

# OUTDOOR

Der Weg ist das Ziel

Erik Van de Perre



## Island: Trekking-Klassiker

Laugavegur, Fimmvörðuháls,  
Kjalvegur, Jökulsárgljúfur, Öskjuvegur



GPS-Tracks  
zum  
Download

**Land und Leute**

**Reise-Infos von A bis Z**

**Laugavegur**

**Fimmvörðuháls**

**Kjalvegur**

**Jökulsárgljúfur**

**Öskjuvegur**

**Glossar, Literatur, Index**





*Dimmifjallgarður*



**Band 28**

# **OutdoorHandbuch**

**Erik Van de Perre**

## **Island: Trekking-Klassiker**

**Laugavegur, Fimmvörðuháls,  
Kjalvegur, Jökulsárgljúfur  
und Öskjuvegur**

# Island: Trekking-Klassiker

Copyright Conrad Stein Verlag GmbH.  
Alle Rechte vorbehalten.

Der Nachdruck, die Übersetzung, die Entnahme von Abbildungen, Karten, Symbolen, die Wiedergabe auf fotomechanischem Wege (z. B. Fotokopie) sowie die Verwertung auf elektronischen Datenträgern, die Einspeicherung in Medien wie Internet (auch auszugsweise) sind ohne vorherige schriftliche Genehmigung des Verlages unzulässig und strafbar.

Alle Informationen, schriftlich und zeichnerisch, wurden nach bestem Wissen zusammengestellt und überprüft.

Sie waren korrekt zum Zeitpunkt der Recherche.

Eine Garantie für den Inhalt, z. B. die immerwährende Richtigkeit von Preisen, Adressen, Telefon- und Faxnummern sowie Internetadressen, Zeit- und sonstigen Angaben, kann naturgemäß von Verlag und Autor - auch im Sinne der Produkthaftung - nicht übernommen werden.

Der Autor und der Verlag sind für Lesertipps und Verbesserungen (besonders per E-Mail) unter Angabe der Auflagen- und Seitennummer dankbar.

Dieses OutdoorHandbuch hat 288 Seiten mit 113 farbigen Abbildungen sowie 26 farbigen Kartenskizzen, 23 farbigen Höhenprofilen und einer farbigen, ausklappbaren Übersichtskarte. Es wurde auf chlorfrei gebleichtem, FSC®-zertifiziertem Papier gedruckt, in Deutschland klimaneutral hergestellt und transportiert und wegen der größeren Strapazierfähigkeit mit PUR-Kleber gebunden.



Dieses Buch ist im Buchhandel und in Outdoor-Läden erhältlich und kann im Internet oder direkt beim Verlag bestellt werden.

OutdoorHandbuch aus der Reihe „Der Weg ist das Ziel“, Band 28

ISBN 978-3-86686-411-5 5., überarbeitete Auflage 2019

© BASISWISSEN FÜR DRAUSSEN, DER WEG IST DAS ZIEL UND FERNWEHSCHMÖKER sind urheberrechtlich geschützte Reihennamen für Bücher des Conrad Stein Verlags

Text und Fotos: Erik Van de Perre

(Fotoquelle Seite 260: Sverrir Pálsson/The Exploration Museum, Húsavík)

Karten: Heide Schwinn und Manuela Dastig

Lektorat: Anna-Lena Ebner

Layout: Manuela Dastig

Gesamtherstellung: gutenbergs beuys feindruckerei

Dieses OutdoorHandbuch wurde konzipiert und redaktionell erstellt vom:



Conrad Stein Verlag GmbH, Kiefernstr. 6, 59514 Welver,

☎ 023 84/96 39 12, ☎ 023 84/96 39 13,

✉ info@conrad-stein-verlag.de,

🌐 www.conrad-stein-verlag.de

Besuchen Sie uns bei Facebook & Instagram:



[www.facebook.com/outdoorverlag](http://www.facebook.com/outdoorverlag)



[www.instagram.com/outdoorverlag](http://www.instagram.com/outdoorverlag)

Titelfoto: Hveravellir: die heiße Quelle Öskurhóll


# Inhalt

<b>Vorwort</b>		<b>9</b>
Danke ...		10
<b>Land und Leute</b>		<b>11</b>
Geografie		12
Geologie		13
Klima und Wetter		27
Flora		28
Fauna		30
Geschichte		35
Bevölkerung		41
Die isländische Küche		43
<b>Reise-Infos von A bis Z</b>		<b>46</b>
Anreise nach Island	47	Karten 75
Anreise Laugavegur	50	Markierungen und Brücken 77
Anreise Fimmvörðuháls	55	Mitternachtssonne 79
Anreise Kjalvegur	56	Nationalparks 79
Anreise Jökulsárgljúfur	57	Naturgefahren 82
Anreise Öskjuvegur	59	Naturschutz 89
Ausrüstung	60	Organisierte Touren 90
Diplomatische Vertretungen	65	Orientierung 91
Einkaufen	66	Outdoorläden 93
Einreisebestimmungen	67	Post 93
Elektrizität	68	Reisezeit 94
Entfernungen	69	Sicherheit 94
Feiertage & Feste	69	Sprache 97
Fotografieren	70	Straßenverkehr 97
Gehzeiten	71	Telefon 103
Geld	71	Trampen 104
Gesundheit	73	Transport 105
Information	74	Trinkgeld 107
Internet & Internetcafés	75	Unterkunft 107

Updates	113	Wintertouren	115
Verpflegung	114	Zeitverschiebung	115
<b>Laugavegur</b>			<b>116</b>
Landmannalaugar			124
1. Etappe: Landmannalaugar – Hrafninnusker			130
2. Etappe: Hrafninnusker – Álftavatn			138
3. Etappe: Álftavatn – Emstrur			143
4. Etappe: Emstrur – Þórsmörk			151
Fortsetzung über Fimmvörðuháls			159
<b>Fimmvörðuháls</b>			<b>161</b>
1. Etappe: Básar – Fimmvörðuskáli			168
2. Etappe: Fimmvörðuskáli – Skógar			177
<b>Kjalvegur</b>			<b>185</b>
1. Etappe: Nach Hvítárnes			188
2. Etappe: Hvítárnes – Þverbrekknamúli			192
3. Etappe: Þverbrekknamúli – Þjófadalir			197
4. Etappe: Þjófadalir – Hveravellir			203
<b>Jökulsárgljúfur</b>			<b>210</b>
Ásbyrgi			214
1. Etappe: Ásbyrgi – Vesturdalur			219
2. Etappe: Vesturdalur – Dettifoss			225
<b>Öskjuvegur</b>			<b>236</b>
Herðubreiðarlindir			242
1. Etappe: Þorsteinsskáli – Bræðrafell			244
2. Etappe: Bræðrafell – Dreki			248
3. Etappe: Dreki – Dyngjufell			253
4. Etappe: Dyngjufell – Botni			264
5. Etappe: Botni – Svartárvatn			267



<b>Glossar, Literatur</b>	<b>270</b>
Glossar geologischer und geografischer Begriffe	272
Glossar isländischer geomorphologischer Begriffe	276
Literatur	280
<b>Index</b>	<b>283</b>

 <b>Übersichtskarten:</b>	
Geologische Karte Island	13
Laugavegur	119
Fimmvörðuháls	119
Kjalvegur	187
Jökulsárgljúfur	215
Öskjuvegur	238-239

Anzeige



**freytag & berndt**  
REISE • OUTDOOR • BERGSPORT

Jedes  
**Abenteuer**  
beginnt mit  
**freytag & berndt**

freytag-berndt.com

# Reise-Infos von A bis Z



*Room with a view*

## Anreise nach Island

### Mit dem Flugzeug


Direktflüge aus dem deutschsprachigen Raum nach Reykjavík (zum internationalen Flughafen in Keflavík, IATA-Kennung KEF) bietet **Icelandair** von Frankfurt, München, Berlin (Tegel), Hamburg und Zürich an, im Sommer außerdem von Düsseldorf und Genf.

**Lufthansa** fliegt ganzjährig direkt von Frankfurt, in der Saison auch von München und Hamburg. Weitere Alternativen gibt es in der Saison von **Eurowings** ab Hamburg und weiteren deutschen Städten (mit Umsteigen in Hamburg) sowie ab Zürich und Wien.


**Easyjet** startet ganzjährig von Basel, in der Saison auch von Genf. **Austrian** fliegt in der Saison von Wien.


Verbindungen von **Scandinavian Airlines (SAS)** via Kopenhagen gehen von mehreren deutschen Städten aus.


 [www.icelandair.com](http://www.icelandair.com)

 [www.easyjet.com](http://www.easyjet.com)




 [www.lufthansa.com](http://www.lufthansa.com)

 [www.austrian.com](http://www.austrian.com)


 [www.eurowings.com](http://www.eurowings.com)

 [www.flysas.com](http://www.flysas.com)

Die durchschnittliche Flugzeit von deutschen Flughäfen nach Island beträgt ca. 3 Std. 30 Min. Alle internationalen Flüge nach und von Island (mit Ausnahme der Flüge nach Grönland) gehen über Keflavík, 45 km von Reykjavík entfernt. Der **Duty-free-Shop** dort ist auch für ankommende Reisende geöffnet. Hinter dem Shop liegt die Passkontrolle (an der aber nur Nicht-EU-Bürger kontrolliert werden), danach gelangen Sie an die Gepäckbänder. Anschließend passieren Sie den Zoll.

  Für den Transfer zum Flughafen empfiehlt sich das **Rail & Fly-Ticket**. Mit diesem preisgünstigen Kombiticket, das von  Icelandair, Lufthansa und Eurowings aufgrund von Kooperationsverträgen mit der Bahn zusammen mit dem Flugticket gekauft werden kann, gelangen Sie von jedem deutschen Bahnhof zum Flughafen bzw. von dort wieder nach Hause. Das Rail & Fly-Ticket gilt am Tag vor dem Abflugtermin, am Abflugtag selbst sowie am Tag der Rückkehr und am Tag danach. Zwischenstopps sind erlaubt, Hin- und Rückreise müssen aber in Richtung des Flughafens bzw. Heimatbahnhofs erfolgen. Zwischen Hin- und Rückfahrt dürfen maximal zwei Monate liegen. Details zur Nutzung erfahren Sie bei der jeweiligen Fluggesellschaft.


Der Preis des „**Rail & Fly-Tickets**“ variiert von € 34 (Eurowings) bis € 50 (Icelandair) pro Strecke.




 Zwischen dem Flughafen und der Hauptstadt Reykjavík verkehren regelmäßig **Transferbusse** von zwei Unternehmen:

▷ Der **Flybus Airport Shuttle** fährt 35 bis 40 Min. nach jeder Landung von Keflavík zum zentralen Busbahnhof BSÍ. Die Busse starten direkt vor der Tür der Ankunftshalle. Sitzplätze sind immer garantiert. Fahrscheine erhalten Sie am Flybus-Schalter oder am Ticketautomaten am Ausgang des Flughafengebäudes. Sie können auch online erworben werden, sind aber nicht mehr wie bisher üblich im Bus erhältlich. ⌚ Die Fahrt zum BSÍ-Terminal (Endstation) dauert ca. 45 Min.


Mit dem Ticket „**Flybus+**“ können Reisende am BSÍ-Terminal in kleinere Busse umsteigen, die zu den verschiedenen Busterminals und den bedeutendsten Hotels und Pensionen in Reykjavík weiterfahren.

Vom BSÍ-Terminal fährt der Flybus 2 Std. vor dem jeweiligen Abflug nach Keflavík ab. Das Ticket „Flybus+“ schließt den Transfer vom Hotel zum BSÍ-Terminal ein. Voraussetzung ist eine rechtzeitige Anmeldung des Rücktransfers am Vorabend der Abreise an der Rezeption Ihrer Unterkunft.

 **Tarife:** einfache Fahrt ISK 3.499, Hin- und Rückfahrt ISK 6.499; „Flybus+“: einfache Fahrt ISK 4.499, Hin- und Rückfahrt ISK 7.999, Kinder von 12-15 Jahren zahlen die Hälfte, Kinder bis 11 Jahre fahren gratis (Stand Juni 2019). Auf der Homepage finden Sie auch eine Liste der Hotels, die mit dem „Flybus+“ erreichbar sind.

 **Reykjavik Excursions**, BSÍ Bus Terminal, 101 Reykjavík, ☎ 580 5400,  
 main@re.is,  www.re.is/flybus

▷ Auch der **Airport Express** startet alle 25 bis 45 Min. nach jeder Landung in Reykjavík. Endziel ist der Gray Line Bus Terminal (Skarfagarðar 8) im Hafen. Auch hier ist eine Weiterfahrt bis zum bzw. Abholung vom Hotel oder der Jugendherberge möglich. Fragen Sie nach dem Ticket „**Reykjavik Door to Door**“ (rechtzeitig buchen!). Fahrscheine sind beim Busfahrer und online erhältlich.

 **Tarife:** einfache Fahrt ISK 2.450, Hin- und Rückfahrt ISK 4.800; „Reykjavik Door to Door“: einfache Fahrt ISK 3.400, Hin- und Rückfahrt ISK 6.600, Kinder von 12-17 Jahren zahlen die Hälfte, Kinder bis 11 Jahre fahren gratis (Stand Juni 2019).

 **Airport Express**, Hafnarstraeti 20, 101 Reykjavík, ☎ 540 1313,  
 iceland@grayline.is,  airportexpress.is

# Laugavegur







*Zwischen Aftavatn und Þórsmörk schlängelt sich der Laugavegur zwischen skurrilen Palagonitbergen, wie Stórasúla.*

und die seltene **Atlantische Natternzunge** (*Ophioglossum azoricum*). Im Bach selbst wachsen der **Großblütige Wasserstern** (*Callitriche stagnalis*) und das **Kleine Laichkraut** (*Potamogeton pusillus*).












Eine weitere Wärme liebende Pflanze, das **Sumpf-Ruhrkraut** (*Filaginella uliginosa*), findet sich bei den Solfataren am Fuß der Brennsteinsalda.

Überquerung des Obsidianlavafeldes Laugahraun



## 1. Etappe: Landmannalaugar – Hrafninnusker

↻ 9,8 km, ⌚ N → S 5 Std., S → N 4 Std., ↑ 600 m, ↓ 160 m,  
 ↑ 590-1.060 m

0,0 km	↑ 590 m	Landmannalaugar       
1,5 km	↑ 633 m	Abzweigung Vondugil
2,4 km	↑ 712 m	Solfataren Brennsteinsalda  /Abzweigung Grænagil
5,0 km	↑ 940 m	Abzweigung Skalli
6,8 km	↑ 905 m	Stórihver 
9,5 km	↑ 1.060 m	Pass zwischen Söðull und Hrafninnusker (höchster Punkt des Laugavegur)
9,8 km	↑ 1.026 m	Hrafninnusker  

Von Landmannalaugar wandern Sie zunächst bequem über das Obsidianlavafeld Laugahraun zu den Solfataren am Fuß der Brennisteinsalda. Danach folgt ein langer, steiler Anstieg zu einem 1.060 m hohen Pass, bevor der Weg schließlich zur nahen Hütte leicht abfällt. Der Aufstieg nach Hrafninnusker wird oft bis in den Sommer hinein durch große Altschneeflächen erschwert. Bei Nebel kann die Orientierung im Pass Probleme bereiten. Bei schönem Wetter bietet der Weg traumhafte Ausblicke über die bunten Rhyolithberge von Landmannalaugar.



Auf diesem Abschnitt kam es in den letzten Jahren aufgrund der Witterung zu einigen dramatischen Zwischenfällen! Erkundigen Sie sich bei ungünstigen Wetterverhältnissen bei den Hüttenwirten, ob ein Aufstieg nach Hrafninnusker ratsam ist. Warten Sie gegebenenfalls auf besseres Wetter.

Von der Fí-Hütte in Landmannalaugar führen die Holzpflocke steil auf das Lavafeld **Laugahraun** hoch. Ein breiter Trampelpfad schlängelt sich anschließend über die stark zerklüftete Lava und bietet schöne Ausblicke auf die bunten Rhyolithberge Suðurnámur im Norden, Bláhnúkur im Süden und Brennisteinsalda im Südwesten. Die hoch aufgetürmte, dunkle Lava ist Obsidian (vulkanisches Glas) und entstammt einer Vulkanspalte, die 1480 aktiv war.

Nach 1,4 km ist das Ende des Lavafeldes erreicht. Die Pflöcke führen von der Lava hinunter, schwenken nach Süden und führen nun rechts von der Lava bergan. In Gehrichtung verraten aufsteigende Dampffahnen die Lage eines Solfatarenfeldes in den Hängen der **Brennisteinsalda** (= rauchende Schwefelkuppe). Gut 100 m weiter deutet ein Pfeil auf die **Abzweigung nach Vondugil ①** hin. In dieser nahen Schlucht brodeln weitere heiße Quellen.

Sie gehen jedoch geradeaus weiter und erreichen nach weiteren 800 m die **Solfataren ②** am Fuß der Brennisteinsalda, wo ein Pfeil auf eine nach Landmannalaugar zurückführende Variante durch die Schlucht **Grænagil** hinweist (☞ Bláhnúkur).

Der Laugavegur knickt hier nach rechts und schraubt sich nun, stets rechts von der dunklen Lava, steil empor. Nach weiteren 300 m ist auch dieser Anstieg geschafft. Rechts führt ein Trampelpfad zum nahen Gipfel der Brennisteinsalda (Pfeil). Hier oben ist deutlich zu sehen, wie die zähflüssige Lava – wie die Zahnpasta aus der Tube – förmlich aus einem der 1480 aktiven Krater herausgepresst wurde.



Oberhalb der Lava steigt der Weg zwischen vereinzelt Solfataren weiter und erreicht bald einen breiten Rücken. Im Frühsommer warten hier oft bereits die ersten Altschneefelder. Das zersetzte Rhyolithgestein ist von zahlreichen kleinen Furchen und Tälern durchzogen, aus denen Dampfahnen emporsteigen. Rückblickend ergibt sich eine herrliche **F1** Aussicht auf die finstere Obsidianlava, die aus dieser Perspektive an einen riesigen versteinerten Drachen erinnert.

An der **Abzweigung nach Skalli** **⊕** (km 5) macht der Laugavegur einen starken Rechtsknick.



*Stórhver: Auftauen im warmen Bach ...*

Nach weiteren 1,8 km kündigen lautes Wummern und eine große Dampfsäule die Lage einer sehr ergiebigen **⊕** heißen Quelle an. Kochend heißes Wasser schießt bei **Stórhver** (= große heiße Quelle) **⊕** mit Wucht aus einer kreisförmigen Öffnung im Boden. Fauchende Dampfquellen, brodelnde Schlammtöpfe und fauliger Schwefelgeruch rufen eine Assoziation mit der Hölle hervor. Der Bach, der nach Westen in die Reykjadalir abfließt, ist übrigens einer der Quellbäche des **Markarfljót**, jenes mächtigen Gletscherflusses, dem Sie weiter südlich (**☞** 3. Etappe und 4. Etappe) begegnen werden.

Ab Stórhver (↑ 905 m) steigt die Route (meist) über ausgedehnte Altschneeflächen zu einem **Pass** **⊕** zwischen Söðull (↑ 1.132 m) und Hrafninnusker



(↑ 1.141 m) hoch. Sonnenschutz und -brille sind hier unentbehrlich. Auch Gamaschen leisten im Schneematsch oft gute Dienste. Der Aufstieg kann bei Nebel recht beschwerlich sein, da die Markierungen in schneereichen Jahren bis tief in den Sommer hinein unter dem Schnee verborgen sein können (Kompass/GPS!). Im Spätsommer können die Altschneefelder verharscht sein.





# Index

*Ein junger Polartuchs reckt sich im Gras  
vor der Kirche von Möðrudalur.*

## A

Álftavatn	140
Anreise Fimmvörðuháls	55
Anreise Jökulsárgljúfur	57
Anreise Kjalvegur	56
Anreise Laugavegur	50
Anreise nach Island	47
Anreise Öskjuvegur	59
Árbúðir	194
Archaeen	25
Armstrong, Neil	259
Ásbyrgi	211, 214
Ascheregen	166
Áshöfðahringur	217
Askja	240, 253
Ausrüstung	60

## B

Baldheiði	194
Baldvinsskáli	178
Básar	159, 162, 168
Bátshraun	259
Beinahóll	208, 209
Bevölkerung	41
Bimsstein	254
Björgil	154
Bláfell	186
Bláfjallakvísl	147
Bláhnúkur	128
Bláhver	208
Blitzgefahr	176
Botnakofi	269
Botni	266
Bræðrafell	246
Bræðrahverir	208
Brandsgil	123
Brattháls	142
Bratthálskvísl	143

Brennisteinsalda	131
Brücken	77
Bruun, Daniel	186
Busfahren	105
Buspässe	105

## C/D

Caldera	253
Dettifoss	234
Diplomatische Vertretungen	65
Dómadalshraun	124
Drekafjöll	256
Drekagil	252, 255
Dreki	251
Dúandi	208
Dúfunefsfell	208
Dyngjufell	263
Dyngjufjalladalur	262, 264, 265
Dyngjufjöll	253

## E

Einhyrningur	154
Einkaufen	66
Einreisebestimmungen	67
Eishöhlen	136
Emstrulón	152
Emstrur	148, 150
Entfernungen	69
Entugjá	152
Entujökull	148, 153, 176
Erkes, Heinrich	265
explosiver Ausbruch	165
Eyjafjallajökull	20, 40, 163, 165, 175
Eyjan	218
Eyvindarhellir	208
Eyvindarhver	208
Eyvindarrétt	208
Eyvindarver	206

## F

Fagrihver	208
Fálkhöfuð	169
Fauna	30
Fauskheiðargil	148
Feiertage	69
Feste	69
Fimmvörðuháls	122, 159, 160, 164
Fimmvörðuskáli	174
Fjalla-Eyvindur	206, 208, 244
Fjallabaksleið	51
Fjallabaksleið syðri	146
Flatadyngja	246
Flora	28
Flugzeug	106
Flüsse	85, 121
Fotografieren	70
Frambruni	266
Fremra-Sandfell	201
Fremri-Emstruá	152
Frostastaðavatn	128
Fúlakvísl	193, 194

## G

Gehzeiten	71
Geld	71
Geografie	12
Geologie	13
Geothermalgebiet	204
Geothermalgebiete	87
Geschichte	35
Gesundheit	73
Giftdämpfe	176
Gígjökull	166
Gletscher	86
Gletscherläufe	83, 165, 176, 211
Gljúfrastofa	214, 219
Gloppa	229

Goðhraun	162, 171, 173
Grænagil	128, 131
Grashagakvísl	140
Grumbkow, Ina von	254

## H

Hafragil	233
Hafragilsfoss	231
Hamraskógar	154
Handy	213, 242
Hattafell	150
Hekla	83, 191
Heljarkambur	171, 172
Herðubreið	240, 243, 244, 246, 256
Herðubreiðarlindir	206, 242
Hlaupin	198
Hljóðaklettur	211, 223, 228
Hnausapollur	124
Hólmarfossar	230
Hólmatungur	230
Hólmsá	230
Holuhraun	264
Hotels	111
Hrafninnuhraun	124
Hrafninnusker	135, 136
Hrefnubúðir	194
Hrunagil	164, 171
Hrútfell	186, 195
Húsadalur	155, 156, 158
Hvannalindir	206
Hvannárgil	164
Hvanngil	144
Hvanngilshraun	146
Hveravellir	204, 207
Hvítárnes	188, 190
Hvítárvatn	191
Hypothermie	84

<b>I</b>		Köttljökull	176
Information	74	Króksá	181
Innri-Emstruá	148	Krossá	53, 159
Internet	75	Kúahvammur	222
Íshellir	136	Kvernahólsá	180
isländische Küche	43	Kvíar	222
		Kvíslarmúli	202
<b>J</b>		<b>L</b>	
Jökulgil	134, 140	Landmannalaugar	124
Jökulsá	220	Landmannaleið	51
Jökulsá á Fjöllum	222	Langidalur	155
Jökulsárgljúfur	211, 222	Laugahraun	124, 131
Jökulsárgljúfur-Nationalpark	211	Laugavegur	116
Jökultungur	140	Laugavegur Ultra Marathon	120
Jónsskarð	261	Lavafelder	88
Jugendherbergen	110	Lindaá	242
		Litlakista	250
<b>K</b>		Ljósá	154
Kaldaklofsfjöll	138	Ljótípollur	124
Kaldaklofskvísl	146	Lónið	166
Kallbjörg	229	<b>M</b>	
Kápa	154	Mælifellssandur	146, 147
Karl og Kerling	226, 228	Magni	164, 173
Karten	75	Markarfljótsgljúfur	148, 150, 152
Katla	83, 175	Markierungen	77
Kattarhryggir	170	Mietwagen	105
Kerlingardýngja	240	Missetäterwüste	241
Kerlingarfjöll	194	Mittelatlantischer Rücken	14
Ketildýngja	240	Mitternachtssonne	79
Kirkjan	224	mobile Brücken	160
Kjalfell	186, 195	Mobiltelefone	104
Kjalhraun	186, 194, 198, 204, 206, 209	Móði	173
Kjalvegur	186	Morinsheiði	170
Kjölur	186	Múlar	198
Klappir	222	Mýrdalsjökull	148
Klima	27		
Kollóttadyngja	240, 245		

## N

Nationalparks	79
Naturgefahren	82
Naturschutz	89
Neðstifoss	180
Norðurjökull	191
Norðurnámshraun	124
Notschutzhütten	96
Notsignale	96

## O

Ódáðahraun	206, 240, 241
Oddnýjarhnúkur	203
Organisierte Touren	90
Orientierung	91
Öskjuop	250, 255
Öskjuvatn	254, 258
Öskurhóll	207
Outdoorläden	93

## P

Pensionen	111
phreatomagmatische Eruptionen	175
Post	93
Proviant	114

## R

Randarhólar	211, 233
Rauðhólar	211, 222, 223
Rauðihver	208
Reisezeit	94
Réttarfoss	231
Rettungsgesellschaft	95
Reykjafjöll	138
Reynistaður	209
Rudloff, Max	254

## S

Sanddalur	233
Sandstürme	88, 122, 163, 241, 242
Schildvulkane	240
Schlafsackunterkünfte	113
Selfoss	234
Sicherheit	94
Skógá	179, 180
Skógafoss	181
Skógaheiði	178
Skógar	162, 181
Skógar Museum	182
Slyppugil	154
Smáfjöll	148
Snorraríki	159
Söðull	137
Sóleyjardalur	203
Sólheimajökull	176
Sönghellir	159
Sóttarhellir	159
Spalteneruption	164
Sprache	97
Stallaá	229
Stélbrattur	206
Stóra-Grænafjall	142
Stórakista	250
Stórihver	132
Stórkonufell	148
Straßenverkehr	97
Strýtur	186, 198, 208
Suðurá	268
Suðarárbotnar	269
Suðurjökull	191
Svartárkot	269
Svartárvatn	269
Svartikrókur	124

<b>T</b>			
Tafelvulkan	246	Veiðivötn	124
Tanken	103	Verpflegung	114
Telefon	103	Vesturdalur	225
Tófugjá	220	Vikrahraun	250, 255
Torfahlaup	142	Víti	254, 255, 259
Torfajökull	122, 134, 136	Volcano Huts Þórsmörk	156
Torfalón	142	Vondugil	123, 128
Torfatindur	142	Vulkanausbrüche	82, 163
Trampen	104	<b>W</b>	
Transport	105	Wanderhütten	107, 118, 188, 241
Trinkgeld	107	Wetter	27
Trinkwasser	115, 135, 188, 197, 241, 244	Wetterstürze	163
Trölladyngja	240, 266	Wildes Zelten	118
Tröllahellir	228	Wintertouren	115
Tröllíð	224	<b>Z</b>	
<b>U</b>		Zeitverschiebung	115
Updates	113	Zelten	109
Urriðafossar	230	<b>Þ</b>	
Útbruni	266	Þjófadalir	201
Útigönguhöfðar	150	Þjósárhraun	124
Útigönguhöfði	171	Þórsmörk	157, 162
<b>V</b>		Þorsteinsskáli	243
Valahnúkur	158	Þröngá	154
Vatnajökull	129	Þröskuldur	203, 206
Vatnajökull-Nationalpark	211, 240	Þverbrekknamúli	197
		Þverbrekknaver	196

Werde Fan bei Facebook und Instagram!



[www.facebook.com/outdoorverlag](http://www.facebook.com/outdoorverlag)

[www.instagram.com/outdoorverlag](http://www.instagram.com/outdoorverlag)





STEFMAP® © Stepmap, 123map, Daten: OpenStreetMap, © ODbL

- ▷ Land und Leute
- ▷ Reise-Infos von A bis Z
- ▷ Laugavegur (53,3 km)
- Fimmvörðuháls (25,1 km)
- Kjalvegur (48,3 km)
- Jökulsárgljúfur (35,1 km)
- Öskjuvegur (98,9 km)
- ▷ Glossar & Literatur
- ▷ Ausführlicher Index
- ▷ Praktische Griffmarken
- ▷ Einprägsame Symbole zur leichten Orientierung
- ▷ 26 farbige Kartenskizzen
- ▷ 23 farbige Höhenprofile
- ▷ 1 farbige, ausklappbare Übersichtskarte
- ▷ Haltbare PUR-Klebebindung
- ▷ Chlorfrei gebleichtes Papier, FSC®-zertifiziertes Papier

Nordis: „Wer in Island auf Trekking-tour gehen will, kommt um dieses Buch nicht herum.“



5., überarbeitete Auflage 2019  
 OutdoorHandbuch Band 28  
 ISBN 978-3-86686-411-5  
 € 16,90 [D]

