

Abbildungsnachweis / Impressum

Titelfoto (Umschlag): Blick vom Bláhnúkur über Landmannalaugar (Uwe Grunewald)

Alle Fotos von Uwe Grunewald, außer:

Titelfoto, Laugavegur, S. 30 / 31 – Peter Heusler / Eliane Zraggen

Titelfoto, Þórsmörk / Goðaland, S. 40 / 41 – Monique Starr

Foto, Fimmvörðuháls, S. 54 – Monique Starr

Island – Das Südliche Hochland

Die schönsten Wanderungen zwischen Landmannalaugar und Skógar

ISBN 978-3-9815254-0-3

1. Auflage

Herausgegeben von Uwe Grunewald ©

Design und Layout: Eliane Zraggen und Peter Heusler (Lenzburg, Schweiz)

Karten: Guðni Hannesson (Landmælingar Íslands / National Land Survey of Iceland)

Kartennachbearbeitung: Peter Heusler, Uwe Grunewald

Druck: Druckhaus Gera GmbH

Papier: Synthetisches Papier, 100% recyclingfähig, wasserfest, reißfest

Printed in Germany 2012

Alle Rechte vorbehalten!

Ohne schriftliche Genehmigung des Autors darf dieses Buches weder in seiner Gesamtheit, noch in Teilen in Kopien, Nachdrucken, Vertonungen oder sonstigen Verwertungsformen vervielfältigt werden.

Die aufgelisteten Wegpunkte (WP) dürfen in das eigene GPS eingegeben und für die Wanderungen genutzt werden.

Alle Informationen in diesem Buch sind vom Autor in größter Sorgfalt gesammelt und überprüft wurden.

Trotzdem können inhaltliche und sachliche Fehler nicht ausgeschlossen werden, weshalb alle Angaben im Sinne der Produkthaftung ohne Garantie erfolgen und der Autor keinerlei Verantwortung für inhaltliche und sachliche Fehler übernimmt. Der Autor bittet um Verständnis und wird Korrekturhinweise gern aufnehmen:

Email: unique-iceland@web.de

Internet: www.unique-iceland.de

Der Autor distanziert sich aus rechtlichen Gründen von allen Inhalten der aufgeführten externen Internetseiten. Auf die aktuelle und zukünftige Gestaltung, die Inhalte oder Urheberschaft der angeführten externen Internetseiten hat der Autor keinen Einfluss.

Inhalt

- 04 Vorwort
- 05 Danksagung
- 06 Allgemeine Informationen
- 08 Kontaktdaten der Hütten
- 09 Vorbereitung
- 10 Wichtige und interessante Adressen
- 10 Gefahren, Risiken und Tipps
- 13 Vorwort zu den Wanderrouten

14

Trekkingtour: Hellismannaleið (3 Tage)

- 1. Etappe: Rjúpnaveilir – Áfangagil
- 2. Etappe: Áfangagil – Landmannahellir
- 3. Etappe: Landmannahellir – Landmannalaugar

20

Tagestouren: Landmannalaugar

- Tour 1 : Zur Brennisteinsalda (mit Laugahraun und Grænagil)
- Tour 2 : Auf den Bláhnúkur
- Tour 3 : Zum Berg Skalli
- Tour 4 : Zum Kratersee Ljótípollur
- Tour 5 : Über Suðurnámur und Háalda zur Stórhver

30

Trekkingtour: Laugavegur (4 Tage)

- 1. Etappe: Landmannalaugar – Hrafninnusker
- 2. Etappe: Hrafninnusker – Álftavatn
- 3. Etappe: Álftavatn – Emstrur
- 4. Etappe: Emstrur – Þórsmörk

40

Tagestouren: Þórsmörk / Goðaland

- Tour 1 : Über den Gipfel Valahnúkur und den Bergrücken Merkurrani (Þórsmörk)
- Tour 2 : Rund um den Tindfjöll (Þórsmörk)
- Tour 3 : Von der Þórsmörk in das Goðaland
- Tour 4 : Abstecher in die Schlucht Stakkhóltsgjá
- Tour 5 : Rund um den Útigönguhöfði (Goðaland)

50

Trekkingtour: Über den Fimmvörðuháls (1-2 Tage)

- 1. Etappe: Básar – Fimmvörðuháls
- 2. Etappe: Fimmvörðuháls – Skógar

56

Trekkingtour: F235 / Sveinstindur – Hólaskjól (3 Tage)

- 1. Etappe: Piste F208, Abzweig F235 – Sveinstindur
- 2. Etappe: Sveinstindur – Skælingar
- 3. Etappe: Skælingar – Hólaskjól

64

Trekkingtour: Strútstigur (3 Tage)

- 1. Etappe: Hólaskjól – Álftavötn
- 2. Etappe: Álftavötn – Strútsskáli
- 3. Etappe: Strútsskáli – Hvanngil

- 70 Wanderkarten (1:50.000)
- 96 Glossar geologischer Begriffe
- 97 Benutzte und weiterführende Literatur
- 98 Wörterbuch
- 99 Index wichtiger Orte

Vorwort

Island ist einzigartig. Es ist die derzeit größte Vulkaninsel der Erde, deren Landschaftsbild bis zum heutigen Tag von den Naturgewalten bestimmt wird. Diese Naturgewalten haben aber auch eine gewaltige Natur geschaffen, die man nur als Wanderer intensiv erleben kann. Eines der schönsten und meistbesuchten Wanderparadiese ist das südliche Hochland, welches der Grund war, ein spezielles Buch darüber zu schreiben. Der vorliegende Wanderführer beschreibt bekannte und weniger bekannte Wanderrouten durch das südliche Hochland und umfasst 5 Trekkingtouren, 8 Tageswanderungen und mehrere kurze Ausflüge. Es umschließt ein Gebiet, das etwa vom Vulkan Hekla im Westen bis zum See Langisjór im Osten reicht. Im Norden dient der Gletscherfluss Tungnaá als natürliche Grenze, während sich im Süden zwei große Vulkanmassive erheben, die von den Gletschern Mýrdalsjökull und Eyjafjallajökull bedeckt werden.

Wer sich zu Fuß und mit Rucksack aufmacht dieses Gebiet zu erkunden, der wird eine abwechslungsreiche Landschaft entdecken. Es geht vorbei an Vulkankratern und Lavaströmen, dunklen Basaltfelsen und farbigen Rhyolithbergen, spektakulären Wasserfällen und idyllischen Birkenwäldchen. Man sieht weiße Gletscher und schwarze Sander, kalte Flüsse und heiße Quellen, blaue Seen und grüne Moosteppiche. Man läuft durch weite Täler und tiefe Schluchten, über steile Bergkämme und ebene Hochflächen, und genießt die fantastischen Panoramablicke von den Berggipfeln.

Die Einzigartigkeit und Vielfalt dieser Region wird schon dadurch hervorgehoben, dass es die zwei bekanntesten Naturschutzgebiete Islands einschließt, Fjallabak und Þórsmörk, in welchen sich längere Aufenthalte lohnen und man mehrere Tages - oder Halbtageswanderungen unternehmen kann.

Wer das südliche Hochland auf mehrtägigen Trekkingtouren erkunden möchte, der kann zwischen mehreren 2 - 4 tägigen Wanderungen wählen, und wer viel Zeit hat, kann diese miteinander verbinden und zu einer bis zu 11- tägigen Fernwanderung ausdehnen.

Es ist natürlich unmöglich das Land so intensiv zu bereisen, dass man alle Wanderungen beim ersten Islandbesuch unternehmen kann. Wem aber die erste Islandreise gefällt und sich mit dem *Islandvirus* infiziert, der wird sicher wiederkommen und mehr entdecken wollen.

Danksagung

An dieser Stelle möchte ich mich bei all jenen ganz herzlich bedanken, die mir mit zahlreichen Informationen geholfen, mich während meiner Islandreisen unterstützt oder bei der Fertigstellung dieses Buches mitgearbeitet haben:

Rakel Sveinsdóttir, Ragnheiður Harpa Leifsdóttir, Eliane Zraggen, Peter Heusler, Monique Starr, Torsten Fell, Manuela Zelle, Þráinn Fridriksson, Guðjón Eyjólfur Ólafsson, Bjarney Guðbjörnsdóttir, Guðni Hannesson, Maria Gerecke, Olaf Kähler, Dieter Graser, Jutta und Tom Ransberger, Sigrid Müllenhoff, Hans-Dieter Klinger, Andi Schönberger, Peter Klein, Petra und Martin Bierhoff, Dirk Lehner, Osama Mustafa, Heiko Griebisch, Ines Falkenhain, Steffen Graupner, Lutz Gebhardt, Auður Halldórsdóttir, Aldis Fjóra B. Ásgeirsdóttir, Vita Stale, Ása Björk Valdimarsdóttir, Konrad Mackowski, Karen Björg Jóhannsdóttir, Sigrún Sæmundsen, Þórdís Katla Bjartmarz, Dennis Veldhuis, Freek Bruijstens, Elísabet Ögn Jóhannsdóttir, Joss Gustavsson, Katrín Ingibergsdóttir, Emilia Prodea, Guðmundur Viðarsson, Dagny Lára Guðmundsdóttir sowie den Mitarbeitern der Wandervereine Ferðafélag Íslands und Útivist.

Die Recherche für das Buch wurde vom Europäischen Sozialfond finanziell unterstützt.

Allgemeine Informationen

Wanderzeit und Wetter

Während eine Reise nach Island inzwischen zu jeder Zeit möglich ist, sind die klimatischen Bedingungen für das Wandern nur in den Sommermonaten von Mai / Juni bis etwa August / September optimal. Besonders wer längere Wanderungen in Island unternimmt, wird nicht nur mit Sonnenschein, sondern auch mit Wind und Regen konfrontiert werden. Schnelle Wetterumschwünge sind jederzeit möglich. Dabei kann das Wetter so vielseitig sein, wie die Landschaft, die man durchwandert. Es gibt auch Tage, wo man glaubt, alle vier Jahreszeiten an einem einzigen Tag zu erleben. Wer die Wetterprognose der jeweils nächsten Tage wissen will, kann sich auf der Webseite des Isländischen Meteorologischen Dienstes informieren (→ Wichtige und interessante Adressen).

Transport

Generell ist man bei Fahrten in das isländische Hochland auf ein geländefähiges Fahrzeug angewiesen. Allerdings ist die Anreise, besonders im Frühsommer, von der Freigabe der jeweiligen Straßen und Pisten abhängig und wird (fast) täglich durch das Isländische Straßenbauamt aktualisiert (→ Wichtige und interessante Adressen). Wer mit dem öffentlichen Hochlandbus anreist, ist dagegen auf den Sommerfahrplan der Busunternehmen angewiesen. Von Reykjavík und von Skaftafell aus fährt einmal täglich ein Bus nach Landmannalaugar und wieder zurück. Die meisten Hütten im vorliegenden Wanderbuch sind gut mit dem Bus erreichbar. Während der Fahrt werden bestimmte Orte fest angefahren, aber wer sich beim Busfahrer rechtzeitig meldet oder am Straßenrand deutliche Zeichen gibt, kann an jeder anderen beliebigen Stelle aus- oder einsteigen. Reservierungen sind nicht erforderlich. Auskünfte zu den aktuellen Busfahrplänen (Busgesellschaft, Abfahrtszeiten, Strecke, Preise), kann man sich im Vorfeld einholen (→ Wichtige und interessante Adressen).



Reitergruppe auf dem Hellismannaleið

Vorbereitung

Da es zu diesem Thema bereits zahlreiche Bücher und Informationsseiten im Internet gibt, wird an dieser Stelle nur eine kurze Zusammenfassung gegeben. Für die richtige Vorbereitung gehören auf jeden Fall eine geeignete Ausrüstung als auch, besonders bei mehrtägigen Trekkingtouren, die notwendige körperliche Fitness.

Ausrüstung

Zu einer guten Ausrüstung gehören auf jeden Fall warme und wetterfeste Bekleidung, stabiles Schuhwerk, ein warmer Schlafsack, sowie ein gut auf die individuelle Körpergröße angepasster Rucksack. Wer nicht in den Hütten übernachtet, sollte zusätzlich ein regendichtes und sturmfestes Zelt, eine gut isolierende Matraze und einen Kocher besitzen. Wer in Island wandert, sollte aber nicht nur mit wolkenbedecktem Himmel und nasskaltem Wetter rechnen, sondern auch mit Sonnenschein und hohen Temperaturen. Um so ein Hochdruckgebiet die gesamte Zeit genießen zu können, gehören auch eine Kopfbedeckung, sowie Sonnencreme in den Rucksack.

Bei mehrtägigen Trekkingtouren muss damit gerechnet werden, den einen oder anderen Fluss furten zu müssen. Dafür ist es ratsam, ein Paar geeignete Schuhe, wie beispielsweise Trekkingsandalen oder Crocs, mitzunehmen. Um unter anderem bei Flussschiffen besseren Halt zu haben, aber auch um generell die eigenen Kniegelenke zu schonen, sind Trekkingstöcke ideale Hilfsmittel.

Weitere wichtige Dinge, die man bei Wanderungen in unbekannten Gelände unbedingt dabei haben sollte, sind eine geeignete Wanderkarte, sowie ein Kompass und / oder GPS, und das notwendige Wissen, damit umgehen zu können.

Um Antworten zu Fragen über bestimmte Ausrüstungsgegenstände zu bekommen, sollte man sich von den Verkäufern spezieller Camping- und Outdoorläden beraten lassen. Trotz aller Vorbereitungen kann es immer passieren, etwas zu Hause zu vergessen oder es geht etwas kaputt. Andere Dinge, wie Brennsprit und Gaskartuschen, dürfen nicht im Flugzeug transportiert und müssen vor Ort besorgt werden. In solchen Fällen ist man auf die Outdoorläden in Reykjavik angewiesen (→ Wichtige und interessante Adressen). Außerhalb vom Großraum Reykjavik sind die Chancen in den beiden größeren Ortschaften Akureyri im Norden und Egilsstaðir im Osten noch nennenswert. Brennsprit und Gaskartuschen werden an Tankstellen angeboten und während der Sommermonate sind sie auch auf dem Campingplatz in Reykjavik erhältlich (→ Wichtige und interessante Adressen).

Körperliche Fitness

Zur körperlichen Fitness gibt es eigentlich nicht viel zu sagen, denn es sollte jedem klar sein, dass es nicht ratsam ist, eine Wanderung im Nirgendwo abzubrechen. Besonders für Leute, die noch nie längere Trekkingtouren unternommen haben, ist es ratsam, im Vorfeld für ihre geplante Wanderung zu trainieren. Wer noch nie für einen oder mehrere Tage mit einem mehr als 15 kg schweren Rucksack unterwegs war, sollte genau diese Situation zu Hause testen und auf kleinen, anspruchlosen Wanderwegen trainieren.

Ein isländisches Sprichwort sagt sinngemäß: *Wenn dir das Wetter nicht gefällt, dann warte fünf Minuten.* Es ist durchaus richtig, dass sich das Wetter in Island sehr schnell ändern kann, aber man kann nie genau sagen, ob es dann wirklich besser oder vielleicht noch schlechter wird. Deshalb gehört zur körperlichen Fitness auch die eigene Psyche, denn lang anhaltender Dauerregen kann auf das Gemüt schlagen. Nur wer die notwendige körperliche Fitness mitbringt und eine geeignete Ausrüstung besitzt, wird die Wanderung wirklich genießen können. Es ist unwahrscheinlich, dass man eine Wanderung durch Sturm, Schneeregen, kalten Temperaturen und ohne Sicht als schön empfindet, aber die Hauptsache ist, man überlebt sie.

Wanderkarten

Seit 2011 gibt es topografische Karten im Maßstab 1:100.000, welche die ganze Insel abdecken und im Handel (Buchläden, Tankstellen, Informationszentren) erhältlich sind. Genauere Karten sind zur Zeit nur bedingt erhältlich und decken nur lokale Gebiete ab. Für die Region des südlichen Hochlandes gibt es nur genaue (1:25.000) Wanderkarten für Landmannalaugar und Þórsmörk / Goðaland.

Wichtige und interessante Adressen

Isländischer Rettungsdienst

ICE-SAR

Icelandic Association for Search and Rescue

Skógarhlíð 14

105 Reykjavík

Tel: +354 – 570 5900

Fax: +354 – 570 5901

Notruf: 112

Email: scrfstofa@landsbjörg.is

Web: <http://www.icesar.com/>

Wandervereine

Ferðafélag Íslands (F.Í.)

Mörkin 6

108 Reykjavík

Tel: +354 – 568 2533

Email: fi@fi.is

Web: <http://www.fi.is>

Útivist

Laugavegi 178

105 Reykjavík

Tel: +354 – 562 1000

Email: utivist@utivist.is

Web: <http://www.utivist.is/utivist/english/>

Isländische Umweltagentur:

<http://english.ust.is/>

Naturschutzgebiet Fjallabak:

<http://english.ust.is/National-Parks/Protected-areas/Fjallabak/>

Isländisches Meteorologisches Institut:

<http://en.vedur.is/>

Jugendherbergen in Island:

<http://www.hostel.is/>

Forum zu allen Fragen rund um Island:

<http://www.islandreise.info>

Busunternehmen

Trex

Hesthals 10

110 Reykjavík

Tel: +354 587 6000

<http://de.trex.is/>

Reykjavík Excursions

BSÍ Bus Terminal

101 Reykjavík

Tel: +354 580 5400

<http://www.re.is/IcelandOnYourOwn/>

Outdoorläden

Everest

Tel: +354 - 533 4450

Web: <http://www.everest.is/>

Útilíf

Tel: +354 – 545 1500

<http://www.utilif.is/>

66°North

Tel: +354 – 535 6600

<http://www.66north.com/>

Cintamani

Tel: +354 – 533 3800

<http://www.cintamani.is/>

Isländisches Straßenbauamt:

<http://www.vegagerdin.is/english/>

Isländisches Landesvermessungsamt:

<http://www.lmi.is/english/>

Kartenverkauf:

<http://www.ferdakort.is/>

Kostenlose Islandkarte für GPS:

<http://www.ourfootprints.de/gps/mapsources-island.html>

Isländischer Naturschutzverband:

<http://www.inca.is/>

Gefahren, Risiken und Tipps

Wer längere Wanderungen oder Trekkintouren unternehmen möchte, sollte sich zur eigenen Sicherheit bei den Rangern oder den Mitarbeitern des Isländischen Rettungsdienstes Landsbjörg an- und abmelden (→ Wichtige und interessante Adressen). Für den Laugavegur ist die An- und Abmeldung bei den Hüttenwarten sogar Pflicht. Zudem ist es sinnvoll, sich vor Beginn einer Wanderung über mögliche zu erwartende Gefahren informieren und wie man diesen begegnet

Flüsse mit starker Strömung sollte man leicht schräg und gegen die Strömung (flussaufwärts) furten. Dabei sollte man im Wasser kleine Schritte machen und langsam laufen. Es ist ratsam, den Fluss nicht mit der Strömung zu durchwaten, da so die Beine schneller weggerissen werden können.

Zum Schutz der Füße während Flussquerungen eignen sich Trekkingsandalen oder Crocs hervorragend. Das Nutzen von Wanderstöcken ist zusätzlich ideal, um das Gleichgewicht zu halten.

Für die in diesem Buch beschriebenen Trekkingtouren, sind besonders die Flüsse Bláfjallakvísl (auf dem Laugavegur zwischen Álftavatn und Emstrur), Þröngá (auf dem Laugavegur zwischen Emstrur und Þórsmörk), Hellnaá (zwischen Sveinstindur und Skælingar) sowie Syðri-Ófæara (auf dem Strútstigur zwischen Hólaskjól und Álftavötn) erwähnenswert. Besonders in der Zeit der Schneeschmelze im Frühjahr oder nach langanhaltenden Regenfällen können die Pegel der Flüsse ansteigen und diese unpassierbar machen. In solchen Fällen ist es ratsam, zur letzten Hütte zurückzulaufen und einen günstigeren Zeitpunkt abzuwarten oder die Tour ganz abzuberechen. Das Furten größerer Gletscherflüsse wie Tunгнаá, Skaftá oder Krossá sollte man generell vermeiden!

Altschneefelder / Schneebrücken

Im Frühjahr und Frühsommer kann die Schneedecke in den höheren Lagen noch lange liegen bleiben, während sie darunter schon abschmilzt. Dabei kommt es zur ständigen Ausdünnung der darüber liegenden Schneedecke (Foto), welche bei Belastung durch darüber laufende Wanderer einbrechen kann. Dies ist beispielsweise auf dem Laugavegur, im ersten Abschnitt von Hrafninnusker zum Álftavatn der Fall. In kritischen Fällen ist es besser, diese Schneebrücken zu umgehen.



Vorsicht bei der Überquerung von Schneebrücken

Geothermalgebiete

Der Besuch von Geothermalgebieten ist einer der Höhepunkte einer Islandreise, aber bereits bei der Annäherung an sprudelnde heiße Quellen und Schlammtöpfe gilt erhöhte Vorsicht. In den bekanntesten und meist besuchten Gebieten wurden Hinweisschilder aufgestellt, spezielle Wege angelegt und die besonders gefährlichen Stellen mit extra Seilen begrenzt. Es ist wichtig zu wissen, dass alle Geothermalgebiete als geologische Schwächezonen definiert sind. Besonders im Bereich der Solfatarenfelder sollte man sich vor Augen halten, dass das umgebende

Gestein (auch im Untergrund) durch die aggressiven Gase angegriffen, zersetzt und in Tonminerale umgewandelt wird, wodurch die bekannten graufarbenen Schlammstöpsel entstehen. Als Folge bilden sich im Untergrund Hohlräume und der darüber liegende Boden wird fragil und instabil. Beim Betreten dieser Flächen riskiert man einzubrechen und schwerwiegende Verbrennungen zu holen.

Trinkwasser

Die vielen Flüsse und Niederschläge in Island täuschen darüber hinweg, dass es auch Gegenden gibt, wo im Sommer alles trocken ist und kein Trinkwasser vorkommt. Das Lavagestein ist oft so porös, dass das Niederschlagswasser innerhalb kurzer Zeit im Erdboden versickert. Deshalb ist es ratsam, immer etwas Trinkwasser dabei zu haben.

GPS-Koordinaten

Alle aufgelisteten GPS-Koordinaten beziehen sich auf das Kartenbezugssystem WGS84 (Weltweites Geodätisches System 1984).

Verhaltensregeln in Naturschutzgebieten

Für die Nationalparks und Naturschutzgebiete wurden bestimmte Verhaltensregeln aufgestellt, die von allen eingehalten werden müssen. Nichtsdestotrotz können einige auch als Richtlinien für das generelle Verhalten in ganz Island angesehen werden.

1. Fahren Sie nicht abseits der Straßen!
2. Das Zelten außerhalb der vorgeschriebenen Plätze ist nicht gestattet und bedarf einer Sondergenehmigung durch die Ranger.
3. Stören Sie keine Wildtiere!
4. Zerstören Sie nicht die Vegetation!
5. Entzünden Sie kein Lagerfeuer!
6. Bauen Sie keine Steinhäufen!
7. Beschädigen Sie keine geologischen Felsformationen!
8. Beschädigen Sie keine heißen Quellen und Becken!
9. Respektieren Sie die Ruhe und den Frieden der Region!
10. Lassen Sie keinen Abfall liegen! Vergraben Sie keinen Zellstoff oder Toilettenpapier oder legen es unter Steine!

Vorwort zu den Wanderrouten

Das Schwierige für Autoren ist die Bewertung von Wanderrouten nach Schwierigkeitsgrad und Gehzeit der Strecken. Diese Einschätzung ist abhängig von der individuellen Leistungsfähigkeit und Kondition des Wanderers. Desweiteren ist besonders die Laufgeschwindigkeit vom Gewicht des zu tragenden Rucksacks abhängig. Für die hier beschriebenen Trekkingtouren gilt, dass sie alle ohne größere Probleme machbar sind und von jeden gesunden Menschen unternommen werden können. Andererseits sollte man keine dieser Wanderungen unterschätzen und als einfach definieren, sondern immer mit Schwierigkeiten und Hindernissen rechnen. Die größte Widrigkeit, mit welcher man während aller Wanderungen einkalkulieren muss, ist das Wetter.

Es werden in diesem Wanderführer sicherlich mehr GPS-Wegpunkte aufgelistet, als man unterwegs braucht. Bei gutem Wetter und klarer Sicht ist es kaum möglich sich zu verlaufen. Wenn es aber zu Wetterumschwüngen kommt und innerhalb weniger Minuten die Sicht auf unter zehn Meter abnimmt, dann ist die Orientierung selbst in einfachem Gelände umso schwieriger. Deshalb wurde versucht, die GPS-Wegpunkte an besonders wichtigen, markanten oder richtungsändernden Stellen aufzunehmen.



Wasserfall bei Fossabrekkur



Hellismannaleið



Bunte Rhyolithberge umgeben das Tal Vondugil



Landmannalaugar

das meiste Grün stammt von einigen Flächen mit Quellmoosen. Es lohnt sich, in dieser Gegend einige Minuten Rast einzulegen, um die Umgebung auf sich wirken zu lassen. Dabei kommen in südlicher Richtung auch die beiden relativ kleinen Gletscher Torfajökull und Kaldaklofsjökull in Sicht. Bei **WP53** macht der Weg eine Rechtskurve und führt leicht hangabwärts. Nur wenige hundert Meter weiter, bei **WP54**, biegt der Pfad wieder nach links ab und führt über eine kurze Steigung auf eine weitere Hochfläche. Während des Aufstieges fällt rechter Hand der Blick in die steil abfallende Schlucht Stóra-Hamragil.

Oben angekommen macht der Weg eine erneute Linksbiegung (**WP55**). Über die Wegpunkte **WP56** und **WP57** werden zwei weitere Täler umgangen und anschliessend läuft man über die Wegpunkte **WP58** und **WP59** am Osthang des Berges Skalli (1027 m ü. NN) vorbei. Auf einem steilen, aber ungefährlichen Trampelpfad geht es wieder nach unten. Am Bergfuß kommt man an einem Bach vorbei (**WP60**), wo frisches Trinkwasser aufgetankt werden kann. Nach einem erneuten kurzen Anstieg auf den kleinen Gipfel Vörðuhnúkur **WP61**, macht der Weg eine Linksbiegung und verläuft auf einem Bergkamm in nordwestliche Richtung (**WP62**), zwischen den beiden Tälern Jökulgil (rechts) und Litla - Brandsgil (links). Ein letzter Abstieg und man steht am Talausgang der Brandsgil (**WP63**). Zuletzt muss die vor einem liegende Schotterebene in nordwestliche Richtung überquert werden, wobei man sich immer mehr dem Bláhnúkur nähert. Auf der anderen Seite wird **WP44** passiert, wo der Aufstiegsweg auf den Bláhnúkur beginnt (→ Tour 2). Rund 500 m weiter erreicht man wieder das Camp.



Blick von der Westseite des Bláhnúkur zur Brennsteinsalda

Laugavegur: Landmannalaugar – Þórsmörk

Strecke: ca. 53 km, Dauer: 4 Tage, Karten 4 bis 8

1. Etappe: Landmannalaugar – Hrafninnusker

Strecke: ca. 11 km, Dauer: ca. 4 - 5 Stunden, Karten 4 und 5

Der erste Teil der Wanderung bis zu **WP50** ist bereits im Kapitel *Landmannalaugar* (→ Tour 3, Seite 24) beschrieben und wird hier noch einmal kurz zusammengefasst: Die Trekkingtour auf dem Laugavegur beginnt bei der Hütte des isländischen Wandervereins Ferðafélag Íslands (**WP38**), wo es über das Lavafeld Laugahraun zu **WP37** geht. Anschließend umwandert man die Brennisteinsalda und passiert dabei **WP39**. An der Weggabelung bei **WP40** nimmt man den linken Pfad, der kurze Zeit später über einen Höhenrücken die meiste Zeit hangaufwärts führt.

Unterwegs kann man während kleiner Verschnaufpausen die außergewöhnliche Landschaft bewundern. Die Berge und Hochflächen bestehen aus hellfarbenen und geothermal zersetzten Rhyolithgestein. Mehrere Schluchten und Tälern durchziehen die Gegend und die Dämpfe zahlreicher heißer Quellen, Fumarolen und Solfataren steigen empor. Hier macht der Laugavegur seinem Namen (dt: *Der Weg der heißen Quellen*) alle Ehre. Bis in den Sommer hinein können Schneefelder des letzten Winters überdauern, was der Landschaft einen zusätzlich ästhetischen Charakter gibt.

Bei **WP50** steht man schließlich auf einer ausgedehnten Hochfläche, wo ein Weg nach links zum Berg Skalli abzweigt. Der Laugavegur biegt dagegen hier nach rechts ab und macht kurze Zeit später wieder eine Linksbiegung. Auf diese Weise werden mehrere Rinnen und kleine Täler umlaufen, die sich infolge der Erosion in diese Hochfläche hineingeschnitten haben.

Nach etwa zwei Drittel der Strecke erreicht man mit **WP91** das geothermal aktive Gebiet von Stórhver (dt: *Große heiße Quelle*). Der hier nach Westen abfließende Bach wird sich später mit anderen Flussläufen vereinigen und den mächtigen Markarfljót bilden, den man am dritten Tag auf einem kurzen Ausflug, aber spätestens am vierten Tag begegnet.



Fumarolenaktivität im Reykjadalir

Obgleich Wasserstand, Flussverlauf und Strömungsgeschwindigkeit natürlichen Schwankungen unterworfen sind und sich immer ändern können, sollte es kein Problem sein, das kurze Stück durch das Wasser zu waten. Bei **WP149** stößt man wieder auf die Piste und läuft auf dieser die letzten 2 km zurück nach Básar.



Blick in die Schlucht Hvannárgil im Goðaland

WP 116	N 63°41.099	W 19°30.768
WP 117	N 63°41.437	W 19°32.444
WP 118	N 63°40.998	W 19°31.870
WP 119	N 63°41.133	W 19°32.111
WP 120	N 63°40.860	W 19.33.126
WP 121	N 63°40.809	W 19°33.563
WP 122	N 63°40.881	W 19°33.698
WP 123	N 63°41.348	W 19°32.237
WP 124	N 63°41.077	W 19°29.199
WP 125	N 63°41.198	W 19°28.377
WP 126	N 63°40.964	W 19°28.576
WP 127	N 63°41.067	W 19°28.023
WP 128	N 63°41.140	W 19°27.563
WP 129	N 63°41.161	W 19°27.361
WP 130	N 63°41.094	W 19°26.835
WP 131	N 63°41.463	W 19°26.724
WP 132	N 63°41.576	W 19°26.782

WP 133	N 63°41.647	W 19°28.458
WP 134	N 63°40.648	W 19°28.882
WP 135	N 63°40.532	W 19°28.172
WP 136	N 63°40.591	W 19°28.126
WP 137	N 63°40.504	W 19°27.246
WP 138	N 63°40.059	W 19°25.705
WP 139	N 63°39.562	W 19°25.531
WP 140	N 63°39.255	W 19°25.682
WP 141	N 63°38.934	W 19°25.862
WP 142	N 63°39.107	W 19°26.798
WP 143	N 63°39.450	W 19°27.486
WP 144	N 63°40.160	W 19°28.546
WP 145	N 63°40.210	W 19°28.976
WP 146	N 63°40.414	W 19°29.424
WP 147	N 63°40.331	W 19°30.097
WP 148	N 63°40.424	W 19°30.474
WP 149	N 63°40.755	W 19°30.848



Auf dem Heljarkambur



Kratersee Ljótípollur bei Landmannalaugar (Tour 4)

Der See Herbjarnarfellsvatn mit dem Bergmassiv Lößmundur im Hintergrund (Hellismannaleið)



