



TIPPS FÜR DEINE TOURENPLANUNG

VON NEWQUAY NACH PENZANCE
10 TAGE TREKKING MIT ZELT

Trekkingtour mit Zelt auf dem South West Coast Path

Von Newquay über St Ives und Land's End nach Penzance

Dauer: 10 Wandertage (inkl. 1 Pausentag) + 2 Tage für An- und Abreise

ALLGEMEINE INFOS

Anreise

Flug nach London oder Bristol, weiter mit der [Bahn](#). Alternativ: Flug nach Newquay (i.d.R. mit Umstieg in Manchester, Birmingham oder Stansted). So oder so: Die Anreise nimmt einen ganzen Tag in Anspruch.

Campingplätze

Cornwall hat als Urlaubsregion entsprechend viele Campingplätze – zumindest auf dem hier beschriebenen Abschnitt des Coast Path. Trotzdem muss man manchmal die Etappenlängen der Lage der Campingplätzen anpassen. Die Plätze sind entweder große, luxuriöse Urlaubsplätze oder sehr einfache und rustikale „farm camps“. Übernachtungspreise im Durchschnitt ca. £12.00 / Person. In der Hauptsaison würde ich vorher reservieren. Wildcampen ist offiziell nicht erlaubt, wird aber gemacht.

Versorgung

Abends findet man meistens einen Pub. Die Pubs bieten einfaches Essen und gute Portionen. Bei einigen Etappen muss man sich selbst versorgen, sprich: kochen. Unterwegs gibt es in fast jedem Ort einen kleinen Lebensmittelladen, oft auch ein Café. Bei manchen Etappen ist die Versorgungslage eher mau → Hinweise findest Du unten in den Etappenbeschreibungen.

Newquay und St Ives sind größere Orte, in denen es Outdoorläden, Apotheken usw. gibt.

Busverbindungen

Im Falle von Verletzungen, Schlechtwetter usw. ist es gut zu wissen, dass man bei vielen Etappen auf den Bus zurückgreifen kann. Der Anbieter „First in Kernow“ hat auf seiner Website einen [Plan mit dem Streckennetz](#) und natürlich die Fahrzeiten.

Karten und Literatur

In Großbritannien wandert man nach den orangen Karten von Ordnance Survey - kurz OS - 1:25.000. Als Printversion oder App erhältlich. Alle weiteren Infos (Etappenlängen, Höhenprofile, Wegbeschreibungen) findest Du auf der [Website des SWCP](#).

DIE ETAPPEN

Tag 1 Anreise nach Newquay

Newquay zählt wegen seiner schönen Strände zu den beliebtesten Urlaubsorten in Cornwall und ist besonders bei Surfern sehr beliebt. Der Ort selbst wirkt etwas heruntergekommen und ist zu einem beliebten Ziel für Junggesellenabschiede geworden. In der Einkaufsstraße findet man alles, was man für die Trekkingtour braucht: Camping- und Outdoorläden, die auch Gaskartuschen haben (Mountain Warehouse und Millets), Bankautomaten, Supermärkte.

Camping: [Trenance Holiday Park](#), ca. 20 Gehminuten vom Bahnhof und Stadtzentrum entfernt. Späte Ankunft ist kein Problem, dann meldet man sich einfach beim Platzwart.

Tag 2 Newquay – Holywell 11,5 km* - moderat

Man verlässt das Stadtzentrum auf direktem Wege in Richtung River Gannel (den Umweg über die Pentire-Nase kann man sich meiner Meinung nach sparen). Der Gannel muss überquert werden. Je nach Stand der Tide nimmt man die [Fähre](#) (bei Flut) oder die Fußgängerbrücke (bei Ebbe). Achtung: Die Fähre ist nur von Ende Mai – Mitte September in Betrieb! Auf der anderen Seite stößt man dann auf den Coast Path, der durch die Dünen von Crantock Beach und eine weite Wiesenlandschaft bis nach Holywell führt. Kurze und leichte Etappe, gut zum Einlaufen.

Camping: [Trevornick](#). Riesiger Urlaubsort mit allem Pipapo. Im Landesinnern, ca. 20 Gehminuten vom Coast Path entfernt.

Einkehr / Pub abends: [Treguth Inn](#) in Holywell. Der Inbegriff eines englischen Pubs. Ein uraltes Haus, in dem es angeblich spukt.

* Die Kilometerangaben und Höhenmeter sind Circa-Werte, die ich bei dieser Tour nicht mit GPS gemessen, sondern nur ausgerechnet habe.

Tag 3 **Holywell – St Agnes** 15 km - moderat

Über eine Länge von ca. 3 km erstreckt sich der Strand Perranporth Beach, begleitet von der größten Dünenlandschaft Cornwalls. Hinter dem Badeort Perranporth ändert sich das Bild dann dramatisch: Der Coast Path führt durch eine raue Felslandschaft und ehemalige Bergbaugegend.



Perranporth Beach

Camping: [Trevellas Manor Farm](#). Große Wiese mit toller Aussicht und brandneuen Duschen. Ca. 15 Gehminuten vom Coast Path entfernt.

Einkehr / Pub abends: <https://the-taphouse.co.uk/> in St Agnes. Wirklich cooler Laden mit gutem Essen und gelegentlicher Live-Musik. Ca. 30 Min. Fußweg vom Campingplatz.

Verpflegung unterwegs: Supermarkt, Cafés und Fish & Chips-Läden in Perranporth.

Tag 4 **St Agnes – Tehidy** 21 km - anspruchsvoll

Der Weg verläuft meistens oben auf den Klippen mit sagenhafter Aussicht auf die Küstenlinie. An einigen Stellen sorgen Buchten und Taleinschnitte für knackige Auf- und Abstiege. Diese Strecke gehört mit 21 km und rund 800 Höhenmetern zu den anspruchsvolleren Etappen.

Camping: [Magor Farm](#), Tehidy. Sehr einfacher Platz, aber die einzige Möglichkeit auf diesem Abschnitt. Im Landesinnern, südwestlich vom Tehidy Country Park, ca. 30 Gehminuten vom Coast Path entfernt.

Einkehr / Pub abends: **Absolut NIX!** → unbedingt vorher in Perranporth einkaufen!

Verpflegung unterwegs:

- Kiosk [Chapel Porth](#) (Hedgehog Ice Cream probieren!)
- Village Store und Café in Porthtowan

- Lebensmittelladen, Pasty-Bäcker und Cafés in Portreath



So ein Eis darf man sich heute leisten, denn ...



... hinter Porthtowan geht's zur Sache!

Tag 5 Tehidy – Hayle 13 km - einfach

Nach der langen Etappe am Vortag ist Erholung angesagt: Der Coast Path verläuft fast auf der ganzen Strecke oberhalb der Klippen, so dass einem anstrengende Auf- und Abstiege erspart bleiben. Kurz vor Godrevy Point Robbenbucht! Hinter Godrevy Point dann der lange, weite Strand Gwithian Beach.

Camping: [Beachside Holiday Park](#). Schöner Platz in den Dünen von Halye.

Einkehr / Pub abends: Strandspaziergang zum [Bluff Inn](#) (ca. 45 Min.) oder Pizza bestellen.

Verpflegung unterwegs: Strandcafés in Gwithian

Tag 6 **Hayle - St Ives** 13 km - moderat

Anfangs noch durch Dünen, in Hayle dann durch städtisches Gebiet und teilweise entlang einer stark befahrenen Straße bis Lelant. Weiter durch ruhige Wohnviertel, ab St Uny's Church dann wieder auf einem schönen Pfad. Spektakuläre Blicke auf die Bucht von St Ives mit ihren goldenen Stränden.

Camping: [Ayr Holiday Park](#), St Ives. Sehr gut ausgestatteter Platz in mega Lage oberhalb von St Ives.

Einkehr / Pub abends: Alles, was das Herz begehrt in St Ives. Empfehlenswert:

- [Pengenna Pasties](#)
- Eisladen [Moomaid of Zennor](#)
- Fischrestaurant [The Mermaid](#)
- Pub The Golden Lion

Verpflegung unterwegs: ASDA Supermarkt in Hayle, direkt am Weg. Bei der Kirche St Uny's kann man dann gut picknicken.



Pause an der St Uny's Church

Tag 7 **Pausentag in St Ives**

In St Ives bietet sich ein Pausentag an. 1. ist der Campingplatz total super und 2. hat der Ort v.a. für Kunst-Interessierte was zu bieten:

- [Tate Gallery St Ives](#)
- [Barbara Hepworth Museum](#)
- [Leach Pottery](#)

Ansonsten ist es in St Ives sehr touristisch und voll. Wenn Du keine Lust auf Kunst und Rummel hast, aber trotzdem einen Tag in St Ives bleiben willst, bietet sich folgende Lösung an: **Hinter St Ives wird der Coast Path sehr anspruchsvoll.**

Hier kommt die schwierigste und anstrengendste Etappe der ganzen Tour.

Wenn Du die in einem Rutsch gehst, erwarten Dich 22 km im ständigen Auf und Ab, teilweise sehr steil und steinig! Denkbar ist daher, diese Etappe zu splitten und eine gemütliche Tageswanderung mit kleinem Gepäck von St Ives bis Gurnard's Head zu machen (knapp 12 km, Bus von Gurnard's Head zurück nach St Ives). Am nächsten Tag dann mit dem Bus bis Gurnard's Head und dort wieder mit vollem Gepäck in die Tour einsteigen.

Tag 8 **St Ives – Pendeen** 22 km, +/- 1.000Hm – **sehr anstrengend**

Die Königsetappe! Diese Etappe ist aufgrund ihrer Länge und der vielen Auf- und Abstiege eine der anspruchsvollsten des Coast Paths. Der Weg ist steinig und nach Regen stellenweise sehr matschig. Man kommt nur langsam voran. Aber die traumhafte Landschaft entschädigt für die Strapazen! Die Küste ist einsam und wild, kaum ein Haus, nur das Tosen der Wellen. Mit etwas Glück sieht man Robben und Delphine.



Alles andere, als ein gemütlicher Pfad: Zwischen St Ives und Pendeen sind Trittsicherheit und Kondition gefragt,

Camping, Einkehr / Pub abends: [The North Inn](#). Alte Bergbaukneipe. Der Laden ist DER Treffpunkt im Ort. Besitzer John hat es in die Poldark-Serie geschafft. Hinter dem Pub kann man auch campen. Sehr rustikal. Anmeldung, Klo und Dusche im Pub.

Verpflegung unterwegs: Pub [The Tinnars Arms](#). Sonst nix. **Unbedingt genügend Wasser mitnehmen!!!**

Busverbindungen: Falls Du abbrechen musst, kannst Du in Zennor oder bei Gurnard's Head in den Bus steigen. Der fährt aber nicht oft, besonders in der Nebensaison. Also: Vorher mal den [Fahrplan](#) checken.

Tag 9 **Pendeen – Land's End** 17 km - moderat

Die ersten Kilometer führen durch eins der ehemals größten Bergbaureviere Cornwalls. Heute ist die Landschaft mit ihren alten, steinernen Maschinenhäusern UNESCO Welterbe. (Hier gibt es auch zwei Museen.) Weiter geht es nach Cape Cornwall und zum wunderschönen Strand von Sennen Cove. Die Etappe endet am westlichsten Punkt auf dem britischen Festland: Land's End.



Land's End

Camping: [Lands End Camping and Glamping](#)

Einkehr / Pub abends: [The First and Last Inn](#), ca. 5 Minuten vom Campingplatz entfernt.

Verpflegung unterwegs: Am Startpunkt, in Pendeen, gibt es einen kleinen Lebensmittelladen. Little Wonder Café bei Cape Cornwall (man kann nur draußen sitzen). Diverse Cafés und Pubs in Sennen Cove.

Tag 10 **Land's End - Treen** 9 km – einfach

Eine wunderschöne und einfache Etappe, die viel Zeit zum Entdecken der sagenhaften Granitküste und einen Besuch im Minack Theatre lässt. Reinstes Genusswandern! (Wenn das Wetter mitspielt.) Am Ende warten eine liebevoll geführter Campingplatz und der urigste Pub auf der ganzen Tour.

Camping: [Treen Farm Camping](#). Wunderschön gelegen und liebevoll gestaltet. Mit Hofladen. Sehr beliebt, daher besser vorher reservieren.

Einkehr / Pub abends: [Logan Rock Inn](#). Bester Pub auf der ganzen Tour. Uraltes Ding mit niedrigen Decken und Kaminfeuer. Oft sehr voll, besser reservieren.

Verpflegung unterwegs: Kleines Café in Porthgwarra. Man kann nur draußen sitzen.

Unbedingt angucken: Das in den Felsen gebaute [Minack Theatre](#) in Porthcurno. Besuche sind außerhalb der Vorstellungen möglich. Der Campingplatz ist nur ca. 45 Minuten entfernt, so dass man auch abends eine Vorstellung besuchen kann.



Granitküste zwischen Land's End und Gwennap Head



Liebevoll gestaltet: der Campingplatz Treen Fram



Traumstrand: Porthcurno Beach. (Existiert nur bei Ebbe.)

Tag 11 **Treen - Mousehole** 12 km – teilweise recht anstrengend

Diese Etappe zeigt uns nochmal die landschaftliche Vielfalt Cornwalls: Anfangs folgen wir einer rauen Felsküste, passieren den kleinen Hafen Lamorna Cove, tauchen in verwunschene Wälder ein und erreichen nach einem einsamen Abschnitt den Fischerort Mousehole. Es geht viel auf und ab. Der Weg ist vor und hinter Lamorna Cove sehr steinig, was die Etappe nochmal recht anstrengend macht. Ab Mousehole kann man dann den Bus nach Penzance nehmen. (Die letzten 4 km zwischen Mousehole und Penzance führen an einer Straße entlang).

Camping: Am [YHA Hostel Penzance](#), ca. 30 Minuten außerhalb vom Stadtzentrum.

Einkehr / Pub abends: Große Auswahl an Pubs in Penzance.

Verpflegung unterwegs: Einkaufsmöglichkeit in Treen: Farm Shop am Campingplatz oder das kleinen Café am Parkplatz. Unterwegs: Café in Lamorna Cove.

Tag 12 **Abreise von Penzance oder Verlängerung**

Penzance hat einen Bahnhof mit Direktverbindungen nach London sowie Bahn- und Busverbindungen nach Bristol und Newquay.

Es lohnt sich, noch einen Tag dran zu hängen, und [St Michael's Mount](#) zu besuchen!

© 2021 Judith Imgrund