



APN Voyages
3, rue St-Victor
1227 Carouge
apn@bluewin.ch
www.apnvoyages.ch



Trek au cœur des Hautes Terres dans Fjallabak

**Voyage de 10 jours
Du 27 août au 5 septembre 2021**



Voyage guidé durant 8 journées de trek dans la région de Fjallabak. Ce séjour en petit groupe se fait avec le portage de vos affaires en 4x4 et les nuits en refuge avec une moyenne de 15 à 20km de marche par jour.

Les Hautes Terres et la région de Fjallabak sont réputées pour la randonnée, et aussi victimes de leur succès avec le très fréquenté trek du Laugavegur, itinéraire de 2 à 4 jours entre les montagnes de Landmannalaugar et la vallée de Thorsmork. Nous vous proposons ici une randonnée totalement différente, à travers les mêmes paysages fascinants et désertiques mais selon un itinéraire différent, bien loin des sentiers battus, à la découverte de paysages uniques et du silence. Vous traverserez des déserts noirs, des coulées de lave récentes, de nombreuses rivières, parfois chaudes, des champs de solfatares où la terre boue... et les montagnes multicolores de rhyolite. Vous serez souvent sur des crêtes avec des points de vue magnifiques. C'est une rencontre des forces de la nature avec l'omniprésence des glaciers et des montagnes souveraines, inaccessibles, une grande partie de l'année.

Itinéraire

Jour 1 : Arrivée à Reykjavik

Arrivée à l'aéroport de Keflavik, transferts à Reykjavik journée libre, nuit à Reykjavik.

Jour 2 : Départ de Reykjavik et début du trek – Dénivelé +400/-400 – 22km – 6h

Le rendez-vous est donné à 7h30 à la gare routière de Reykjavik. Accueil des participants et route en direction de la région de Fjallabak. Il faut compter environ 2h de trajet pour arriver au départ du trek, situé au pied du volcan l'Hekla. Dès le début, vous traversez plusieurs gorges, déserts noirs avec une vue magnifique sur le sommet du volcan Hekla. Vous traverserez la magnifique faille éruptive de Valagja et la récente coulée de lave de Hekla, dans une superbe atmosphère désertique pour vous mettre dans l'ambiance. Vous passerez à côté de lacs cratères comme celui de Saudleysuvatn. Arrivée au refuge de Landmannahellir et nuit sur place.

Jour 3 : En route vers Landmannalaugar – Dénivelé +400/-400 – 16km – 6h

Ce matin, vous quittez le refuge que vous retrouverez ce soir, et rejoignez la région très connue des montagnes de rhyolite de Landmannalaugar. Vous traverserez des paysages très variés, longerez des lacs cratères d'un bleu profond, entourés de belles prairies, passerez par des zones plus volcaniques avec coulée de lave et obsidienne comme la vallée de Laugahraun, jusqu'à Groenagil, la vallée verte. Le trek se termine au pied du refuge de Landmannalaugar, situé à proximité d'une rivière d'eau chaude (bain possible pour terminer la journée). Vous repartirez avec le bus qui fait la liaison avec Reykjavik et qui vous arrêtera en route, à votre refuge.

Jour 4 : Arrivée au bout du monde à Dalakofinn – Dénivelé +800/-300 – 20km – 7h

Aujourd'hui, vous montez sur le plateau de Hrafninnusker en rejoignant le lac de Höfdavatn. Vous croiserez de nombreuses zones de solfatares en chemin. Vous arriverez dans la vallée des fumées de Reykjadalir et à la source de la fameuse rivière Markarfljot. Votre refuge domine la vallée, région très isolée où à cette altitude, les névés de neige ne sont pas rares, même en été. Un endroit incroyable au pied de la montagne Laufafell. Plus rustique que les autres, ce refuge ne dispose pas de douches, les ablutions se feront directement à la rivière, une expérience !

Jour 5 : Entre rivières et lacs – Dénivelé +200/-500 – 22km – 7h

Vous quittez ce refuge isolé et ce lieu envoutant, situé au pied de la rivière Markarfljot. La première chose que vous faites est de la traverser, une étape toujours vivifiante et délicate. Vous longez ensuite la grande montagne de Laufafell, avec ses gorges magnifiques, pour rejoindre Alfavatn, le lac des cygnes et son superbe jeu de miroir. Le refuge se trouve un peu plus loin.

Jour 6 : Jusqu'à la vallée de Strutur – Dénivelé +500/-500 – 15km – 6h

Changement de paysage et d'atmosphère aujourd'hui avec la traversée du désert de Maelifellssandur, ambiance noire et grise avec de nombreuses ramifications de rivières, le tout bordé par le glacier Myrdalsjökull. Arrivée au refuge au pied de la montagne de Strutur. La vue sur la montagne Maelifell est éblouissante.

Jour 7 : Les environs de Strutur – Dénivelé +700/-700 – 20km – 6h

Journée de randonnée en boucle autour du refuge, plusieurs possibilités jusqu'à Raudubotnar, le long de la rivière Holmsa, explorer les vallées situées au pied du glacier Torfajökull.

Jour 8 : Au bord du lac Alftavötn – Dénivelé +600/-600 – 20km – 7h

Magnifique randonnée à travers les montagnes bordées par le glacier Torfajökull au Nord et la montagne Svatahnuksföll. Vous profiterez d'un bain chaud à Strutslaug en pleine nature. Découverte privilégiée de ce paysage composé de petites gorges et de vallées secrètes. Enfin vous traverserez plus loin la faille d'Eldgja déjà apparente, que vous retrouverez le lendemain dans sa partie plus

impressionnante encore. Refuge avec toit en tourbe très pittoresque, dans un endroit magnifique au pied d'un lac.

Jour 9 : La faille Eldgja et retour à Reykjavik – Dénivelé +200/-400m – 12km – 4h

Vous rejoignez l'immense faille d'Eldgja que vous suivez. En début d'après-midi vous retrouvez votre bus pour rejoindre la capitale. Vous vous arrêtez en route à la chute de Skogafoss et sur la magnifique plage de Reynisfjara. Arrivée vers 18-19h à Reykjavik. Transfert à Keflavik et nuit à Keflavik.

Jour 10 : Retour en Suisse

Transfert tôt le matin pour l'aéroport de Keflavik, vol de retour pour la Suisse.

Points forts du séjour

- **L'Islande en été** : C'est la saison idéale pour apprécier les longues journées ensoleillées. En effet, entre mai et août le pays fait l'expérience du soleil de minuit. La fraîcheur du climat islandais n'est en rien comparable aux chaleurs écrasantes qui s'abattent à la même période en Suisse. Une météo idéale pour la randonnée.
- **La région de Fjallabak** : Cet itinéraire a été choisi pour vous faire découvrir les facettes de cette région, hors des sentiers battus. Il n'est pas rare de ne croiser aucun randonneur pendant plusieurs jours. Ici, peu ou pas de balisage, voire même de traces. Les seuls repères sont les montagnes, les rivières... Après ce voyage, vous ne verrez plus les ponts de la même façon...
- **Trek en petit groupe et avec portage de vos affaires par un 4x4** : Ce séjour se veut agréable et plaisant et pour que vous en profitiez pleinement nous l'organisons uniquement avec un petit groupe (max 12 pers). De même inutile de se fatiguer à porter tout votre équipement, vous ne gardez que les affaires dont vous avez besoin durant la journée et le reste est transporté en 4x4 entre les refuges.

Prix indicatif, il peut varier suivant le cours de change, les vols...

Dès 4'150CHF par personne, comprenant :

- 1 nuit à l'aller à Reykjavik et 1 nuit au retour à Keflavik, en chambre double avec facilités privées et petit-déjeuner inclus.
- 7 nuits en refuge, lits en dortoir en sac de couchage (non fourni), douches chaudes incluses
- Guide francophone
- Transport aller-retour entre Reykjavik et le départ-fin du trek
- Transferts des bagages et de la nourriture, de refuge en refuge
- Pension complète durant le trek. Jour 1 aucun repas inclus, J9 uniquement petit-déjeuner inclus, J10 petit-déjeuner inclus
- Vols internationaux

Ne comprend pas

- Boissons type soda ou alcool
- Assurance rapatriement (sur demande)
- Transferts entre l'aéroport de Keflavik et Reykjavik
- Pourboire
- Repas à Reykjavik

Informations pratiques

- **Ce séjour est prévu en petit groupe de 6 à 12 participants.**
- **Marches** : Marches de niveau modéré à difficile. Une moyenne de 5 à 8 heures de marche par jour est prévue avec une moyenne de 15 à 20 km par jour. Le terrain est vallonné, accidenté ou

montagneux (névés). Le dénivelé est de l'ordre de 500 à 700 mètres. Il vous faut être suffisamment en bonne condition physique pour tenir le rythme et les étapes. L'itinéraire peut légèrement être modifié en fonction de la météo et des conditions climatiques, votre guide adaptera l'itinéraire en fonction.

- **Bagages** : Vos affaires et la nourriture seront transportés par un véhicule. Il vous est demandé de ne prendre qu'un maximum de 15 kg dans des sacs souples (maximum 2). Il est possible de laisser une partie de vos affaires à Reykjavik pour ceux qui prolongent leur séjour.
- **Hébergement** : Nuits dans des refuges confortables et bien équipés. Lits en dortoirs avec sac de couchage (non fourni). En Islande, les refuges possèdent des toilettes et des douches dans des bâtiments séparés. La plupart des refuges possèdent des douches avec eau chaude où le temps est limité à quelques minutes (compris dans le prix).
- **Transport** : Avant et après le trek, les transferts sont effectués dans un minibus confortable.
- **Nourriture** : Cuisine à tendance végétarienne à base de produits bio savoureux de qualité. Petit-déjeuner « scandinave » copieux, pique-nique à midi avec salades composées, biscuits et boissons chaudes. Le soir un dîner copieux et convivial à base de spécialités et de produits locaux : truite du lac, gigot d'agneau, légumes, pommes de terre, salade et excellents laitages dont le skyr aux myrtilles. **Il est indispensable qu'un régime particulier ou une allergie à un aliment soit signalé clairement au moment de l'inscription.** Pour la convivialité du groupe, mais rien d'obligatoire, il est recommandé à chacun d'apporter une petite spécialité de son terroir (biscuits, fromage, vin...).
- **Participation** : Il est demandé aux membres du voyage de donner un petit coup de main pour la préparation des repas.
- **Prolongation de votre séjour** : Nous contacter ! Vous ne reviendrez peut-être pas en Islande de sitôt et, si vous disposez d'un peu plus de temps, nous vous conseillons bien sûr de prolonger votre séjour de quelques jours, en indépendant, à la découverte d'une autre région ou dans la plus nordique capitale du monde. Nous pouvons vous organiser 1 ou 2 jours supplémentaires à Reykjavik où vous aurez l'occasion de vous imprégner de son ambiance décontractée et originale, de ses excellents coffee-shops, de ses superbes librairies, ses passionnants petits musées interactifs et galeries d'art, ses extraordinaires piscines en plein air, spa, et sa vie nocturne, le week-end, assez hors du commun. Attention, décidez la prolongation de votre séjour à l'avance, car faire modifier votre billet d'avion sur place peut coûter cher, voire être impossible !

[POUR PLUS D'INFORMATIONS](#)

Les explications de « vives voix » valent mieux qu'un catalogue multicolore. Et les couleurs, vous les trouverez sur place. Alors, n'hésitez pas à nous téléphoner ou à prendre rendez-vous !

APN Voyages
Rue Saint-Victor 3
1227 Carouge
022 301 01 50
apn@bluewin.ch
www.apnvoyages.ch

Nous vous proposons également d'autres destinations de voyages pédestres : Grèce, Cappadoce, Italie, Groenland, etc...