

# Islandia

## Trek de Landmannalaugar

### Salidas de Junio a Agosto



Icono de aventura en Islandia, considerado una de las travesías a pie más espectaculares del mundo.

Esta ruta está indicada para viajeros que estén en buena forma física y acostumbrados a caminar en montaña.

Un viaje por etapas, durmiendo en refugios de montaña, con guía de habla hispana. En tan sólo 6 días veremos una increíble variedad de paisajes, atravesando campos de lava, montañas de riolita, aguas termales naturales, glaciares, desiertos de ceniza, fumarolas, volcanes,...



## Trekking en Landmannalaugar

La riolita colorea la piedra de las montañas creando un lugar mágico

## Jökultungur

Uno de los puntos con mayor actividad geotérmica del mundo.

## Hattafell

Atravesaremos el desierto de arena negra para alcanzar el volcan Hattafell.

## Fechas de salida

25 junio, 9,16, 23 y 30 julio, 13,27 agosto 2022

DIA	RUTA	COMIDAS	ALOJAMIENTOS
1	Keflavik	-	Guesthouse/hostel
2	Landmannalaugar y aguas termales	D - A - C	Refugio
3	Geotermia y glaciares	D - A - C	Refugio
4	Desierto de arena negra	D - A - C	Refugio
5	Cañón de Emstrur y Thórsmörk	D - A - C	Refugio
6	Volcán Fimmvörduháls	D - A - C	Refugio
7	Descenso a la cascada Skógafoss	D - A	Refugio
8	Reykjavik	D	Guesthouse/hostel

COMIDAS: Desayuno **D** Almuerzo **A** Cena **C**

## OPCION CÍRCULO DEL ORO

6	Traslado a Reykjavik. Opcional avistamiento de ballenas	D	Guesthouse/hostel
7	Círculo del Oro	D	Guesthouse/hostel
8	Reykjavik. Opcional Blue Lagoon	D	-

COMIDAS: Desayuno **D** Almuerzo **A** Cena **C**

## Precio del viaje

POR PERSONA	
precio por persona en habitación doble	1.795 €
SUPLEMENTOS	
suplemento salidas agosto	100 €

### Notas salidas y precios

**Nota I** : Los precios publicados no incluyen los vuelos hasta/desde Reykjavik

**Nota II** : Debido a la fluctuación de la moneda, el precio del viaje podría verse modificado en función del cambio

**Nota III** : Edad mínima recomendada 16 años

**Grupo mínimo** 6 viajeros

### Servicios incluidos

- Traslados aeropuerto – hotel – aeropuerto en vehículo privado o autobús
- 2 noches de alojamiento en hostales/guesthouses y 5 noches en refugios de montaña
- Pensión completa, desde el almuerzo del día 2 hasta el desayuno del día 8 (excepto las comidas y cenas en Reykjavik),
- Guía de montaña habla hispana durante los días de travesía
- Aprovisionamiento de comida en los refugios
- Todos los trekkings, hasta Thórsmörk o hasta Skógar
- Visita al círculo de oro (según elección)
- Seguro de viaje multiaventura con cancelación. [ver condiciones de la póliza](#) - VIPPLUS2000 EXPERIENCE

### Servicios NO incluidos

- Vuelos hasta/desde Reykjavik
- Almuerzos y cenas no incluidos en el itinerario. Bebidas
- Excursiones opcionales
- Saco de dormir. Posibilidad de alquilarlo en Islandia (imprescindible reserva previa)
- Propinas y extras personales.
- Gastos derivados de la meteorología adversa o del retraso de vuelos o barcos.
- Cualquier otro concepto no mencionado como incluido.

## Itinerario detallado

### Día 1

#### Keflavik

Llegada al aeropuerto internacional de Keflavik y traslado al hotel.  
Alojamiento.

### Día 2

#### Landmannalaugar y aguas termales

Por la mañana nuestro equipo os recogerá para el traslado hasta Landmannalaugar. Llegada a media mañana, comida, baño en las aguas termales y comienzo de la marcha hacia el sur. Llegaremos al pie de la montaña de Hrafninnusker.  
Alojamiento en refugio.

*Etapa: Landmannalaugar - Hrafninnusker*  
*Distancia: 11 km. Tiempo de marcha: 4-6 h.*  
*Desnivel acumulado: +600 m/ -200 m.*



### Día 3

#### Geotermia y glaciares

Continuamos hasta Jökultungur entre sulfataras y piscinas de lodo, que es uno de los tres puntos con mayor actividad geotérmica del mundo.

Veremos los glaciares Mýrdalsjökull y Eyjafjallajökull para terminar junto al lago de Álftavatn y disfrutar de la zona.

Alojamiento en refugio.

*Etapa: Hrafninnusker - Álftavatn*  
*Distancia: 11 km. Tiempo de marcha: 5-7 hrs.*

*Desnivel acumulado: +150 m/ -650 m.*



### Día 4

#### Desierto de arena negra

Hoy seguiremos tomando dirección sur para bordear el volcán de cono verde Stórasúla y atravesaremos el desierto de arena negra Maelifellssandur para alcanzar el volcán Hattafell. Pasaremos por la región de Emstrur y nos asomaremos al cañón Markarfljótsgljúfur, sobre un desfiladero con más de 200 metros.

Durante esta etapa tendremos que vadear a pie varios ríos.

Alojamiento en refugio.

*Etapa: Álftavatn - Emstrur*  
*Distancia: 14 km. Tiempo de marcha: 6-7 hrs.*

*Desnivel acumulado: +220 m/ -280 m.*

## Día 5

### Cañón de Emstrur y Thórsmörk

Continuamos por las tierras de Emstrur atravesando cañones y caminando entre las escarpadas colinas que el glaciar Mýrdalsjökull erosiona. Conforme la vegetación va cambiando aparecen extensos bosques de abedules.

Alojamiento en refugio

*Etapa: Emstrur - Thórsmörk*

*Distancia: 16 km. Tiempo de marcha: 6-8 hrs.*

*Desnivel acumulado: +500 m/ -700 m.*



## Día 6

### Volcan Fimmvörduháls

La etapa más alpina de todas. Tendremos que superar unos 1.000 m de desnivel durante esta etapa. Comenzaremos atravesando el río y avanzando valle arriba hasta un punto en el que tomaremos una senda empinada por la que iremos ascendiendo. Al poco de ascender ya veremos grandes precipicios a nuestro lado y paredes y rocas con formas increíbles.

A medida que vamos ascendiendo podremos observar más lenguas del glaciar Mýrdalsjökull y el valle del que provenimos allá al fondo.

Tras una pendiente pronunciada accederemos a una terraza enorme donde podremos aprovechar y asomarnos a precipicios de más de 500 m de altura y al final del río de lava del volcán Fimmvörduháls.

Alojamiento en refugio

*Etapa: Thórsmörk - Fimmvörduháls*

*Distancia: 13 km. Tiempo de marcha: 6-8 hrs.*

*Desnivel acumulado: +980 m/ -150 m.*



## Día 7

### Descenso a la cascada Skógafoss

Esta etapa es de continua bajada hasta llegar casi al nivel del mar.

Iremos siguiendo el río Skógar disfrutando de sus 33 cascadas, cada una de una forma distinta (unas anchas y caudalosas, otras altas y finas, otras escondidas, otras escalonadas, otras simétricas...) para terminar el descenso en Skógafoss, con sus 25 m de ancho y 60 m de alto.

Traslado de regreso a Reykjavík, donde, tras instalarnos en nuestro alojamiento, tendremos la tarde y la noche libres para disfrutar de la capital. Reykjavík es una de las ciudades más cosmopolitas de Europa y la noche islandesa es famosa por contar con muchos lugares donde tomar algo en un ambiente muy agradable.

Alojamiento en Reykjavík

Excursión opcional: avistamiento de ballenas

*Etapas: Fimmvörðuháls - Skógar*

*Distancia: 14 km. Tiempo de marcha: 5-6 hrs.*

*Desnivel acumulado: +100 m/ -1.000 m.*



## Día 8

Reykjavik - vuelo de regreso a ciudad de origen

Día libre en la capital. Podemos aprovechar para tener un día tranquilo de descanso antes de la segunda parte de nuestra aventura. En ese caso, recomendamos visitar una de las piscinas termales locales donde relajarnos en aguas calientes al aire libre.

También podemos usar el día para realizar alguna de las muchas excursiones opcionales que se ofertan desde la ciudad.

Opcional: Blue lagoon

Alojamiento en Reykjavík



## OPCION CÍRCULO DEL ORO

### Día 6

Traslado a Reykjavik. Opcional avistamiento de ballenas

Mañana en el valle y a la hora acordada tomaremos un autobús que atraviesa los ríos del interior para llevarnos a Reykjavík. Tiempo libre para disfrutar de la capital.

Opcional: Avistamiento de ballenas

Alojamiento en Reykjavík.

### Día 7

Reikjavik: Círculo del oro

Excursión desde Reykjavik de día completo al llamado Círculo del oro, que incluye las visitas a:

- El famoso Geysir que ha dado nombre a todos los géiseres del mundo y que actualmente se encuentra latente; junto a él veremos a su "hermano" Strokkur, que emana con toda su fuerza cada pocos minutos y que podremos disfrutar varias veces durante nuestra visita.
- Gullfoss o la "Cascada de Oro", una de las cascadas más famosas de Islandia gracias a sus dos fabulosos saltos de agua que alcanzan los 32 metros de altura.

---

- Þingvellir, parque nacional y sede del primer Parlamento islandés, donde se puede observar la separación de las placas tectónicas norteamericana y euroasiática.

Traslado de regreso a Reykjavík, donde, tras instalarnos en nuestro alojamiento, tendremos la tarde y la noche libres para disfrutar de la capital. Reykjavík es una de las ciudades más cosmopolitas de Europa y la noche islandesa es famosa por contar con muchos lugares donde tomar algo en un ambiente muy agradable.

Alojamiento en Reykjavík.



## Día 8

### Reykjavik. Opcional Blue Lagoon

---

Tiempo libre hasta el traslado al aeropuerto. Dependiendo del horario de tu vuelo, te recomendamos visitar el puerto, la calle comercial Laugavegur, la famosísima iglesia Hallgrímskirkja, el edificio Harpa, o alguno de los museos de la capital.

Opcional: Blue Lagoon (ida desde Reykjavík y vuelta al aeropuerto).



### Notas Itinerario

El itinerario puede realizarse en un sentido u otro indistintamente. Esto no suele suceder, pero Islandia es uno de los destinos mundiales con mayor incremento de viajeros en los últimos años y en determinadas ocasiones hemos tenido que hacer pequeñas variaciones sobre la marcha por razones externas. Esto no afecta a las visitas que se van a realizar.

## Alojamientos



**En este viaje utilizamos 2 tipos de alojamiento:**

### Reykjavík/Keflavík

Hostal o Guesthouse, en habitaciones mixtas compartidas con el resto de nuestro grupo.

Los baños son comunes, es decir, están fuera de la habitación y los compartiremos con otros viajeros.

Usamos sacos de dormir sobre las camas vestidas solo con sábana bajera (sin almohada).

Opcional: Alojamiento la primera y última/s noche/s en habitación doble con baño privado (sujeto a disponibilidad). Suplemento de 70 € por persona y noche.

Durante el resto del viaje, no es posible disponer de habitaciones dobles ni baños privados, dado que algunos de los lugares en los que nos alojamos ni siquiera tienen estos servicios.

### Durante el trekking

Se duerme en refugios de montaña en habitaciones colectivas compartidas (la única opción de alojamiento posible). Imprescindible saco de dormir.

No se garantiza que haya posibilidad de usar enchufes durante las etapas de trekking, recomendamos que tengas previstas baterías de repuesto.

Los refugios de los días 2 y 6 no disponen de duchas. El resto de refugios tienen duchas de pago que se abonarán individualmente.

Muchos alojamientos, por su tradición, carecen de almohadas y persianas, por lo que se puede llevar un antifaz y una almohada pequeña o hinchable.

### Comidas

Incluye pensión completa durante el viaje, excepto:

1) Durante la estancia en Reykjavík se incluye el desayuno, pero no comidas ni cenas.

2) El primer día de viaje, nuestro traslado desde Reykjavík hacia el inicio de la ruta, se hará muy temprano por la mañana, por lo que posiblemente no se podrá desayunar en el alojamiento. El guía llevará fruta y algún snack para tomar durante el trayecto. Recomendamos llevar algo también por tu cuenta para hacer ese desayuno más completo.

Durante los días de ruta, los viajeros participarán en la elaboración de las comidas y la limpieza de los utensilios de cocina; el guía será el encargado de coordinar al grupo.

Las comidas que se realizarán a mediodía serán tipo picnic, y los productos y alimentos que se van a consumir en cada etapa se repartirán entre las mochilas de los integrantes del grupo.



La dieta del viaje será completa, equilibrada y saludable, y en ella se utilizarán productos locales, en la medida de lo posible. Hay que tener en cuenta que en los refugios contamos con depósitos de comida envasada que trasladamos a principios del verano, con la intención de minimizar la cantidad de comida que debe portear cada viajero. Además, se realizará algún envío de fruta y comida fresca a los refugios, durante el trekking.

Importante En caso de tener una alergia o intolerancia alimentaria el viajero debe comunicarlo en el momento de realizar la reserva para tratar de adaptar la dieta.

## Transporte

### Traslados aeropuerto

Dependiendo de la fecha y hora del vuelo y del número de viajeros del grupo en el mismo vuelo, los traslados se podrán realizar con vehículo privado o en autobús.

Opcional: Traslado privado

Precio hasta 3 personas: 150 € por trayecto.

Precio de 4 a 8 personas: 230 € por trayecto.

Opcional: Traslado + Blue Lagoon en el día de regreso. Por la mañana un autobús te lleva a Blue Lagoon. Tras disfrutar de tu baño relajante en las aguas termales, otro autobús te lleva directamente al aeropuerto. Consulta horarios compatibles con tu vuelo a tu agente.

Trekking: Se incluyen los traslados hasta el comienzo de la ruta y desde la finalización de la misma.

### Excursiones opcionales

- Avistamiento de Ballenas (Reykjavik): 90 € por persona

- Blue lagoon: Desde 95 € (precio variable)

- Sky Lagoon: nos baños termales nuevos muy cerca de la capital, disfruta de la piscina infinita con vistas al océano. Pure Pass incluye: traslado desde Reykjavik, entrada a las aguas termales, toalla, ritual de spa de 7 pasos y vestuario común. Edad mínima 12 años.: 90 € por persona.

## Guías y equipo



**El guía** se encarga de coordinar y dirigir el viaje, también del mantenimiento del material y de cuidar los lugares en que nos alojaremos. Es su responsabilidad que todo funcione correctamente para poder disfrutar al máximo de la ruta.

En caso de pérdida o desperfectos del equipo común imprescindible para la seguridad del grupo, el guía podrá variar el calendario, duración y ruta del viaje hasta haber recuperado o sustituido dicho material.

La labor del guía es la de orientar e informar a los viajeros acerca de los aspectos más interesantes de cada lugar que se visita, así como de organizar la ruta. Dadas las especiales condiciones del viaje, puede variar el itinerario según sus criterios, siempre que haya un motivo justificado para ello y por seguridad del grupo.

El guía tendrá potestad para solicitar la evacuación de un viajero por razones de enfermedad, accidente etc. o por cualquier otra razón que comprometa la seguridad del grupo o del viajero

### **Equipo recomendado**

Durante el circuito se cambia cada día o cada 2 días de alojamiento.

El equipaje es aconsejable que sea una bolsa de viaje o petate, preferiblemente que no sean maletas rígidas. (Equipaje facturado permitido 20kg y equipaje de mano 8kg. Vuelos desde Alicante 5kg).

Cada viajero deberá transportar su propio equipaje desde/hasta el alojamiento. Y durante el trekking de Landmannalaugar (aconsejable una segunda bolsa/mochila para estos días).

En este viaje se vadearán a pie varios ríos, por lo que es muy importante llevar sandalias que sujeten todo el pie, para facilitar el equilibrio durante el vadeo. Se recomienda usar una mochila de unos 45 litros de capacidad, que vendrá a pesar entre 8 y 10 kg una vez cargada.

Además del equipaje que cada uno considere conveniente para un viaje de estas características, habrá que llevar:

- Saco de dormir: se recomienda una temperatura de confort de 5° a 10°C.
- Mochila de trekking con cubre mochilas.
- Guantes, gorro de forro polar o lana y 3/4 pares de calcetines gruesos.
- Camisetas térmicas - thermastat, polartec...-, forro polar o jersey fino (100)-, forro polar grueso (200) o Polartec 200, chaqueta impermeable transpirable (tipo Goretex), abrigo de segunda capa, mallas térmicas, pantalón de trekking, pantalón impermeable transpirable, calcetines de trekking.
- Capa de agua.
- Botas de trekking de caña media que sujete el tobillo y resistente al agua (tipo Goretex) para las caminatas
- Calzado de repuesto tipo deportivas para el interior de los alojamientos (las botas se dejan en el vestíbulo).
- Chanclas cerradas de trekking
- Bañador, toalla, gafas de sol, protector solar y labial, y repelente de insectos, toalla.
- Cantimplora
- Antifaz (para los que les moleste la luz solar durante la noche), tapones para los oídos (para los que tengan un sueño ligero) y almohada hinchable.
- Bastones de trekking (recomendables).
- Neceser con artículos de aseo personal.
- Botiquín básico en el que se debe incluir algún tipo de pomada para torceduras y golpes. Aunque el guía tendrá un botiquín, cada viajero deberá llevar lo que considere necesario dependiendo de sus patologías, casos personales, riesgos, etc., lo cual deberá comunicar al guía de forma privada.

## Dificultad / condiciones de viaje

Está indicado para personas que estén en buena forma física, con hábito de hacer deporte y caminar frecuentemente en entornos de montaña.

El ritmo suele ser moderado y agradable, pero los itinerarios a pie pueden tener tramos de cierta dificultad, como laderas con pendientes pronunciadas, andar por nieve, cruzar ríos a pie, bloques de piedra, pequeñas trepadas en roca, etc.

Cuando las condiciones meteorológicas no están de nuestro lado, algunas veces hay que esforzarse y luchar contra las fuerzas de la naturaleza. Debemos estar preparados para condiciones y entornos adversos, con viento y lluvia, frecuentemente en áreas remotas.

El grupo es un equipo y la colaboración entre todos es fundamental para la buena marcha de esta aventura.

Este viaje es para todas las edades, a partir de 16 años.

Un factor importante a tener en cuenta es el clima. Debido a su situación geográfica, podemos encontrarnos con rápidos cambios climáticos. El clima puede cambiar de forma rápida en un mismo día.

Las caminatas diarias son en general de poca dificultad, elevación y longitud. Asequibles para cualquier persona acostumbrada a caminar asiduamente en el medio natural. Las jornadas de los días 6 y 7 son un poco más demandantes (puedes elegir evitar estas jornadas contratando la "Alternativa Círculo de Oro").

En todos los refugios encontraremos un depósito de comida, por lo que la única comida a cargar diariamente será la del picnic.

Durante las jornadas del trekking deberás cargar con el equipaje que vayas a utilizar durante esos días, puedes dejar un bulto con aquello que no vayas a utilizar durante el trekking a nuestro personal en Reykjavík, y tenerlo preparado cuando os recojamos para el traslado el día 2. Se recomienda llevar una segunda bolsa/mochila para los días del trekking.

*Es imprescindible comunicar antes de la inscripción operaciones o lesiones importantes*

Sobre senderismo y trekking: [TREKKING Y SENDERISMO. Niveles de dificultad](#)

## Documentación

Ciudadanos con pasaporte español: DNI o Pasaporte en vigor.

Es responsabilidad del viajero confirmar esta información con la facilitada por el [Ministerio de Asuntos Exteriores](#) en su página web.

Ciudadanos con pasaporte de otra nacionalidad (no español): Contactar con los respectivos Consulados y/o Embajadas para conocer las formalidades de entrada que exigen los países visitados en el viaje.

Situación social y política del país de destino: Viatges Tuareg se remite a los avisos y recomendaciones facilitados por el [Ministerio de Asuntos Exteriores](#) en su página web.

## Sanidad

No hay ninguna vacuna obligatoria ni recomendación sanitaria especial para viajar a Islandia.

Los ciudadanos de la UE deben presentar la tarjeta sanitaria Europea (TSE) para evitar el cobro íntegro de la atención. Puede consultar: [www.seg-social.es](http://www.seg-social.es) o bien <http://ec.europa.eu/social> o Tel. 900 166 565

Viatges Tuareg puede informar únicamente sobre los requisitos sanitarios obligatorios exigidos por el país de destino, y añadir alguna recomendación en base a experiencias propias. Las recomendaciones sanitarias y profilaxis deben de consultarse con un profesional médico, o dirigirse a los avisos de los organismos sanitarios oficiales

La información oficial sobre precauciones sanitarias y vacunas puede encontrarse en la web del [Ministerio de Sanidad y Consumo](#)

La Generalitat de Catalunya pone a disposición del viajero el teléfono de Sanitat Respon 902 111 444, y la página web [Consells i vacunacions a viatgers internacionals](#) donde encontrar información sobre los centros de vacunación.

## Informaciones de interés

### Clima

Debido a los rápidos cambios climáticos y su situación geográfica, podemos tener días muy soleados y disfrutar de los 20°C y otros días fríos y lluviosos, a pesar de estar en verano.

El clima de la costa islandesa se clasifica como subpolar oceánico, es decir, tiene veranos frescos y breves e inviernos suaves, con temperaturas que no bajan de los -3 °C. La corriente cálida del Atlántico Norte provoca temperaturas medias anuales mayores que las que se presentan en latitudes similares en otras partes del mundo. Las costas de la isla se mantienen sin hielo durante el invierno, a pesar su cercanía al Ártico; éstas se presentan muy rara vez, siendo la última de ellas registrada en la costa norte, en 1969.

Existen variaciones climáticas entre una parte de la isla y otra. En general, la costa sur es más cálida, húmeda y ventosa que la costa norte. Las tierras bajas en el interior y en el norte de la isla, son más áridas. Las nevadas son más frecuentes en el norte que el sur. Las tierras altas del interior de Islandia son la zona más fría de toda la isla.

Temperaturas previsibles: de +5° a +20°C.

Horas de luz: 20 horas en junio, 17 /19 h en julio, entre 14 y 19 en agosto y entre 11 y 14 en septiembre.

Tiempo: Cambios climáticos bruscos, el mismo día puede hacer un sol radiante y al rato llover o tener un fuerte viento.

[Información sobre el clima](#)

### Moneda:

Unidad monetaria: corona islandesa -króna-, con monedas de 100, 50, 10, 5 y 1 corona y billetes de 5.000, 2000, 1000 y 500.

En todas las poblaciones es posible sacar dinero o pagar con la tarjeta VISA o MASTERCARD y cambiar euros.

Horario de los Bancos : lunes-viernes 09.15h-16.00h. Hay cajeros automáticos en ciudades y pueblos en todo el país.

[Información sobre moneda y cambio de divisas](#)

### Telefonía móvil y corriente eléctrica

Hay cinco operadores en Islandia, entre ellos Vodafone. Hay muy buena cobertura en toda la isla, excepto en el interior.

[Información sobre enchufes y corriente eléctrica](#)

### La hora:

Rige la hora del Meridiano de Greenwich (GMT) durante todo el año.

[Información sobre zonas horarias](#)

## CONCURSO DE FOTOGRAFIA Y DE VIDEO

Condiciones de participación en [http://www.tuaregviatges.es/concurso/concursofotografia\\_bases.php](http://www.tuaregviatges.es/concurso/concursofotografia_bases.php)

Este dossier constituye una oferta de viaje genérica que debe de considerarse como provisional por la antelación a la fecha de salida con la que se publica. En el contrato de viaje que se entrega al efectuar el pago final se detallan los servicios contratados definitivamente.

Las condiciones generales que rigen el viaje se encuentran en el Catálogo Publicitario de Viatges Tuareg y en la página web [www.tuareg.com](http://www.tuareg.com)

