



LE SPÉCIALISTE DES TERRES POLAIRES

Islande

Traversée Nord-Sud: volcans, déserts et glaciers

14 jours

Voyage accompagné Découverte & randonnée

Niveau : facile

Parmi les plus beaux voyages en Islande, cet itinéraire dévoile les différents visages de la grande île : volcans, déserts et glaciers. Un programme équilibré, alternant les déplacements en véhicule tout terrain et des randonnées, avec le soir, le confort d'hébergements sous un toit.

Geyser, les chutes de Gullfoss, puis Hveravellir, haut lieu de la géothermie, les solfatares, les volcans et un premier bain dans une source chaude... notre immersion en terre volcanique est immédiate. Cap vers le Nord, par la piste de Kjölur, nous traversons le pays entre les deux glaciers de Langjokull et Hofsjokull pour atteindre la charmante ville de Akureyri, tournée vers la mer.

La découverte à pied de la réserve naturelle de Myvatn, domaine d'une centaine d'espèces d'oiseaux, la caldeira d'Askja au décor lunaire creusé de cinq cratères, la traversée du désert de Sprengisandur jusqu'au massif fumant et multicolore du Landmannalaugar, le Parc National de Skaftafell, dominé par le Vatnajökull, le plus grand glacier d'Europe, la lagune de Jökulsarlon encombrée d'innombrables icebergs... Ce voyage en Islande nous propulse dans le paradoxe des paysages islandais entre feu et glace.

Nous avons aimé

- Les randonnées dans les principaux sites du pays, entre volcans et glaciers
- La caldeira d'Askja et la piste nord du Vatnajökull
- Pour plus de confort, l'hébergement sous un toit

CARTE DU CIRCUIT



ITINERAIRE

Jour 01 : Envol pour Reykjavík.

Accueil et transfert pour Reykjavik.

- Hébergement : Guest-house.

Jour 02 : Gullfoss - Geysir - Hveravellir.

Départ vers le nord, par la piste de Kjölur qui passe entre les glaciers de Hofsjökull et Langjökull. En chemin visite de la chute de Gullfoss et du geysir Strokkur à Geysir. Balade au milieu des solfatares et des volcans à Hveravellir. Baignade en eau chaude naturelle.

- 3 h de marche

- Hébergement : Refuge ou gîte.

Jour 03 : Hveravellir - Akureyri et Myvatn.

Départ vers Myvatn et Akureyri. Visite de Akureyri, très belle ville de taille agréable avec ses 15 000 habitants et continuation sur le lac Myvatn, arrivée prévue en fin d'après-midi.

- 3 h de marche

- Hébergement : Refuge ou gîte.

Jour 04 : Région du lac Myvatn.

Découverte de cette magnifique réserve naturelle et de ses oiseaux. Le cratère de Hverfjall, les formations de laves de Dimmuborgir, la faille de Storgja et les pseudo cratères de Skutustadargigar. Baignade possible dans des bains d'eau chaude naturelle.

- 6 h de marche

- Hébergement : Refuge ou Gîte.

Jour 05 : Mývatn - Herðubreið - Askja.

Randonnée au volcan de Krafla dont les laves ont été produites lors de ses 9 éruptions entre 1975 et 1984. Dans l'après midi départ vers le sud, nous traversons le désert noir d'Ódáðahraun avant d'atteindre la caldera d'Askja.

- 5 h de marche

- Hébergement : Refuge.

Jour 06 : Askja.

Randonnée à travers les montagnes de Dyngjuljöll, Exploration de la caldeira dont la dernière éruption de 1961 laissa derrière elle un impressionnant champ de lave, cinq cratères caractéristiques ainsi qu'une petite île au milieu du lac.

- 5 h de marche

- Hébergement : Refuge.

Jour 07 : Askja - Nyidalur.

Départ d'Askja par la piste qui longe le nord du glacier Vatnajökull. La piste débouche en plein milieu du désert Sprengisandur (Au cas où la piste serait fermée, retour sur Mývatn en passant par la montagne Herðubreið).

- 3 h de marche

- Hébergement : Refuge.

Jour 08 : Nýidalur- Sprengisandur - Landmannalaugar.

Départ pour la région colorée du Landmannalaugar, à travers le désert de Sprengisandur, immense désert au milieu de l'Islande entre les grands glaciers de Vatnajökull et Hofsjökull. Arrivée en fin d'après-midi à Landmannalaugar. Baignade en fin de journée dans une rivière chaude.

- 2 h de marche

- Hébergement : Refuge ou Gîte.

Jour 09 : Landmannalaugar.

Notre sentier serpente à travers gorges et collines multicolores, vers l'intérieur du massif de Torfajökull. Sources chaudes, montagnes et gorges. Ici les montagnes se parent de nombreuses teintes : rouges, vertes, bleues, noires et jaunes. Nous découvrons les sources chaudes de Stórihver, puis traversée de la montagne Brennisteinsalda avant de gagner la gorge "des méchants". Retour par la coulée de lave de Laugahraun. Baignade en fin de journée dans la rivière chaude du Landmannalaugar.

- 6 h de marche

- Hébergement : Refuge ou Gîte.

Jour 10 : Landmannalaugar - montagne Blahnukur - Skaftafell.

Le matin, montée jusqu'au sommet de la montagne Blahnukur d'où nous aurons une très belle vue sur l'ensemble du massif. L'après midi départ pour Skaftafell en passant par Eldgja, "la faille de feu" et la surprenante cascade d'Ófærufoss. Arrivée en fin de journée à Skaftafell.

- 4 h de marche

- Hébergement : Refuge ou gîte.

Jour 11 : Skaftafel- Jökulsárlón.

Randonnées dans le parc, au pied du Vatnajökull, plus grand glacier d'Europe avec vue époustouflante sur les glaciers qui descendent du plus haut sommet du pays, le Hvannadalshnukur 2119 m. Possibilité en option de chausser les crampons pour une excursion sur le glacier (prix environ 40 € pour 2h30 sur le glacier, payable sur place, équipement fourni). Découverte de la vallée de Morsardalur et du bois de Baejarstadarskokur. L'après midi découverte du lac glaciaire

de Jökulsárlón, où le glacier Breidamerkurjökull donne naissance aux icebergs qui dérivent vers l'océan. Possibilité en option de faire une balade en bateau sur ce lac parsemé d'icebergs flottants (25€).

- 6 h de marche

- Hébergement : Refuge ou gîte.

Jour 12 : Village et falaises de Vik.

L'après-midi, nous randonnerons au pied des falaises de Reynisfjall. Au milieu des flots, ces aiguilles rocheuses noires surgissent pour donner asile à des colonies de sternes arctiques et des macareux moines. Les rafales de vent sont aussi violentes que fréquentes, et ajoutent une note inquiétante à ce décor empreint de mystère qui passe pour l'une des dix plus belles plages du monde. Nous prendrons un peu de hauteur pour profiter de la belle vue sur les plages noires de la côte sud.

- 4 h de marche

- Hébergement : Gîte.

Jour 13 : Vik - cascade Skógafoss - Reykjavik.

Découverte du village de Vik et route pour Skógar où nous pourrons admirer la grande cascade de Skógafoss avant de poursuivre notre route vers Reykjavik. Dans l'après-midi, transfert à Reykjavik.

- 2 h de marche

- Hébergement : Guest-house.

Jour 14 : Vol retour depuis Reykjavik.

Transfert pour l'aéroport et envol pour Paris.

DATES ET PRIX

Code : EISLRC

Nombre de participants : 5 - 12

Le prix comprend :

- Le vol A/R Paris / Reykjavik
- Les taxes aériennes
- Les transferts sur place
- L'hébergement
- La pension complète sauf à Reykjavik
- L'encadrement par un accompagnateur 66°Nord

Le prix ne comprend pas :

- L'assurance voyage : annulation, assistance et bagages (3% du prix du voyage)
- Les frais de dossier

A payer sur place :

- Les dépenses personnelles
- Les boissons
- Les repas à Reykjavik (de 15 à 60€ / repas)
- Les entrées dans les sites et musées et les activités optionnelles
- Les douches dans le camping (de 1 à 2€ / douche)

EN SAVOIR PLUS

NIVEAU :

facile

Ce voyage en Islande est accessible à tous. Randonnées faciles de 4 à 6h de marche par jour avec des dénivelés excédant rarement 500m. Pas de difficulté technique. Cependant, la météo islandaise est parfois capricieuse. Elle peut évoluer rapidement et rendre plus difficile la randonnée.

ENCADREMENT :

Votre billet d'avion vous est envoyé par courrier à votre domicile ou remis à l'aéroport. A votre arrivée à l'aéroport de Reykjavik, vous serez accueillis par votre accompagnateur. Votre voyage est encadré par un accompagnateur islandais francophone ou français faisant parti de l'équipe 66°Nord.

HEBERGEMENT :

A Reykjavik, nous dormons en guesthouse ou hotel. Dans le pays, le reste du temps, nous dormons en refuges, fermes et hôtels.

Participation de tous aux taches collectives : préparation des repas, vaisselle, chargement des véhicules...

DEPLACEMENT :

Vol international sur la compagnie régulière Icelandair.

Le réseau routier dessert les campagnes habitées sur le pourtour de l'île et la plupart des caps. A l'intérieur des îles, ce sont des pistes avec passage de gués sable et pierriers. Elles sont plus ou moins praticable en fonction de la saison de la météo et nécessitent l'usage de véhicules adaptés. Pour cet itinéraire, nous utilisons en fonction de la taille du groupe un minibus tout terrain ou des voitures 4x4.

ALIMENTATION :

Repas :

Repas : Après un petit déjeuner copieux, le pique-nique est toujours composé d'aliments locaux : sandwiches, salades, fruits, gâteaux et fruits secs... préparé par vos soins le matin.

Le soir, les repas sont pris et préparés en commun avec votre accompagnateur. Ce sont des repas délicieux et équilibrés avec les produits régionaux : poissons frais, agneau... Sachez qu'il est naturellement difficile, de trouver des légumes ou des fruits frais en Islande.

Boissons :

N'oubliez pas les produits détaxés à l'aéroport d'embarquement. Une bouteille d'alcool est bienvenue le soir au bivouac. L'alcool est vendu dans les magasins d'état en Islande et il est très cher.

POUR PREPARER VOTRE VOYAGE

L'EQUIPEMENT INDISPENSABLE

Les vêtements des pieds à la tête :

- Une paire de chaussures de trekking pour les marches. Elles doivent réunir trois qualités : solidité, bonne tenue du pied et de la cheville (tiges hautes) et imperméabilité. Choisissez des chaussures à semelles antidérapantes, à crampons et relativement rigides, elles doivent bien accrocher au terrain
- Des chaussures de gué : basket ou sandales pour traverser les rivières
- Des paires de chaussettes de laine
- Une veste de montagne ou un bon anorak imperméable
- Une veste en duvet (facultatif)

Les vestes les plus performantes contre le vent et la pluie sont en Gore-tex ou Micropore, matière "respirante" qui permet l'évacuation rapide de la transpiration.

- Des pull-over chauds ou fourrures polaires. Cette dernière a l'avantage d'être résistante, chaude, légère, sèche rapidement, avec un contact doux. Les plus adaptées, bien connues des montagnards, sont les fibres Polartec, Carline et Ulfrotté.
- Une chemise chaude en laine ou une carline
- Des sous-vêtements haut et bas. C'est la première isolation que vous aurez, soignez-la. Des fibres techniques fines, comme la Carline ou la Polartec sont très efficaces, chaudes, souples, confortables et légères. Elles sèchent très rapidement.
- Un pantalon de trek imperméable
- Un maillot de bain
- Un survêtement pour la nuit
- Deux paires de gants et bonnet de laine

LE MATERIEL

- Un sac de couchage (confortable à 10°C) adapté à votre taille, de forme sarcophage, avec fermeture latérale à glissière pour une ouverture à votre convenance. N'hésitez pas à prendre un duvet confortable.
- Des lunettes de soleil haute protection
- Une trousse de pharmacie personnelle
- Une lampe frontale, avec piles et ampoules de rechange (à partir d'août)
- Un couteau
- Du papier toilette + un briquet
- De la crème de protection solaire (visage et lèvres)
- Une gourde de 1 litre minimum, légère et en option isotherme
- Des sacs plastiques pour l'étanchéité de vos affaires

L'EQUIPEMENT UTILE

- Des bâtons de marche
- Un bloc-notes
- Un appareil photo

LES BAGAGES

L'ensemble de vos bagages doit être réparti dans 2 sacs :

- Prévoir un sac de voyage souple, avec fermeture éclair latérale donnant plus facilement accès à son contenu, de type sac marin de 80L environ et de 15Kg maximum. Pas de valise. Les bagages sont transportés par véhicule.
- Un petit sac à dos (contenance environ 40L) pour vos affaires de la journée : pull, t-shirt de rechange, gourde, pique-nique de midi, lunettes, petit matériel, sac poubelle plastique...

FORMALITES

Les informations mentionnées ne sont qu'indicatives pour les ressortissants français. Elles peuvent être sujettes à modification sans préavis de la part des autorités concernées.

Il est donc prudent de les vérifier auprès des consulats dans le mois précédent votre départ.

BUDGET ET CHANGE :

1 euro = 180 ISK (nov 2009). On ne peut pas obtenir de Couronnes Islandaises en France ou alors à un taux très désavantageux. Les cartes de crédit internationales (Visa, Master-Card, Euro-Card) sont acceptées au guichet des banques et dans tous les commerces.

HEURE LOCALE :

L'heure GMT, soit 2 heures de moins qu'en France en été.

ELECTRICITE :

Le courant électrique est de 220V, 50HZ (identique au courant français).

POUR ALLER PLUS LOIN

CARTE D'IDENTITE

Passeport ou carte d'identité en cours de validité (Vérifier la date de validité dès maintenant)

GEOGRAPHIE :

L'Islande appartient géologiquement à la grande chaîne volcanique médio atlantique. Une île volcanique où le rythme des éruptions est d'environ une tous les 5 ans. 1% sont cultivées, 20% couvertes d'herbages, 2% de lacs, 12% de glaciers, 40% de sables et le reste est désertique de volcans. Près de la moitié du territoire s'élève à 400m au-dessus du niveau de la mer. Et seulement 1/4 du sol est fertile et recouvert de végétation ou de culture et 1,3% est boisé.

CLIMAT :

Bien que son nom signifie "pays de glace", le climat en Islande n'est pas aussi rigoureux que le laisserait supposer sa situation géographique, proche du cercle polaire. Le climat de type océanique tempéré est considérablement adouci par l'influence du courant chaud du Gulf Stream à l'Ouest et au Sud de l'île. La meilleure période pour la randonnée et la découverte des paysages est de fin mai à septembre. Les journées durent quasiment 24 heures de mai à début août et les lumières du ciel varient du bleu au gris. En été, la température moyenne est de 12 à 20°, mais varie de 5 à 25°.

MOTS UTILES :

Bonjour : Góðan daginn

Bonsoir : Gott kvöld

Au revoir : Vertu blessuð (à une femme) / Vertu blessaður (à un homme)

Oui : Já

Non : Nei

S'il vous plaît : Gerðu svo vel

Merci : Takk

Combien cela coûte-t-il ? : Hvað kostar það ?

Prononciation : le " ð " se prononce comme le " th " anglais

le " þ " se prononce comme le " th " anglais

le " ó " se prononce " o-ou "

BIBLIOGRAPHIE :

- Islande de glace et de feu, n°655, collection Babel, 2004
- Islande entre feu et glace, J. Hervoche, Terre de Brume, Rennes, 2002
- Islande : l'île entre deux mondes, J-L. Mathon, Anako, Fontenay-sous-bois
- Le grand guide de l'Islande, T. Perrotet, Gallimard, Paris, 2002
- Islande, livre de photographies, éditions du Pélican, Paris, 1996
- L'Islande une ouverture obligée mais prudente, J. Mer, La Documentation française, Paris, 1994
- History of Iceland, J.R. Hjalmarsson, Iceland review, Reykjavik, 1993
- Les oiseaux d'Islande, M. Breuil, 1989
- Le guide de l'Islande, A. Sarra-Bournet, La Manufacture, 1988
- Iceland 1986, J. Nordal et V. Kristinsson, Reykjavik, 1987
- Les oiseaux d'Islande, H.R. Bardasson, Reykjavik, 1986
- L'Islande, P. Biays, collection " Que sais-je ? ", Paris, 1983
- Iceland, a portrait of its land and people, éditions Barðarson, 1982
- Le livre de la colonisation de l'Islande, R. Boyer, éditions Mouton, Paris, 1973
- Histoire d'Islande, S. Thorarinsson, édition Elsevier, Bruxelles-Paris, 1956

OFFICE DE TOURISME :

Icelandic Tourist Board

Lækjargata 3 • 101 Reykjavík

Tel.: +354-535-5500 Fax: +354-535-5501

www.visiticeland.com