



travel  
to life

## Island Abenteuer Hochland für Alleinreisende

15 Tage Zelt-Rundreise mit Wandern

### Höhepunkte

- » Spektakuläre Wanderungen in der Askja und Herdubreid
- » Vulkansee Myvatn und Einsamkeit auf der Sprengisandur
- » Berühmt: Geysir, Gullfoss und Þingvellir
- » Bunte Berge und warmer Badefluss in Landmannalaugar
- » Vulkanische Aktivitäten und heiße Quellen im Hochland
- » Geheime Insiderplätze abseits des Tourismus
- » 4 - 5 Wanderungen (2 bis max. 6 Stunden Gehzeit)

### Dein Reiseverlauf



## **Termine & Preise**

Datum von	Datum bis	Preis
18.07.2026	01.08.2026	2.990 €
15.08.2026	29.08.2026	2.990 €

## **Enthaltene Leistungen**

- » 14 Übernachtungen wie beschrieben in 2-Personen-Iglu-Doppeldachzelten (teilweise auf Campingplätzen mit einfacher Ausstattung)
- » Vollpension ab Tag 2 bis Tag 14 (reichhaltiges Frühstück, mittags Lunchpaket vom Frühstück, abends einfache, warme Hauptmahlzeit)
- » Rundreise im geländegängigen Kleinbus mit Gepäckanhänger
- » Qualifizierte Travel To Life-Reiseleitung

## **Nicht enthaltene Leistungen**

- » Einzelzeltzuschlag: 160€
- » Flug nach Keflavik (Island) und zurück. Gerne sind wir Dir bei der Buchung behilflich.
- » nicht genannte Mahlzeiten und Getränke
- » fakultative Ausflüge
- » Trinkgelder

## **Gruppengröße: 8 - 11 Personen**

## **Reisebeschreibung**

### **Wenn das nächste Abenteuer ruft, ziehen wir weiter!**

Islandreisen sind Abenteuer & Erlebnisland gehört mit seiner wilden Vulkanlandschaft zu den spektakulärsten Ländern in Europa. Du musst Island einfach selbst erleben, fühlen, begreifen. Highlights reihen sich mühelos aneinander: kraftvolle

Geysire, gleißende Gletscher, friedvolle Fjorde, bizarre Hochlandwüsten, heiße Quellen und warme Flüsse. Doch wollte man alle Highlights der Insel im Nordatlantik mit ihren beeindruckenden Naturschauspielen aufzählen, bräuchte man Tage und würde ihr doch nicht gerecht werden können. Du wirst auf unserer Expedition kreuz und quer durch das Hochland noch echte Abenteuer erleben. Auf atemberaubenden Wegen, die von grandiosen Naturschauspielen begleitet werden, führt Dich diese Rundreise mit Wanderungen zu den überwältigendsten und schönsten Plätzen auf Island. Du erlebst in der Landschaft der Herdubreid eine fantastische Wanderung in der bizarren Szenerie aus Tuff, Lavaschollen, Basaltwüste und Schlacke, die unter den dicken Gletschern der Eiszeiten entstanden ist. Nur von der Askja kann diese selten gesehene Mondlandschaft noch übertroffen werden. Der Weg dorthin führt Dich und Deine Mitreisenden über eine spektakuläre Piste aus Lavaplatten, Sand und sogar ein paar Mal durch Flüsse. Mit einem geländegängigen Bus reist Du auf dieser Island-Erlebnisreise mit maximal 12 Personen in einer kleinen Gruppe, wir kochen gemeinsam und übernachten im Zelt. Und so sind wir in dieser Form des Reisens recht unabhängig: Wenn das nächste Abenteuer ruft, ziehen wir weiter und wo die Sonne scheint, da können wir einfach etwas länger bleiben. Immer auf der Suche nach dem reinsten und überwältigendsten Naturerlebnis erwanderst Du reizvolle Gegenden. Dabei kommen zwischen 2 und 5 Stunden an Gehzeit zusammen – bei einfachem bis mittlerem Anspruch. Du benötigst dafür nur eine

durchschnittliche Grundkondition und eine gesunde Portion Teamgeist. Eine Erlebnisreise mit Wandern auf Island, die auch ein kleines Abenteuer ist. Genieße das Land der Elfen und Trolle in vollen Zügen und lass Dich von den Naturgewalten und der Schönheit verzaubern.

## Tagesablauf

### Legende

Ü = Übernachtung; F = Frühstück; LP = Lunchpaket; A = Abendessen

### 1. Tag: Abflug ab Frankfurt am Nachmittag nach Keflavik

Nach der Ankunft am internationalen Flughafen in Keflavik führt Dich Dein Weg zunächst in die Hauptstadt Reykjavik. Der Transfer erfolgt eventuell mit dem Flybus, je nach Flugzeit. Falls Du den Flug nicht über uns buchst, sprich bitte vor Flugbuchung Deine Ankunfts- und Abflugzeiten mit uns ab, damit wir schauen können, ob ein Flughafentransfer über uns möglich ist.

Unsere Zelte schlagen wir auf dem zentrumsnahen Campingplatz auf.

Ü: im Zelt in Reykjavik.

### 2. Tag: Reykjavik – Großer Geysir

Morgens begeben wir uns zu Fuß auf einen Stadtrundgang, Du wirst das nordische Flair von Reykjavik genießen können und die wichtigsten Sehenswürdigkeiten der Stadt kennenlernen. Danach bepacken alle gemeinsam die Fahrzeuge mit Nahrungsmitteln, Ausrüstung und Zelten, und los geht das Abenteuer. Unsere erste Etappe führt uns heute an die Geburtsstätte des ersten europäischen "Parlaments", in die Allmänner-Schlucht nach Thingvellir, wo wir einen kleinen Spaziergang (ca. 60 Minuten) zwischen den Kontinentalplatten Amerikas und Europas unternehmen.

Weiter geht die Fahrt zum berühmten Geysir und zum mächtigen Wasserfall Gullfoss, die beiden vielleicht bekanntesten Sehenswürdigkeiten Islands. Zuverlässig spuckt der Bruder vom Geysir, Stokkur, seine Gischtfontänen je nach Laune bis zu 30 Meter hoch in die Luft. Hier wird Dir zum ersten Mal die vulkanische Natur in ihrer Gewaltigkeit bewusst. Der sagenumwobene Wasserfall Gullfoss hat eine schöne Geschichte von der Liebe einer Frau zur Natur und zu weit zurückreichendem Naturschutz! Kraftvoll stürzt das Wasser tosend in die Tiefe, ein sehr beeindruckendes Schauspiel. Wir übernachten entweder direkt an den Springquellen (bei Besichtigung Reykjaviks am Vormittag) oder fahren weiter ins Hochland hinein in Richtung Hveravellir.

Ü: im Zelt, (F/LP/A)

### 3. Tag: Großer Geysir – Kerlingarföll / Hveravellir

Wusstest Du, dass es in Europa Wüsten gibt? Hier auf der Kjölur-Piste wird Dir bewusst, wie schön Einsamkeit und Weite sein können. Unfassbar klar scheinen bei gutem Wetter die schneebedeckten Berge von Kerlingarfjöll und der dahinter liegende Gletscher Höfsjökull. Wenn dann im Juli noch die lilafarbenen Lupinen blühen ist das ein echtes Fest für die Augen! Wir passieren den, je nach Wetter, von azurblau bis schwarz schimmernden Hvítarvatn-See, sehen mächtige Gletscherzungen des Langjökull und Du wirst fasziniert innehalten beim Zusammenspiel von Vulkanen, Eis und Geröllwüste. Wenn das Wetter gut ist, bleibst Du mit Deinen Reisegefährten zwei Nächte in Hveravellir, wo Du die Gegend wandernd erkundest. Je nach Wetter fahren wir auch nach Kerlingarfjöll in das faszinierende Hochtemperaturgebiet. Und ein obligatorisches Bad in der heißen Quelle direkt in Hveravellir geht bei jedem Wetter!

Wanderung Kerlingarfjöll ca. 2 km, Gehzeit 1,5 Std., 240 Höhenmeter - davon 120m Aufstieg, 120m Abstieg.

Ü: im Zelt, (F/LP/A)

### 4. Tag: Hveravellir – Nordfjorde

Bei einer längeren Fahrt gen Norden führt der Weg vorbei an der süßen Torfkirche Vidimyri und dem Museumshof Glaumbaer, welcher einen Besuch lohnt, wenn Du sehen möchtest, unter welchen rauen Bedingungen die Isländer in früheren Zeiten gelebt haben (Besichtigung jeweils fakultativ). Dann geht es weiter nach Akureyri, gelegen an den malerischen Gestaden der Nordfjorde. Es macht einfach Spaß, in den hübschen Gassen der Nordmetropole einen Kaffee zu trinken und durch die kleinen Lädchen zu schlendern. Von den Hügeln im oberen Teil der Stadt eröffnet sich der Blick in die Weite der Meeresarme und zu den Tafelbergen der Nordfjorde.

Ü: im Zelt, (F/LP/A)

## **5. Tag: Region Myvatn-See**

Heute locken uns die vulkanischen Aktivitäten der Region um den Myvatn-See. Wir campieren zwei Nächte direkt am Ufer des Sees. Von dort aus geht es mit unseren Fahrzeugen einmal rund um das Gewässer mit seinen vielen bizarren Naturphänomenen wie den Pseudokratern am Westufer und das Lava-Labyrinth von Dimmuborgir. Also wenn hier keine Trolle wohnen....wo denn dann? Wir werden sicherlich Einigen begegnen! Lohnend ist auch die Wanderung auf den formvollendeten Kraterrand des Tuffbergs Hverfjall und ein Abstecher zu den heißen Grotten.

Wanderung ca. 13 km, Gehzeit 6 Std., 680 Höhenmeter - davon 340 m Aufstieg, 340 m Abstieg.

Ü: im Zelt am Myvatn, (F/LP/A)

## **6. Tag: Region Myvatn See**

Ein ruhigerer Tag gibt Dir die Gelegenheit auch einmal entspannt am See zu sitzen und die reiche Vogelwelt zu beobachten. Wenn Du Lust hast, kannst Du bei gutem Wetter einen Rundflug zum Vatnajökull unternehmen oder eine Runde Reiten gehen (beides fakultativ). Auch Wäsche waschen, eigene Vorräte auffüllen oder einfach mal den Blick in ein Buch werfen ist heute möglich. Und nicht zu vergessen: Myvatn hat ein wirklich besonderes Open Air-Schwimmbad, das sehr zu empfehlen ist!

Ü: im Zelt am Myvatn, (F/LP/A)

## **7. Tag: Myvatn See – Herdubreidlindar**

Heute wird Dich die quirige Vulkanwelt aus Solfataren und Fumarolen am Namnarskard-Feld, sowie im Gebiet Krafla bezaubern. Und dann fahren wir hinein in eines der schwärzesten Gebiete Islands! Unser Fahrzeug kämpft sich über die schwarzen Lavafelder mitten hinein in die Hochlandwüste. Wir durchqueren einige Flüsse, da kann es auch mal spannend werden... Und immer vor Augen haben wir den schönsten Vulkan Islands: Herdubreid, übersetzt: die Breitschultrige. Die Hochlandpiste führt uns zu diesem erhabenen Vulkan, der als Wahrzeichen Islands gilt und wir übernachten in einer kleinen grünen Oase unterhalb des Vulkans.

2 kleinere Wanderungen: 45 min., 1,5 Std.

Ü: im Zelt in Herdubreidlindar, (F/LP/A)

## **8. Tag: Wanderung an der Herdubreid**

Die besondere Entstehung unter den dicken Gletschern der Eiszeiten machen die Herdubreid und ihre umgebende Landschaft zu einer fantastischen Szenerie aus Tuff, Schlacke, Lavaschollen und Basaltwüste, ideal für eine ausgiebige Wanderung. Du betrittst eine selten gesehene Mondlandschaft, die nur noch von der Askja übertroffen werden kann. Daher machst Du Dich mit der Gruppe am Nachmittag noch auf, um dorthin zu gelangen. Es sind zwar nur wenige Kilometer, aber die Piste ist spektakulär und führt teils über Sand, Lavaplatten oder Basalt, einige Male sogar durch Flüsse zum nächsten Camp an der Drachenschlucht (2 Nächte).

Wanderung ca. 2,5 Std., kaum Höhenmeter

Ü: im Zelt an der Drachenschlucht/Askja, (F/LP/A)

## **9. Tag: Vulkan Caldera der Askja**

Eine Tages- bzw. Halbtageswanderung (je nach Witterung) erschließt Dir eines der landschaftlichen Highlights Europas: die Vulkan-Caldera der Askja. Du wanderst durch schwarze Lavaasche die Hänge zur Caldera hinauf. Bizarre Lavaskulpturen säumen den Weg, die im Nebel aussehen wie Riesen-Trolle! Im frühen Sommer liegt häufig noch Schnee oben am Krater über den wir dann hinunter in die Caldera mit ihrem weiten, blauen Kratersee stapfen. Rot-schwarz schimmert es unter Deinen Füßen und es dampft und stinkt entlang der Hänge. Absolut beeindruckend! Hier findest Du Gelegenheit, ein Schwefelbad im \*Höllenschlund\* des Viti-Sees im ca. 25 Grad warmen Wasser zu genießen. Oder lass Dich vom tiefblauen, legendenumwobenen Kratersee verzaubern.

Tageswanderung ca. 9 km, 3,5 Std., 1000 Höhenmeter - davon 750 m Aufstieg, 250m Abstieg

Ü: im Zelt an der Drachenschlucht, (F/LP/A)

## **10. Tag: Sprengisandur Hochland Piste**

Nach den vielen Abenteuern in der Askja wartet heute eine längere Fahretappe auf Dich. Zurück über die Lavaplatten und durch die Flüsse geht es auf die Ringstraße und zurück zum Myvatn. Nach einem Einkaufsstopp mit Mittagspause fahren wir in Richtung Osten und kommen am formschönen Wasserfall Godafoss an, wo Du in einem sehr gemütlichen Café die Aussicht genießen kannst. Dann biegt das Fahrzeug wieder ab und hinein ins Hochland nach Süden. Auf der Fahrt über die spektakuläre Sprengisandur-Hochlandpiste durch die "Wüste Europas" entdeckst Du jede Menge tolle Fotomotive.

Dein Übernachtungsort liegt direkt unterhalb des Gletschers Tungnafellsjökull und auch in der Nähe des beeindruckenden Vatnajökull. Womöglich spürst Du hier das raue Hochland sehr nah und direkt.

Kleinere Spaziergänge unterwegs, ca. 1,5 Stunden

Ü: im Zelt in Nyidalur, (F/LP/A)

## **11. Tag: Sprengisandur Hochland Piste**

Abenteuerlich geht es weiter durch das südliche Hochland. Die legendäre Route auf der Straße F26 führt uns durch weite Hochebenen, entlang großer, intensiv blauer Gletscherseen und -flüsse und flankiert von den Gletschern Hofjökull und dem Giganten Vatnajökull. Mit vielen Stopps und ebenso vielen Flussdurchquerungen rumpeln wir über die Schotterpiste. Und plötzlich: Ruhe im Fahrzeug! Wie erholsam wirkt das kleine Stückchen Teerstraße kurz vor dem Kraftwerk... Mit Blick auf den Vulkan Hekla, einem der aktivsten Vulkane der Insel, der die Besiedlung Islands im 18. Jahrhundert beinahe beendet hätte, biegen wir in Richtung Landmannalaugar ab. Gegen Nachmittag erreichen wir unser uriges Camp in Landmannahellir, wo Du den schönen Tag noch mit einer kleinen Wanderung in den Hügeln abrunden kannst.

Ü: im Zelt in Landmannahellir, (F/LP/A)

## **12. Tag: Landmannalaugar**

Wir fahren nach Landmannalaugar und erwandern uns eine idyllische Bilderbuchlandschaft mit bunten Bergen, wilden Bächen, herben Höhen und lieblichen Tälern, was bisweilen wie eine Zuckerbäckerlandschaft wirkt. Eine Möglichkeit ist die Besteigung des Blafells, der einen rundum Blick auf diese - wie soll man sagen - wirklich unfassbare Landschaft ermöglicht (je nach Wetter rutschig und windig). Es gibt auch andere Wanderungen in verschiedenen Längen und mit unterschiedlichen Höhenmetern, je nach Lust und Fitness. Eine unglaubliche und wundersame Form von Natur gegebene Wellness ist hier das Bad im warmen Fluss.

Wanderung ca. 10 km, Gehzeit 5,5 Std., 650 m Aufstieg, 650 m Abstieg.

Ü: im Zelt in Landmannahellir, (F/LP/A)

## **13. Tag: Landmannalaugar – Vik / Seljavallir**

Von Landmannalaugar aus verlassen wir das Hochland mit einer Fahrt über eine weitere spektakuläre

Straße: Die Eldgjá, übersetzt "Feuerschlucht", ist die größte und gewaltigste Vulkanspalte, die es auf der Erde gibt! Klar, dass wir hier auch noch eine kleine Wanderung unternehmen. Angekommen an der Südküste bei Vik wirst Du vielleicht froh sein, wieder einmal liebliches Grün zu sehen, dass plötzlich so lebensfroh nach all der schwarzen und roten Lava wirkt! Am malerischen Vogelfelsen von Dyrhóley bekommst Du mit etwas Glück die niedlichen Papageientaucher vor die Kameralinse. Und manchmal muss man sich der durchaus aggressiven Raubmöwen erwehren, die über dem Parkplatz kreisen - auch eine Erfahrung. Beim Anblick dieses zauberhaften Küstenstreifens wirst Du vielleicht an die nordischen Sagen denken und Dich fragen, ob wohl dort vor Dir im Meer 4 versteinerte Trolle stehen...?

Kleine Rundgänge in der Eldgjá Schlucht und am Vogelfelsen, ca. 1,5 Stunden

Ü: im Zelt entweder bei Vik oder in Seljavellir, (F/LP/A)

#### **14. Tag: Vik / Seljavellir – Reykjavík**

Die Rückfahrt nach Reykjavík entlang der Südküste ist noch einmal malerisch. Skógafoss und Seljalandsfoss sind trotz der vielen Wasserfälle, die Du bereits unterwegs gesehen hast, immer noch beeindruckende Schauspiele. Und innerlich wird es Dich vielleicht berühren, weil Du merkst, dass diese Reise langsam zu Ende geht und Du diese unglaubliche Kraft der Natur in Deinem Herzen mit nach Hause nehmen möchtest. Entlang der schwarzen Gletscherzunge des Myrdalsjökull und durch die weiten Schwemmebenen erreichst Du am Nachmittag müde, aber glücklich die Hauptstadt, wo Du mit Deinen Gefährten die eindrückliche und vielfältige Tour noch einmal begießt...

Ü: im Zelt in Reykjavík, (F/LP/A)

#### **15. Tag: Rückreise**

Heute heißt es Abschied nehmen. Du fliegst zurück in die Heimat mit vielen großartigen Eindrücken.

#### **Allgemeine Hinweise:**

Insgesamt legst Du mit Deinen Reisegefährten ca. 2000 km zurück, die einen gelungenen Eindruck von Island vermitteln. Du nutzt Campingplätze mit manchmal guter, manchmal eher wenig Infrastruktur und schlafst in 2-Personen-Doppeldachzelten. Ein Gruppenzelt ermöglicht Dir und Deiner kleinen Gruppe das gemeinsame Zubereiten von Frühstück und einfacher warmer Mahlzeiten am Abend. Ein Lunchpaket für den Mittagssnack entnimmst Du Dir aus der Frühstückskiste.

Islands Sommerwetter der letzten Jahre war auch geprägt von Schönwetterphasen (kurzfristig sogar bis 25 Grad) mit gelegentlichen Regenschauern, wobei es nachts durchaus bis zum Gefrierpunkt abkühlen kann. Natürlich lassen sich keine konkreten Aussagen machen, aber letztlich sind Islandreisende stets überrascht über das eher gute Wetter.

#### **Deine Wanderungen:**

Durchschnittliche Grundkondition und etwas Wandererfahrung ist erforderlich. Unwegsames, unebenes Gelände mit teils Höhenanstiegen bis 400 Höhenmeter, u.U. auch bei schlechtem Wetter. Reine Gehzeiten zwischen 2 und maximal 6 Stunden (zuzüglich Pausen).

#### **Änderungen vorbehalten!**

Bitte beachte, dass bei dieser Abenteuerreise der Programmverlauf je nach Wetterlage und sonstigen Ereignissen, auf die wir keinen Einfluss haben (z.B. Unpassierbarkeit der Straßen), variabel sein muss. Ebenso behalten wir uns ausdrücklich Änderungen der Übernachtungsorte vor, da unser Reisekonzept geradezu darauf ausgerichtet ist, spontane und spannende Ideen dort umzusetzen, wo sie sich bieten. Änderungen geschehen jedoch immer im Interesse der Gruppe und des Reiseerlebnisses. Wir halten uns natürlich schon insgesamt an die Ausschreibung, so dass Du Dich auf die vorgenommenen Besichtigungspunkte verlassen kannst.

## Anforderungen

- ☒- durchschnittliche Grundkondition und etwas Wandererfahrung erforderlich
- ☒- unwegsames, unebenes Gelände mit teils Höhenanstiegen bis 400 Höhenmeter, u.U. auch bei schlechtem Wetter
- ☒- Reine Gehzeiten: zwischen 2 und maximal 6 Stunden (zuzüglich Pausen)

Eine Zeltreise ist ein Gemeinschaftsprojekt! Jeder Teilnehmende hilft beim Auf- oder Abbau des Gemeinschaftszelts, beim Kochen oder beim Abwaschen. Die Reiseleitung dient nicht als Koch, Spüler und Aufräumer, sondern ist "Erster unter Gleichen". Sie koordiniert die Aufgaben, die für alle gemeinschaftlich zu tun sind.

Hinweis:

Bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl von 8 Personen behalten wir uns vor, die Reise bis 28 Tage vor Reisebeginn abzusagen.