auf einem 300 Kilometer langen Wanderpfad erkunden kann. Und genau diesen »Pembrokeshire Coast Path« wollte ich schon lange unter die Wanderschuhe nehmen.

»300 Kilometer in vier Tagen?« Karsten schaut etwas ängstlich, als ich die kleine Wanderreise nach Wales vorschlage.

»Für den ganzen Trail braucht man 12 Tage. Teiletappen sind aber kein Problem. Wir suchen uns einfach ein passendes Stück aus.«



Schnell einigen wir uns auf den nördlichen Teil des Trails, gilt er doch als der wildeste, geprägt von rauer Schönheit und steilen Klippen. Ziel der Wanderung wird St. Davids/Tyddewi\* sein, die westlichste Stadt von Wales und schon im Mittelalter ein beliebter Anlaufpunkt: Der Papst hatte verfügt, dass fromme Pilger von der Insel statt einer Wallfahrt nach Rom ersatzweise auch zwei zur Kathedrale von St. Davids unternehmen könnten. Viele Wanderer benutzten damals schon den Küstenpfad.

### Wo die Zivilisation endet

Ausgangsort der Tour ist Cardigan/Aberteifi\*, ein hübsches Marktstädtchen mit einer ansehnlichen Burgruine. Deren letzte Besitzerin weigerte sich bis zu ihrem Tode, die Gemäuer zu verlassen und hauste in einem Wohnwagen auf dem Gelände.

Karsten und ich decken uns mit Verpflegung ein und beginnen unsere Wanderung mit einer Schummelei: Da die ersten anderthalb Kilometer

### Für Wander- wie für Meeresvögel ist der Coast Path ein Paradies.

des offiziellen Wanderpfads über asphaltierte Straße führen, nehmen wir den Bus nach Poppit Sands/Traeth Poppit\*. An der Mündung des Flusses Teifi endet auch die Zivilisation, könnte man meinen. Wasservögel und Wanderfalken nisten hier, und nach ein paar Schritten auf dem schmalen Pfad sind wir völlig allein in einer spektakulären Natur. Der Wind pfeift um die steilen Klippen des Cemaes Head/Pen Cemaes\*. Unser Blick reicht weit übers Meer, wenn auch nicht ganz hinüber zur Küste von Irland – die liegt 100 Kilometer Luftlinie entfernt.

Der Trail windet sich auf und ab, Trittsicherheit und Kondition sind gefordert. Schon nach kurzer Zeit geraten wir ziemlich außer Puste. Offenbar haben wir uns für den ersten Tag ziemlich viel vorgenommen. Was wir noch nicht ahnen: Dieser Abschnitt des Küstenpfads ist nicht nur der wildeste, sondern auch der anstrengendste. Karsten jammert, für eine Weile trage ich das Zelt. Doch schließlich finden wir den Rhythmus: Der Atem geht regelmäßig, die Schritte verselbstständigen sich, die Sinne werden scharf. Möwen umkreisen uns. In einer Bucht namens Witches Cauldron/Pwll-y-Wrach\* (»Hexenkessel«) wird das Wasser mit einem geheimnisvollen Geräusch in eine Höhle gesaugt. Bei den Seefahrern früherer Zeiten waren die Gewässer von Wales wegen solcher Phänomene gefürchtet, besonders die etwas weiter südlich gelegene Gezeitenstromschnelle »The Bitches« (die Huren) verschlang immer wieder Schiffe mit Mann und Maus. Eine Gefahr stellten auch die Wikinger dar, die Wales regelmäßig heimsuchten.

### Donnernde Wellen und leichter Muskelkater

Der Pfad führt jetzt dicht an den Klippenrändern entlang. Bei strahlendem Sonnenschein wie jetzt kein Problem, doch bei Nässe oder schlechter Sicht sollten Wanderer hier vorsichtig sein. Auch der Abstieg zum Strand beim kleinen Wasserfall Pen Pistyll erfordert Abenteuerlust und ist nur bei trockenem Wetter zu empfehlen. Unten angekommen legen wir eine Pause ein. Bis zum Tagesziel Newport/Trefdraeth\* ist es nicht mehr weit. Wir marschieren direkt in einen der Pubs, wo es nach Lamm und Lauch duftet – den Leibspeisen der Waliser. Wales ist seit jeher Schaf-Land und der Lauch neben der Osterglocke eines der beiden Nationalsymbole. Nach dem Essen besichtigen wir pflichtschuldig den kleinen Dolmen Carreg Coetan direkt im Ort. Steingräber, Menhire und Steinkreise sind in Wales allgegenwärtig, die teilweise gewaltigen Steine wurden sogar exportiert – so stammen die berühmten »Blue Stones« in Stonehenge von den Preseli-Hügeln nahe Newport. Bis dorthin reicht die Kondition heute nicht mehr. Ziemlich gerädert erreichen wir den Campingplatz am Strand Parrog und bauen das Zelt auf.

Am Morgen begrüßen uns donnernde Wellen und ein leichter Muskelkater. Wie zur Belohnung für die gestrigen Strapazen präsentiert sich der Coast Path heute deutlich komfortabler. Um die allerhöchsten Klippen macht er einen Bogen. Dennoch ist die Aussicht auf Schäreninseln und Felshöhlen erstklassig, kilometerweit schlendern wir durch postkartenreife Küstenlandschaft. Nach der Querung von zwei Flussmündungen und einem kurzen Stück Straße ab Soar Hill erreichen wir schließlich Cwm-yr-Eglwys (»Tal der Kirche«). Von der Kirche St. Brynach ist allerdings nur die Westmauer mit dem Glockenturm erhalten, der Rest wurde 1859 von einem Sturm zerstört. Die Orkane treffen Wales allerdings eher im späten Herbst – jetzt im Frühjahr ist das Tal eine Oase der Ruhe. Wir machen Pause an dem kleinen Strand, Karsten steckt tapfer die Füße ins kühle Wasser. Bis zur sommerlichen Badesaison dauert es noch ein wenig. ➤

\* Ortsname in Englisch/Walisisch. Alle Ortsnamen im Sprachkurs (Info Seite 77).



**Belohnung: Mittagspause im Café am Wegesrand.**

»Das Meer schimmert blau, die Wiesen leuchten in sattem Grün, unzählige Wildblumen legen sich wie bunte Teppiche über das Land.«

Für die Strecke nach Pwllgwaelod haben wir zwei Möglichkeiten: flott und bequem auf dem (sogar rollstuhltauglichen) direkten Weg – oder auf dem Küstenpfad ganz um die vorgelagerte Halbinsel Dinas Island herum. Wir wählen natürlich Möglichkeit zwei – wenn schon, denn schon! Der Umweg lohnt sich: Von den Klippen der Insel reicht der Blick weit über die Bucht von Fishguard und Strumble Head. Auf den Felsen brüten Eissturmvögel, Tordalken, Trottellummen und Krähenscharben.

In Pwllgwaelod kehren wir im Pub »The Old Sailors« ein, wo es leckere Meeresspezialitäten gibt. Wozu ist man schließlich an der Küste? Danach wird der Pfad wieder steiler, die Küstenlandschaft noch ein Tick wilder. Der Wind pfeift kräftig, ich binde meine langen Haare zusammen.

#### **Die »letzte Invasion« endete im Pub**

Am Castle Point stehen die düsteren Ruinen alter Befestigungsanlagen aus dem 18. Jahrhundert. Hier wurden 1797 die Kanonen abgefeuert, die Napoleons Invasionstruppen aufhalten sollten. 1.400 Franzosen landeten auf der anderen Seite der Bucht, doch hatte Napoleon nicht gerade seine besten Männer eingesetzt: Die Truppe bestand aus ehemaligen Sträflingen, die sich mehr für Wein und gutes Essen interessierten als für die Errichtung eines Brückenkopfs. Betrunken wie sie waren, hielten die Franzosen eine Schar mutiger Frauen aus Fishguard/Abergwaun\* mit ihren hohen schwarzen Hüten und roten Schals irrümlich für eine ganze Armee. Die Flickschusterfrau Jemima Nicholas soll gleich ein Dutzend Franzosen gefangen genommen haben. Die Invasion endete schließlich im Pub »The Royal Oak«, wo die Friedensverträge aufgesetzt wurden. Bis heute ist diese Episode die »letzte Invasion« des Vereinten Königreichs – und ging unter diesem Namen auch in die Geschichtsbücher ein. ➤



**Abwechslungsreich: mal gemütlich über Wiesen, mal ausgesetzt über die Klippen.**

Wales entdecken: Auf eigene Faust oder mit lokalen Veranstaltern wie TYF.



#### 4-Seasons Interview

### »Einer der beeindruckendsten Orte des Planeten«



Wales ist nicht nur ein Mekka für Touren auf eigene Faust. Örtliche Veranstalter wie das Twr-y-Felin Outdoor-Center ([www.tyf.com](http://www.tyf.com)) in St. Davids laden zum Paddeln, Radeln oder Coasteering. Was daran so schön ist, erklärt TYF-Chef Andy Middleton.

#### Andy, warum hat sich TYF ausgerechnet in St. Davids niedergelassen?

Ganz einfach: Ich bin hier geboren, keine 100 Meter von unserem Büro. Schon als Kind gefiel mir das Paddeln, Surfen und Klettern an der wilden Küste – und ich bin immer noch begeistert. Nach dem Studium zog ich einige Jahre mit dem Surfbrett unterm Arm durch Südostasien und Australien – um am Ende festzustellen, dass es mir zuhause am besten gefällt. Die meisten Outdoor-Veranstalter saßen in den Bergen, also gründete ich eine Surf- und Paddelschule an der Küste, aus der sich unser heutiges Konzept entwickelte.

#### Ihr setzt auf nachhaltigen Tourismus. Warum?

Unsere Küste ist einer der beeindruckendsten Orte des Planeten – die Kraft des Ozeans trifft auf eine Landschaft voll unverfälschter

Natur. Das prägt unser Denken. Nach dem Geographie-Studium habe ich Kurse in Ökologie belegt. Viele dieser Ideen fließen in unser Konzept ein. Nachhaltigkeit und Klimawandel sind für uns keine leeren Worte. Ich bin überzeugt, dass auch der Outdoor-Tourismus nachhaltig agieren muss – und kann.

#### Was bietet TYF an?

Alles, was hier an Natursport Sinn macht und Freude bereitet: Paddeln, Surfen, Klettern, Küstenwanderungen, Radtouren, Mountain Bike, Whale Watching und Coasteering ... Unsere Firma sitzt in einer umgebauten Windmühle, wir sind Anlaufstelle und Basislager für Outdoorer aller Art.

#### Was ist denn Coasteering?

Eine Mischung aus Wattwandern und Canyoning. Schon als

Kinder sind wir bei Ebbe an den Uferfelsen herumgekraxelt, haben Höhlen erkundet, in Felsenpools gebadet und einen Riesenspaß gehabt. Später wurde uns klar, dass TYF alles hat, was man für solche Abenteuer braucht: Schwimmwesten, Helme, Neopren, Kletterausrüstung. So entstand die Idee, Coasteering auch den Kunden anzubieten. Das kommt unglaublich gut an – inzwischen haben wir jedes Jahr rund 5.000 Gäste. Die Touren laufen in kleinen Gruppen und mit unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden – jeder hat Spaß!

#### Wie sehen eure Kunden aus?

70 % sind Individualtouristen und Familien, die während ihres Wales-Urlaubs eine Tour buchen. Andere absolvieren Kurse, etwa Seekajakfahren oder eine Ausbildung zum Adventure Guide. Schwerpunkte

dabei sind auch Ökologie und Nachhaltigkeit. So schließt sich der Kreis.

#### Deine Tipps für Wales-Urlauber?

Die beste Zeit für Outdoor-Touren sind Frühjahr und Herbst. Die Natur strahlt, die Strände sind leer – und für Surfer gibt's gute Wellen. Ich bin natürlich voreingenommen, aber Pembrokeshire ist sehr lohnend. Wir haben die wilde Küste, alte Burgen, Hünengräber und eine wunderbare Kathedrale. Und die höchste Pro-Kopf-Dichte an vom »Good Food Guide« empfohlenen Restaurants in ganz Großbritannien.

#### Zum Wetter. Sag' uns die Wahrheit!

Auf unserer Landzunge sind wir dicht am Golfstrom und haben ein Mikroklima mit weniger Regen, mehr Sonne und mehr Wind als der Landesdurchschnitt. Wenn ich in London bin, frag man immer, wo ich im Urlaub war – wegen meiner gesunden Gesichtsfarbe.



Spezial-Disziplin an der Küste von Wales: das »Coasteering«.



»In Pwllgwaelod gibt es im Pub  
leckere Meeresspezialitäten. Wozu ist  
man schließlich an der Küste?«



**Typisch Wales:  
Wiesen, Wind  
und Schafe.**

Wir quartieren uns im Hamiltons Backpackers ein und gehen abends aus – natürlich in die »Royal Oak«, wo Bilder die Geschichte der Invasion erzählen. Schade, dass das Rathaus schon zu hat, sonst hätten wir uns dort auch noch den 30 Meter langen, von 70 Frauen gestickten Wandteppich ansehen können, dessen Motive ebenfalls von dem kuriosen Ereignis berichten. So aber gedenken wir der betrunkenen Franzosen im Pub. Heiß brennt die Sonne – und das im als regnerisch berüchtigten Wales. Schatten gibt es typischerweise auf einem Küstenpfad wenig, daher zielt uns bald ein leichter Sonnenbrand. Vom Strumble Head ist der Leuchtturm der kleinen Insel Ynysmeicel zu sehen, der Seefahrer vor gefährlichen Felsen warnt. Außerdem ist Ynysmeicel einer fantastischer Platz,

um Delphine und Tümmler zu beobachten. Hinter Trwynllwnog beginnt einer der schönsten Abschnitte des ganzen Coast Path, und da wir keinen anderen Wanderern begegnen, haben wir ihn für uns allein.

Der nächste Ort Abercastle/Abercastell\* besteht aus wenigen Häusern, war aber einst ein wichtiger Handelshafen. Die Reste von Kalköfen erinnern noch an die industrielle Vergangenheit. Karsten studiert die Karte: »Schau mal, hier gibt es ein altes Hünengrab – das schauen wir uns an!« Tatsächlich stoßen wir nur wenige Meter weiter auf das rund 5.000 Jahre alte Großsteingrab Carreg Samson. Heute dient es dem Vieh als Unterstand bei schlechtem Wetter. Hoffentlich wissen die Kühe ihr historisches Schutzdach zu würdigen. Dieses Nebeneinander von Geschichte und Gegenwart ist typisch für Wales. Ebenso die besondere Beziehung der Menschen zu ihrer keltischen Kultur und ihrer alten Sprache. Wales hat das gewisse Etwas. Hier am Hünengrab ist es genau zu spüren.

Karsten hat schon wieder etwas entdeckt: längliche weiße Flecke auf den Klippen. Erst auf den zweiten Blick erkenne ich die Flecken als Robben, die faul in der Sonne liegen. Wir bewältigen noch ein paar steile Abschnitte, dann schlagen wir unser Zelt auf dem Campingplatz in Trefin auf. Im Pub »Ship Inn« esse ich eine Kleinigkeit, während Karsten ordentlich zulangt – schließlich habe er ja die meiste Zeit das Zelt getragen.

Neuer Tag, neues Glück und wieder tolle Aussichten. Obwohl wir nun schon mehrere Tage unterwegs sind, verschlägt mir die raue Schönheit der Küste erneut den Atem. Zum intensiven Schauspiel der Natur tragen auch die dunklen Wolken bei, die dramatisch über den Himmel ziehen. Leider setzen sie sich fest, bald fängt es an zu regnen. Aber das gehört eben dazu. Im Nieselregen wandern wir tapfer weiter und sind froh, als wir schließlich Porthgain erreichen, wo es einen Pub und ein Café mit

warmer Küche gibt. Der kleine Hafen wirkt verlassen, aber das stört uns nicht. Wir wollen warten, bis sich das Wetter beruhigt hat. Und siehe da – die Wolken verziehen sich tatsächlich und machen wieder einer strahlenden Sonne Platz. Mit ihr kehren die Farben zurück: Das Meer schimmert türkis und blau, die Wiesen leuchten in sattem Grün, unzählige Wildblumen legen sich wie bunte Teppiche über das Land. An den dunklen, fast schwarzen Klippen brechen sich die Wellen, gleißend helle Gischt liegt wie ein feiner Nebel über den Felsen. Neben dem Farbenrausch erfordert aber auch der Pfad nach dem Regen Aufmerksamkeit, manche Stellen sind schlüpfrig.

### Geboren in einer Sturmnacht

Ein weiteres Highlight ist die Blaue Lagune kurz vor Aberiddi. Entstanden ist diese tiefblaue Bucht nach der Sprengung eines Steinbruchs. Wir passieren den kleinen Ort, dann geht es in endlosen Windungen weiter bis zur Spitze von St. Davids Head/Penmaen Dewi\*. Stumm wandern wir hintereinander her und genießen die Stille. Dann folgt ein kleiner Zivilisationsschock: Nach Tagen fast völliger Einsamkeit erreichen wir die Whitesands Bay – und registrieren verdutzt die vielen Menschen, die Autos, die Straße. Am Strand tummeln sich Surfer, Paddler und Spaziergänger. Mit unseren Rucksäcken ziehen wir neugierige Blicke auf uns. Mühsam stapfen wir durch den Sand. Karsten muss erstmal seine Wandertiefel ausleeren. Natürlich hat auch dieser Platz seine Geschichten: Der Heilige Patrick soll von hier aus nach Irland gesegelt sein. Der irische Nationalheilige wurde nämlich in Südwales geboren und als Sklave nach Irland verschifft. Von dort flüchtete er nach Frankreich und kehrte später auf die grüne Insel zurück, die der walisischen Küste gegenüberliegt. Ein paar Schritte weiter stoßen wir auch auf Spuren des walisischen Nationalheiligen: Gleich oberhalb der Bucht von St. Non steht eine kleine Kirche, die den Platz markiert, wo der Heilige David/Dewi Sant\* im 6. Jahrhundert während einer Sturmnacht geboren wurde. Die nahe gelegene Quelle soll in diesem Augenblick zu sprudeln begonnen haben. Der Vater war Sant, König von Ceredigion, die Mutter eine Nonne namens Non. Der Geburtstag am 1. März wird in ganz Wales gefeiert, in Dardiff sogar mit einer Parade. Dieser St. Davids Day ist den Walisern so wichtig wie den Iren ihr St. Patrick's Day. In der Bucht von Caerfai biegen wir ab und zelten auf einem der Campingplätze. Unsere Wanderung ist zu Ende. St. Davids/Tyddewi\* mit seiner berühmten Kathedrale heben wir uns für den nächsten Tag auf. Wir sind uns einig: Pembrokeshire ist wirklich das »gwlad hud a ledrith« – das Land des Zaubers und der Verzauberung. ◀



### Online-Sprachkurs Walisisch

Unsere Autorin Britta Schulze-Thulin gibt auch Walisisch-Sprachkurse. Exklusiv und kostenlos für 4-Seasons-Leser: ein Audio-Crashkurs mit den wichtigsten Vokabeln zur Tour, kleiner Grammatik und Regeln für die korrekte Aussprache. Blättern Sie in der Online-Version dieser Ausgabe (unter [www.4-Seasons.de](http://www.4-Seasons.de)) zur Wales-Story und laden Sie sich Text (PDF) und Ton (.mp3) herunter.

## 4-Seasons Info

### Wandern in Wales

**Mit zahllosen Wegen und drei Nationalparks ist Wales ein wahres Wanderparadies. Dramatische Berglandschaften warten in Snowdonia, eher sanfte Hügel in den Brecon Beacons und spektakuläre Küste besonders im Pembrokeshire Nationalpark.**



#### Planung & Infos

Hervorragende Infos und Links bietet die offizielle Internetseite [www.visitwales.de](http://www.visitwales.de) (komplett auf Deutsch). Hier lassen sich auch Regionalbroschüren anfordern oder Unterkünfte buchen.

#### Anreise

PKW: via Fähre oder Euro-Tunnel nach Dover, auf der M4 nach Wales (Köln-Cardiff 820 km). Bahn: Köln-Cardiff ca. 8 h, Umsteigen in Brüssel und London). Flug: direkt von Deutschland nach Bristol, Birmingham und Liverpool, Cardiff mit Umsteigen.

#### Reisezeit

Ganzjährig. Küstenwandern am besten im Frühjahr (und Herbst), Bergtouren im Sommer. Milde Winter (5–15 Grad).

#### Wanderrouten

Was das Wanderherz begehrt: drei große Fernwanderwege sowie unzählige regionale Trails. Infos: [www.walking.visitwales.com](http://www.walking.visitwales.com) und auf der folgenden Doppelseite.

#### Verpflegung

Supermärkte & Läden nur in größeren Orten. Das Wasser der Bäche in Snowdonia ist trinkbar.

#### Übernachtung

Freie Auswahl: Hotels, Guesthouses, B&Bs, Jugendherbergen, Bunkhouses und Campingplätze (Info: [www.walking.visitwales.com](http://www.walking.visitwales.com)). JHs am Pembrokeshire-Küstenpfad in Poppit Sands, Newport, Pwll Deri,

St. Davids, Broad Haven, Marloes Sands und Manorbier. Wildzelten ist im Nationalpark verboten.

#### Ausrüstung

Schuhe, Wanderbekleidung, Zelt etc. werden mitunter stark gefordert. Nicht vergessen: Sonnenschutz und Mückenmittel.

#### Geld

Das Preisniveau liegt etwas höher als in Deutschland. Ein Britisches Pfund entspricht ca. 1,34 Euro.

#### Sprache

Wales ist zweisprachig. Englisch reicht zwar, aber Grundkenntnisse in Walisisch schaden nicht (siehe Online-Sprachkurs links). Tipp: Kauderwelsch-Führer Walisisch (Verlag Reise Know-How).

#### Literatur und Karten

Beste deutschsprachiger Reiseleiter mit vielen Wander- und Outdoor-Tipps ist »Wales« (Verlag Reise Know-How) von unserer Autorin. Sehr brauchbar: »Rough Guide Wales« (English). Kartentipp: Ordnance Survey (1:50.000), für den Küstenpfad die Blätter 145, 157 und 158.

#### 4-Seasons-Tipp

Auf Seite 19 können 4-Seasons-Leser mit Visit Wales drei Reisen nach Wales gewinnen.

