

# **IL GRANDE TREKKING DEL LANDMANNALAUGAR**

## **IN BREVE:**

Tour di gruppo: minimo 6, massimo 10 persone con guida in lingua italiana. Tra i migliori trekking del mondo per la bellezze dei paesaggi che si attraversano, una varietà paesaggistica che sintetizza a pieno tutti i contrasti dell'Islanda. Partenze in luglio e agosto. Quote NON inclusive di volo.

## **DATE DI PARTENZA:**

Partenze 2017 con guida di lingua ITALIANO:

LUG: 01, 08, 15, 22, 29

AGO: 05, 12, 19

SPEDIZIONE: LIVELLO MEDIO

## **LUOGHI IN ITINERARIO:**

Keflavik, Reykjavik, Landmannalaugar, Hraftinnusker, Álftavatn, Entujökull, Hatafell, Valle Di Thorsmork, Ghiacciai Mýrdallsjökull E Eyjafjallajökull, Skógar, Skógafoss, Emstrur.

.....

## **PROGRAMMA:**

“Il grande trekking del Landmannalugar” è un percorso naturalistico studiato per visitare le bellezze naturali dell'Islanda: ghiacciai, vulcani, fumarole, distese di terra colore oca, acque termali, prati verdeggianti, distese di lava pietrificata e ghiacciai perenni, panorami incredibili che variano continuamente nei colori e nella composizione geologica e morfologica.

Otto intensi giorni di trekking tra valli verdeggianti, distese desertiche e pianeggianti, gole apparentemente inaccessibili, fiumi, ruscelli e torrenti di varie dimensioni, alture e colline di formazione lavica. Un percorso immerso nel rumore silenzioso della natura islandese, ultimo angolo selvaggio d'Europa.

Il trekking si sviluppa lungo la Riserva di Fjallabak, tra i ghiacciai, verde, rocce e distese desertiche espressione geologica di un mondo in continua formazione. Un percorso spettacolare sotto ogni prospettiva che permette di visitare la parte più interna e incontaminata dell'isola, accompagnati da un'esperta guida di montagna parlante lingua italiana. Il trekking si conclude nella zona del Landmannalaugar, un vero paradiso naturale dove immersi nelle calde acque termali sarà possibile rigenerarsi dallo sforzo fisico della traversata.

#### PUNTI FORTI DEL VIAGGIO:

- visita delle aree interne dell'isola accompagnati da un'esperta guida di montagna.
- trekking in una delle zone più selvagge d'Europa, dove sarà possibile osservare tutti i contrasti naturali che l'isola presenta: ghiacciai, vulcani, fumarole, acque termali, le immense praterie verdi;
- visita di luoghi altrimenti inaccessibili insieme a un piccolo gruppo di partecipanti ed in totale autonomia per realizzare un'esperienza unica;
- osservare i fenomeni geotermici propri di quest'isola, il contrasto di colori, le fumarole e paesaggi glaciali;
- trekking nella zona di Fimmvörðuháls nei pressi del vulcano Eyjafjalajökull conosciuto per la sua eruzione nel 2010.

#### PROGRAMMA DI VIAGGIO DETTAGLIATO:

1° giorno: Reykjavik

Arrivo all'aeroporto di Keflavik/Reykjavik. Trasferimento privato o con Flybus dall'aeroporto di Keflavik al centro di Reykjavik e incontro con la guida. Notte in guesthouse, ostello, appartamento o simili. Cena libera.

2° giorno: Landmannalaugar - Hraftinnusker

In mattinata trasferimento in mini-bus o autobus di linea al Landmannalaugar, punto di partenza del trekking. Il tour inizia con un bagno rigenerante nelle calde acque termali del fiume del Landmannalaugar ai piedi del vulcano per un indimenticabile rilassamento prima di intraprendere l'avventura.

Inizio del trekking verso il rifugio di Hraftinnusker circondato da fumarole, colline di riolite,

campi di neve perenne e resti di ossidiana, vetro vulcanico che ha origine dal veloce raffreddamento di lave ricche di silice e prova tangibile dell'intensa attività vulcanica della zona.

Cena e pernottamento in rifugio.

Percorso: 12 km

Tempo stimato di percorrenza: 4-5 ore

Dislivello: +470.

3° giorno: Hraftinnusker - Álftavatn

Da Hraftinnusker si parte alla volta di Álftavatn. Nella prima parte del trekking si attraversano zone montuose ancora innevate e solcate da fiumiciattoli generati dal disgelo delle nevi. Arrivo su una terrazza naturale dalla quale si gode uno splendido panorama con il lago Álftavatn circondato da verdi praterie e vette innevate. Guado di un torrente e sosta lungo le sponde per riposarsi e recuperare energia.

Cena e pernottamento in rifugio.

Percorso: 12 km

Tempo stimato di percorrenza: 4-5 ore

Dislivello: +150m/-490m

4° giorno: Álftavatn - Emstrur

Partenza e attraversamento una valle desertica di sabbia nera situata circondata dall'impressionante ghiacciaio Entujökull e dalle alture di Hatafell dove, secondo le leggende islandesi, vive il "popolo invisibile" degli elfi. Visita di un grande canyon situato nei pressi del rifugio dove si trascorre la notte.

Cena e pernottamento in rifugio.

Percorso: 15 km

Tempo stimato di percorrenza: 6-7 ore

Dislivello: -40m

5° giorno: Emstrur - Þórsmörk

Partenza da Emstrur, zona collinare dall'aspetto magico e surreale, attraversamento di un ponte sospeso tra le pareti delle montagne sopra il fiume Fremri-Emstruá, generato dal disgelo del ghiacciaio Entujökull. Qui il paesaggio desertico muta e lascia spazio alla valle di Þórsmörk ("bosco di Thor"), uno dei luoghi più belli di tutta l'Islanda dove si ammirano le lingue glaciali e il disgelo delle acque che si gettano nel fiume Markaflljót. Proseguimento

lungo un suggestivo sentiero fino a valle dove si raggiunge il rifugio per il pernottamento.  
Cena e pernottamento in rifugio.

Percorso: 18 km

Tempo stimato di percorrenza: 6-7 ore

Dislivello: +150/-300m

6° giorno: Þórsmörk - Fimmvörðuháls

Partenza dalla maestosa valle di Thor verso il rifugio di Fimmvörðuháls, il luogo più inaccessibile di tutto il tour in quanto situato tra i ghiacciai Mýrdallsjökull e Eyjafjallajökull, qui è possibile ammirare l'Oceano Atlantico, ultima meta del trekking. Percorso lungo stretti sentieri che si sviluppano tra spettacolari colline verdeggianti.

Cena e pernottamento in rifugio.in rifugio.

Percorso: 10km

Tempo stimato di percorrenza: 6-7 ore

Dislivello: +1000m

7° giorno: Fimmvörðuháls - Skógar

Partenza da Fimmvörðuháls e discesa lungo il fiume Skógar che genera lungo il percorso 24 cascate di varie dimensioni e bellezza, da quelle piccoline a quelle maestose e potenti per poi raggiungere la cascata di Skógafoss, che con i suoi 62 m di caduta è una delle più famose e conosciute di tutta l'Islanda. Rientro a Reykjavik in mini-bus.

Cena e serata libera in città. Notte in guesthouse, ostello o appartamento.

Percorso: 14 km

Tempo stimato di percorrenza: 6-7 ore

Dislivello: -1000m

8° giorno: Volo Reykjavik - Italia

Trasferimento all'aeroporto di Keflavik/Reykjavik e volo di rientro in Italia.

**NOTA BENE:** Questo tour è un viaggio unico ed esclusivo, studiato e organizzato da professionisti del settore. Il programma sopra descritto è a titolo orientativo e può essere soggetto a variazioni in quanto possono verificarsi molteplici circostanze imprevedibili come maltempo, cattive condizioni del terreno, problemi logistici o tecnici e/o altro che possono costringere l'accompagnatore a variare il programma stabilito all'origine, per questo viene

richiesta molta flessibilità, spirito di gruppo e collaborazione da parte del viaggiatore. Questo viaggio deve essere considerato come una vera e propria spedizione. Il tour può svolgersi anche nel senso inverso a quello descritto dipendendo dalle date: il programma rimane comunque invariato.

### **DETTAGLI:**

La quota include:

- Trasferimento privato o con Flybus dall'aeroporto di Keflavik a Reykjavik e viceversa in funzione del volo e degli orari di arrivo e partenza\*\*;
  - pernottamento in guesthouse/ostello/appartamento (2 notti) e in rifugio (5 notti) in camere condivise con servizi comuni;
  - tutti i pasti: colazione al mattino, pranzo al sacco tipo pic-nic, e cene con cibi caldi (esclusi quelli dei giorni dei voli e le serate libere a Reykjavik);
  - trasferimento in mini-bus/autobus fino al punto di inizio e dal punto di fine del trekking;
  - guida/accompagnatore di lingua italiana.
- (\*\*Attenzione: qualora il viaggiatore decida di anticipare o ritardare di qualche giorno l'arrivo o la partenza da Reykjavik il trasferimento da e per l'aeroporto non sarà incluso nel pacchetto e sarà a carico del partecipante).

Non include:

- biglietto aereo di andata e ritorno dall'Italia (contattate i ns uffici per la ricerca voli);
- pasti/colazione e pernottamenti durante i trasferimenti negli aeroporti o quelli non contemplati nel programma (giorni dei voli, durante i trasferimenti negli aeroporti e le serate a Reykjavik);
- abbigliamento personale da montagna;
- trasferimenti da e per l'aeroporto;
- pernottamenti, pasti extra, cancellazione dei voli, emissione nuovi voli dovuti a ritardi, cattive condizioni meteorologiche, scioperi aeroportuali, o qualsiasi altra causa che non dipenda dall'agenzia organizzatrice;
- tutto quanto non specificato alla voce "la quota comprende".

## INFORMAZIONI SUL VIAGGIO:

Gruppo: minimo 6 - massimo 10 persone

Prenotazione: acconto del 40% del prezzo totale del tour + spese emissione biglietto aereo e gestione pratica al momento della prenotazione - saldo entro 45 giorni prima della partenza. Per prenotazioni in epoca successiva a tale termine il saldo dovrà essere versato al momento della prenotazione in un'unica soluzione.

Termine d'iscrizione: raccomandiamo di realizzare l'iscrizione con un buon anticipo con acconto del 40%. L'iscrizione è comunque possibile in qualsiasi momento previo verifica della disponibilità di posti liberi nel tour e nei voli per l'Islanda.

Età minima: l'età minima consigliata é di 15 anni compiuti; i minori di 18 anni devono essere accompagnati dai genitori o da un tutore legale.

Condizione fisica: tour attivo accessibile a coloro che desiderano realizzare un'esperienza unica a stretto contatto con la natura. Per partecipare a questo tour non sono richieste condizioni fisiche particolari, è consigliato godere di buona forma fisica, avere esperienza in montagna, avere voglia di realizzare un'esperienza a stretto contatto con la natura e non aver problemi a trasportare il proprio bagaglio sulle spalle. Prima della partenza, si raccomanda un po' di allenamento e di potenziare la resistenza.

Livello di difficoltà: il tour è di livello medio, anche se la difficoltà può essere data dalle condizioni meteorologiche, i venti, la pioggia, l'ambiente...

Le attività: durante il tour verranno effettuati: trekking su differenti tipologie di terreno, guado di fiumi, passeggiate su campi di lava pietrificata, bagni termali i pozze geotermiche naturali, passeggiate su distese di cenere vulcanica ecc.

I trekking: le tappe del trekking si sviluppano su sentieri che in alcuni punti sono segnati ma in altri le tracce spariscono. I percorsi sono facili e durano dalle 5 alle 9 ore con soste frequenti. Le tappe del 6° e 7° giorno sono più impegnative e si in alcune zone potrebbe esserci la

presenza di neve. La guida cercherà di coordinare il ritmo delle camminate in base al gruppo e alle condizioni climatiche giornaliere. Il clima solitamente è buono ma può cambiare velocemente e quindi bisogna essere preparati in caso di pioggia o vento.

Tutti i giorni a conclusione della tappa giornaliera prevista, se la climatologia lo permette, la guida realizzerà una passeggiata opzionale nelle vicinanze dei rifugi.

Tipo di terreno: le varie tappe del trekking si sviluppano in terreni di vario tipo: roccia, pietre e sabbia vulcanica, tundra, muschio, fiumi e torrenti. Il dislivello è solitamente moderato e in una sola tappa raggiunge i 1000 metri. In prossimità dei fiumi è molto importante prestare attenzione e seguire le indicazioni della guida soprattutto perché in alcuni punti l'attraversamento potrebbe divenire pericoloso.

Il bagaglio e lo zaino: durante i trekking ogni partecipante trasporterà sulle spalle il proprio zaino con il bagaglio personale compreso il sacco a pelo ed il pranzo a sacco per la giornata.

L'organizzazione si incarica di depositare nei vari rifugi il cibo per il gruppo, nel proprio zaino quindi ogni partecipante trasporterà oltre al proprio abbigliamento personale, solo il cibo per il picnic della giornata e non quello per tutta la settimana. Per una camminata più confortevole, dovrebbero essere ridotti al minimo sia il peso che l'ingombro. Consigliamo comunque di seguire la lista di materiale consigliato e non superare gli 8/12 kg portando un bagaglio moderato ed evitando di portare cose inutili. Si raccomanda anche prestare attenzione al peso delle macchine fotografiche.

Prima di partire per l'avventura nel Landmannalaugar è possibile lasciare all'organizzazione uno zainetto più piccolo con tutto il materiale o abbigliamento non utile per i giorni di trekking. Questo materiale verrà poi recuperato alla fine del trekking al rientro nella capitale islandese (per motivi logistici si consiglia di segnalarlo all'agenzia prima della partenza).

Il gruppo: il gruppo va da un minimo di 6 a un massimo di 10 persone. Al tour partecipa un gruppo piccolo di persone, in qualche modo un piccolo gruppo di amici: il numero ridotto di persone rende il clima del viaggio più familiare e rende la convivenza dei membri del gruppo più semplice. Viene richiesto spirito di collaborazione e buona volontà nel creare un ambiente amichevole e gradevole. Poiché l'organizzazione del viaggio è internazionale, le partenze in programma prevedono la partecipazione di gruppi misti in cui sarà possibile conoscere persone di nazionalità diverse dalla propria con cui condividere l'avventura e instaurare rapporti di amicizia basati sulla reciproca comprensione. È comunque prevista guida o accompagnatore di lingua italiana per tutte le partenze in programma se non diversamente specificato.

La guida: le guide di quest'avventura accompagnano il gruppo durante tutto il tour attraverso le bellezze naturali dell'Islanda, hanno una profonda conoscenza dei luoghi visitati, guidano il trekking e coordinano tutte le attività comuni. In caso di pericolo e di condizioni meteo avverse hanno facoltà di modificare il programma se lo ritengono necessario. Le guide sovrintendono sulla sicurezza del gruppo, i partecipanti devono seguire le indicazioni di comportamento da loro fornite per lo svolgimento dell'itinerario. Le guide coordinano tutte le attività comuni in cui viene richiesta la piena collaborazione di tutti.

Le attività comuni: quest'avventura, come tutte quelle proposte da 4 Winds, richiede spirito di collaborazione, complicità, solidarietà e lavoro in squadra, elementi fondamentali sono anche il buon umore, un clima amichevole e tolleranza verso i compagni di viaggio. La guida coordinerà e parteciperà a tutte le operazioni comuni in cui viene richiesta la piena collaborazione di tutti: carico e scarico dei veicoli, preparazione dei pasti, lavaggio dei piatti e tutte le altre necessità che possano sorgere.

Alloggi: durante il trekking dormiremo in vari rifugi di montagna che incontreremo nel nostro percorso pertanto non sarà necessario portare tende. In ogni rifugio troveremo un deposito già preparato in precedenza con il cibo per il gruppo, ogni partecipante trasporterà nello zaino solo il cibo per il pranzo a sacco della giornata e non quello per tutta la settimana. Tutti i pernottamenti, sia in rifugio che in ostello o guesthouse, saranno in sacco a pelo proprio: è quindi sufficiente un sacco a pelo estivo molto leggero, facilmente compattabile e che occupi poco spazio nel proprio bagaglio con un livello di confort da 5°C a 10°C. Tutti i rifugi di montagna in cui dormiremo sono dotati di cucine totalmente equipaggiate e bagni con acqua corrente, ad eccezione del 2° e 6° giorno. Nel 3°, 4° e 5° giorno le docce saranno a pagamento, 5 minuti costano circa 500 ISK. Le camerate sono comuni e miste da 4 a 15 persone: sono dotate di letti a castello individuali o doppi, anche se solitamente c'è abbastanza spazio affinché dorma una persona per letto.

Il clima Islandese: In estate le temperature sono molto gradevoli. Il clima solitamente é buono ma può cambiare velocemente e quindi bisogna essere preparati in caso di pioggia o vento. Nel periodo estivo le temperature oscillano tra gli 8°C e i 15°C.

\*\*\*\*\*



Sole di mezzanotte e Aurore Boreali: in estate, nei mesi di giugno e luglio, in Islanda è possibile assistere al fenomeno chiamato “il sole di mezzanotte”: in questo periodo dell’anno, nei paesi situati a queste latitudini dell’emisfero, vi sono infatti quasi 24 ore di luce al giorno. Le Aurore Boreali invece sono un fenomeno spettacolare che inizia a manifestarsi verso la fine dell’estate. Con un pò di fortuna e adeguate condizioni atmosferiche e climatiche (oscurità, cielo limpido e sereno, forte attività solare) è possibile osservarle anche alla fine di Agosto. In Settembre, essendoci più ore di oscurità, le possibilità di vedere le luci del nord sono più elevate.

Alimentazione: tutti le colazioni, i pranzi e le cene sono compresi eccetto quelli indicati nella lista “la quota non comprende”: il pranzo è solitamente al sacco tipo pic-nic mentre la cena è sempre un pasto caldo preparato presso il rifugio o il luogo dove si pernotta dalla guida assieme alla collaborazione del gruppo: per motivi logistici alcuni prodotti sono in scatola. Il cibo si trova già depositato dall’organizzazione nei rifugi nei quali si pernotta pertanto ogni viaggiatore trasporterà nel proprio zaino solo il pranzo a sacco per la giornata.

Colazione: caffè, tè, tisane, cacao in polvere, latte in polvere, biscotti, pane, marmellata, muesli e cereali.

Pranzo: pane, formaggio, insaccati, paté, frutta, frutti secchi, biscotti dolci e salati, cioccolato, zuppe, barrette energetiche ecc.

Cena: pasta, riso, purè di patate, salsicce, pancetta, tonno, zuppe, ecc.

## INFORMAZIONI PRATICHE

Valuta: ISK Corona Islandese

Il modo più conveniente di cambiare corone islandesi è di prelevare all’aeroporto di Keflavik i in centro a Reykjavik con la carta Visa, 4B e Mastercard. Si può cambiare direttamente in una qualsiasi banca in Italia anche se generalmente a condizioni più svantaggiose. Per sapere il cambio aggiornato di questa moneta si può visitare il sito della Banca Centrale Europea [www.ecb.int](http://www.ecb.int) (cliccare nella sezione “Euro foreign exchange reference rates” e vedere “Currency” ISK o Icelandic krona).

Spese durante il viaggio: l’Islanda é uno dei paesi più costosi del mondo. I prezzi sono da due a quattro volte più alti che in Italia. Ad ogni modo non é necessario portare una gran quantità di denaro visto che quasi tutte le spese sono comprese nel viaggio ed é possibile pagare con la

carta di credito praticamente ovunque. Vi consigliamo comunque di munirvi di una piccola quantità di corone islandesi e anche di euro in caso di necessità.

Fuso orario: 2 ore in meno rispetto all'Italia

Formalità d'ingresso: Ai cittadini italiani non è richiesto visto consolare: possono entrare in Islanda con passaporto o con carta d'identità valida per l'espatrio, validi almeno tre mesi oltre la data prevista per il rientro. I viaggiatori di qualsiasi altra nazionalità, sono pregati di contattare le autorità consolari islandesi per verificare le formalità di accesso. Attenzione: la carta d'identità rinnovata con timbro NON è valida per l'ingresso in Islanda. Viaggi all'estero di minori: i minori sotto i 15 anni devono essere in possesso di un proprio passaporto individuale.

Vaccini: Non sono richieste vaccinazioni specifiche. Sono tuttavia raccomandabili, come per qualsiasi altro viaggio, i vaccini contro il tetano e il tifo (Typhim 6)

Tessera Sanitaria Europea: Si consiglia di portare la Tessera Sanitaria Europea che certifica il diritto del titolare a ricevere prestazioni sanitarie, qualora necessario, durante la permanenza in qualsiasi paese dell'unione Europea.

Corrente Elettrica: 230 V - 50 Hz - Prese Elettriche Utilizzate: Tipo C & Tipo F (si consiglia di munirsi di un adattatore universale). In alcuni rifugi la corrente è limitata.

Medicinali: La guida dispone di una cassetta di pronto soccorso, ma consigliamo di munirsi, oltre ai farmaci di uso personale, anche di medicinali utili a piccoli traumi e a dolori muscolari e articolari, creme per la cura dei piedi (vaselina, cerotti, analgesici ecc.)

Lingua: L'Islandese é una lingua germanica che, come l'inglese, il tedesco e tutte le lingue scandinave, é molto simile alle lingue parlate dai vichinghi, tanto che alcune parole sono talmente lunghe che sembrano illeggibili e impronunciabili. Questo é dovuto all'antica origine germanica completamente differente dalla romanza e all'abitudine di creare parole composte per definire nuove idee. Per esempio, la parola "Hveravellir" deriva da 'Hver' (acque termali) e 'vellir' (pianura). Alcune finali che si trovano spesso, sono per esempio 'jökull' (ghiacciaio), 'fjall' (montagna), 'dalur' (valle) o 'foss' (cascata).

## EQUIPAGGIAMENTO

### EQUIPAGGIAMENTO CONSIGLIATO:

É molto importante che tutto l'abbigliamento si asciughi in tempi brevissimi, quindi il cotone é assolutamente sconsigliato per questo viaggio, soprattutto perché assorbe molta umidità e fa evaporare la maggior parte del calore emesso dal nostro corpo. Sarebbe meglio portare la lana e la seta o fibre sintetiche che si asciugano velocemente. Si consiglia di trasportare nel bagaglio a mano durante il volo di andata gli scarponcini da trekking, l'abbigliamento tecnico (pantaloni e magliette), la giacca in Goretex, il pile, gli occhiali da sole, il berretto, i guanti e tutto il necessario per poter iniziare il tour in caso di smarrimento del bagaglio.

### EQUIPAGGIAMENTO PERSONALE NON FORNITO dall'ORGANIZZAZIONE:

#### TESTA

- Berretto di lana o pile (consigliato tipo Windstopper o simile)
- Occhiali da sole
- Pila frontale

#### CORPO

- 1 o 2 magliette termiche fine in fibra sintetica (regolano la sudorazione e mantengono la pelle asciutta)
- 1 pile grosso o un maglione di lana
- 1 micropile leggero
- 1 o 2 paia di pantaloni da trekking impermeabili e traspiranti (tipo Gore-tex o altra membrana) meglio se possono diventare corti
- 1 giacca impermeabile e traspirante (tipo Gore-TEX o simili)
- 1 paio di calze lunghe/collant termiche
- 1 K-way o poncho (dotato di cintura affinché il vento non lo rompa/strappi)

#### MANI

- 1 paio di guanti di lana o pile (consigliato tipo Windstopper o simile)

#### PIEDI

- 1 paio di scarponcini da trekking resistenti, impermeabili e traspiranti (Gore-TEX)
- calze grosse di lana o di fibra sintetica (la fibra ha il vantaggio che si asciuga molto più

rapidamente di qualsiasi altro

tessuto. La lana, quando è bagnata isola molto meglio e mantiene più caldi i piedi bagnati, per questo è il tessuto

preferito degli islandesi)

- 1 paio di sandali (tipo trekking che ancorano bene il piede per attraversare i fiumi)
- 1 paio di scarpe comode di ricambio
- 1 paio di pantofole o ciabatte per i pernottamenti

## MATERIALE VARIO

- sacco a pelo estivo (si dorme sempre in luoghi caldi, consigliato con temperatura comfort tra 5°C e 10°C, non serve il materassino - quelli di piuma sono più leggeri e meno ingombranti, ma di contro bisogna essere più meticolosi poiché se si bagnano è molto difficile asciugarli. Quelli di fibra sono un po' più ingombranti, ma sono più economici e meno delicati. È fondamentale portare una borsa di plastica resistente dove conservare il sacco a pelo dentro lo zaino)

- borse di plastica resistente per dividere il bagaglio all'interno dello zaino
- 1 borraccia
- tappi per le orecchie e mascherina paraluce per occhi
- costume da bagno
- crema solare e burro di cacao per le labbra
- asciugamani (suggeriti quelli in microfibra che occupano poco spazio e si asciugano rapidamente)

## MATERIALE PER LE ESCURSIONI

- zaino da 45/50 litri di capacità dotato di copri-zaino impermeabile per trasportare il proprio bagaglio personale
- bastoncini da trekking telescopici

Nota: Questo non è un elenco definitivo. Aggiungere gli articoli per la toilette personale, gli asciugamani (consigliati quelli in microfibra che occupano spazi minimi e si asciugano velocemente), vestiti comodi per i giorni di volo, medicine personali. Si raccomanda di limitare il bagaglio tenendo conto dello spazio disponibile nei mini-bus.

## LA NOSTRA FILOSOFIA

L'obiettivo della tipologia del "viaggio avventura" è quello rendere accessibili a tutti le zone più remote del nostro pianeta, in questo caso l'Artico e i suoi dintorni, attraverso tour caratterizzati da spirito di esplorazione.

I nostri "viaggi avventura" sono pianificati in collaborazione con professionisti del settore per soddisfare gli amanti delle esplorazioni nelle realtà più remote del pianeta, come, appunto, le regioni polari.

Per partecipare a qualsiasi di questi viaggi non è necessario avere condizioni fisiche particolari né realizzare prove di selezione, ma è importante informarsi sul livello e la tipologia di viaggio e scegliere quello più indicato alle proprie attitudini.

Tutti i "viaggi avventura" sono pensati per persone normali che vogliono trascorrere le loro vacanze in modo attivo e diverso dalla abituale vacanza. Viaggi per vivere in prima persona l'esperienza di esplorare e conoscere le regioni polari.

Nonostante le premesse, tutte le proposte di viaggio avventura pubblicate nel nostro sito **NON SONO PER CHIUNQUE**: avere il privilegio di trovarsi in spazi naturali incontaminati, percepire l'emozione dell'incontro con altre culture ed essere coscienti di partecipare con altri compagni di viaggio è ad un'esperienza unica e irripetibile che però non tutti amano o apprezzano.

Scegliere un "viaggio avventura" significa viaggiare a contatto con la natura, in totale autonomia, a piedi, in kayak, con gli sci, con i cani da slitta, in canoa o in mountain bike, percorrendo zone poco battute o frequentate, attraversando zone in cui domina la natura selvaggia e vergine e muovendosi nel pieno rispetto dell'ambiente senza lasciare alcuna traccia del proprio passaggio umano.

I "viaggi avventura artica" sono davvero speciali. Proponiamo diversi livelli e tipologie di tour accessibili a tutti: dalle semplici escursioni agli itinerari più impegnativi come le traversate polari con gli sci o i trekking nei luoghi più reconditi e incontaminati dell'Artico (Islanda, Penisola Scandinava e Groenlandia).

Itinerari resi possibili grazie alla collaborazione con esperti conoscitori delle esigenze locali che operano direttamente sul territorio, presupposto indispensabile per offrire sicurezza e competenza.

I viaggi avventura prevedono un massimo di 8 partecipanti, lo stile è familiare, flessibile, e devono essere affrontati con uno spirito di collaborazione, tolleranza e partecipazione.

Tutti i gruppi sono accompagnati da esperte guide naturalistiche, preparate e addestrate per garantire in ogni momento la sicurezza del gruppo, il loro obiettivo principale è di rendere il viaggio unico e indimenticabile.

I "viaggi avventura" sono viaggi attivi ed è molto importante scegliere il livello di difficoltà più

consono alle proprie attitudini. Questi viaggi offrono il privilegio di trovarsi in spazi naturali unici, che presuppongono il rispetto della natura e dei propri compagni di viaggio, lo stile di vita è molto differente rispetto a quello abituale e gli avvenimenti, nel loro senso più ampio, molto meno prevedibili.

La caratteristica dei “viaggi avventura” lascia, per definizione, una porta aperta all’inaspettato, e l’imprevedibilità – frequente in questo tipo di viaggio - esige da parte dei partecipanti un atteggiamento “da viaggiatori” e non da “turisti vacanzieri”.

I “viaggi avventura” proposti per l’Artico e i luoghi Polari non sono semplici pacchetti vacanze; muoversi nei paesi dell'Artico implica essere pronti ad adattarsi agli imprevisti, metter in conto che gli itinerari previsti sono soggetti a possibili modifiche e variazioni implicite in un viaggi a queste latitudini: le condizioni meteorologiche e del ghiaccio, la scarsità di infrastrutture, i mezzi di trasporto, i possibili ritardi dei voli o delle imbarcazioni e molti altri fattori imprevedibili possono costringere l’organizzazione e le guide a modifiche o cambiamenti di programma di viaggio e per questo si richiede una certa flessibilità e capacità di adattamento da parte dei viaggiatori. Non capita spesso che un itinerario venga sostanzialmente modificato, ma se fosse necessario, la guida e l’organizzazione hanno facoltà di apportare le modifiche necessarie e decidere la migliore alternativa per il gruppo.

Tutti i tour sono stati collaudati al fine di garantire sicurezza e fornire un minimo di comodità nel viaggio, con lo scopo di renderlo davvero unico.

Ci saranno giornate facili e piacevoli, altre invece più impegnative in cui bisognerà mettere da parte certe comodità e addentrarsi a pieno in luoghi più inaccessibili ed esclusivi.

Arrivare dove la natura è intima e grandiosa presuppone, in alcune occasioni, di pernottare in alberghi locali senza le abituali comodità del mondo occidentale; si potrà dormire in tende per vari giorni, dover rinunciare a volte alla doccia, circolare lungo remote strade sterrate e polverose, o dover aiutare a tirar fuori il veicolo dal fango...

Questi tour devono essere vissuti attivamente da protagonisti e non come spettatori passivi. Realizzare uno dei nostri “viaggi avventura” non significa intraprendere un classico circuito da turista convenzionale, ma permette di sentirsi un membro integrante di un viaggio attivo, pieno di emozione e avvenimenti e sempre pronti all’imprevedibile: condizione imprescindibile per affrontare questo tipo di viaggi è quindi condividere con noi questo concetto di viaggio avventura.

## OSSERVAZIONI

4WINDS dà per inteso che il viaggiatore partecipa volontariamente a questo viaggio o spedizione e che è cosciente di partecipare ad un tour in un paese straniero con caratteristiche

molto differenti rispetto al suo paese di origine, percorrendo e visitando zone lontane e remote di un paese o diversi paesi “polari” dove le strutture e l’organizzazione, a tutti i livelli, sono molto differenti rispetto a quelli a cui si è abituati nella vita quotidiana.

4WINDS dà per inteso che il viaggiatore è cosciente dei vari rischi che può correre: forze della natura, malattia, incidenti, condizioni di vita o igieniche scarse in alcuni casi e circostanze, delinquenza ed altre aggressioni, ecc.

Il viaggiatore sa anche che in alcuni casi non sarà possibile una rapida evacuazione o assistenza medica adeguata o totale.

4WINDS dà per inteso che il viaggiatore è cosciente dello sforzo che può presupporre un viaggio di queste caratteristiche che si realizza via terra nella maggiore parte dei casi, su strade sterrate o sentieri che in alcuni casi possono essere in cattive condizioni, e che possono presentare diverse difficoltà, contrattempi ed avversità, come ad esempio condizioni climatiche avverse, avaria dei mezzi di trasporto e diverse altre situazioni difficili ed estreme, dove possono farsi presenti la stanchezza e la sensazione di scoraggiamento fisico e morale, sia durante i tragitti su strada, che le camminate a piedi, le escursioni in canoa o kayak, a cavallo o con altri mezzi o durante le varie attività proposte.

4WINDS dà per inteso che il viaggiatore è disposto ad essere un protagonista attivo di questi “viaggi avventura”, accettando il fatto di dover collaborare in determinati compiti propri di un viaggio tipo spedizione come ad esempio: ripulire strade da crolli ed ostacoli, tirare fuori i veicoli del fango o dalla sabbia, dare una mano nel montaggio e smontaggio degli accampamenti ed altri compiti quotidiani propri di un viaggio di avventura partecipativo ed attivo.

È molto importante ricordare che in un viaggio di gruppo e soprattutto di avventura a volte possono esservi piccoli problemi di convivenza, per questo la buona attitudine, un atteggiamento positivo, buonumore e tolleranza verso gli altri membri che compongono il gruppo e verso i contrattempi e difficoltà che possano presentarsi, sono elementi fondamentali per la buona riuscita e il successo del viaggio.

4WINDS dà per inteso che il viaggiatore è cosciente del fatto che in questo tipo di viaggi possono verificarsi molteplici circostanze imprevedibili come maltempo, cattive condizioni del terreno, problemi logistici o tecnici e/o altro che possono costringere la guida e l’organizzazione a variare il programma stabilito all’origine.

4WINDS dà per inteso che il viaggiatore accetta volontariamente tutti i possibili rischi e circostanze avverse sulla base di tutto quanto esposte precedentemente, compresi possibili malattie o decesso esonerando 4WINDS e qualsiasi dei suoi membri o collaboratori da ogni responsabilità, ad eccezione di quanto stabilito per legge per qualunque fatto o circostanza che

possa verificarsi durante il viaggio o la spedizione.

Il Piacere e l'Emozione di partecipare ad un VIAGGIO AVVENTURA implica una serie di rischi, difficoltà e avversità direttamente collegati a questa tipologia di attività.

4WINDS da per inteso che il viaggiatore ha letto le condizioni generali e conosce tutte le particolarità e il programma di viaggio-spedizione e soddisfa tutti i requisiti minimi richiesti per la partecipazione a questo viaggio.