

## Islande - Volcans et Fjords

<b>Difficulté</b> Niveau 1	<b>Durée</b> 14 jours	<b>Places</b> 7 à 12
-------------------------------	--------------------------	-------------------------

Itinéraire susceptible de modification en fonction de circonstances climatiques ou autres. Les guides sont aptes à décider de toute mesure nécessaire pour le bon déroulement et le confort du voyage et la sécurité des voyageurs.

## Présentation

Terre des extrêmes à l'incommensurable beauté, ces contrées sont le lieu de l'incomparable rencontre entre les quatre éléments dont la combinaison forme de multiples paysages.

Des verdoyantes prairies où l'on voit le blanc duvet des moutons ou le passage altier du cheval islandais, aux déserts de cendres et gigantesques coulées de laves proches des immenses glaciers à l'origine d'importantes rivières, tout s'inscrit sous le signe de la puissante nature.

Ce périple qui traverse le pays du Sud au Nord, rejoint les majestueux fjords de l'Est et ses villages de pêcheurs avant de retrouver Reykjavik, offre sans aucun doute parmi les plus fabuleux visages de cette grande île.

## Fiche technique

### Carte d'identité

#### Nom :

République d'Islande

#### Capitale :

Reykjavik

#### Superficie :

103 000 km<sup>2</sup>

#### Population :

344,286 habitants

## **Régime politique :**

Démocratie Parlementaire

## **Formalités**

Passeport valide minimum 6 mois après le retour ou carte d'identité valide obligatoire. Pas de visa pour les ressortissants de l'Union Européenne et la plupart des pays occidentaux.

Ambassade d'Islande : 52, avenue Victor-Hugo, 75116 Paris - Tél. : 01 44 17 32 85.

## **Santé**

Aucune vaccination obligatoire ou nécessaire.

INSTITUT PASTEUR : 03 20 87 79 80 Voyager n'est pas anodin. Nos organismes ne sont pas forcément adaptés aux conditions de vie d'autres latitudes. Pour réussir ces moments d'escapade, mieux vaut être informé, préparé. Ne pas hésiter à téléphoner à l'Institut.

## **Devise**

La monnaie la couronne islandaise, « Krona » (ISK), 1 € = 151,31 ISK.

Pour davantage d'information sur le change : [www.oanda.com/convert/classic](http://www.oanda.com/convert/classic)

## **Décalage horaire**

En été, lorsqu'il est 12h à Paris, il est 10h00 en Islande. En hiver, lorsqu'il est 12h à Paris, il est 11h00 en Islande.

Pour davantage d'information: [www.horlogeparlante.com](http://www.horlogeparlante.com)

## **Électricité**

230 Volts. Pas d'adaptateur nécessaire.

## **Langue(s) et ethnie(s)**

L'islandais. On parle également l'anglais et souvent le danois. Les islandais sont les descendants de vikings norvégiens.

## **Religion**

Eglise luthérienne, minorités d'Eglises libres et catholiques.

## **Climat**

A la fois océanique et arctique, le climat est tempéré, mais la météo peut changer plusieurs fois par jour. L'été, la température peut varier de 5°C à 22°C. Le jour est continu entre mai et fin juillet, et on peut observer de magnifiques aurores boréales à partir de mi-août.

La météo étant un paramètre imprévisible, il convient de se préparer au mieux en cas de conditions climatiques exceptionnelles et difficiles.

Malgré une régularité générale qui nous permet d'apprécier les bonnes ou mauvaises périodes pour la visite d'un pays, la météo reste un paramètre imprévisible, il convient donc de se préparer au

mieux en cas de conditions climatiques exceptionnelles et difficiles.  
Pour davantage d'information: [fr.news.yahoo.com/meteo](http://fr.news.yahoo.com/meteo)

### **Quand partir**

De juin à septembre

### **Géographie et paysages**

Située sur la dorsale médio-atlantique, l'Islande est un point chaud de l'activité volcanique et géothermique : 30 volcans postérieurs à la dernière période glaciaire sont entrés en éruption au cours des deux derniers siècles, et c'est de l'eau naturellement chaude qui fournit à la population un chauffage peu onéreux et non polluant. L'île est la partie émergée d'un gigantesque plateau basaltique sous-marin de 750 km de diamètre. Les plus anciennes roches accessibles n'ont que 20 millions d'années, ce qui est très jeune. Toute cette terre qui constitue les plaines et les montagnes d'Islande a donc pris naissance en un temps très court, grâce à un volcanisme particulièrement actif.

### **Respect des coutumes**

Les Islandais ont un profond respect de la nature. De plus, la religion (protestantisme luthérien) et l'alternance des saisons rythment la majeure partie des coutumes islandaises. Depuis quelques années on remarque une américanisation importante de la société islandaise (de la nourriture en particulier). En Islande, l'identité d'une personne est donnée par son prénom, très peu d'Islandais possèdent en effet un nom de famille à proprement parlé, mais utilisent le prénom du père et l'attribut masculin « son » ou féminin « dottir ».

### **Groupe**

7 à 12 participants

### **Bagages**

Pour rendre les manutentions aisées, il vaut mieux prévoir un sac à dos classique ou un sac souple. Le bagage de soute ne doit pas excéder 20 kilos. Pendant le vol, préférez le sac à dos pour les objets fragiles et pratiques (appareil photo, portable, livres de voyage...), la nouvelle réglementation interdit la présence de liquides.

### **Transport**

Véhicule tout terrain

### **Niveau**

Les marches sont faciles. Il faut prévoir un petit sac à dos pour les affaires personnelles.

### **Accompagnement**

Le circuit est encadré par un guide-accompagnateur francophone soucieux de partager la connaissance de son pays, de maintenir la cohésion et la bonne humeur du groupe.  
Hébergement : Hôtels et bivouacs.

## **Gastronomie**

On n'ira pas en Islande pour sa grande gastronomie... Le skyr, sorte de fromage blanc très épais à déguster nature, aromatisé aux fruits ou avec du sucre. Nombreux fromages à tartiner smjörostur, genre « Vache qui rit » aux crevettes, aux champignons, au hareng...

Hangikjöt : jambon fumé d'agneau à l'arrière-goût de cendre froide (lié à la façon dont il est fumé).

Hákarl : aileron de requin faisandé pendant plusieurs mois dans le sol afin que l'urée contenue dans le sang perde sa toxicité. Goût étrange qui rappelle celui d'un vieux munster.

Nombreux poissons : saumon (qui peut être fumé ou mariné à l'aneth), cabillaud, hareng, flétan.

Enfin, sachez que les Islandais adorent la réglisse. Ils en mettent partout, y compris dans le chocolat

## **Eau**

Se munir de bouteilles encapsulées.

Rappel : les boissons ne sont pas comprises dans le prix.

## **Protection des sites**

Chaque participant est responsable de la propreté des lieux de passage. Il ne faut rien laisser traîner (papiers, plastiques,...) car l'équilibre écologique de ces endroits est fragile et la permanence des flux touristiques accroît les risques de dégradation.

## **Assurance**

Nous vous rappelons qu'en cas d'hospitalisation sur place ou de rapatriement, vous pouvez être couvert par une assurance personnelle. Si vous n'êtes pas couvert par cette dernière, Horizons Nomades vous propose une assurance globale qui couvre l'assistance rapatriement, l'annulation du voyage, l'interruption de séjour et les bagages. Son montant est variable en fonction du prix du voyage. Si vous disposez d'une assurance personnelle, vous pouvez souscrire une assurance « annulation » uniquement qui vous permettra d'être remboursé en cas d'annulation inattendue de votre voyage. Son montant est également variable en fonction du prix du circuit choisi. Merci de nous consulter pour plus de renseignements.

Inscription : Pour vous inscrire, il suffit de nous faire parvenir le bulletin d'inscription se trouvant à la fin de cette fiche technique ou en fin de brochure, ou sur notre site internet :

[www.horizonsnomades.com](http://www.horizonsnomades.com), dûment complété, accompagné d'un acompte de 30% du montant total, à l'agence de Strasbourg : Horizons Nomades, 4 rue des Pucelles, 67000 STRASBOURG.

Télécharger le bulletin d'inscription

## **Inscription**

Il suffit de compléter le bulletin d'inscription en ligne se trouvant à la fin de cette fiche technique, accompagné d'un acompte de 30% du montant total, à l'agence de Strasbourg : Horizons Nomades, 4 rue des Pucelles, 67000 Strasbourg.

## **Vêtements**

- pantalons amples
- chemises à manches courtes et longues
- un pull léger et un pull chaud
- un coupe vent
- chapeau ou casquette

## **Chaussures**

- une paire de chaussures de marche montantes légères
- une paire de sandales

## **Accessoires nécessaires**

- un bon sac de couchage
- une paire de lunettes de soleil
- un couteau multi-usages
- une lampe de poche frontale
- une gourde (1,5 l)

## **Trousse de toilette**

- une crème de protection solaire
- un baume pour les lèvres
- lingettes imbibées
- papier hygiénique & coton
- lait de toilette

## **Pharmacie**

Une pharmacie de premier secours est fournie pendant le voyage. Cependant, pensez à prévoir une petite pharmacie individuelle :

- antidiarrhéique
- collyre
- antiseptique
- analgésique
- répulsif antimoustiques

## **Photo/Vidéo**

Pour les appareils numériques, se munir par précaution d'au moins 2 batteries. Evitez de prendre des photos de gens si vous n'avez pas leur assentiment. Il est généralement interdit de filmer dans les lieux saints ou militaires. Dans plusieurs sites touristiques, historiques ou religieux, il faut s'acquitter d'une taxe pour pouvoir photographier.

## **Guides**

Guide du Routard

**Le grand guide de l'Islande**, Gallimard

## **Albums de belles photographies**

**Islande, entre feu et glace**, Jean Hervoche

**Islande, le sublime et l'imaginaire**, E. Mar-Jonsson, G. Cannat, P. Desgraupes.

## Littérature

**Contes populaires d'Islande**, Régis Boyer

**L'Islande des Viking**, Jesse Byock

## Albums de belles photographies

**Islande, entre feu et glace**, Jean Hervoche

**Islande, le sublime et l'imaginaire**, E. Mar-Jonsson, G. Cannat, P. Desgraupes.

## Carte routière

**Carte Islande**, Freytag

## Itinéraire

### Jour 1 • Vol Paris - Reykjavik

Accueil à l'aéroport et nuit chez l'habitant ou en guesthouse à Reykjavik..

### Jour 2 • Geysir - Landmannalaugar

Départ en direction du geyser "Strokkur" à Geysir et de l'imposante cataracte de Gullfoss. Remontée de la vallée de Thjorsardalur jusqu'aux hautes terres désertiques de l'intérieur. Le long des flancs du volcan Hekla jusqu'aux massifs rhyolitiques de Landmannalaugar. Bivouac.

### Jour 3 • Landmannalaugar

Randonnée dans les massifs rhyolitiques multicolores : solfatares, coulées figées d'obsidienne, lacs aux eaux turquoise, sources d'eau chaude se succèdent. Bivouac.

### Jour 4 • Landmannalaugar - Nyidalur

Randonnée jusqu'au cratère de Ljotipollur en passant par le lac Frostastadavath. Puis, route par la piste de Sprengisandur entre déserts de sable et de pierres et vastes espaces de glace jusqu'à proximité du glacier Tungnafellsjökull. Bivouac.

### Jour 5-6 • Nyidalur - Myvatn

Descente vers le Nord pour découvrir la chute d'Aldeyjarfoss et ses splendides orgues basaltiques avant de prendre la direction de Godafoss. Arrivée en fin de journée dans la région du lac Myvatn. Elle est une des zones volcaniques les plus actives de l'île. Elle a connu huit éruptions au cours des années 1975/85. Visite des marmites de boue bouillonnante de Namaskard. Cratère d'explosion, pseudo-cratère et avifaune d'une grande abondance complètent la panoplie des paysages de cet écosystème unique sous ces latitudes. Bivouacs.

### Jour 7 • Myvatn - Herdubreidarlindir

Traversée de vastes étendues de lave avant de longer les gorges de la Jokulsa à Fjollum où se succèdent cinq chutes d'eau dont la plus spectaculaire est Dettifoss. De là jusqu'au Vatnajökull s'étend l'une des régions les plus rudes et les plus désolées du pays. La traversée du désert de lave de l'Odadahraun mène jusqu'à "la reine des montagnes". Bivouac.

### **Jour 8 • Herdubreidarlindir**

Journée de randonnée dans la caldeira d'Askja, vaste cratère à la partie centrale effondrée à la suite d'une violente éruption qui eut lieu en 1875. Au centre se trouve un immense lac bordé d'un minuscule cratère : le Viti, où l'on peut se baigner. Bivouac.

### **Jour 9 • Herdubreidarlindir - Berufjörður**

Longue journée de route pour rejoindre la côte Est et ses nombreux fjords. La piste sinueuse serpente entre mer et montagnes le long de superbes fjords où sont blottis de petits villages aux maisons colorées. Bivouac.

### **Jour 10 • et Jour 11**

Fjords de l'Est. Après la baie de Lonsvik, à l'approche du Vatnajökull, le plus grand glacier d'Europe, les langues glacières semblent vouloir rejoindre l'océan. Découverte des icebergs de la lagune glaciaire Jökulsárlon qui dérivent vers l'océan proche par un fjord sous-marin invisible. Balade jusqu'au pied du point culminant de l'île, "le pic des Angéliques", le Hvannadashnjukur (2 119 mètres). Bivouacs.

### **Jour 12 • Skaftafell - Vik i Myrdal**

Randonnée dans le parc national de Skaftafell entre langues glaciaires et sommets où s'accrochent les nuages et une vaste plaine alluviale créée, au cours du temps, par les crues de boue glaciaire. Bivouac.

### **Jour 13 • Vik i Myrdal - Reykjavik**

Retour par la côte sud pour découvrir la région d'Undir Eyjafjöllum. Nuit en guesthouse.

### **Jour 14 • Vol Reykjavik - Paris**

En fonction de l'horaire, transfert à l'aéroport pour le vol retour.

# Carte

