

VIAJE DE  
AVENTURA



# Trekking de Landmannalaugar

8 DÍAS

 c/Rodriguez San Pedro 2,piso 9,oficina 909 · 28015 Madrid · Spain  +34 915 228 681

 [www.trekkingyaventura.com](http://www.trekkingyaventura.com)  [info@trekkingyaventura.com](mailto:info@trekkingyaventura.com)

cic ma 1038

Duración: 8 días  
Grupo: entre 6 y 10 viajeros  
Categoría viaje: Aventura  
Edad mínima recomendada: 16 años

## EL VIAJE

El Trekking de Landmannalaugar (Laugavegur) + Fimmvörðuháls es un icono de aventura en Islandia, considerado una de las travesías a pie más espectaculares del mundo.

Un viaje por etapas, durmiendo en refugios de montaña, con guía en español. En tan solo 5 días veremos una increíble variedad de paisajes, atravesando campos de lava, montañas de riolita, aguas termales naturales, glaciares, desiertos de ceniza, fumarolas, volcanes...

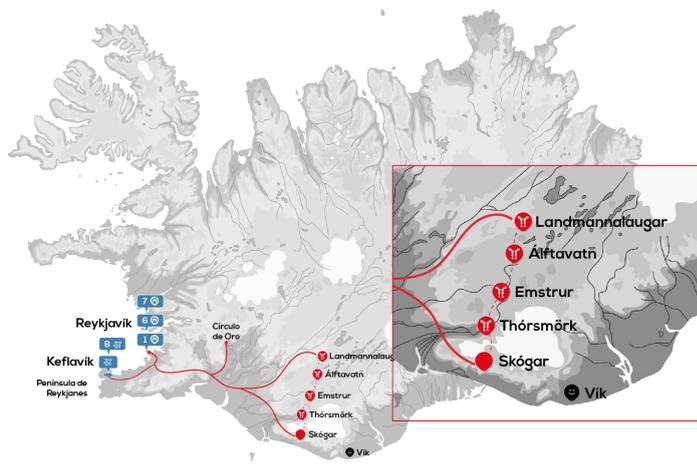
La travesía de Laugavegur original termina en Thórs mörk. Nosotros alargamos un día más para ascender al volcán Fimmvörðuháls y descender a la impresionante cascada de Skógafoss.

### DESTACADOS

- Recorreremos unos 70 kilómetros en 4 días atravesando las preciosas montañas que han hecho de Landmannalaugar una joya para los amantes del trekking
- Traslado de tu equipaje de refugio en refugio incluido
- Organizaremos depósitos de comida en los refugios para tener que portear menos comida durante el viaje, y realizaremos algunos envíos de fruta y comida fresca durante el trekking
- Baño en aguas termales naturales
- Grupos muy reducidos para que puedas disfrutar al máximo tu experiencia
- Guía de montaña experto en el destino, de habla castellana
- Visita al Círculo de Oro, sin duda, el conjunto de visitas más popular de la isla.

### EL VIAJE INCLUYE

- Vuelos desde Madrid/Barcelona a Reykjavik
- Traslados desde/al aeropuerto. Ver apartado "Traslados"
- Traslado al punto de partida del trekking y desde el punto final de vuelta a Reykjavik
- 3 noches de alojamiento en guesthouse/hostal y 4 noches en refugios de montaña
- Desayunos
- Comidas y cenas en ruta (fuera de Reykjavik/Ke flavik)
- Aprovisionamiento de comida en los refugios
- Traslado de equipaje entre refugios
- Todos los trekkings
- Guía de montaña de Arctic Yeti en español, desde el día 2 al día 7
- Visita al Círculo de Oro
- Visita de la cascada de Skógafoss
- Seguro de asistencia en viaje multiaventura
- Tasa de actividades turísticas Islandia



### EL VIAJE NO INCLUYE

- Tasas de vuelo (entre 220-250 €)
- Comidas en vuelos -almuerzos y cenas en Reykjavik/Ke flavik.
- Saco de dormir. Posibilidad de alquilarlo en Islandia (imprescindible reserva previa).
- Gastos derivados de la meteorología adversa o del retraso de vuelos y todo lo no especificado en "El viaje incluye".

### PRECIO POR PERSONA

Julio y septiembre desde: 2.695 €

Suplemento agosto: 100 €

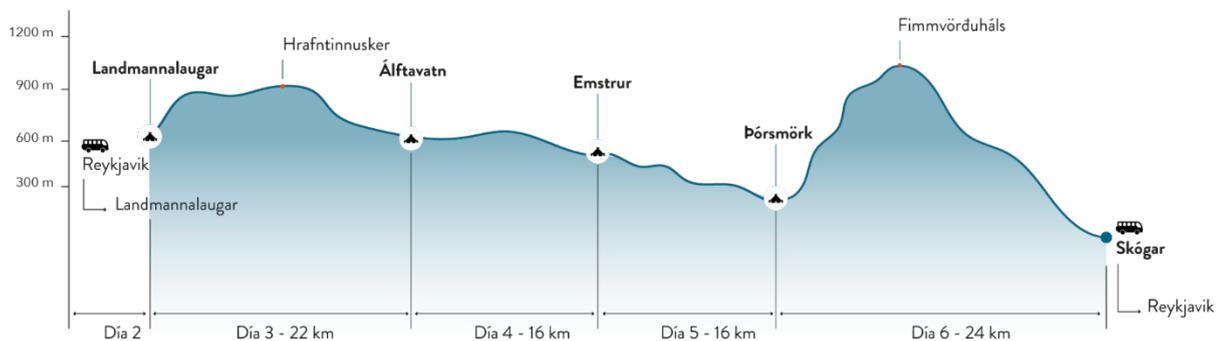
Suplemento grupo 4 a 7 personas: 220 €

### FECHAS DE SALIDA 2024

- 14 al 21 de julio
- 21 al 28 de julio
- 28 de julio al 4 de agosto
- 4 al 11 de agosto
- 11 al 18 de agosto
- 18 al 25 de agosto
- \*25 de agosto al 1 de septiembre
- \*1 al 8 de septiembre
- \*8 al 15 de septiembre

\*Salidas especiales Auroras Boreales

**Grupo privado: ¿Ya sois un grupo?  
¿Queréis una salida sólo para vosotros o  
en otras fechas?  
¡Contacta con nosotros!**



## ITINERARIO

**IMPORTANTE:** la descripción de las etapas, desnivel y km es aproximado. Aunque no es común, en algunas salidas estas podrían variar para acomodarnos a la disponibilidad en los refugios. Te informaremos adecuadamente en caso de tener que realizar cambios significativos.

### DÍA 1: LLEGADA A ISLANDIA

Llegada a Keflavík y traslado al alojamiento.

*Alojamiento en Reykjavík o en Keflavík*

### DÍA 2: LANDMANNALAUGAR Y AGUAS TERMALES

Por la mañana/mediodía nos trasladaremos 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 el refugio de Landmannalaugar*

### 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 el refugio de Álftavatn*

*22 km +900/-900 8-10h*

### DÍA 4: DESIERTO DE ARENA NEGRA

Hoy seguiremos tomando dirección sur, camino del refugio de Emstrur. Bordearemos 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 el refugio de Emstrur*

*16 km +250/-300 6-7h*

Día 5: Cañón de Emstrur y Þórsmörk

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 **Þórsmörk**.

*Alojamiento en el refugio de Þórsmörk*

*16 km +500/-700 6-7h*

### DÍA 6: PASO FIMMVÖRÐUHÁLS, SKÓGAFOSS Y REGRESO A 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 Reykjavík 24 km +900/-1000 8-10h*

### DÍA 7: CÍRCULO DE ORO

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 (pingvellir)**, 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.

*Alojamiento en Reykjavík*

## **DÍA 8: REGRESO A ESPAÑA**

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

*Vuelo de regreso*

**Nota:** 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.

## **SOBRE EL VIAJE**

### **El grupo**

Se trata de un grupo de mínimo 6 y máximo 10 participantes en el que nosotros vamos uniendo viajeros hasta completar una salida. Puedes apuntarte a cualquiera de ellas, independientemente del número que seáis.

En el caso de que el número de viajeros en alguna salida quedara entre 4 y 7 se aplicará un suplemento de 220 € por persona.

### **La travesía a pie**

Las etapas de los días de trekking son, en general, de una dificultad moderada por desnivel y distancia, siendo las más demandantes las jornadas de los días 3 y 6 de viaje. Para participantes en buena forma física, con hábito de hacer deporte y caminar frecuentemente en entornos de montaña.

La capacidad en los refugios es muy limitada.

Nosotros nos encargamos de llevar la comida a los refugios, por lo que la única comida a cargar diariamente será la del pícnic.

### **Alojamiento**

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.

### **Dietas**

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.

### **Material y ropa aconsejados**

Junto a esta ficha puedes encontrar el material aconsejado para la ruta. No es necesario hacer grandes desembolsos en compra de material; habla con tu agente y él te asesorará.

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 5º a 10ºC

\*Alquiler de saco de dormir opcional: 35 €/semana. Imprescindible realizar la reserva del saco y el viaje conjuntamente. Consulta con tu agente.

### **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.

### **Traslados aeropuerto**

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

Para los viajeros que tengan sus propios vuelos, los traslados se realizarán en autobús regular desde el aeropuerto a la parada de bus más cercana al alojamiento.

- **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.

### **Excursiones opcionales\***

(recomendamos realizar la reserva en el momento de contratar el viaje, para asegurar la disponibilidad):

- **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: 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): 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.

### **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.

### **Auroras Boreales**

En nuestra web <https://arcticyeti.es> puedes encontrar información sobre este fabuloso fenómeno de la naturaleza. En Islandia normalmente empiezan a ser visibles a finales de agosto, aunque en octubre es cuando comienza la mayor actividad y hay más posibilidades de observarlas. El año pasado pudimos verlas a partir de finales de agosto. Consulta nuestra "[programación especial de Auroras Boreales](#)".

### **Cómo y cuándo reservar**

Tu agente te indicará los pasos para tramitar una reserva. Islandia es un destino muy demandado en los últimos años, principalmente durante los meses de verano, y es muy recomendable hacer la reserva con antelación (al menos tres meses antes) para poder asegurar la plaza y los mejores servicios. **Nuestros grupos son limitados y reducidos.**

### **CATEGORÍA DE ESTE VIAJE**

Las categorías de viaje han sido creadas a petición de nuestros viajeros. Te ayudarán a elegir un viaje adecuado a tus inquietudes, aquel en el que te sentirás más cómodo y disfrutarás al máximo.

Ten en cuenta que la apreciación personal de cada categoría de viaje va en función de la experiencia de cada uno y que puede cambiar dependiendo de las condiciones meteorológicas en el momento de realizar el viaje. Es por ello que esta clasificación debe tomarse como una referencia orientativa a la hora de comparar nuestros viajes y no como una definición absoluta.

## **AVENTURA**

Para participantes en buena forma física, con hábito de hacer deporte y caminar frecuentemente en entornos de montaña.

El ritmo suele ser moderado y agradable. 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. Para todas las edades, a partir de 16 años, salvo que se indique una edad mínima superior en la ficha específica de cada viaje.

Alojamiento: habitaciones múltiples en guesthouses/albergues y refugios con baños compartidos (se encuentran fuera de las habitaciones).

## **RESERVA**

Puedes efectuar tu reserva rellenando este [FORMULARIO](#) con tus datos según aparecen en el documento con el que vayas a viajar.

Una vez recibido el formulario cumplimentado te enviaremos en un plazo de 24/48 horas por email una confirmación y los datos para poder abonar el 40% del importe del viaje. (en caso de no haberlo recibido, comprueba el spam de tu correo)

Se puede pagar por

### **1) Transferencia bancaria:**

Banco Santander

ES06 0075 0349 460601118121 (BIC): POPUESMM

Titular: Trekking y Aventura

### **2) Tarjeta de crédito:**

No aceptamos American Express. En caso de pago con tarjeta de crédito GELNET (banco Santander) te enviará un sms y un email para poder proceder de forma segura al pago por tarjeta.

Es necesario que **SIEMPRE APAREZCA EL NOMBRE Y APELLIDOS DE LA/S PERSONA/S QUE VAN A VIAJAR. NO SE CONSIDERA DEFINITIVA LA RESERVA HASTA NO TENER CONSTANCIA DEL CITADO PAGO.**

Una vez recibido el pago en nuestra cuenta. te enviaremos un correo electrónico adjuntando el recibo del depósito realizado

En caso de que superen los 5 días laborables sin recibir dicha comunicación, por favor CONTACTA CON NUESTRAS OFICINAS DE TREKKING Y AVENTURA.

Estamos a tu disposición de lunes a viernes en calle Rodríguez san Pedro,2 piso 9 oficina 909, 28015 Madrid y en el 91-5228681

**Viajes Trekking y Aventura declina toda responsabilidad por cualquier circunstancia derivada de una interpretación errónea de la información arriba publicada.**

**Sujeto a las condiciones generales que se encuentran en nuestra web.**  
**[www.trekkingyaventura.com/condiciones.asp](http://www.trekkingyaventura.com/condiciones.asp)**

## Material necesario



Mochila de trekking



Cubremochilas



Saco de dormir confort 5°C



Chaqueta impermeable o Gore-Tex



Abriego de segunda capa



Ropa térmica



Botas o zapatillas de trekking



Pantalón impermeable o Gore-tex



Cantimplora



Camiseta transpirable



Pantalones de trekking o cómodos



Gorro, guantes y braga de cuello



Ropa de baño



Toalla



Chancas cerradas



Neceser con artículos de aseo personal



Calcetines de trekking



Gafas de Sol

**Nota:** Todo el material recogido en "material necesario" ha sido seleccionado cuidadosamente de acuerdo con las condiciones meteorológicas y las actividades en destino. Por seguridad, en caso de no disponer del "material necesario", nuestros guías pueden optar por limitar la participación en la actividad planificada.

## Material recomendado



Batería externa



Camiseta de algodón



Fofo Polar



Ropa de ciudad



Almohada



Crema solar



Linterna o frontal



Bastones de trekking\*



Tapones



Mascarilla para dormir

**Nota:** Mucha de la ropa que tienes puede servirte para hacer estos viajes, no es necesario hacer grandes desembolsos de dinero. Tu agente estará encantado de ayudarte con la información de materiales.

\*Desde Arctic Yeti recomendamos llevar bastón de trekking sólo si estás acostumbrado a usarlo durante tus caminatas.

**TERNUA** 

Arctic Yeti se equipa con Ternua