

Islandia

Trek de Landmannalaugar

Salidas de Julio a Septiembre



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 4 días veremos una increíble variedad de paisajes, atravesando campos de lava, montañas de riolita, aguas termales naturales, glaciares, desiertos de ceniza, fumarolas, volcanes,... en 70 km.



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.

ID: 9686 | 20/02/2024

Fechas de salida

14,21,28 julio, 4,11,18,25 agosto, 1,8 septiembre 2024

DIA	RUTA	COMIDAS	ALOJAMIENTOS
1	Ciudad de origen - Keflavik/Reykjavik	-	Guesthouse/hostel
2	Landmannalaugar	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 Thórs mörk	D - A - C	Refugio
6	Volcán Fimmvörduháls	D - A	Guesthouse/hostel
7	Descenso a la cascada Skógafoss - Reykjavik	D	Guesthouse/hostel
8	Reykjavik - ciudad de origen	D	

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

Precio del viaje

POR PERSONA	
Por persona en habitación compartida	2.695 €
SUPLEMENTOS	
Suplemento agosto (<i>viajes que la mayoría de días son en agosto</i>)	100 €
Suplemento grupo 6 a 7 personas	220 €
Tasas aéreas aproximadas	240 €

Notas salidas y precios

Nota I : Los precios publicados incluyen los vuelos hasta/desde Reykjavik con plazas limitadas (CONSULTAR)

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

- Vuelos hasta/desde Reykjavik (consultar si hay suplemento)
- Traslados aeropuerto – hotel – aeropuerto en vehiculo privado o autobús (si llega con el vuelo incluido)
- 3 noches de alojamiento en hostales/guesthouses y 4 noches en refugios de montaña
- Pensión completa, desde el almuerzo del día 2 excepto las comidas en Reykjavik
- Guía de montaña habla hispana durante los días de travesía
- Aprovisionamiento de comida en los refugios
- Traslados de equipajes entre refugios
- Visita al circulo de oro
- Seguro de viaje multiaventura

Servicios NO incluidos

- Almuerzos y cenas no incluidos en el itinerario. Bebidas
- Excursiones opcionales
- Ampliación de seguro de anulación
- 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

Ciudad de origen - Keflavik

Llegada al aeropuerto internacional de Keflavik y traslado al hotel.

Alojamiento en Reykjavik o en Keflavik.

Día 2

Landmannalaugar y aguas termales

Por la mañana nuestro equipo os recogerá para el traslado hasta Landmannalaugar donde realizaremos una pequeña ruta para ir preparando las piernas para el verdadero trekking. Después podremos tomarnos un relajante baño en aguas termales.

Alojamiento en refugio.



Día 3

Geotermia y glaciares

Comenzamos nuestro trekking camino del refugio de Álftavatn. Primero llegaremos al pie de la montaña de Hrafninnusker. A continuación seguiremos hasta Jökultungur entre solfataras 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 Álftavatn

Distancia: 22 km. Tiempo de marcha: 8 -10 hrs.

Desnivel acumulado: +900 / -900 m.



Día 4

Desierto de arena negra

Hoy seguiremos tomando dirección sur, camino del refugio de Emstrur. Borearemos 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 Emstrur,

Distancia: 146 km. Tiempo de marcha: 6-7 hrs.

Desnivel acumulado: +250 m/ -300 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 para preparar nuestra llegada al valle de Thórsmörk.

Alojamiento en refugio

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

Desnivel acumulado: +500 m/ -700 m.



Día 6

Paso Fimmvörðuháls, Skógafoss - Reykjavík

La etapa más alpina y dura de todas. Tendremos que superar casi 1.000 m de desnivel positivo y negativo 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, al final del río de lava del volcán Fimmvörðuháls.

Desde ahí comenzaremos una continua bajada hasta llegar casi al nivel del mar, 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 noche libre.

Alojamiento en Reykjavik

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

Desnivel acumulado: +980 m/ -150 m.



Día 7

Descenso a la cascada Skógafoss

Tras el desayuno, partiremos hacia el Círculo de Oro, sin duda el conjunto de visitas más popular de la isla. Aquí conoceremos tres lugares imprescindibles en un viaje a Islandia:

***Geysir**, el famoso surtidor de agua que ha dado nombre a todos los géiseres del mundo, actualmente se encuentra latente. Junto a él veremos a su "hermano" Strokkur que emana con toda su fuerza cada pocos minutos y del

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 fabulosos saltos de agua que alcanzan los 32 metros de altura.

***Parque Nacional Thingvellir (þingvellir)**, sede del primer Parlamento islandés, donde podremos observar la separación de las placas tectónicas norteamericana y euroasiática.

Regreso a Reykjavík, donde tendremos la tarde/noche libre para disfrutar y despedirnos 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.



Día 8

Reykjavik - vuelo de regreso a ciudad de origen

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:

- *Avistamiento de ballenas
- *Blue Lagoon (ida desde Reykjavík y vuelta al aeropuerto).
- *Sky Lagoon



Notas Itinerario

En casos excepcionales, el orden del itinerario y la localización de algún alojamiento podría variar sin previo aviso, ya que Islandia es uno de los destinos mundiales con mayor incremento de viajeros en los últimos años y la alta demanda puede alterar las reservas previstas.

Alojamientos



En este viaje utilizamos 2 tipos de alojamiento:

En 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).

Durante el trekking se duerme en refugios de montaña en habitaciones colectivas compartidas (la única opción de alojamiento posible). Imprescindible saco de dormir (se puede alquilar en destino. Consulta con tu agente durante la reserva del viaje).

No existe la opción de usar enchufes durante las etapas de trekking, recomendamos que tengas previstas baterías de repuesto.

Los refugios tienen duchas de pago que abonará cada uno individualmente (no incluido en el precio del viaje).

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 los días en Reykjavík, que se incluye solo el desayuno.

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, 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.

En caso de tener una alergia o intolerancia alimentaria el viajero debe comunicarlo con anterioridad a Arctic Yeti, en el mismo momento de la contratación del viaje. Arctic Yeti tratará de adaptar la dieta del viaje o se comunicará en caso de que no fuera imposible.

Transporte

Vuelos

El viaje incluye vuelos desde Madrid o Barcelona hasta Keflavik (Reykjavik). En algunos casos es posible también desde otras ciudades. Consulta con tu agente.

Los vuelos pueden ser directos o con escala. Dependerá de la disponibilidad en el momento de realizar la reserva en firme.

Las tasas aéreas (entre 220-250 €) no están incluidas en el precio del paquete de viaje, y su importe se confirmará en el momento de su emisión.

Traslados aeropuerto

Se efectuará el traslado de todos los viajeros que tengan los vuelos que incluye el programa.

*Opcional: Traslado privado:

Precio hasta 3 personas: 170 € por trayecto.

Precio de 4 a 6 personas: 204 € por trayecto.

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

Equipaje de "no trekking"

Puedes dejar un bulto con aquello que no vayas a utilizar durante el trekking a nuestro personal en Reykjavík. Tenlo preparado cuando os recojamos para el traslado el día 2. Este servicio está incluido en tu viaje y no hay que pagar ningún extra.

Traslado de equipaje (opcional)

Ahora puedes disfrutar de este trekking sin agobiarte por el peso que debes llevar encima. Es muy sencillo, nosotros te entregamos un petate de 90 litros, donde debes poner el material a transportar (máximo 18kg). Nosotros nos encargamos de recogerla cada mañana cuando comenzáis a andar y estará allí cuando lleguéis al siguiente refugio. Aún así, debes llevar contigo una mochila pequeña con tu comida del día, ropa impermeable, etc.

Este servicio se realiza entre los refugios de Landmannalaugar y Thorsmork y tiene un coste de 250€

Excursiones opcionales

***Avistamiento de ballenas desde Reykjavík.** Una experiencia imprescindible en Islandia. Este tour es la mejor oportunidad de observar ballenas y delfines en su hábitat natural en el Sur de Islandia.

Precio adulto desde: 90 €.

Precio niño (de 7 a 15 años): 45 €.

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

Precio adulto (Pure Pass) desde: 120 €.

Niños (12 a 14 años): 60 €.

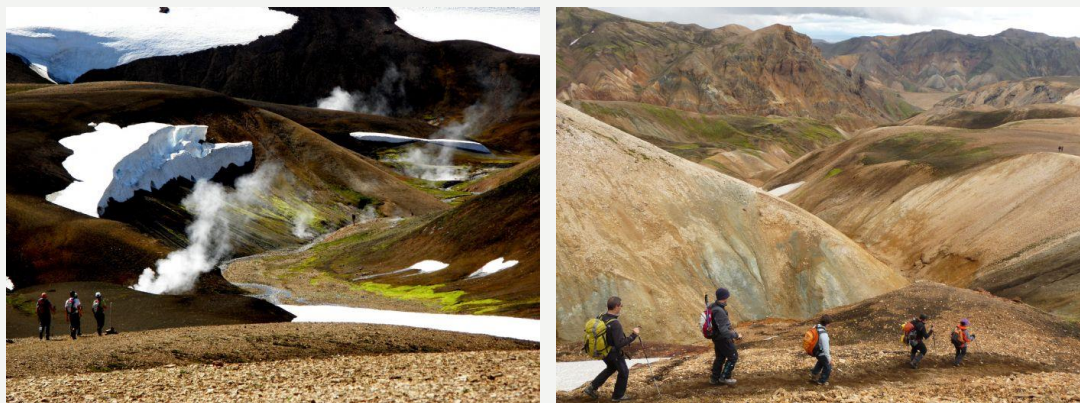
***Blue Lagoon:** sin duda los baños termales más famosos y lujosos de Islandia. Incluye: traslado de Reykjavík a Blue Lagoon, entrada a las aguas termales, alquiler de toalla y traslado de Blue Lagoon a Reykjavík o al aeropuerto.

Precio adulto: desde 145 €.

Niños (2-13 años): Gratis.

*** Los precios de las excursiones son orientativos, los precios definitivos se confirmarán en el momento de realizar la reserva en firme.**

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

No es necesario hacer grandes desembolsos en compra de material

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.

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 una mochila de día de 25-45 litros de capacidad

Saco de dormir*: se recomienda una temperatura de confort de 5° a 10°C

* Alquiler de saco de dormir opcional: 35 €/semana.

Imprescindible realizar la reserva del saco y el viaje conjuntamente.

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

- Mochila de trekking con cubre mochilas.
- Saco de dormir: se recomienda una temperatura de confort de 5º a 10ºC.(posibilidad de alquilar con antelación)
- Guantes, gorro de forro polar o lana y 3/4 pares de calcetines gruesos.
- Camisetas térmicas - thermastat, polartec...-, camiseta de lycra, forro polar o jersey fino, 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.

Equipaje de "no trekking"

Puedes dejar un bulto con aquello que no vayas a utilizar durante el trekking a nuestro personal en Reykjavík. Tenlo preparado cuando os recojamos para el traslado el día 2. Este servicio está incluido en tu viaje y no hay que pagar ningún extra.

Traslado de equipaje

Puedes disfrutar de este trekking sin agobiarte por el peso que debes llevar encima. Es muy sencillo, nosotros te entregamos un petate de 90 litros, donde debes poner el material a transportar (máximo 18 kg). Nosotros nos encargamos de recogerla cada mañana cuando comenzáis a andar y estará allí cuando lleguéis al siguiente refugio. Aun así, debes llevar contigo una mochila pequeña con tu comida del día, ropa impermeable, etc.

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 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

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

