



# ULRIKA WEG



*Pilgern auf  
den Spuren  
der seligen Schwester  
Ulrika Nisch*

„Kein Maß  
kennt  
die Liebe“

Selige Schwester Ulrika





## „Kommen Sie mit?“

Seit Mai 2021 ist mit dem Ulrikaweg ein Pilgerweg eröffnet, der vom oberschwäbischen Unterstadion an den Bodensee zum Kloster Hegne führt. Der 124 km lange und in sechs Etappen unterteilte Weg beginnt an der Ulrikakirche in Unterstadion und geht über Mittelbiberach (Geburtsort von Schwester Ulrika), Steinhausen, Kloster Sießen, Illmensee und Salem nach Überlingen und von hier aus mit dem Schiff über den See weiter zum Ziel Kloster Hegne. Eine 129 km lange Variante für Radpilger wurde 2023 eröffnet.

Initiiert und errichtet wurde der neue Pilgerweg als Gemeinschaftsprojekt der Theodosius Akademie der Stiftung Kloster Hegne, des Klosters und des Freundeskreis Schwester Ulrika e. V., Unterstadion. Er steht unter dem Gedanken EINFACH MEHR. Das einfache und doch so besondere Leben von Schwester Ulrika bezeugt dieses MEHR, das sie selbst in die Worte fasste: „Kein Maß kennt die Liebe“.

Der Ulrikaweg lädt ein, mit der eigenen Sehnsucht nach „mehr“ und „anders“ aufzubrechen. Pilgern ist seit jeher eine Möglichkeit, ganz neu und anders mit sich selbst, mit eigenen Fragen und Hoffnungen, mit der Schöpfung, mit den Weggefährten und letztlich mit Gott in Berührung zu kommen. Impulse auf Stelen an den sechs Wegstationen bieten Hilfen, sich „schrittweise“ Schwester Ulrika und ihren Erfahrungen anzunähern, die kennzeichnend für sie sind und gleichsam

als ihre „Botschaft“ für unsere Zeit gelten können: Einfachheit, Klarheit, Stille, liebende Beziehung zu Gott und den Menschen, Liebe zur Schöpfung. In diesem Sinn kann Schwester Ulrika selbst für andere Menschen zum Wegzeichen werden.

Über den spirituellen Gewinn hinaus schafft der Ulrikaweg, der durch vielgestaltige wunderbare Landschaften führt, Verbindung zwischen der Diözese Rottenburg-Stuttgart und der Erzdiözese Freiburg, zwischen politischen Gemeinden, Pfarreien, Schlössern und Klöstern vom Oberschwäbischen bis zum Bodensee. So spannt er den Bogen vom Geburtsort der Seligen zum Verehrungs- und Wallfahrtsort Kloster Hegne.

Alle Infos rund um die einzelnen Etappen, inkl. GPX-Daten und Kartenmaterial sowie Einkehr- und Übernachtungsmöglichkeiten und weitere Informationen zur seligen Schwester Ulrika finden Sie auf [ulrikaweg.de](http://ulrikaweg.de)

Videos rund um die selige Schwester Ulrika, die Entstehung, die Idee und die Hintergründe zum Ulrikaweg gibt es auf YouTube/Theodosius Akademie. Ein Besuch auf Facebook (Theodosius Akademie), Instagram (Theodosius Akademie, [#ulrikaweg](https://www.instagram.com/ulrikaweg/)), [theodosius-akademie.de](http://theodosius-akademie.de) und das Abonnieren unseres Theodosius Kompakt-Newsletter können sich lohnen.

Gerne begrüßen wir Sie bei uns im Kloster Hegne, in der Theodosius Akademie im Haus Ulrika sowie im Hotel St. Elisabeth für eine kurze oder längere Einkehr am schönen Bodensee.

# Schwester Ulrika Nisch (1882–1913)

## Ein Name und ein Weg

Der Pilgerweg ihres Lebens ist kurz und seine Etappen sind schnell aufgezählt: Schwester Ulrika, mit Taufnamen Franziska, wird 1882 in Mittelbiberach geboren und wächst hier, weil unehelich geboren, bei ihrer Großmutter und einer Tante auf. Den größten Teil der Schulzeit verbringt sie mit ihrer wachsenden Geschwisterschar bei den inzwischen verheirateten Eltern in Unterstadion, die letzten beiden Schuljahre wieder in Mittelbiberach. Um zum Unterhalt der Familie beizusteuern, folgen Jahre als Dienst- und Kindermädchen, zunächst bei Verwandten, später in einer Lehrerfamilie in Rorschach in der Schweiz. An einer schweren Gesichtsröse erkrankt, lernt sie hier während eines Krankenhausaufenthaltes die Barmherzigen Schwestern vom heiligen Kreuz kennen. 1904 tritt sie ins Kloster der Kreuzschwestern in Hegne am Bodensee ein. In den neun Klosterjahren bis zu ihrem frühen Tod am 08. Mai 1913 sind ihr Wirkungs-ort die Küchen in Bühl/Baden und in Baden-Baden. Niemand ahnte, dass 74 Jahre später Tausende Menschen nach Rom pilgern werden, um am 1. November 1987 ihre Seligsprechung durch Papst Johannes Paul II. mitzuerleben.

„ *Kein Maß kennt die Liebe,  
und wir wollen in der Liebe  
und nur für die Liebe  
alles leiden und tun.* “

Unter den zahlreichen Zitaten, die von Schwester Ulrika überliefert sind, drückt dieser schlichte Satz im Brief an eine Mitschwester wohl am tiefsten aus, was die Kraftquelle ihres Lebens, Liebens und Leidens war: die Erfahrung der grenzenlosen Liebe Gottes, die sie in ihrem Arbeiten und Beten und mit ihrem ganzen Sein an alle, denen sie begegnete, weiterschenken wollte: „Ich will eine Liebe gegen alle haben, die allen alles ist und alle erbaut.“



Selige Schwester Ulrika Nisch –  
Gemälde von Max Friedrich



## Mehr als ein Wegweiser

Ein schlichtes Logo als Wegzeichen begleitet die Pilger, die die Strecke zu Fuß gehen, auf dem Weg. In gelber Farbe auf blauem Grund leuchtet es von weitem und ist auch auf den kleineren Aufklebern gut sichtbar. Auf der Strecke Heiligenberg bis Überlingen ist das Logo auf den schon vorhandenen gelben Wegschildern angebracht, welche die Wanderwege der Region kennzeichnen. Die Grafiker, die das Logo entwarfen, „spielten“, wie sie sagten, mit den Anfangsbuchstaben des Namens Ulrika Nisch: U und N einander gegenübergestellt ergeben ein Kreuz, eine Kreuzung, die Raute symbolisiert die Mitte, die Liebe, aus der Schwester Ulrika gelebt hat.

Am Ziel jeder Etappe, meist in Kirchnähe, befindet sich jeweils eine Stele mit Infotafel, darauf ein spiritueller Impuls zu einem Zitat von Schwester Ulrika, der QR Code und Streckenangaben. Die Stelen bestehen aus Rorschacher Sandstein - bewusst gewählt, weil Schwester Ulrika im Spital der Ingenbohrer Kreuzschwestern in Rorschach ihre Berufung erkannt hat. Die unterschiedliche Bearbeitung der Stelen (glatt, behauen, gespitzt, gestockt...) steht symbolisch für prägende Erfahrungen auf dem Lebensweg.

Radpilger\*innen können sich an der Radkarte bzw. den GPS-Daten orientieren, die auf [ulrikaweg.de](http://ulrikaweg.de) zu finden sind.



Code scannen  
und GPS-Daten  
erhalten

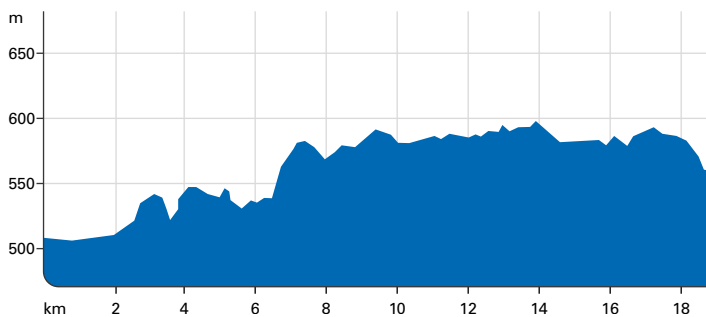
Schwierigkeitsgrad  
**Mittel**

Länge  
**18,9 km**

Dauer  
**5 h**

Aufstieg  
**135 m**

Abstieg  
**84 m**



10 — Ulrikaweg



## „Aufbrechen“

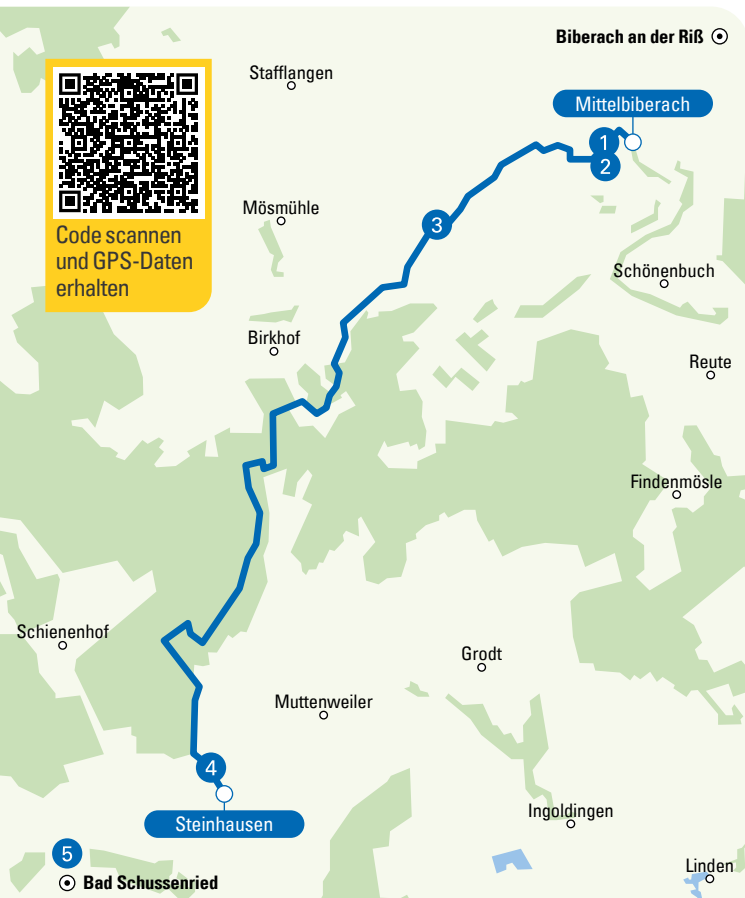
Die 1. Etappe führt von Unterstadion, dem Ort, in dem Schwester Ulrika (Franziska Nisch) ihre Schulzeit verbrachte, zu ihrem Geburtsort Mittelbiberach. Ausgangspunkt ist die Ulrikakirche Unterstadion. In der Kapelle Maria Schnee unterhalb der Kirche hat Schwester Ulrika als Kind gebetet. Das Haus der Familie Nisch steht nicht mehr. An dessen Stelle wurde ein kleiner Dorfplatz mit Quellstein und Kreuz errichtet. Der Ulrikaweg führt dort vorbei nach Oberstadion. Außerhalb, vorbei am Anwesen Riedenhof, bietet sich am Waldrand ein herrlicher Blick zurück in Richtung Unterstadion. Weiter geht es durch Felder, ruhige Waldabschnitte und kleinere Orte in Richtung Rusenberg und Burrenwald, wo das Gasthaus Burren zur Rast (und bei Bedarf zur Übernachtung) einlädt. Von hier führt der Weg unter der Bundesstraße hindurch Richtung Mittelbiberach. Kurz vor dem Ort kommen wir an einem Bildstöckchen vorbei, einem Lieblingsort von Schwester Ulrika. Etappenziel ist die Dorfkirche St. Cornelius und Cyprian mit dem Taufstein und einer Reliquie der seligen Ulrika.

## # einfach sehenswert

- 1 Einzige Ulrikakirche Deutschlands, Unterstadion
- 2 Kapelle Maria Schnee, Unterstadion
- 3 Dorfbrunnen mit Infotafel zu Schwester Ulrika
- 4 Dorfkirche Oberstadion aus dem 15. Jahrhundert
- 5 Krippenmuseum, Oberstadion
- 6 Bildstöckle – Lieblingsplatz von Schwester Ulrika



Code scannen  
und GPS-Daten  
erhalten



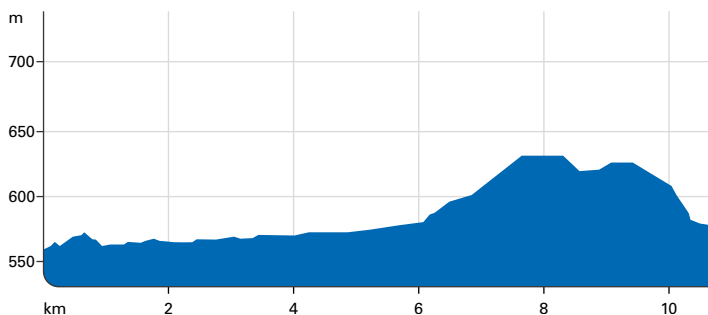
Schwierigkeitsgrad  
**Mittel**

Länge  
**10,7 km**

Dauer  
**2:30 h**

Aufstieg  
**82 m**

Abstieg  
**61 m**

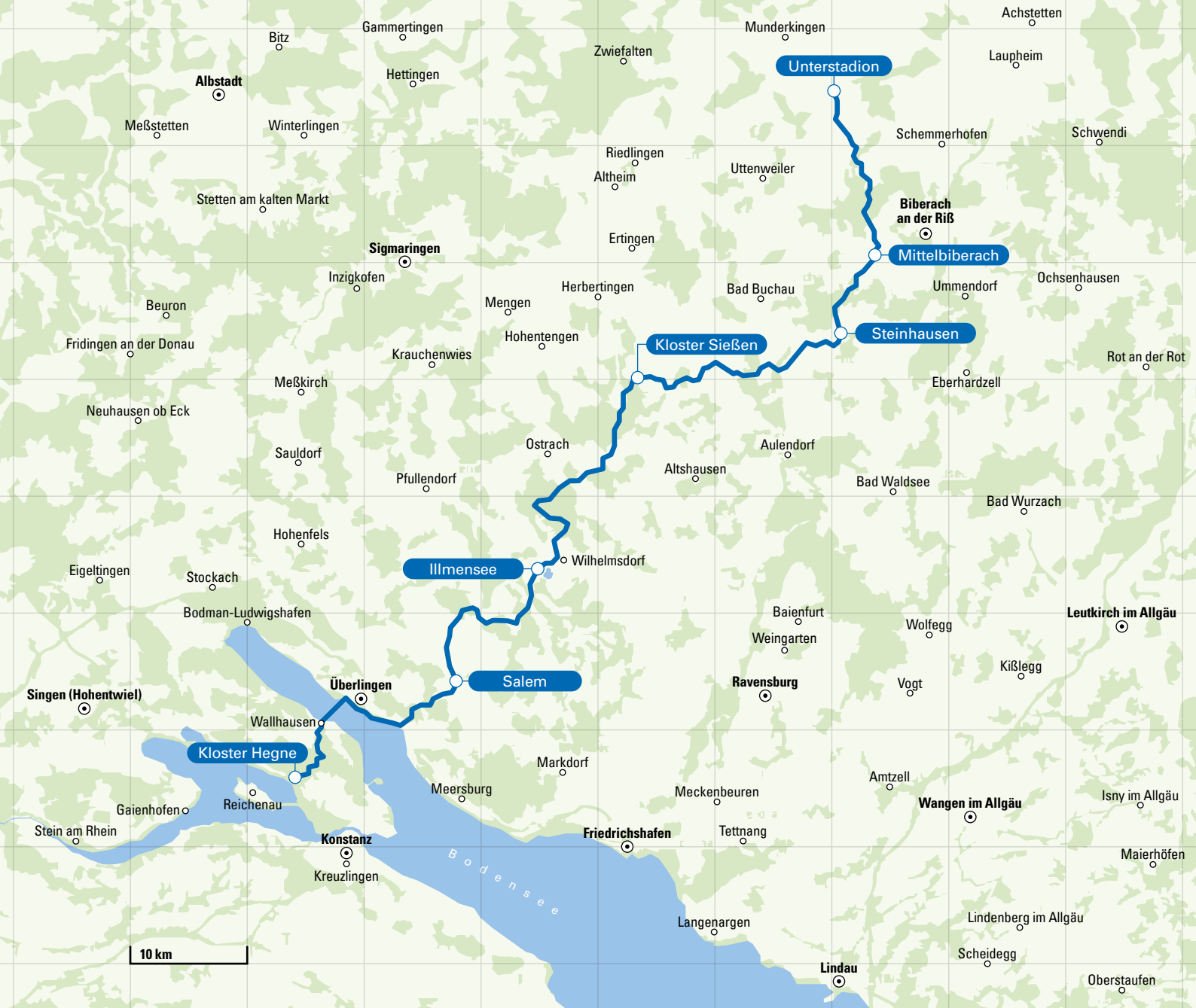


## „Innehalten“

Die 2. Etappe führt vom Geburtsort der seligen Schwester Ulrika Mittelbiberach nach Steinhausen. Sie ist die kürzeste der sechs Wegstrecken und in gut drei Stunden machbar. Der Weg führt vorbei am Geburtshaus von Sr. Ulrika (Franziska Nisch); jetzt eine soziale Einrichtung für junge Frauen in Not. Am Ortsausgang Richtung Stafflangen liegt linker Hand auf einem Hügel, ca. 200 Meter von der Wegstrecke entfernt, die Zweifelsbergkapelle. Hierher hat Schwester Ulrika mit ihrer Tante Gertrud gerne ihren Sonntagsspaziergang gemacht. Weiter führt der Weg an der Dautenmühle vorbei, dann über Feldwege durch ein längeres Stück Wald. Beim Heraustreten eröffnet sich ein herrlicher Blick auf die „schönste Dorfkirche der Welt“. Majestätisch ragt die barocke Wallfahrtskirche St. Peter und Paul über den Ort Steinhausen hinaus. Die Kirche ist ein sehenswertes, oberschwäbisches Schmuckstück und lädt am Ende dieser relativ kurzen Etappe zum Gebet ein. Wer möchte, kann noch Bad Schussenried besuchen (zu Fuß oder mit Bus) und in das rege Leben der Stadt mit einigen Sehenswürdigkeiten (Schloss, Bierkrugmuseum ...) eintauchen.

## # einfach sehenswert

- 1 Pfarrkirche St. Cornelius und Cyprian, Mittelbiberach
- 2 Geburtshaus der seligen Schwester Ulrika Nisch
- 3 Kapelle Zweifelsberg
- 4 Wallfahrtskirche Steinhausen
- 5 Stadt Schussenried mit ihren Sehenswürdigkeiten







Code scannen  
und GPS-Daten  
erhalten



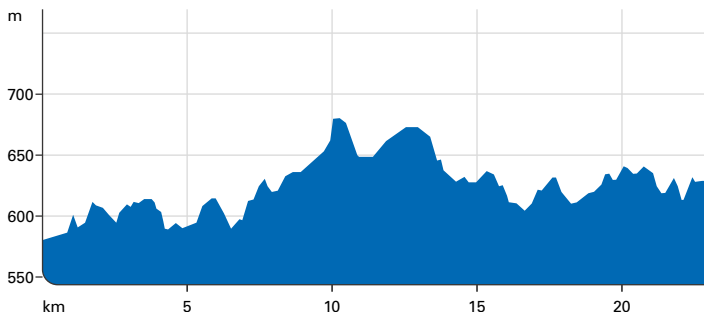
Schwierigkeitsgrad  
**Mittel**

Länge  
**23,1 km**

Dauer  
**6 h**

Aufstieg  
**137 m**

Abstieg  
**105 m**



## „Loslassen“

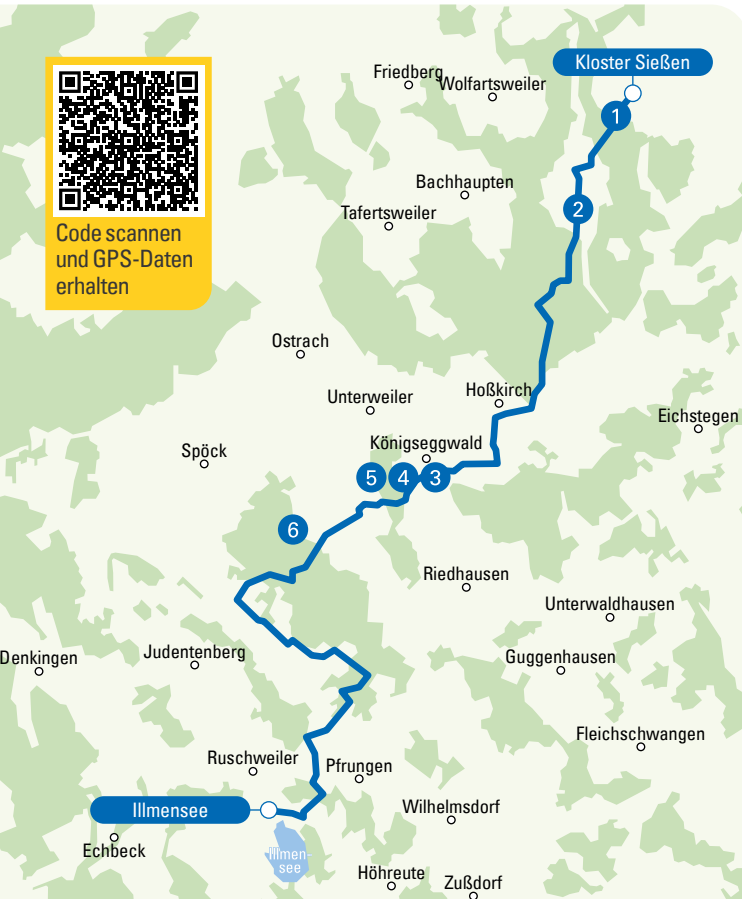
Die 3. Etappe führt von Steinhausen zum Kloster Sießen. Nach Verlassen des Ortes führt die Route über Feld- und Waldwege und verschiedene Rundwege der Stadt Bad Schussenried. Nach Passieren der europäischen Wasserscheide geht der Weg oberhalb des Ortes Kleinwinnaden zu einem Aussichtspunkt mit herrlichem Alpenpanorama. In Sichtweite liegt die Kapelle „Maria auf dem Berge“, sie ist einen Abstecher wert. Einem informativen Geopfad folgend, geht es hinab zum Schussenursprung (Naturdenkmal) und wieder nach oben zu drei „Wasserhüterinnen“-Skulpturen, die „Glaube – Liebe – Hoffnung“ symbolisieren. Alternativ kann man von der Quelle auch ein Stück dem Geopfad entlang der Schussen folgen, der nach etwa 150 m wieder in den offiziellen Weg mündet. Der weitere Weg führt über Renhardsweiler nach Steinbronnen mit der schön angelegten Lourdesgrotte. Die nächste Station ist Lampertswiler mit der Kapelle in der Ortsmitte und dem Dreher Erlebnishof, in dessen Hofladen bei Bedarf Proviant nachgekauft werden kann. Über Haid und Bogenweiler ist bald das Etappenziel Kloster Sießen erreicht.

## # einfach sehenswert

- 1 Aussichtspunkt oberhalb Kleinwinnaden - Kapelle Maria Berg
- 2 Geopfad d. Stadt Schussenried
- 3 Naturdenkmal Schussenursprung
- 4 Lourdesgrotte Steinbronnen
- 5 Dreher Erlebnishof mit „Milchhäusle“
- 6 Kloster Sießen mit Klostercafé und Franziskusgarten



Code scannen  
und GPS-Daten  
erhalten



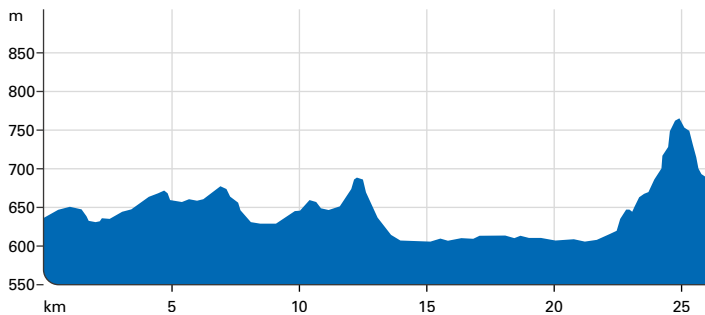
Schwierigkeitsgrad  
**Mittel**

Länge  
**26,2 km**

Dauer  
**7 h**

Aufstieg  
**272 m**

Abstieg  
**215 m**



## „Vertrauen“

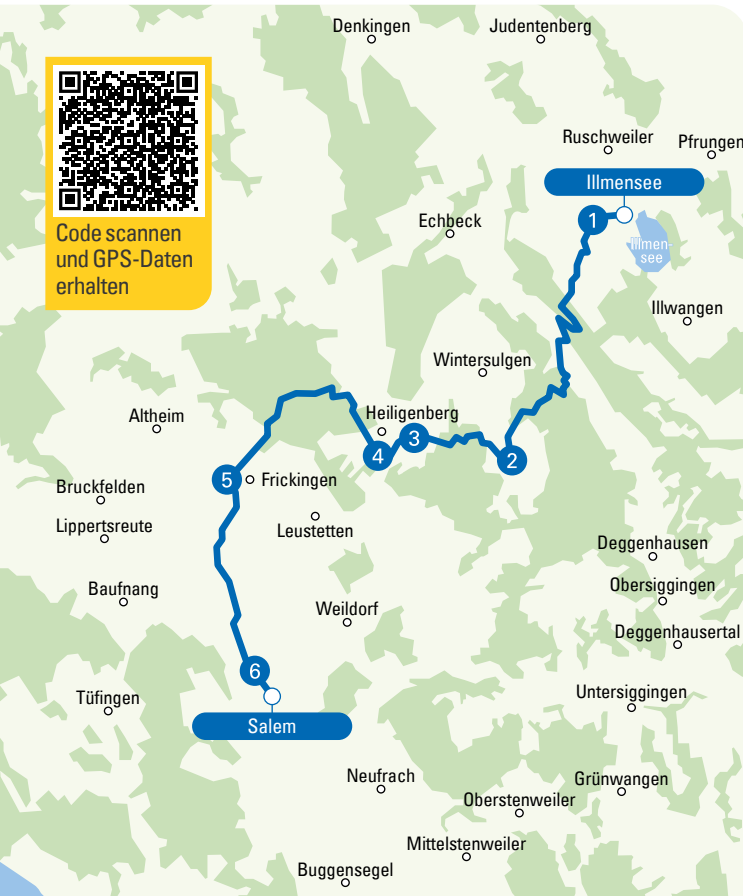
Die 4. Etappe führt vom Kloster Sießen nach Illmensee und ist die längste Strecke. Der Weg führt durch den Wald, vorbei an einer Sitzgruppe mit Kreuz und Gedenkstein zur Erinnerung an einen Flugzeugabsturz im 2. Weltkrieg, nach Bolstern. Über Hoßkirch, wo ein Dorfladen Einkaufsmöglichkeit bietet, erreicht man Königseggwald mit der sehenswerten Kirche und dem Schloss. Bei Bedarf kann die Etappe hier gut mit einer Übernachtung unterbrochen werden. In Königseggwald führt der Weg entlang des Schlossparks als Kreuzweg hinauf zur Marien-Kapelle. Über die Laubbacher Mühle erreicht man den Bannwaldturm im Pfrunger-Burgweiler Ried. Dieses zweitgrößte Mooregebiet Südwestdeutschlands prägt den weiteren Verlauf der Route. Urige Wälder, kleinere und größere Mooreseen, vielfältige Fauna und Flora, sowie abwechslungsreiche Wald- und Feldwege, Stege, Brücken und Aussichtspunkte, lassen diese Landschaft intensiv erleben. Nach Verlassen des Rieds geht es vorbei an einer (verschlossenen) Marienkapelle hinauf zum Buhhof. Auf dem Weg bieten sich nochmals schöne Ausblicke über den zurückgelegten Weg, bevor sich wenig später ein wunderbarer Blick auf Illmensee öffnet, von dem nur noch ein kurzer Abstieg trennt.

## # einfach sehenswert

- 1 Kloster Sießen mit Kirche, Klostercafe, Franziskusgarten, Hummelmuseum
- 2 Sitzgruppe oberh. von Bolstern (Erinnerung Flugzeugabsturz)
- 3 Schloss Königseggwald
- 4 Kirche Königseggwald
- 5 Kreuzweg und Marien-Kapelle
- 6 Pfrunger Burgweiler Ried mit Bannwaldturm



Code scannen  
und GPS-Daten  
erhalten



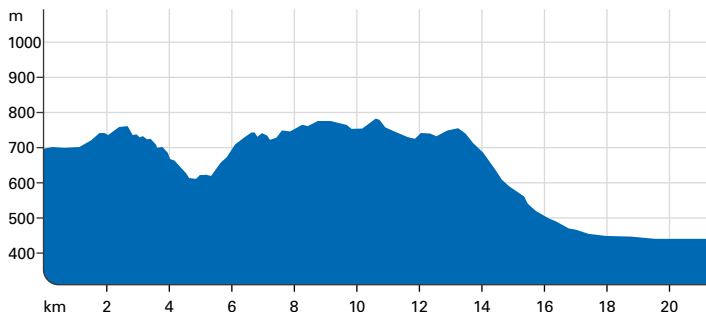
Schwierigkeitsgrad  
Mittel

Länge  
21,4 km

Dauer  
6 h

Aufstieg  
275 m

Abstieg  
541 m



## „Teilen“

Die 5. Etappe führt von Illmensee über Heiligenberg zum Schloss Salem. Der Weg, vorwiegend durch Wiesen und Wälder, führt in Krumbach an einer kleinen Kapelle vorbei bis Betenbrunn. Der kleine Ort beherbergt eine Marienwallfahrtskirche, davor eine große Linde umringt mit Bänken für eine Vesperpause. Der weitere Wanderweg führt durch Wälder und Wiesen zum Rastplatz Amalienhöhe mit herrlichem Ausblick über den Bodensee. In Heiligenberg besteht Möglichkeit zur Einkehr oder Schlossbesichtigung. Die Etappe führt zunächst auf oft schmalen Pfaden weiter auf dem Jubiläumsweg Bodenseekreis, verlässt diesen dann aber, um über den Frickinger Tobel Frickingen zu erreichen. Dieser Wegabschnitt gewährt immer wieder schöne Ausblicke ins weitläufige Tal und auch zurück zum Schloss Heiligenberg. In Frickingen laden sowohl die Weinbergkapelle, die etwas abseits der Wegführung liegt, als auch die Dorfkirche zu einem kurzen Innehalten ein, bevor das letzte Wegstück des Tages nach Salem führt – immer schon das Schloss vor Augen.

## # einfach sehenswert

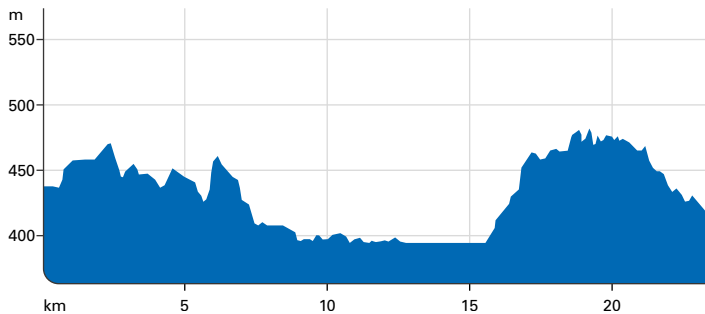
- 1 Kirche Illmensee
- 2 Betenbrunn Wallfahrtskirche mit Landgasthof zur Post
- 3 Aussichtspunkt Amalienhöhe
- 4 Schloss Heiligenberg
- 5 Dorfkirche Frickingen und Weinbergkapelle
- 6 Schloss Salem



Code scannen  
und GPS-Daten  
erhalten



Schwierigkeitsgrad	Länge*	Dauer	Aufstieg	Abstieg
Mittel	23,6 km	6 h	158 m	180 m



## „Ankommen“

Die 6. und letzte Etappe führt vom Schloss Salem zum Kloster Hegne. Hinter dem Schloss verläuft der gut beschilderte Prälatenweg zum Freigehege Affenberg. Danach überquert der Weg die Landstraße und folgt weiter dem Prälatenweg bis zur Wallfahrtskirche Birnau, der schönsten Barockkirche am Bodensee. Der herrliche Ausblick vom Vorplatz der Kirche bleibt jedem Besucher unvergesslich. Hier führt der gut beschilderte Bodensee Rundwanderweg am Ufer entlang nach Überlingen, über die Seepromenade zur Schiffsanlegestelle. Die Schifffahrt (bitte beachten Sie den Sommer- und Winterfahrplan) von Überlingen nach Wallhausen bietet eine schöne Unterbrechung zum Wandern. Ab Wallhausen geht es zu einem Aussichtspunkt oberhalb des Pferdehofs „Ziegelhof“. Hier eröffnet sich eine wunderbare Aussicht auf den Überlinger See und den zurückgelegten Weg. Über den Bodanrück führt die letzte Pilgerstecke zum Kloster Hegne, an den Ort, an dem Schwester Ulrika Nisch ins Kloster der Barmherzigen Schwestern vom heiligen Kreuz eintrat und wo sie auch in der Krypta ihre letzte Ruhestätte fand. Die Krypta ist das Ziel des Ulrikawegs und bietet Raum zum äußerlichen und inneren Ankommen.

## # einfach sehenswert

- 1 Barockkirche Birnau
- 2 Überlinger Seepromenade
- 3 Schiffsüberfahrt von Überlingen nach Wallhausen
- 4 Pferdehof Ziegelhof mit Aussichtspunkt
- 5 Naturschutzgebiet Bodanrück
- 6 Krypta der seligen Sr. Ulrika und Kloster Hegne mit Theodosius Akademie und Hotel St. Elisabeth



# Pilger-Radweg

in 2  
Tagen



Der Ulrika-Radweg erstreckt sich über zwei Etappen und führt Radpilger\*innen auf einer Strecke von 129 km von Unterstadion nach Hegne.

Die erste Etappe beginnt an der Ulrikakirche in Unterstadion und führt über Mittelbiberach und Steinhausen zum Kloster Sießen. Die zweite Etappe führt vom Kloster Sießen über Illmensee nach Salem und Überlingen. Von dort aus setzen die Pilger\*innen mit dem Schiff über den Überlinger See nach Wallhausen über und erreichen schließlich das Ziel ihrer Reise: das Kloster Hegne.

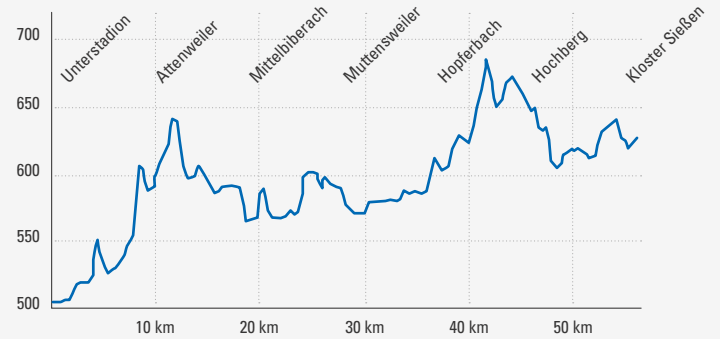
Weitere Informationen, Kartenmaterial und GPS-Dateien für den Pilger-Radweg sind auf [ulrikaweg.de](http://ulrikaweg.de) verfügbar.

Etappe 1

## Unterstadion – Kloster Sießen

57 km  
55 km Asphalt / 2 km Kies

520 hm  
410 hm



Etappe 2

## Kloster Sießen – Kloster Hegne

72 km  
64 km Asphalt / 5 km Kies / 3 km Schifffahrt

650 hm  
850 hm



## Unterstützen Sie den Ulrikaweg mit Ihrer Spende

---

Ihre Unterstützung ist entscheidend, um das Pilgern auf dem Ulrikaweg zu einem unvergesslichen Erlebnis für Sie und alle Pilger\*innen zu machen. Wir haben ständig neue Ideen, die wir umsetzen möchten, müssen Schilder erneuern und Pilgerflyer sowie andere Materialien drucken. Um diese Vorhaben zu realisieren, sind nicht nur Zeit, sondern auch finanzielle Mittel erforderlich.

Wenn Sie den Ulrikaweg fördern möchten, können Sie dies einfach und zielgerichtet über die Spendenplattform Betterplace tun. Ihre Spende trägt dazu bei, die Schönheit und Qualität des Ulrikawegs zu erhalten und zu verbessern.

Herzlichen Dank für Ihre großzügige Unterstützung!



### KONTO

Bezirkssparkasse Reichenau  
DE 10 6905 1410 0007 1187 06  
SOLADES1REN

## Bleiben Sie mit uns in Kontakt

---



### Website

Unsere Homepage präsentiert Ihnen das gesamte Veranstaltungsangebot unserer Theodosius Akademie und informiert Sie regelmäßig über Neuigkeiten.



### Facebook

Auf unserer Facebook-Seite erhalten Sie regelmäßig aktuelle Veranstaltungshinweise und weitere News aus unserer Theodosius Akademie.



### Instagram

Unser Instagram-Kanal ermöglicht Ihnen bildhafte Einblicke in unsere Arbeit und unser Angebot.



### Newsletter

Mehrmals im Jahr informiert Sie unser Newsletter PILGERN KOMPAKT über aktuelle Veranstaltungen und Neuigkeiten.





STIFTUNG KLOSTER HEGNE

*Theodosius Akademie*

Wir sagen Danke für die finanzielle Unterstützung:

Diözese  
**ROTENBURG-  
STUTTGART**

**EW**

Oberschwäbische Elektrizitätswerke

**REISCH** **Q**

**LOWA**  
simply more...



Erzbischof Hermann  
Stiftung



KLOSTER HEGNE



STIFTUNG KLOSTER HEGNE



*Stiftung für eine bessere Welt*

**THEODOSIUS AKADEMIE**

Konradstraße 2a  
78476 Allensbach-Hegne  
07533 807700

info@theodosius-akademie.de  
theodosius-akademie.de  
ulrikaweg.de