



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



## Trek du Lónsöræfi

Voyage de 9 jours

Dates du voyage de groupe pas encore définies



Un trek qui va vous donner l'impression d'être arrivé au bout du monde. Un sentiment de liberté durant toute la randonnée. Une épopée de 9 jours en autonomie.

Niveau de marche modéré à difficile (portage par vous-même de vos affaires et de la nourriture).

La réserve naturelle de Lónsöræfi est située au Sud Est du pays et fait partie plus généralement du parc national du Vatnakökull. Elle se compose de montagnes rhyolites très escarpées et de vallées profondes, tout cela avec la présence proche du glacier. Vous serez confrontés à des ensembles de palagonite aux formes étranges, méfiez-vous, ce sont peut-être tout simplement des trolls... Si vous avez envie d'aventure et de paysages à couper le souffle, rejoignez ce trek unique dans ces montagnes colorées du Lónsöræfi. Découvertes des glaciers, traversées de rivières, ascensions de montagnes... Une aventure complète au bout de vos pieds et l'un des plus beaux treks du pays.

## Itinéraire

### **Jour 1 : Arrivée à Reykjavik**

Arrivée à l'aéroport de Keflavik, transferts à l'aéroport de Reykjavik puis vol pour Höfn. Nuit à Höfn.

### **Jour 2 : Début de l'aventure**

Vous avez rendez-vous avec votre guide à Höfn à 9h. Une fois les présentations faites, les bagages chargés et les arrivants regroupés, départ en minibus pour les montagnes colorées de Stafafell. Randonnée de 6h dans les gorges de Hvannagil le long de la rivière Jökulsá í Lóni, jusqu'à l'embouchure du canyon. Retour à Stafafell et nuit sur place.

### **Jour 3 : Stafafell – Mulaskali**

Aujourd'hui la randonnée débute le long d'un sentier pour les moutons qui vous emmène au fond d'une vallée qui longe la rivière Jökulsá í Lóni pour rejoindre le magnifique refuge de Mulaskali. En chemin des montagnes vallonnées, des ravines, des rivières glaciaires et avec un peu de chance la possibilité d'observer un renne ou un renard arctique.

### **Jour 4 : Mulaskali – Egilssel**

Après une marche dans la vallée, vous prenez peu à peu de l'altitude en escaladant les pentes rocheuses d'un ravin. Le paysage accidenté des gorges de Trollakrokar et ses impressionnantes falaises est fascinant. Vous suivez la rivière Jökulsá í Lóni qui vous emmène vers une superbe cascade. Quelques cours d'eau à traverser et vous voici arrivé au lac Kollumùlavatn. Vous êtes bientôt arrivé à l'étape de ce soir, le refuge au bord du lac perché sur une crête : Egilssel.

### **Jour 5 : Les environs d'Egilssel**

Aujourd'hui vous serez plus léger et ne porterez qu'un petit sac à dos pour la journée. En route pour explorer la région et faire une belle randonnée en boucle avec retour au même refuge.

### **Jour 6 : Egilssel – Mulaskali**

Après la traversée du ruisseau provenant du lac Kollumùlavatn, vous continuez dans un paysage caillouteux et rocailleux. L'aspect lunaire de l'Islande prend ici tout son sens ! Plus loin la végétation réapparaît lentement avec quelques maigres saules et buissons de bruyères en fleur. Il faut continuer jusqu'à la rivière Jökulsá í Lóni pour voir quelques bouleaux et traverser ce qui pourrait ressembler à un bois. Vous arrivez à votre troisième étape, le refuge de Mulaskali où vous resterez cette fois deux nuits. C'est l'occasion de prendre le temps d'explorer les magnifiques vues sur le Lónsöræfi et ses montagnes multicolores.

### **Jour 7 : Région Mulaskali**

Avec cette randonnée vous aurez la possibilité de vous approcher du glacier et de contempler l'impressionnante langue glaciaire, retour au même refuge.

### **Jour 8 : Mulaskali – Höfn**

Dernière marche de 2h pour ce trek. Il est désormais temps de rejoindre le lieu de rendez-vous et faire le trajet jusqu'à Höfn. Vol pour Reykjavik puis transfert à Keflavik. Nuit à Keflavik.

### **Jour 9 : Retour en Suisse**

Tôt le matin, transfert à l'aéroport de Keflavik puis 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. C'est aussi la meilleure saison pour admirer la faune et la flore locale, les fleurs inondent les prairies et les oiseaux migrateurs peu craintifs, sont visibles assez facilement.
- **La région de Lonsöraefi** : Région située dans le Sud Est du pays, à l'Est de la grande calotte glaciaire du Vatnajökull. C'est une région isolée accessible uniquement par quelques pistes de 4x4 ou à pieds. C'est une région montagneuse inhabitée. Toute la région est sculptée de ravins et de gorges et colorée par de nombreuses intrusions de rhyolite.
- **Trek hors des sentiers battus** : Cette randonnée va vous donner l'impression d'être seul au monde... Encore largement isolée, la région reste très peu connue des touristes, seuls quelques initiés s'aventurent sur ces chemins de randonnée.
- **Trek en petit groupe** : Ce séjour se veut agréable, plaisant et intimiste. Avec votre guide vous serez en compagnie d'autres personnes mais dans un groupe n'excédant pas 12, ce qui permet d'apprécier pleinement l'ambiance de la randonnée, les explications du guide, le rythme de marche. **Vous devrez porter l'ensemble de vos affaires pour le séjour.**

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

Dès 3'300CHF 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.
- 6 nuits en refuge, lits en dortoir en sac de couchage (non fourni)
- Guide francophone
- Transport aller-retour entre Höfn et le départ-fin du trek
- Pension complète durant le trek. Jour 1 aucun repas inclus, J8 uniquement petit-déjeuner inclus, J9 petit-déjeuner inclus
- Vols internationaux
- Vols nationaux

### 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 à cause du portage de vos affaires et de la nourriture. Une moyenne de 6 heures de marche par jour est prévue. 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** : Il est important de noter que vous allez devoir transporter votre propre équipement sur l'ensemble de cette randonnée (affaires personnelles, sac de couchage et nourriture). Organisez vos affaires le mieux possible et essayez d'être le plus léger possible dans vos choix. Vos habits et votre sac de couchage devront être dans des sacs isolants. Il sera possible de laisser une partie de vos affaires à Reykjavik.

- **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](http://www.apnvoyages.ch)

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