



ISLANDIA

16 al 31 de Julio de 2013

INTRODUCCION

Islandia es una tierra joven, aún formándose (la isla no tiene más de 18 millones de años, que en tiempo geológico significa apenas un bebé). Los volcanes, los glaciares, las coladas de lava, los acantilados y las cascadas presentan todos los colores del arco iris, en una confrontación única con los elementos: el viento, la luz, el aire transparente, los espacios inmensos...

Tierra de hielo y fuego. De ancestros vikingos y naturaleza exuberante, es todo un reto a los sentidos. Volcanes, fiordos, cascadas, ríos y lagos de agua caliente son sólo parte de lo que se puede encontrar en este país.

Como curiosidad, se estima que la tercera parte de la lava producida por la Tierra desde el año 1500 ha emergido a través de los volcanes de Islandia. Todos recordamos el caos en los vuelos europeos causados por las cenizas del Eyafjallajokull en 2010. Durante nuestro viaje seremos testigos de alguno más de sus efectos.

Vida salvaje. “¿Qué hacer si te pierdes en un bosque en Islandia? - ¡Levántate!”. Es una broma bastante popular que expresa a la perfección el tipo de vegetación dominante en la isla.

Está adaptada al clima oceánico fresco de la isla. Sólo un cuarto del total de la superficie tiene una capa continua de vegetación. Esto no se debe solamente a la continua actividad volcánica sino también al clima poco favorable para la flora. También hay que tener en cuenta que los glaciares en Islandia cubren un 11% de la superficie de la isla. La vegetación islandesa ha sufrido grandes deterioros desde el siglo IX, cuando llegaron allí los primeros ocupantes humanos. Los extensos bosques de abedules que cubrían la tierra fueron destruidos por el pastoreo y por los Vikingos que necesitaban la madera para construir sus casas y para mantenerse calientes (hoy en día solamente menos del 3% del territorio está poblado de árboles). Pero podemos encontrar serbales y álamos que crecen en algunas partes. En general la vegetación en Islandia es de naturaleza subártica y se distingue por la abundancia de hierbas, juncias y especies afines. También existen muchos prados y pantanos y zonas de páramos y brezales.



Casi todos los visitantes de la isla van a conocer las bonitas ovejas (con lana de primera calidad) y los pequeños y omnipresentes caballos islandeses.

Las ballenas y las focas viven mar adentro, al igual que bancos de bacalao, eglefino, halibut y arenque, pero con las excursiones de avistamiento de ballenas uno se puede acercar a los mamíferos más grandes de nuestro planeta tan cerca que casi les puede tocar (ballenas azules, ballenas de aleta, ballenas de joroba, orcas...).

Las focas se encuentran en la laguna Jökulsárlón, que visitaremos, y en la parte costera del norte, oeste y este de la isla.

También hay muchos salmones y truchas que se encuentran en los ríos y lagos de agua dulce (algunos incluso en la capital).

En la parte del este de Islandia se pueden observar los zorros árticos, los visones y los renos.

Los amantes de las aves estarán muy contentos porque en Islandia habitan unas 100 especies de pájaros, entre ellos los accesibles frailecillos, que tendremos ocasión de observar cuando nos alojemos en Borgarfjordur.



En Islandia hay pocos insectos (aunque con el calentamiento global se puede ver su crecimiento durante cada año), pero no hay reptiles, ranas o sapos.

La población de la isla es de apenas 320.000 habitantes, y la afluencia de visitantes anual es de aproximadamente 500.000, por lo que, sobre todo en los meses de verano, es mucho más probable cruzarte con visitantes que con los propios habitantes de la isla.

Las zonas protegidas son los principales **tesoros naturales de Islandia** y se anima a los turistas a que las visiten y disfruten de lo que les ofrecen, siempre que cumplan con las reglas que allí se aplican.



Hay tres Parques nacionales en todo el país, cada uno de ellos con sus puntos de interés particulares.

– **El Parque Nacional de Vatnajökull:** el más grande de Europa. En 2008, Islandia lanzó un proyecto de conservación de la naturaleza sin precedentes con la creación del Parque Nacional de Vatnajökull, de 12.000 kilómetros cuadrados. Pocas, o ninguna, región del mundo presenta comparable interacción de cascotes de hielo dinámicos y glaciares emisarios de energía geotérmica y frecuente actividad volcánica subglacial con sus consecuentes riadas. Se prevé que en los próximos años abarque, además de los parques de Jökulsárgljúfur y Skaftafell, otros lugares, aumentando aún más su terreno.

En el norte del parque se ubican Jökulsárgljúfur y la caldera del Askja, con su lago Öskjuvatn y el cráter Viti, famoso como lugar de baño.

En la zona este se encuentra Kringilsárrani, una zona de pastoreo de renos que contiene indicios de los avances y retrocesos de un glaciar y que ahora se ve amenazada por la instalación de una planta hidroeléctrica.

Otros lugares de interés son la cordillera Kverkfjöll, el géiser Gámur, uno de los más impresionantes

del país.

En el sur están el parque Skaftafell, las Montañas Stafafellsfjöll, con una intensa actividad geotérmica y un paisaje plagado de cañones, y Öraefajökull, la montaña más alta del país (en realidad es un volcán).

Al oeste destacan los cráteres de Lakagígar, formados durante unas largas series de erupciones en el siglo XVIII y el volcán Grímsvötn, el más activo del país.

– **El Parque Nacional de Thingvellir**, el “símbolo de la conciencia islandesa”, se encuentra en un valle provocado por una ruptura entre las placas tectónicas norteamericana y euroasiática, y el lago Thingvellir contiene especies de peces que no se encuentra en ninguna otra parte del mundo.

– **El Snaefellsjökull National Park** se halla al pie de un volcán y un glaciar, impregnados de misterio y romance; es el único Parque que llega desde la costa marítima hasta las cimas de las montañas. , y otra montaña, Snæfell, que da paso al glaciar Eyjabakkajökull y a sus impresionantes cavernas de hielo.



Es difícil abarcar toda su extensión sin disponer de muchos días, así que nos centraremos en la parte SE de la isla, completándolo con alguna visita turística en las cercanías de su capital, Reykjavic.



PROGRAMA RESUMIDO

	Fecha	Origen	Punto Intermedio	Destino	Distancia	Subimos	Bajamos
Avitual	16-jul	Madrid	Londres/Keflavic	Reykjavic			
Viknasdólr	17-jul	Reykjavic Domestic flight - Egilsstadir	Seydisfjordur	Lodmundarfjordur	23 km	650 m.	650 m.
	18-jul	Lodmundarfjordur	Husavik	Breidavik	27 km	900 m.	900 m.
	19-jul	Breidavik		Borgarfjordur	21 km	800 m.	800 m.
Avitual	20-jul	Borgarfjordur	Fardagafoss	Borgarfjordur	16 km	400 m.	400 m.
Lonsoraefi Trail	21-jul	Borgarfjordur	Bjalfafell	Geldigafell	25 km	400 m.	480 m.
	22-jul	Geldigafell	Kollumulavatn	Egilssel	20 km	530 m.	680 m.
	23-jul	Egilssel	Mulaskali	Illikambur - Hofn (bus)	12 km	0	200 m.
Avitual	24-jul	Hofn	Jokursarlon (visita mientras para el bus)	Skaftafell + Svartifoss	10 km	300 m.	300 m.
Laugavegur Trail	25-jul	Landmannalaugar	Hraftinnusker	Akftavatn	22 km	500m.	0
	26-jul	Akftavatn		Emstrur	15 km + cañon opcional	200 + opc.	270 + opc.
	27-jul	Emstrur		Básar (Thorsmork)	17 km + visita zona opcional	900 + opc.	70 + opc.
	28-jul	Thorsmork		Skogar	20 km	1000 m.	1000 m.
	29-jul	Skogar	Turismo	Reykjavic	Turismo varias opciones: Golden Circle//Blue Lagoon//Avist. Ballenas...		
	30-jul	Reykjavic	Turismo	Reykjavic			
	31-jul	Keflavic	Escala Londres	Llegada Madrid 21:35			

PROGRAMA DETALLADO

Martes 16

Llegada a Reykjavik – Keflavic a las 14:25. Traslado en transporte público hasta nuestro alojamiento para dejar los bártulos y tiempo libre para visitar la ciudad y avituallarnos para el primer trekking.

Miércoles 17

VIKNASLODIR

Etapas: Seydisfjordur - Lodmundarfjordur

Duración: 6-7 h.

Descripción:

6:00 a.m. Traslado desde el alojamiento al aeropuerto doméstico de Reykjavik (a 30 minutos a pie desde el albergue, aunque procuraré arreglar el transfer con el propio albergue) para tomar el avión de las 7:30 a Egilsstadir. Llegada a las 8:30 a.m.

9:30 a.m. Traslado hasta Seydisfjordur. Llegada a las 10:00 a.m.

10:30 a.m. Comienzo de la etapa

Esta etapa será dura debido a que habremos madrugado bastante para trasladarnos hasta nuestro punto de inicio y la etapa, aunque no presenta grandes desniveles, es relativamente larga.

El pequeño pueblo de Seydisfjordur alberga el puerto de ferry que cubre el servicio Islandia-Dinamarca. Aquí comenzaremos a andar por una pista en dirección NE, siguiendo la orilla del fiordo del mismo nombre al nivel del mar y dejándolo, prácticamente durante toda la jornada, a nuestra derecha. En cierto punto abandonaremos la pista y el camino nos dirigirá hacia el norte, abandonando el nivel del mar y subiendo unos 600m. (todo lo que ascenderemos en esta etapa), para atravesar el brazo de tierra que se interpone entre el lugar del que venimos y el siguiente fiordo, Lodmundarfjordur, donde se encuentra nuestro refugio. Nuestro refugio no dispone de

ducha, pero hay otro cercano (más caro, de la FI) en el que se puede uno duchar abonando la cantidad correspondiente.

Jueves 18

VIKNASLODIR

Etapas: Lodmundarfjordur - Husavik - Breidavik

Duración: 9 h.

Descripción:

8:00 a.m. Comienzo de la etapa

El día de hoy será largo porque uniremos dos etapas cortas que otros senderistas hacen por separado.

La primera parte hasta Husavik suele hacerse corta porque se siguen caminos sencillos a lo largo del fiordo siempre hacia el E, hasta encontrar un paso algo más bajo por el brazo de tierra hacia el siguiente fiordo, a unos 450m. de altura, que nos comunicará con el valle por donde transcurre el río Vikura, donde se encuentra el refugio de Husavik, que pasaremos de largo. Prácticamente junto al refugio encontramos una pista que si siguiésemos en su totalidad, nos llevaría hasta Borgarfjordur acortando la ruta una etapa entera, y sirviéndonos como escapatoria en caso de necesidad.

durante un tramo una vez tengamos a la vista el lago Gaesavatn, y siguiendo después el margen del río Storaá que se aproxima hacia Breidavik, donde nos espera nuestro alojamiento.



Seguiremos esta pista para luego abandonarla para la vista el lago Gaesavatn, y margen del río Storaá que Breidavik, donde nos

Viernes 19

VIKNASLODIR

Etapas: Breidavik - Borgarfjordur

Duración: 8 h.

Descripción:

8:00 a.m. Comienzo de la etapa

En esta etapa tendremos oportunidad de admirar multitud de cascadas. Los caminos señalizados en algún momento pueden tornarse vagos, aunque en general la orientación será sencilla. Comenzaremos nuestra andadura dirigiéndonos hacia el N. A mitad de camino, en la bahía de Brunavik de nuevo a la altura del mar, encontraremos un chozo de emergencia que podemos aprovechar para comer y descansar. Desde este punto nuestros pasos se dirigirán hacia el O y nos llevarán directamente hacia el fiordo que rodearemos siguiendo su orilla para llegar a Bakkagerdi/Borgarfjordur, donde pernoctaremos las siguientes dos noches. En Borgarfjordur disponemos de tienda y el alojamiento puede incluir tanto la cena de esta noche como el desayuno del siguiente. La tienda cierra sobre las 18:00, en caso de que queramos comprar cena para esta noche para abaratar el coste de esta noche.

Sábado 20

Etapa: Borgarfjordur - Borgarfjordur

Duración: Dependiendo del recorrido elegido.

Descripción:



Este será un día de transición de un trail hacia el siguiente, en el que aprovecharemos para comprar la comida de los siguientes días y para descansar sin caminar absolutamente nada, o, “descansando activamente”, hacer alguna de las rutas de diferente dificultad que podemos encontrar por la zona.

Borgarfjordur es un pueblo bastante frecuentado por turistas que tienen interés en observar a las aves marinas, en concreto los famosos frailecillos, en su hábitat natural.

Se propone la visita a la catarata Hraunfossar como opción corta y vistosa, o la cueva de lava, o el acceso a los lugares de anidamiento de los frailecillos.

Domingo 21

LONSORAEFI TRAIL

Etapa: Bjáfafell - Geldigafell

Duración: 7-8 h.

Descripción:

7:00 *a.m.* Traslado en bus privado desde nuestro alojamiento hasta Bjáfafell, en las cercanías de Snaefell, para comenzar a caminar hacia el refugio de esta noche.

10:00 *a.m.* Comienzo de la etapa.

Llevaremos GPS y tracks parque, que además, en su mejor punto para Eyjabakkajokull (pues el flujo del glaciar). El aproximadamente unos Tras cruzar el glaciar, vadearemos un par de kilómetro más por hielo de Kverkvíslarjokull. Desde



primero y hacia el NE después, llegaremos en pocas horas a nuestro alojamiento en el refugio de Geldingafellsskali, donde prepararemos nuestra cena y nos iremos a dormir siendo aún de día. No dispondremos de agua corriente, así que nuestra provisión deberemos hacerla en el río cercano.

facilitados por los guardias del momento, nos aconsejarán el atravesar la lengua de glaciar punto varía cada año según el recorrido sobre el hielo será de cinco kilómetros.

pisaremos tierra firme, arroyos y cruzaremos otro la lengua de glaciar aquí, dirigiéndonos hacia el E

Lunes 22

LONSORAEFI TRAIL

Etapas: Geldigafell - Kollumulavatn - Egilssel

Duración: 6-7 h.

Descripción:

8:00 a.m. Comienzo de la etapa

Comenzaremos dirigiéndonos hacia el S, dejando los lagos Kelduarvatn, e Innstavtn a nuestra izquierda, y observando el glaciar Vesturdalsjodull a nuestra derecha, dirigiendo nuestros pasos hacia el SE en descenso. El torrente glaciar Vesturdalur nos sorprenderá con una cascada espectacular, y tras contemplarla, nos dirigiremos hacia uno de los afluentes del Vesturdalur para vadearlo y de nuevo tomar dirección SE hacia el lago Kollumulavatn, junto al cual encontraremos nuestro refugio, el Egilssel. Este refugio tampoco dispone de agua corriente, y, al igual que el día anterior, deberemos tomarla del lago o el río cercanos.

Martes 23

LONSORAEFI TRAIL

Etapas: Egilssel – Mulaskali – Illikambur – Hofn

Duración: 4 h.

Descripción:

8:00 a.m. Comienzo de la etapa

Después de dos días sin apenas señales que nos indiquen el camino, de pronto en esta etapa volvemos a encontrar caminos marcados y “civilización”. En esta etapa podremos disfrutar de vistas especialmente gratificantes y de lo más variadas. Cascadas escondidas, barrancos cuyas paredes están formadas por rocas basálticas en forma de columnas, y multitud de colores que avistaremos desde los precipicios a los que tendremos acceso en la zona. Deberemos poner atención, pero, si a todo esto le añadimos que la etapa es bastante corta y que nuestra mochila pesará sustancialmente

tiempo no lo convierta en un En poco tiempo de Mulaskali, y Illikambur, donde tierra y donde nos autobús todo trasladarnos hasta tiempo de hacer la días y donde nos



menos, el día de hoy, si el impide, probablemente se agradabilísimo paseo. pasaremos por el refugio continuaremos hacia comienza una pista de estará esperando un terreno concertado para Hofn, donde llegaremos a compra para los siguientes alojaremos.

Miércoles 24

Etapas: Hofn - Skaftafell

Duración: Dependiendo del recorrido elegido.

Descripción:

Hoy nos trasladaremos hasta el inicio de nuestro próximo trail utilizando el transporte público. El autobús, que sale de Hofn a las 10:00a.m. nos acercará a la famosa laguna glaciar de Jokursarlón, donde efectuará una parada de aproximadamente una hora y media y donde, si tenemos suerte, avistaremos alguna foca evolucionando por el agua, o mesándose los bigotes en cualquier orilla. Volveremos a tomar el autobús en dirección a Skaftafell, donde nos alojaremos. Desde allí, si

tenemos ganas, podremos acercarnos a visitar la cercana catarata de Svartifoss antes de cenar e irnos a dormir.



Jueves 25

LAUGAVEGUR TRAIL

Etapas: Landmmanalaugar - Hraftinnusker - Akftavatn

Duración: 6-7 h.

Descripción:

8:00 a.m. Tomaremos un bus desde Skaftafell hasta Landmmanalaugar. Llegada a las 12:45p.m.

13:15 p.m. Comienzo de la etapa

Landmmanalaugar es uno de los destinos estrella de los visitantes en Islandia, así que el alojamiento allí es difícil de conseguir. No hemos tenido suerte, así que no podremos pararnos a visitar los manantiales de agua caliente que hay en la zona, y tendremos que comenzar a caminar nada más llegar para evitar que la jornada se convierta en interminable.

Comenzaremos por caminos marcados y probablemente acompañados por otros compañeros, pues esta ruta de trekking de Laugavegur es la más famosa de Islandia. La orientación será SO, en continuo aunque suave ascenso hasta el refugio de Hraftinnusker. Nos encontraremos con signos diversos de la actividad volcánica en la zona, empezando por la colada de lava en Landmmanalaugar y el arroyo termal que aporta el calor al refugio de Hraftinnusker, o las colinas de cenizas volcánicas y obsidiana que deberemos atravesar para llegar a él. Las columnas de vapor en medio de la nieve nos indicarán puntos de calor y nos recordarán que la isla sigue activa. Desde el refugio Hraftinnusker comenzaremos a bajar lentamente hacia el lago Akftavatn, junto al cual se encuentra nuestro refugio, comunicado con el resto del mundo mediante una pista por donde los vehículos pueden circular.

No se nos hará de noche, pero llegaremos a nuestro alojamiento un poco tarde para lo que nos tiene acostumbrados éste viaje. Esta es una etapa larga, pero la zona es muy frecuentada y tiene alternativas de escapatoria en caso de necesidad.

Viernes 26

LAUGAVEGUR TRAIL

Etapas: Akftavatn - Emstrur

Duración: 5h. + cañon adicional.

Descripción:

8:00 a.m. Comienzo de la etapa

Seguimos acercándonos a la civilización y a la parte más turística de Islandia, y se nota en las casas y pistas que encontraremos el día de hoy. Atravesaremos



desiertos de rocas y cenizas difíciles de ver en nuestras salidas habituales, por caminos perfectamente visibles horadados en la tierra. La etapa será corta, pero nos ofrece la posibilidad de alargarla si, un poco antes de llegar al refugio de Emstrur, nos dirigimos por un camino también marcado hacia el espectacular cañón de Markarfljotsgljúfur, donde anidan los fulmares (una especie de gaviotas).

Sábado 27

LAUGAVEGUR TRAIL

Etapa: Emstrur - Thorsmork

Duración: 6h. + visita adicional.

Descripción:

8:00 a.m. Comienzo de la etapa

En esta etapa la vegetación, a la acostumbrados tras visitas, nos un recorrido y no muy largo. refugio pasaremos más poblada, la donde hay una donde podemos los hosteleros si así lo cercanías de



camino hacia nuestro destino, podremos visitar la cueva Songhellir formada por el magma o por el contrario dirigirnros directamente hasta nuestro alojamiento, el refugio de Básar.

creciente que estaremos poco nuestras anteriores sorprenderá. Será variado y tranquilo, Para llegar a nuestro primero por la zona zona de Langidalur, pequeña tienda y cenar en alguno de establecimientos deseamos. En las Langidalur y de

Domingo 28

LAUGAVEGUR TRAIL

Etapa: Thorsmork - Skogar

Duración: 8 h.

Descripción:

8:00 a.m. Comienzo de la etapa

Hoy iremos poco cargados y aunque la etapa es larga y tiene algo de desnivel, tendremos oportunidad de apreciar espléndidas vistas de las nuevas formaciones ocasionadas por la erupción del volcán Eyafjallajokull en el 2010. Nuevos conos volcánicos, campos de lava, campos con cenizas... toda una lección de vulcanismo reciente ante nuestros ojos. A mitad de camino el refugio

básico de permitirá plácidamente a bocadillo que nos continuar ya en Skogar y su Skogarfoss.



Fimmvorduhals nos sentarnos disfrutar del dará fuerzas para descenso, hacia famosa catarata

Lunes 29, martes 30

Desde Skogar haremos un tour para visitar el Golden Circle el 29 y terminaremos el día en Reykjavik. Dependiendo de si nos vamos el 30 o el 31, podremos aprovechar el día siguiente para darnos un baño en la Blue Lagoon, cercana a la capital.

Martes 30 o miércoles 31 Julio

El avión de vuelta sale de de Reykjavic a las 6:45a.m. Haremos una escala de varias horas en Londres y llegaremos a Madrid el mismo día 30 o 31, sobre las 21:45p.m.

MATERIAL / INFORMACIÓN PRÁCTICA

Precios medios en Islandia a 2013 (Una ISK = 0,0058 EUR)

Leche (un litro) 139 isk, (1 litro y medio) 198 isk	Mermelada 400 gr / 399 isk
Leche con chocolate 200 ml. (para niños) 95 isk,	Nocilla 799 isk
Leche pequeña normal, 250 ml. 85 isk	Café barato 250 gr / 299 isk, caro: 799 isk
Skyr - yogur islandés (170gr) 169 isk, (500gr) 399 isk	Café Nescafé 100gr / 149 isk
Yogur pequeño 124 isk	Salat Bar 100gr / 149 isk
Mantequilla normal 179 isk (500gr)	Chicles 159 isk
Margarina 299 isk	Doritos 399 isk
Queso Gouda (500 gr.) 600 isk, (300 gr.) 470 isk,	Lays 499 isk
Queso Fetta (250gr/ 409 isk)	Twix 169 isk, Snickers 189 isk,
Queso para Untar Philadelphia (200gr) 499 isk	Sírius chocolate 100 gr / 299 isk
Jamón 2580 isk / kg	
Salami 1kg/ 3430 isk	BEBIDAS
Beicon 1kg/2080 isk	Agua (½ litro) 179 isk (*bastante cara, mejor beber agua de grifo)
Pechugas de pollo 700 gr/ 1450 isk	-Coca cola (½ litro) 229 isk
Perritos calientes 6x, 370 isk	-Zumo (330 ml) 199 isk
Pan para tostar (770 gr., grande) 379 isk	- Red Bull 359 isk
Pan para tostar pequeño 220 - 250 isk (385 gr.)	-Cerveza ligera (lata) 110 isk
Sandwich - barra / Paquete 499 isk	-Cerveza normal (tiendas de licores) 170 - 270 isk
Sandwich - en pan 399 isk	Botella de vino 750-3200 isk
Pasta (Barilla) 500 gr/ 399 isk	*bolsa de compra 20 isk
Spagetti 1 kg/ 299 isk	
Taglajtele 500 gr/ 199 isk	FRUTAS Y VERDURAS
Lasagna 499 isk	-Uvas blancas 699 isk/kg
Pasta instantánea 249 isk	-Champiñones (250 gr.) 379 isk
Heinz alubias 199 isk	-Manzanas 299-299 isk/kg
La salsa boloñesa para pasta (750 gr) 329 isk	-Naranjas España 399 isk/ kg
Salsa de tomate 400 gr/ 99 isk	-Mandarinas 299 isk/kg
Ketchup 680 gr/ 399 isk	-Calabacín 399 isk/ kg
Cereales Special K 500gr / 699 isk	-Tomates (Islandia) 250gr / 349 isk
Cerales Cheerios 480 gr /599 isk	-Patatas 1kg/ 249 isk
Salmón ahumado (1kg) 3700 - 6400 isk	- Ajo 250gr/499
Arroz 1kg/ 220- 400 isk	-Zanahoria 1 kg/ 399 isk
Maíz 340 gr/ 99 isk	
Pescado seco (paquete pequeño) 950 isk	
Aceite de oliva 500 ml / 799 isk	
Aceite de girasol 1 litro / 399 isk	

Material

- Saco adecuado, toalla.
- Bota de verano.
- Debido a que vadaremos ríos con cierta frecuencia, aconsejo también el uso de chanclas tipo "Crocks" o similar, que sean ligeras y sequen fácilmente, para evitar mojar nuestras botas y no

tener que vadear los ríos descalzos.

- Debido a que apenas tenemos cuatro horas de noche, se aconseja llevar un antifaz para evitar que la luz nos moleste mientras dormimos.

- Ropa de abrigo.

- Traje de baño por si tuviésemos ocasión de bañarnos en las numerosas piscinas termales.

- Imprescindibles gafas de sol y crema solar en los meses de verano.

- Para la travesía por el glaciar los guardas del parque me han asegurado que no era necesario el uso de crampones, aunque mirando las fotos, yo quizá busque alguna alternativa ligera tipo esto

<http://www.peregrinoteca.com/tienda/cadenas-para-calzado-highlander-grippers-p-8908.html>

o esto otro

http://www.deportesnomadas.com/epages/62027401.sf/es_ES/?ObjectPath=/Shops/62027401/Products/108777/SubProducts/108777-0001

Os recuerdo que en las travesías vigilar el peso de la mochila es fundamental, y más en este caso en el que además de lo habitual, deberemos acarrear varios días de comida sobre nuestras espaldas. Aunque tendremos días sencillos y con posibilidad de descansar, tened en cuenta que alguna de las rutas puede ser muy exigente.

Información práctica

Documentación necesaria. Islandia forma parte del espacio Schengen. Para los ciudadanos españoles que se trasladan a Islandia por motivos turísticos es suficiente tener el DNI o el pasaporte en vigor, para menores de edad pasaporte. Para conducir en Islandia basta con el carné de conducir español en regla. La Tarjeta Sanitaria Europea de la Seguridad Social cubre clínicamente en Islandia, y no es necesario ningún tipo de vacuna.

La **unidad monetaria** islandesa es la corona “króna” Kr. (ISK). En el aeropuerto de Keflavik existe una oficina de cambio. La mayor parte de las tarjetas de crédito se aceptan en todas partes. El IVA está incluido en los precios.

La **corriente eléctrica** en Islandia es la misma que en España 220V, 50HZ. Las clavijas son en la gran mayoría de lugares como las europeas. **No hay electricidad en algunos de los refugios en los que pernoctaremos.**

Gracias a la corriente del Golfo, **el clima** en Islandia es oceánico, con veranos templados e inviernos fríos. La temperatura media en verano es de 12° a 14°, puede variar en un día entre 8° y 21°. El clima es muy variable debido al choque constante de masas de aire frío y seco que provienen de Groenlandia con las corrientes tropicales de aire húmedo y caliente. Según dice un famoso proverbio islandés “Si no te gusta el tiempo que hace, espera 5 minutos”. Cada mañana en la radio nacional se difunde en inglés un boletín meteorológico.

Reykjavik

Temp	E	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
max	1°	2°	2°	5°	8°	11°	12°	12°	9°	6°	3°	2°
min	-2°	-1°	-1°	0°	3°	6°	8°	7°	5°	2°	0°	-2°

Lluvia	E	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
mm	80	70	70	50	40	40	50	60	70	80	80	80

Egilsstadir

Temp	E	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
max	-2°	0°	3°	5°	8°	12°	16°	14°	12°	5°	4°	0°
min	-7°	-4°	-3°	0°	1°	3°	7°	6°	3°	-1°	0°	-4°

Durante el mes de Julio dispondremos de muchas **horas de sol**, pues amanece sobre las 3:00 a.m. y anochece sobre las 23:30. Sería aconsejable llevar un antifaz para dormir más cómodamente en caso de que los refugios no dispongan de cortinas.

Estoy tratando de conseguir algún **mapa** decente en papel, aunque lo más detallado no pasa de 1:50.000. Sí he conseguido, no obstante, algún mapa para cargar en el GPS. Os mantendré informados.

ALOJAMIENTO

El alojamiento será en refugios, albergues y hostales en las diferentes rutas.

- Los *refugios* dentro de los diferentes trails son muy básicos y disponen únicamente de cocina y utensilios, algunos de ellos no disponen de electricidad, y solo algunos de agua para ducharse (fría en la mayoría de los casos). Ninguno de éstos dispone de mantas, así que deberemos transportar un saco adecuado para dormir bajo techo teniendo en cuenta las temperaturas exteriores. También deberemos transportar los desayunos, comidas y cenas mientras duren los trails. La idea es hacer compra “comunitaria” para cenas y desayunos: comprar leche en polvo, café soluble, cereales, pasta... etc. y transportarlo todo de forma solidaria. Así nos resultará más barato y llevadero.
- Los *albergues* en Reykjavic y en los pueblos de transición entre los trails, disponen de mantas y duchas de agua caliente y contrataremos los desayunos con ellos (y las cenas opcionalmente).

TRANSPORTE

En avión **hasta la isla**. Easyjet+WOW, escala en Londres.

IDA: 16 Jul – 7:10 a.m. // Llegada a Reykjavik 14:45 p.m.

VUELTA: 30 o 31 Jul – 6:45 a.m. // Llegada a Madrid 22:45 p.m.

Dentro de la isla el transporte será en avión doméstico y autobús privado. Hemos negociado un presupuesto con una compañía de transporte para tener un autobús a nuestra disposición (no dependiendo así de los horarios del transporte público, que es bastante escaso) incluyendo traslados en 4x4 necesarios y un recorrido turístico el último día al Golden Circle.

PRECIO / por persona

- Transporte hasta la isla: **350 – 400 euros**
- Vuelo interno Reykjavik – Egilsstadir: **78 euros**
- Bus privado + recorrido turístico: **300 euros**
- Alojamiento y manutención: Aprox. **60 euros / día**.

Fecha	Localidad	Régimen	Precio Euro	Precio Kr
16-jul	Reykjavic	AD	39,15 €	6.750 ISK
17-jul	Lodmundarfjordur	SA	27,26 €	4.700 ISK
18-jul	Breidavik	SA	27,26 €	4.700 ISK
19-jul	Borgarfjordur	AD	32,48 €	5.600 ISK
20-jul	Borgarfjordur	AD	32,48 €	5.600 ISK
21-jul	Geldingafell	SA	27,26 €	4.700 ISK
22-jul	Egilssel	SA	27,26 €	4.700 ISK
23-jul	Hofn	AD	34,19 €	5.895 ISK
24-jul	Skaftafell	AD	37,70 €	6.500 ISK
25-jul	Akftavatn	SA	31,90 €	5.500 ISK
26-jul	Emstrur	SA	31,90 €	5.500 ISK
27-jul	Thorsmork - Basar	SA	20,88 €	3.600 ISK
28-jul	Skogar	SA	22,04 €	3.800 ISK
29-jul	Reykjavic	AD	39,15 €	6.750 ISK
30-jul	Reykjavic	AD	39,15 €	6.750 ISK
		total	470,06 €	

**Estos son los precios de los alojamientos que ya tenemos reservados (a falta de confirmar el alojamiento en Skaftafell, que será aproximadamente el precio expuesto en el cuadro). Poned atención al tipo de alojamiento para hacer vuestros cálculos porque algunos incluyen el desayuno. Cocinando nosotros las cenas en común, conseguiremos que el presupuesto no se dispare.

INSCRIPCIONES

- Por correo electrónico Esther Pérez – kururunfa26@hotmail.com – 654 813 345
- Se informará a los participantes del importe de la cuota de inscripción que se deberá ingresar en la cuenta del club 2100 5522 72 2100264522. Concepto: Nombre + “ISLANDIA”. Esta cuota incluirá los 5 euros de gestión.
- De no hacer efectiva esta cuota de inscripción en el plazo indicado cuando se comunique el importe, se considerará anulada la preinscripción.
- Debido a la escasez de plazas disponibles (16 en total), durante la primera semana quedan reservadas a los colaboradores del Club.
- La compra del vuelo se deberá hacer durante dicha semana, en caso contrario la plaza se entregará a la siguiente persona que esté en la lista de espera.
- Los no federados DEBERÁN FEDERARSE O GESTIONAR UN SEGURO PRIVADO QUE CUBRA EL TIPO DE ACTIVIDADES QUE REALIZAREMOS.

ANULACIONES

Las bajas que se produzcan posteriores a la fecha del cierre de la lista de inscripción el 15 de Marzo conllevarán la no devolución de la cuota de inscripción si ello supone una penalización económica sobre la reserva de plazas efectuada por el Grupo de Montaña Pegaso. Apartado 7 del “PROTOCOLO DE PARTICIPACIÓN DE ACTIVIDADES” (http://www.montanapegaso.com/el-club/protocolo_de_participacion.pdf)

MÁS INFORMACIÓN

Para los preinscritos: a través del correo electrónico para cualquier modificación o aviso.

ENLACES