

# **SCOPRENDO L'ISLANDA: IL GRAN TOUR DELL'ISOLA DI FUOCO E GHIACCIO**

## **IN BREVE:**

Tour di gruppo: minimo 5 &#8208; massimo 8 persone

Guida di lingua italiana partenze in giugno, luglio e agosto

Guida di lingua inglese/spagnolo partenze in aprile, maggio e giugno e settembre

Tour completo dell'Islanda che contempla il giro integrale dell'isola. Attraverso tutte le meraviglie di questa terra di ghiaccio e di fuoco, di elfi e di antiche saghe. Esperienza unica, realizzata con un piccolo gruppo di partecipanti (massimo 8 persone) accompagnati da una guida parlante lingua italiana. Il tour contempla: passeggiata a cavallo, trekking con i ramponi sul ghiacciaio, escursione in kayak, safari per l'avvistamento delle balene, momenti di relax nelle piscine naturali di acqua calda, visita ad una grotta di lava e fantastici trekking ed escursioni a diretto contatto con la natura.

Pernottamenti in camere multiple e sacco a pelo.

## **DATE DI PARTENZA:**

Partenze 2017 in Italiano

GIU: 17,

LUG: 01, 17, 31 (completa)

AGO: 14 (completa), 28

Partenze 2017 in spagnolo/inglese

APR: 29,

MAG: 13, 27,

GIU: 10

SET: 02, 16

## **LUOGHI IN ITINERARIO:**

Reykjavik, Krýsuvík, Hveragerði, Golden Circle, Borgarfjörður, Reykholt, Penisola Di Snæfellsnes, Arnastapi, Penisola De Snæfellsnes, Grundarfjörður, Stykkishólmur, Brjánslækur, Latrabjarg, Fiordi Dell'ovest, Reykhólar, Blönduós, Varmahlið, Akureyri,

Eyjafjörður, Mývatn, Krafla, Hverfjall, Dimmuborgir, Egilsstaðir, Fiordi Dell'est, Parco Nazionale Skaftafell, Höfn, Vík, Skógar, Hvolsvöllur, Stokkseyri

.....

### **PROGRAMMA:**

Il tour raggiunge splendide località interne dell'isola, poco battute dal turismo, come i fiordi e le scogliere di Latrabjarg nella zona più a ovest dell'Islanda. Il percorso offre un'incredibile sequenza di paesaggi differenti tra loro come: ghiacciai, geysir, valli, deserti, fiordi, prati, rocce, cascate, laghi, zone termali e ghiacciai. Lungo il tragitto sarà possibile imbattersi in alcuni esemplari della fauna islandese tra cui: i cavalli islandesi, razza unica al mondo; le pecore da cui si ricava una meravigliosa lana e un'ottima carne; le "Pulcinelle di mare" simbolo del paese, le foche nel lago Jökulsárlón, moltissime di specie di volatili e, con un po' di fortuna, a Nord dell'Isola anche le balene.

Oltre ai ghiacciai, alle spettacolari lingue glaciali del Vatnajökull, ai potenti getti di acqua bollente di Geysir, sarà possibile osservare anche l'intensa attività vulcanica nei pressi del lago Mývatn, anche conosciuto come il "lago dei moscerini".

Verranno proposti i migliori trekking e numerose attività nelle zone più caratteristiche dell'isola: un'escursione in kayak lungo i fiordi del Nordovest, una passeggiata con i ramponi sul ghiacciaio, un'emozionante passeggiata con gli autentici cavalli islandesi (facoltativa, non inclusa). Si visiteranno anche un vulcano e una grotta di lava, si passerà dietro impressionanti cascate di acqua, si percorreranno deserti di lava fumante e ci si rilasserà nelle piscine naturali di acqua calda.

### **PUNTI FORTI DEL VIAGGIO:**

- Realizzazione dei migliori trekking in una spettacolare successione di paesaggi vulcanici, ghiacciai, laghi con iceberg, geysir, caldere, vulcani, acque termali, solfatare, fumarole, cascate, deserti di riolite e sedimenti vulcanici, boschi di betulle nane, muschi, tundra e lava ed un'infinità di meraviglie della natura che trasformano il paese in uno spettacolo naturale;
- visitare i Fiordi di nordovest e Latrabjarg, la punta più occidentale dell'Europa, uno dei luoghi migliori per osservare gli uccelli e la fauna di tutta l'Islanda: foche, "pulcinelle di mare"

e numerose altre specie di uccelli;

- possibilità di concedersi momenti di relax nelle acque termali naturali della Blue Lagoon del Nord;
- possibilità di avvistamento di balene nel nord dell'isola;
- facile escursione con ramponi sul ghiacciaio Vatnajökull (non richiede esperienza previa);
- spettacolare escursione in kayak nelle tranquille acque islandesi (non richiede esperienza previa);
- possibilità di escursione (non inclusa, da pagare in loco) con i caratteristici cavalli islandesi (non richiede esperienza previa);
- visitare il Sud dell'Islanda, caratterizzato da paesaggi incredibili, lingue glaciali e formazioni vulcaniche, come la riserva naturale di Dyrhólaey, le scogliere di Vik e le meravigliose cascate del Sud da dove ha inizio il grande trekking del Landmannalaugar;
- partecipare ad un tour unico accompagnati da esperte guide naturalistiche di lingua italiana, un percorso ideale intorno all'Islanda che ci permetterà di scoprire in tutta la sua maestosità questo gigante e spettacolare vulcano.

## PROGRAMMA DI VIAGGIO DETTAGLIATO:

1° giorno: Volo Italia – Reykjavik

Arrivo all'aeroporto di Keflavik/Reykjavik. Trasferimento privato (oppure bus di linea) per raggiungere il vostro albergo e incontro con la guida.

Notte in guesthouse, ostello, appartamento o simili. Cena libera.

2° giorno: Krýsuvík - Hveragerði – Golden circle

In mattinata partenza in mini-bus verso Krisuvik, nella penisola di Reykjanes vicino a Reykjavik, dove la dorsale oceanica emerge in superficie e manifesta la sua potente attività geotermica con fumarole, pozzanghere di acqua e fango bollente. Proseguimento, lungo la spettacolare costa atlantica da cui si scorgono le isole Vestman, verso Hveragerði, altra zona termale ricca di serre e su cui discende un fiume di acqua calda lungo il quale si intraprenderà un'escursione. Proseguiremo per il famoso “Golden Circle” con visita di: Geysir zona geotermale dove si trova il geyser più famoso del mondo e dove è possibile ammirare i potenti getti d'acqua e vapore delle fumarole di Strokkur. Proseguimento per Gullfoss la “cascata dorata” di singolare bellezza situata in una splendida valle vulcanica.

Cena e pernottamento in guesthouse, B&B, ostello, appartamento, cottage o simili.

### 3° giorno: Borgarfjörður - Reykholt - Penisola di Snæfellsnes

Partenza in mattinata alla volta del “Parco Nazionale di Þingvellir”, uno dei luoghi di maggiore importanza in Islanda, sia per il suo valore storico che per le sue speciali caratteristiche geologiche. In questa zona infatti, nel 930 d.c. venne istituito l'Alþingi, il primo parlamento europeo, dichiarato patrimonio dell'umanità dall'UNESCO. Dal punto di vista geologico, invece, qui si può contemplare l'Almannagjá, la faglia che delimita due grandi placche tettoniche, quella nordamericana e quella euroasiatica. Il Parco è situato sulle sponde del lago più grande del paese, il Þingvallavatn.

Proseguimento verso Nord verso Deildartunga, la sorgente di acqua calda più importante d'Europa che approvvigiona i vicini agglomerati urbani di Borgarnes e Akranes. Dopo aver ammirato l'affascinante potenza di energia sprigionata da questa sorgente naturale, si visiterà Barnafoss, la “cascata dei bambini”, cascata caratterizzata da curiose formazioni rocciose sul fiume Hvita.

Cena e pernottamento in guesthouse, B&B, ostello, appartamento, cottage o simili.

### 4° giorno: Arnastapi - Penisola de Snæfellsnes – Grundarfjörður

In mattinata visita di Arnastapi, affascinante villaggio di pescatori, sulle cui scogliere d'estate molte specie di uccelli migratori nidificano, quest'area è protetta dal 1979 ed è nota per le sculture naturali rocciose prodotte dalle onde del mare tra cui un famoso arco di roccia. La costa è ricca di pesci tra cui: delfini, balene, orche, foche e salmoni che con un po' di pazienza e fortuna si possono scorgere dalla costa. Proseguimento con un'escursione nella riserva naturale di Snæfellsnes, dove si trova il ghiacciaio ed il vulcano Snæfellsjökull, noto per essere stato descritto da Giulio Verne nel suo libro “Viaggio al Centro della Terra”. Al di là della citazione letteraria, questa zona è considerata uno dei punti della terra con maggior energia cosmica e annualmente si tiene una celebrazione molto particolare nella sua cima. In base alle condizioni del tempo e a quelle del sentiero, si effettuerà un'escursione ai piedi del vulcano scelto da Verne per il suo Viaggio al centro della terra. Proseguimento fino a Grundarfjörður nella costa nord della penisola.

Cena e pernottamento in guesthouse, B&B, ostello, appartamento, cottage o simili.

### 5° giorno: Stykkishólmur - Brjánslækur - Latrabjarg

In mattinata partenza verso Stykkishólmur dove prenderemo un traghetto per i fiordi dell'ovest: navigazione tra centinaia di isolette che danno forma ad un vero e proprio un labirinto marino; dal traghetto sarà possibile avvistare la piccola isola di Flatey centro culturale dell'Islanda all'inizio del XIX secolo, dove si trova la biblioteca più antica del paese.

Durante la traversata della durata di circa 2 ore avremo la possibilità di avvistare balene e foche e molte specie di uccelli. Proseguimento per Latrabjarg, il punto più occidentale dell'isola a soli 300 km di distanza dalla Groenlandia, le cui coste, condizioni climatiche permettendo, a volte si intravedono. Escursione tra le scogliere dell'ovest, zona tra le più belle di tutta l'Islanda.

Cena e pernottamento in guesthouse, B&B, ostello, appartamento, cottage o simili.

6° giorno: Fiordi dell'ovest – Hrútafjörður

In mattinata risveglio tra le più selvagge e remote zone del paese, giornata dedicata ad una escursione in kayak lungo i frastagliati fiordi dell'Ovest dell'Islanda, luogo davvero. Escursione ideale per entrare in contatto con la natura e immergersi in un ambiente suggestivo ed emozionante, in totale armonia con la natura. Esperienza paragonabile addirittura alle spedizioni in kayak lungo i selvaggi fiordi della Groenlandia. Proseguimento poi verso il Nord, questa sarà la giornata con più ore di viaggio in mini-bus di tutto il tour, circa 5 ore, ma la strada che si attraverserà non smetterà in nessun momento di sorprendere con panorami mozzafiato: scogliere, spiagge di sabbia chiara e fiordi molto verdi e di varie dimensioni.

Cena e pernottamento in guesthouse, B&B, ostello, appartamento, cottage o simili.

7° giorno: Blönduós - Varmahlið – Akureyri

Proseguimento del viaggio costeggiando i fiordi del Nord e attraversando piccoli villaggi di pescatori come Blönduós che giace indisturbato ai bordi del fiordo Húnaþing. Sosta a Glaumbær villaggio favorevolmente localizzato sopra una collina e con una ampia e stupenda vista sulle zone circostanti; visita all'antica fattoria di Glaumbær ora museo folkloristico: la fattoria di Glaumbær venne dichiarata patrimonio culturale nel 1947 quando venne fondato il Museo di Cultura Popolare dello Skagafjörður. La fattoria ospita vecchie capanne in torba in buono stato di conservazione e offre al visitatore la possibilità comprendere come si svolgeva la vita rurale dei contadini islandesi nei secoli XVIII e XIX. Proseguimento del viaggio attraverso le montagne in direzione di Akureyri, detta capitale del nord: tempo libero per visitare la città e scoprire tutti gli angoli nascosti e segreti che conserva questa splendida città con i suoi edifici dei secoli XVIII e XIX. Serata libera e possibilità di cenare in uno dei suoi caratteristici ristoranti e assaggiare qualche specialità della cucina islandese.

Cena libera e pernottamento in guesthouse, B&B, ostello, appartamento, cottage o simili.

8° giorno: Eyjafjörður – Mývatn

Partenza in mattinata verso il fiordo di Eyjafjörður dove si realizzerà un'escursione in barca

della durata di circa 3 ore e dove sarà possibile, con un po' di fortuna, avvistare le balene che vivono in queste gelide acque dell'Oceano Atlantico nel periodo estivo; dalla barca si potrà pescare anche il baccalà. La zona è nota per la pesca del baccalà e qui si trovano anche le principali fabbriche specializzate nella lavorazione e conservazione del baccalà. Dopo la navigazione si ripartirà verso la cascata di Goðafoss: il cui nome significa "cascata degli dei" in riferimento alle divinità della mitologia islandese.

Cena e pernottamento in guesthouse, B&B, ostello, appartamento, cottage o simili.

9° giorno: Krafla - Hverfjall - Dimmuborgir

Giornata dedicata alla visita del lago Myvatn (che in islandese significa "il lago dei moscerini" da "my"= moscerini e "vatn" = acqua, lago), forse la zona più famosa ed importante del nord dell'isola dal punto di vista naturalistico. Qui è presente un'intensa attività vulcanica che si manifesta con una favolosa piscina naturale di acque termali, campi di fumarole, pozze di acqua bollente e colline multicolore di riolite e resti di lava. Realizzazione di un trekking di circa 2 ore al vulcano Hverfjall dalla vetta si vede il lago e si possono avvistare i numerosi uccelli. La visione completa di questa zona viene classificata come una delle principali "meraviglie dell'isola". Attraverseremo la zona di Dimmuborgir sulla sponda orientale del lago Mývatn, il cui nome significa "Fortezza Oscura", un labirinto di curiose formazioni laviche formatesi dal raffreddamento istantaneo della lava fusa. Sosta nel "Blue Lagoon del nord", una SPA naturale con acque azzurre molto famosa a livello mondiale: a differenza della sua "gemella" situata nel sud nelle vicinanze di Reykjavik, questa SPA è meno turistica e i paesaggi sono di gran lunga migliori di quelli della sua omologa. Momento di relax presso la SPA dopo intense giornate di viaggio.

Cena e pernottamento in guesthouse, B&B, ostello, appartamento, cottage o simili.

10° giorno: Egilsstaðir - Fiordi dell'Est

Partenza in mattinata verso la cascata di Detifoss, situata nel canyon Jökulsárgljúfur, la maggiore cascata islandese e d'Europa. Il suo salto, la potenza e la forza con cui l'acqua fangosa dello Jökulsá á Fjöllum si getta nella gola sono assolutamente impressionanti, specie se si osservano da distanza ravvicinata. Proseguiremo verso la cittadina di Egilsstaðir dove si effettuerà un trekking di circa 1/2 ore per vedere la poco frequentata cascata di Hengifoss che con i suoi 118 m di altezza e le sue colonne di basalto esagonali compone una specie di cattedrale naturale. Nelle vicinanze del Lagarfljót, uno dei laghi più grandi dell'Islanda all'interno del bosco più grande 'Islanda, è prevista, per chi desidera, una passeggiata coi caratteristici cavalli islandesi, molto più piccoli di quelli europei e simbolo del Paese

(escursione a cavallo non inclusa, da pagare in loco). Questa escursione ci permette di vivere un passato islandese non molto lontano, in cui tutte le comunicazioni avvenivano per mezzo del cavallo. Non è necessario saper montare a cavallo per partecipare a questa attività. Proseguimento del viaggio verso la parte orientale dell'isola percorrendo la parte più selvaggia dell'autostrada nazionale N. 1 nella quale l'asfalto praticamente scompare per lasciare spazio ad una strada sterrata, questo dimostra ancora una volta che in Islanda nulla è come appare e tutto è relativo.

Cena e pernottamento in guesthouse, B&B, ostello, appartamento, cottage o simili.

### 11° giorno: Stafafell- Höfn

Realizzazione di un semplice trekking della durata di circa 4/5 ore nella zona di Stafafell. Escursione preferita degli islandesi e poco conosciuta dai turisti. Nella prima parte della giornata trekking lungo i sentieri circondati da bassi arbusti, valli e colline di pietre sedimentarie. Viste panoramiche sul profondo canyon del fiume Jökulsá í Loni che scorre in una ampia pianura, discesa verso la parte bassa del canyon circondato da imponenti colonne naturali di basalto in un ambiente carico di forza ed energia. In serata si arriverà ad Höfn detta anche la "capitale del Vatnajökull" per la sua privilegiata posizione da cui si può ammirare il grande ghiacciaio.

Cena e pernottamento in guesthouse, B&B, ostello, appartamento, cottage o simili.

### 12° giorno: Parco nazionale Skaftafell - Vatnajökull

Partenza per Kirkjubæjarklaustur, lungo il cammino tappa presso lo spettacolare lago di Jökulsárlón, bacino di origine glaciale con sbocco al mare e ricco di iceberg e foche. Questo specchio d'acqua ha fatto da scenario al famoso film "Lara Croft" e anche qualche scena dei film di James Bond. Proseguimento verso un'imponente lingua ghiacciata dove, provvisti di ramponi, si realizzerà una breve escursione sul ghiaccio. Si tratta di un'escursione semplice e accessibile a tutti, non un vero e proprio trekking sul ghiacciaio, ma una facile passeggiata per assaporare la sensazione di passeggiare sulla terza massa di ghiaccio più grande del pianeta. Proseguimento verso il Parco Naturale di Skaftafell dove si realizzerà, in base alle condizioni meteorologiche, un'escursione di circa 2/3 ore ai piedi del ghiacciaio Vatnajökull, il 3° ghiacciaio più grande del pianeta subito dopo l'Antartide e la Groenlandia. Vista panoramica a 360 gradi dalla vetta Hvannadalshnúkur che raggiunge i 2.110 metri. Possibilità di vedere molti esempi di formazioni glaciali come per esempio le morene, laterali e centrali, i canali di scolo, le valli glaciali secche, i laghi di origine glaciale e via dicendo. Verso la fine del cammino la cascata Svartifoss, le cui caratteristiche colonne di basalto sono servite da modello

per realizzare la Cattedrale di Reykjavik.

Cena e pernottamento in guesthouse, B&B, ostello, appartamento, cottage o simili.

13° giorno: Vík - Skógar

In mattinata visita alle caratteristiche spiagge di sabbia nera di Vík dove si gode di una vista privilegiata della baia, e del litorale e delle particolari colonne di lava nera. Non lontano da Vík si trova Dyrhólaey, promontorio di origine vulcanica le cui ripide scogliere si elevano dal mare. Di fronte alla penisola si trova un arco gigantesco nero di lava sul mare: il panorama è maestoso e in estate molte “pulcinelle di mare”, i famosi uccelli tipici dell’isola, nidificano sulla scogliera. Si percorrerà una delle strade più famose dell’isola, quella che si sviluppa parallela al fiume Skógar e si realizzerà un trekking di circa 4 ore per contemplare la spettacolare cascata di Skogarfoss con i suoi 62 metri di caduta e numerose cascate e cascatine di varia potenza che scendono impetuose tra le rocce. La cascata di Skogarfoss rappresenta la porta d’accesso a uno dei trekking più famosi e spettacolari del mondo, “il grande trekking del Landmannalaugar”, ed è circondata da un’incredibile paesaggio formato da campi di lava e rilievi di riolite dagli innumerevoli colori.

Cena e pernottamento in guesthouse, B&B, ostello, appartamento, cottage o simili.

14° giorno: Hvolsvöllur &#8208; Reykjavik

Prima di rientrare nella capitale, proseguimento a Sud verso la cascata di Seljalandfoss, con 57 metri di caduta, dove è possibile camminare dietro la sua cortina d’acqua. Proseguimento per Glúfrafoss, la paradisiaca cascata “nascosta” di cui pochissimi sono a conoscenza della sua esistenza. Partenza per Reykjavik dove, una volta arrivati, i avrà tempo libero a disposizione per visitare liberamente la capitale islandese, conoscere i monumenti e i luoghi di interesse o fare acquisti di souvenir e oggetti tipici.

Cena libera e pernottamento in guesthouse, B&B, ostello, appartamento o simili.

15° 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 ed il percorso del tour può essere realizzato nel senso descritto o nel senso inverso. Il programma 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 la guida a variare il programma stabilito all’origine, per questo viene



richiesta molta flessibilità da parte del viaggiatore.

### **DETTAGLI:**

La quota include:

- Trasferimento privato o con bus di linea da e per l'aeroporto
- pernottamenti in guesthouse, ostello o appartamento (camere condivise con bagni comuni);
- tutte le escursioni e le attività in programma, escluse le attività opzionali (passeggiata a cavallo e escursione alla grotta nel Parco Nazionale di Snaefellsjokull);
- tutti i pasti: colazione al mattino, pranzo al sacco tipo pic-nic e cene (esclusi quelli dei giorni dei voli, durante i trasferimenti negli aeroporti e le serate libere a Reykjavik e Akureyri);
- tutti i trasferimenti previsti nel programma di viaggio in traghetto e mini-bus;
- guida/accompagnatore parlante lingua italiana o inglese/spagnolo (vedi lista partenze).

NON include:

- biglietto aereo di andata e ritorno dall'Italia (prego contattare 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 e Akureyri);
- abbigliamento personale da montagna;
- le attività opzionali: passeggiata a cavallo e escursione alla grotta nel Parco Nazionale di Snaefellsjokull;
- 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 espressamente indicato.

### **INFORMAZIONI SUL VIAGGIO**

Gruppo: minimo 5 – massimo 8 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 per essere sicuri di trovare posti liberi nel tour. L'iscrizione è comunque possibile in qualsiasi momento previo verifica della disponibilità di posti liberi nel tour.

Età minima: l'età minima consigliata per la partecipazione a questo tour è di 15 anni; i minori di 18 anni devono essere accompagnati dai genitori o da un tutore legale.

Condizione fisica: questo è un viaggio attivo ma accessibile a tutti. Per partecipare a questo tour non sono richieste condizioni fisiche particolari, basta contare su una forma fisica normale e avere voglia di realizzare un'esperienza a stretto contatto con la natura.

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

Le attività: durante il tour potremo provare in modo semplice e in tutta sicurezza, diverse attività che rappresentano lo spirito dell'isola: camminare sul ghiacciaio con i ramponi, una passeggiata sul ghiaccio senza difficoltà né rischio, una semplice escursione in kayak nelle acque tranquille della costa, una passeggiata a cavallo e fare diversi trekking su differenti tipologie di terreno. L'escursione in kayak si svolge tenendo conto delle previsioni del clima sulla costa e in mare. In funzione delle condizioni climatiche, l'organizzazione si riserva il diritto di cancellare l'attività o variare l'itinerario in qualsiasi momento per motivi di sicurezza; l'escursione in kayak potrebbe essere realizzata in un villaggio costiero del Sud, rinomato per le sue spiagge di sabbia nera e la tranquillità delle sue acque. Tutte le attività programmate sono di livello semplice, non hanno bisogno di esperienza precedente e sono opzionali. Le condizioni di svolgimento delle attività possono variare in base al clima, ai venti, alle precipitazioni e all'ambiente circostante.

I trekking: i trekking in programma hanno una difficoltà medio-bassa. Le escursioni si sviluppano su sentieri che in alcuni punti sono segnati mentre in altri le tracce spariscono. Le giornate di trekking sono alternate alle giornate in cui vengono proposte altre attività: tutti i percorsi sono facili e durano dalle 2 alle 5 ore con soste frequenti. Il resto dei giorni di tour si fanno passeggiate più semplici generalmente della durata di un'ora. La guida cercherà di

coordinare il ritmo delle camminate in base al gruppo e alle condizioni climatiche giornaliere.

**Il bagaglio e lo zaino:** durante i trekking ogni partecipante porterà con sé uno zainetto con il materiale personale, i vestiti di ricambio, il k-way, la macchina fotografica e il pranzo a sacco. Per una camminata più confortevole, dovrebbero essere ridotti al minimo sia il peso che l'ingombro; il materiale comune e il resto dell'equipaggiamento rimarrà nelle strutture ricettive o nel mini-bus.

Per il proprio bagaglio personale si consiglia uno zaino grande (da 60/70 litri) o una borsa di viaggio morbida (non si possono portare valigie perché lo spazio è limitato). Nella preparazione del bagaglio è fondamentale seguire la lista di materiale consigliato e portare un bagaglio di dimensioni moderate, evitando di portare cose inutili e facilitare i continui carichi e scarichi del veicolo.

**Età minima:** l'età minima consigliata è di 12 anni compiuti; il viaggio non è affatto duro o complicato e ben sia adatta alle capacità di un ragazzo/a che sia a suo agio a contatto con la natura.

**Il terreno, le strade:** quasi tutti i tragitti si realizzeranno su sentieri segnati, la tipologia di terreno è molto variabile: rocce, pietre e sabbia vulcanica, tundra, muschio, fiumi e torrenti. I dislivelli sono moderati, fino ad un massimo di 500 metri. È necessario prestare molta attenzione nell'attraversare i fiumi e seguire attentamente le indicazioni della guida in quanto ci sono luoghi e situazioni che possono essere complicate, o altre invece il cui passaggio è facile e sicuro.

**I veicoli:** tutti i trasferimenti si effettuano in mini-bus da 9 posti con trazione 4x4, mezzo di trasporto ideale per scoprire l'isola in modo facile, familiare, flessibile e differente, e mezzo idoneo per le dure strade islandesi. Nei 15 giorni di tour intorno all'isola si percorrono più di 2500 km ma i trasferimenti in pullmino sono studiati per essere ottimizzati e combinati con differenti attività per evitare trasferimenti troppo lunghi, di solito si viaggia per un paio di ore al giorno, benché ci siano due giorni in cui sono previste 4/5 ore di viaggio.

**Il gruppo:** il gruppo va da un minimo di 5 ad un massimo di 8 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, alcune partenze 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 veicolo, le escursioni e i 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 e le operazioni comuni in cui viene richiesta la piena collaborazione di tutti.

Le attività comuni: quest'avventura, come tutte quelle proposte da Terre Polari, richiede spirito di collaborazione, complicità, solidarietà e lavoro di 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, la spesa e tutte le altre attività che possano sorgere.

Alloggi: tutti i pernottamenti saranno in ostello, guesthouse, cottage o simili, strutture in stile nordico semplici ma molto accoglienti, dotate di camere condivise con letti a castello, bagno comune e docce individuali con acqua calda. La cucina e la sala da pranzo sono completamente equipaggiate. Tutti gli alloggi sono riscaldati quindi è sufficiente un sacco a pelo leggero con temperatura comfort da 5° a 10° C. In alcuni casi si pernosterà in appartamenti esclusivi per il gruppo con le stesse caratteristiche dell'ostello/guesthouse.

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.

## MESE ORE DI LUCE GIORNALIERE

Giugno 20 - 22

Luglio 22 -18

Agosto 17 - 14

Settembre 14 - 11

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 un buffet freddo tipo pic-nic mentre la cena é sempre un pasto caldo preparato presso il luogo dove si pernotta dalla guida assieme alla collaborazione del gruppo: alcuni prodotti sono in scatola e la guida acquisterà le altre provviste nei supermercati lungo il tragitto; possibilità di fare dei barbecue all'aperto nel più puro stile islandese.

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

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

Cena: pasta, riso, purè di patate, carne, pesce, salsicce, pancetta, tonno, zuppe, ecc. Qualora il viaggiatore abbia delle esigenze alimentari particolari, intolleranze, celiachia, o sia vegetariano, deve segnalarlo prima della partenza compilando un apposito modulo al momento della prenotazione; in questo modo le guide possono essere informate delle specificità di ognuno e venire incontro, nel limite del possibile, alle esigenze di tutti i viaggiatori.

## 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 è uno dei paesi più costosi del mondo. I prezzi sono da due a quattro volte più alti che in Italia. Ad ogni modo non è necessario portare una gran quantità di denaro visto che quasi tutte le spese sono comprese nel viaggio ed è 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.

Passaporto: non è obbligatorio ma è consigliato (valido per l'espatrio). Per l'ingresso in Islanda è sufficiente la carta d'identità valida per l'espatrio in corso di validità (senza timbro di rinnovo); validità residua richiesta per i documenti minimo 3 mesi.

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

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 è una lingua germanica che, come l'inglese, il tedesco e tutte le lingue scandinave, è molto simile alle lingue parlate dai vichinghi, tanto che alcune parole sono talmente lunghe che sembrano illeggibili e impronunciabili. Questo è 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.

Raccomandiamo dividere tutto l’equipaggiamento in due bagagli:

- Uno zaino o borsone da viaggio morbido (no valigie) dove trasportare la maggior parte del nostro bagaglio e i vestiti.

Questo verrà caricato e trasportato sempre nel minibus

- Uno zainetto piccolo da 25-30 litri da utilizzare come bagaglio a mano durante i voli di andata e ritorno e per trasportare il pranzo a sacco e le cose personali (macchine fotografiche, k-way, guanti, cappello, occhiali da sole, vestiti di ricambio ecc.) durante i giorni di tour. 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 FORNITO DALL'ORGANIZZAZIONE:

L’organizzazione fornirà ai partecipanti tutto l’equipaggiamento necessario per la realizzazione delle attività previste in programma (ramponi, kayak, abbigliamento specifico per la navigazione ecc.)

### EQUIPAGGIAMENTO PERSONALE NON FORNITO DALL' ORGANIZZAZIONE:

## TESTA

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

## 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)
- 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 o borsa di viaggio morbida per trasportare il proprio bagaglio personale (non si possono portare valigie)
- zainetto da 25-30 litri per i trekking giornalieri
- bastoncini da trekking telescopici (suggeriti per chi è abituato ad utilizzarli durante la camminata)
- 1 binocolo (per l'avvistamento della fauna)

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 viaggio 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 da 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 da 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 da 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.