

# Trekking Laugavegur

Von der Landmannalaugar in die Thórs mörk  
Auch Vor- oder Anschluss tour zu Islandsafaris

5.7. - 9.7.2010

12.7. - 16.7.2010

19.7. - 23.7.2010

26.7. - 30.7.2010

9.8. - 13.8.2010

16.8. - 20.8.2010

P-NIWL

Wanderreise mit Gepäcktransport  
und Schlafsackquartieren/VP

Landarrangement ab Reykjavík

€ 990,--

**1. Tag: Reykjavík - Landmannalaugar.** Fahrt in das Gebiet der Landmannalaugar. Die Hügel hier wurden durch vulkanische Tätigkeiten in früherer Zeit gebildet und faszinieren durch ihre intensive Färbung. Wir steigen auf den Aussichtsberg Bláhnjúkur (860 m) und entspannen uns beim Bad in der warmen Quelle.

**2. Tag: Landmannalaugar (600 m) - Hrafninnusker (1100 m) - Álftavatn (530 m); Gehzeit ca. 8 Stunden.** Über einen Obsidianlavastrom geht es zunächst bergauf zu den heißen Quellen von Stórihver, die inmitten der buntgefärbten Lava liegen. Langsam steigen wir zur Passhöhe von Hrafninnusker (Obsidianpass) auf, von wo aus wir den herrlichen Ausblick genießen können. Entlang von Flüssen und über Schneefelder wandern wir über ein Plateau und steigen schließlich zur Hütte Álftavatn am gleichnamigen See ab.

**3. Tag: Álftavatn (530 m) - Emstrur (500 m); Gehzeit: ca. 6 Stunden.** Unsere heutige Etappe ist gekennzeichnet durch weite Kiesebenen, Steinwüsten und Flüsse, von denen wir etliche durchfurten werden. Am Horizont sehen wir schon die großen Gletscher, auf die wir langsam zuwandern. Die Etappe ist zwar relativ lang, aber praktisch ohne Steigung.

**4. Tag: Emstrur (500 m) - Thórs mörk (200 m); Gehzeit: ca. 6 Stunden.** Wir erreichen einen farbenprächtigen Canyon und passieren eine Gletscherzunge des Myrdalsjökull. Der Weg führt entlang des Flusses Markarfljót, dessen Seitenarme wir immer wieder durchfurten müssen. Je näher wir dem grünen Tal der Thórs mörk kommen, desto besser verstehen wir, warum Island das Land der Kontraste genannt wird.

**5. Tag: Thórs mörk - Reykjavík.** Am Vormittag besteigen wir den Aussichtshügel Valahnjúkur und erwandern die bezaubernde Schlucht Stakkholtsgjá, an deren innerstem Ende uns ein schöner Wasserfall überrascht. An der Küste besuchen wir noch den Wasserfall Seljalandsfoss, bevor wir nach Reykjavík fahren.

## Leistungen:

- \* Fahrt Reykjavík - Landmannalaugar sowie Thórs mörk - Reykjavík lt. Programm mit einem Bus bzw. Kleinbus
  - \* Gepäcktransport vom 2. - 4. Tag
  - \* Unterbringung in Schlafsackquartieren von Berghütten (meist Matratzenlager, Zimmer für bis zu 25 Personen)
  - \* Vollpension = Gemeinschaftsküche vom 1. Tag mittags bis 5. Tag mittags
  - \* deutschsprachige Wanderreiseleitung während der Trekking-Tour
- In Zusammenarbeit mit einem isländischen Partner.  
Mindestteilnehmerzahl: 5 Personen, Höchstteilnehmerzahl: 16 Personen

Der Quellenweg (isländisch Laugavegur) ist die bekannteste Trekkingroute Islands, für die **keine speziellen bergsteigerischen Erfahrungen nötig** sind. **Es ist jedoch erforderlich, dass Sie ohne Probleme an die 8 Stunden mit Tagesgepäck wandern können.**

Auf dieser Route müssen eisige Gletscherbäche durchwaten werden. Sehr hilfreich sind dabei Teleskopstöcke, auch Gummischuhe zum Furten sind empfehlenswert. Die Mahlzeiten werden gemeinsam zubereitet - Teamgeist wird von allen Teilnehmern erwartet.



Rhyolith-Berge entlang des Laugavegur