



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



Trek du Laugavegur

Voyage de 7 jours

Dates du voyage de groupe pas encore définies



Découvrez l'Islande à pieds et réalisez cette randonnée mythique, l'une des plus belles du pays. Une marche de 5 jours dans l'intérieur des terres et la région de Fjallabak, un trek sans portage, un 4x4 transporte les bagages et la nourriture d'un refuge à l'autre.

Le trek du Laugavegur est la randonnée la plus populaire en Islande et le National Geographic l'a classé parmi les 20 plus beaux treks de la planète. Il a également été nommé parmi les 20 treks de rêve dont seulement deux se trouvent en Europe. Un trek qui se situe à l'intérieur des terres, une région qui aurait inspiré J.R.R. Tolkien pour ses descriptions de la Terre du Milieu.

Ce voyage est un exceptionnel concentré des paysages les plus variés au monde que l'on peut trouver dans un si petit environnement : les 70km qui séparent LandamannaLaugar de Skogar sont parsemés de volcans, glaciers, névés, sources d'eau chaude, mares de boues, rhyolite, obsidienne... Les montagnes aux mille couleurs vous berceront à travers le dédale de ces paysages, sur des crêtes, dans des vallées, le long de lacs...

Itinéraire

Jour 1 : Arrivée à Reykjavik

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

Jour 2 : Reykjavik – Landmannalaugar et Landmannalaugar – Hrafninnusker

Le rendez-vous est à 7h au centre d'information de Reykjavik où un bus vous attend pour vous conduire jusqu'au départ de la randonnée à Landmannalaugar. Profitez du voyage pour observer les paysages, et vous imprégner de cette nature qui sera votre environnement pendant les 5 prochains jours. En cours de route, vous verrez l'impressionnant volcan Hekla, un des plus actifs d'Islande.

Vous démarrez cette randonnée au cœur des montagnes de rhyolithe aux milles couleurs, de Landmannalaugar où se trouve également une rivière d'eau chaude. Vous progressez sur ce plateau de montagnes de rhyolite pendant quelques temps, avant de redescendre vers les sources chaudes de Stórihver. Puis vous continuerez votre route vers le point culminant de la randonnée, le désert noir d'obsidienne de Hrafninnusker à environ 1100m d'altitude, croisant certainement en chemin quelques paquets de neige ou névés. Nuit au refuge.

Distance : 12km – Durée : 4-5h – Dénivelé : 470m

Jour 3 : Hrafninnusker – Alftavatn

Vous démarrez tôt le matin après un copieux petit-déjeuner pris sous la tente. Aujourd'hui vous suivez la route des montagnes de Reykjaföll et progressez tranquillement jusqu'à Jökultungur. Là, le paysage change, et devient plus sombre du fait des montagnes de tuff et des glaciers environnants. Quelques plantes auront réussi à se faire un petit nid ici et là. Vous descendrez ensuite les pentes fortes qui vous mèneront vers cet oasis vers qu'est Alftavatn : le contraste avec le paysage que vous venez de traverser est étonnant ; la fin de la marche est très facile, et le campement situé dans un cadre idyllique au pied du lac.

Distance : 12km – Durée : 4-5h – Dénivelé : 490m

Jour 4 : Alftavatn – Emstrur

C'est une journée plutôt facile ; elle commence par une marche sur la colline de Bratthals en direction des gorges de Hvanngill. Il y aura besoin de se déchausser quelques fois durant la journée à cause des quelques rivières qui jalonnent la route avant d'atteindre le refuge d'Emstrur. Vous aurez également l'occasion de côtoyer le volcan Hattafell avec son étrange sommet plat et d'admirer la vue sur les imposants glaciers d'Eyjafjallajökull et de Myrdalsjökull. Avant d'atteindre le refuge vous ferez un détour jusqu'au pic surplombant Markarfljotgljúfur, son profond canyon, et la puissante rivière glaciaire Markarfljot.

Distance : 15km – Durée : 6-7h – Dénivelé : 40m

Jour 5 : Emstrur – Thorsmörk

Après la traversée (par un pont) de la rivière Sydi Emstruà, vous vous dirigerez vers un endroit appelé Almenningar ; le paysage change lentement et devient un paysage parsemé de petites rivières glaciaires où apparaît petit à petit une végétation jusqu'ici quasi inexistante de petits arbres, arbustes et fleurs. Vous sentez également la présence à proximité du glacier Myrdalsjökull. Þórsörk est une vallée glaciaire encaissée entre deux glaciers, un lieu magique pour passer la nuit. Le soir nous avons une soirée d'adieu au refuge où vous dégusterez un délicieux agneau grillé.

Distance : 15km – Durée : 6-7h – Dénivelé : 300m

Jour 6 : Thorsmörk – Reykjavik

Dernière matinée plus relax, après un petit-déjeuner plus tardif que les autres jours. Ceux qui veulent pourront rester se reposer tandis que d'autres pourront faire une petite marche dans la vallée, autour du refuge. Le guide vous proposera cette randonnée d'une demi-journée, pour monter sur la montagne Utigönguhöfði surplombant la vallée (environ 500m de dénivelé), et profiter de la vue. Le

bus vous récupèrera en fin d'après-midi pour vous ramener à Reykjavik. Vous serez déposé au même endroit en face de l'office de tourisme, là où le voyage a commencé. De là, des bus ou taxis pourront vous mener à votre logement à Keflavik.

Jour 7 : Retour en Suisse

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

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

Dès 3'250CHF 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.
- 4 nuits en refuge, lits en dortoir en sac de couchage (non fourni)
- Guide **anglophone**
- 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, J6 petit-déjeuner et déjeuner inclus, J7 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 :** Randonnée avec portage des affaires par un 4x4 avec un niveau modéré selon les étapes du jour. Une moyenne de 6 à 10 heures par jour est prévue, il vous faut être suffisamment en bonne santé 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.
- **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 diner 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...