

# Trekking in Islanda

## LAUGAVEGUR TREK

8 - 15 Agosto 2025 (8 giorni/7 notti)

**Il trekking è supportato da trasporto dei bagagli tra i campeggi.**  
**Gli escursionisti portano con sé solo il necessario per la giornata.**

### 8 Agosto - 1° Giorno – Viaggio di andata

Partenza dalle sedi o ritrovo in aeroporto di Fiumicino per il volo diretto *Icelandair* da Fiumicino a Reykjavik (Keflavik). Arrivo e trasferimento privato presso Hotel Hi Dalur per il pernottamento.

### 9 Agosto - 2° Giorno – Tour del “Golden Circle”.

Sveglia, colazione in hotel e alle ore 10.00 partenza per il giro turistico 'Golden Circle' seguendo il programma del tour tra i più famosi al mondo.

Visita al **Parco Nazionale di Thingvellir** (sito UNESCO): si tratta di un luogo molto importante a livello storico perché qui venne fondato uno dei primi parlamenti del mondo, l'Althing. Sempre qui, nel 1944, fu dichiarata l'indipendenza dell'isola ed è l'unico sito dove si può osservare in superficie la dorsale oceanica che divide il continente americano dal continente euroasiatico; Visita all'area geotermale di **Geysir** e alla splendida e imponente **cascata di Gullfoss**. Al termine del tour, rientro in hotel Hotel Hi Dalur per il pernottamento.

### 10 Agosto - 3° Giorno – trasferimento da Reykjavik a Landmannalaugar

Partenza dall'hotel alle ore 06.00 per dirigerci verso le Highlands con arrivo a Landmannalaugar. Durante il viaggio godremo dei panorami che caratterizzano questa splendida zona.

All'arrivo a Landmannalaugar, pranzereemo e allestiremo il nostro “campo tende” prima di allacciare le scarpe da trekking per esplorare i dintorni mozzafiato. Conosciuta per i suoi paesaggi colorati ed aspri e per le caratteristiche geotermiche, Landmannalaugar offre uno scenario spettacolare per la nostra prima escursione, che dovrebbe durare circa tre ore.

Al ritorno dall'escursione si avrà anche il tempo per rilassarci nelle sorgenti calde geotermiche naturali che attraversano la zona del campeggio.

Cena e pernottamento in tenda.

*Il primo giorno di escursione è nell'area di Landmannalaugar: 2 - 3 ore di cammino per riscaldarsi e familiarizzare con la bellezza dell'area di Landmannalaugar.*

*Sistemazione: Tende, accesso a docce e servizi igienici.*

**11 Agosto - 4° Giorno – da Landmannalaugar al lago Álftavatn**  
**Distanza 24 km | tempo percorrenza 7 ore | Dislivello complessivo 900 m.**

Questa tappa inizia attraversando il campo di lava di Laugahraun, che ci porterà alla montagna Brennisteinsalda.

Lungo il percorso, incontreremo fiumi gorgoglianti, sorgenti calde geotermiche, splendide formazioni laviche e montagne dai colori vibranti mentre camminiamo verso Hrafninnusker, che si trova a un'altezza di 1.100 metri sul livello del mare. La vista da questo punto panoramico è mozzafiato e offre una panoramica del paesaggio vulcanico circostante e dei ghiacciai vicini. Quest'area è anche rinomata per l'abbondanza della lucida e nera ossidiana, lo straordinario vetro vulcanico formato dalla lava raffreddatasi rapidamente.

Hrafninnusker si trova a circa metà strada tra Landmannalaugar e Álftavatn, la nostra destinazione per la giornata. Da lì inizieremo la discesa verso il bellissimo lago Álftavatn, dove ci accamperemo per la notte.

Cena e pernottamento in tenda.

*Ogni escursionista porterà con sé uno zaino giornaliero contenente snack, pranzo e abbigliamento extra per il trekking. Tutto il resto dell'equipaggiamento sarà trasportato con un veicolo 4x4 fino al campeggio successivo.*

*Sistemazione: Tende, accesso a docce e servizi igienici.*

**12 Agosto - 5° Giorno – dal lago Álftavatn a Emstur**  
**Distanza 15 km | tempo percorrenza 5.30 ore | Dislivello complessivo 150 m.**

Si parte con una vista sul lago Álftavatn, incastonato nel cuore degli altipiani islandesi e circondato da splendidi paesaggi vulcanici.

Il lago è rinomato per la sua bellezza naturale, con acque cristalline che riflettono le maestose montagne e i campi di lava che lo circondano.

Continueremo la nostra escursione, attraversando una varietà di paesaggi, dirigendoci verso Mæli-fellssandur, dove le sabbie nere contrastano con le colline verdeggianti sullo sfondo, offrendo una vista spettacolare del magnifico ghiacciaio Mýrdalsjökull, che si trova sopra il vulcano Katla. Averemo anche la possibilità di esplorare l'impressionante canyon di Markarfjótsgljúfur prima di trascorrere la notte in tenda a Emstur.

*Sistemazione: Tende, accesso a docce e servizi igienici.*

**13 Agosto - 6° Giorno – da Emstur a Thorsmork**  
**Distanza 17 km | tempo percorrenza 6.30 ore | Dislivello negativo 300 m.**

Questa parte del trekking offre viste mozzafiato di paesaggi vulcanici, valli lussureggianti e montagne scolpite dai ghiacciai. Tra i punti salienti vi è l'aspra bellezza della stessa valle di Thorsmork, con le sue lussureggianti foreste di betulle e gli attraversamenti dei fiumi. Termineremo l'escursione raggiungendo la baita Vulcano hut, dove avremo il lusso di soggiornare in completo e guadagnato relax.

*Sistemazione: Vulcano hut. Alloggio in appartamento per 5 persone con cucina, bagno in comune. Accesso alle docce e sauna incluso.*

**14 Agosto - 7° Giorno: da Thorsmörk a Reykjavík**  
**Distanza 6 km | tempo percorrenza 3 ore | Dislivello 150 m.**

Dopo la colazione faremo una breve escursione nella zona.  
Ci sono molti sentieri con bei punti panoramici da cui si può ammirare la vista dei ghiacciai, tra cui Eyjafjallajökull e Mýrdalsjökull, nonché le valli e le montagne circostanti del Thorsmörk.  
Nel primo pomeriggio ripartiremo poi per il rientro a Reykjavik per sistemarci nell'hotel.

**15 Agosto - 8° giorno volo aereo rientro Italia**

Sveglia e trasferimento in aeroporto in tempo per il volo di ritorno Icelandair diretto da Reykjavik (Keflavik ) per Fiumicino. Atterraggio a Roma Fiumicino alle 15.00.

## **Quota di partecipazione € 2.215,00**

Minimo 9 partecipanti

La quota comprende:

- Voli aerei diretti Icelandair da Roma Fiumicino a Keflavik
- Franchigia bagaglio di 23 kg + bagaglio a mano dimensioni da cabina da 10 kg
- Transfer aeroporto/hotel/aeroporto
- Prime 2 e ultima notte sistemazione in Hotel a Reykjavik in camere multiple
- Colazione in hotel i primi 2 giorni
- Tour del Golden Circle (Gullfoss – Geysir – Thingvellir)
- Biglietto del bus da Reykjavik/Landmannalaugar andata e ritorno
- 1 notte in rifugio durante il trekking
- Trasferimento dei bagagli durante il trekking: i partecipanti portano con se solo uno zainetto col necessario per la giornata, i bagagli vengono trovati direttamente la sera al campeggio
- 2 accompagnatori di Media Montagna in partenza con il gruppo
- Assicurazione medico-bagaglio
- Assicurazione annullamento
- Tasse

La quota non comprende:

- Pasti e bevande
- Campeggi durante il trekking
- Noleggio della biancheria al Vulcano hut
- Tasse aeroportuali, ad oggi Eur 160 €
- Tutto ciò non espressamente menzionato alla voce "La quota comprende"

**ISCRIZIONI ENTRO IL 20 APRILE 2025**  
**CON ACCONTO DI EUR 900,00**