

Island: Wandern bei den Wikinger

Wanderreise mit Gletscherbesteigung, "Golden Circle" und Bad in den heißen Quellen



Ingjaldsholl Kirche in Hellisandur ©visiticeland

Wer an Inselurlaub denkt, der hat pazifische Paradiese mit türkisfarbenem Wasser, weißen Stränden und Palmen im Kopf. Hier in Europa haben wir aber mit Island eine Insel, die es so kein zweites Mal gibt und die wir in einer Woche Wanderurlaub von all ihren Seiten erleben wollen.

Den Rahmen unserer Reise bildet die nördlichste Hauptstadt der Welt. Mit knapp 200.000 Einwohnern doch recht beschaulich, hat Reykjavík kulturell und architektonisch mehr als genug zu bieten. Unter anderem die große Kirche Hallgrímskirkja, die über den Dächern der Stadt thront, werden wir zu Gesicht bekommen, bevor wir uns in die reichhaltige Natur des Landes stürzen.

Von Wasser umringt sein, das ist für ein Eiland noch keine Leistung. In Island kommt das nicht immer kühle Nass aber auch unverhofft von unten und oben. Davon können wir uns beim Besuch des Geysirs Strokkur und des Wasserfalls Gullfoss überzeugen. Beides ist Teil des sogenannten „Golden Circle“, dem goldenen Kreis der isländischen Sehenswürdigkeiten, komplettiert durch den dritten im Bunde, dem Nationalpark Thingvellir.

Und wo es anderswo nur blauen Himmel und weißen Sand gibt, da hat Island eine ganze Farbpalette zu bieten. Bei einer Wanderung durch das vulkanische Gebiet Landmannalaugar werden wir Zeuge grau-blauen Pechsteins, rötlicher Hänge, grünen Mooses und weißer Schneeflecken. Auch bei einer Gletscherwanderung auf dem Solheimajökull oder einer Tour durch die Lavafelder von Krisuvík, zeigt sich uns die geballte Kraft, mit der die Natur Island zu einer der schönsten Inseln der Welt geformt hat.

Und wer so gar nicht ohne karibisches Flair auskommt, der kommt spätestens beim Bad in den heißen Quellen auf seine Kosten.

- › 6 geführte Wanderungen inkl. Gletscherwanderung
- › Ausflug „Goldener Kreis“ mit Thingvellir Nationalpark, Haukadalur mit Geysir & Strokkur und Wasserfall Gullfoss
- › Pferdehof mit Vorführung der Islandpferde und Verkostung der Tomatensuppe
- › Bad in den heißen Quellen im Hochland Landmannalaugar
- › täglich Frühstück und 6 Abendessen inklusive

1. Tag: Ankunft auf Island

Nach erfolgtem Transfer zum Flughafen reisen Sie heute nach Island. Nach Ihrer Ankunft bringt Sie der Transferbus in die Inselhauptstadt Reykjavík. Auf Ihrem Weg zum Hotel unternehmen Sie dabei eine orientierende Stadtrundfahrt, um einen ersten Eindruck zu bekommen. Nach dem Check In im Hotel treffen Sie sich zu einem ersten, gemeinsamen Abendessen.

2. Tag: Ausflug „Goldener Kreis“: Wanderung im Thingvellir Nationalpark - Haukadalur-Tal mit Geysir & Strokkur - „Goldener“ Wasserfall Gullfoss - Pferdehof und Tomatenzuchtbetrieb Fridheimar - Raum Hella

Dieser Ausflug heute darf bei keiner Islandreise fehlen. Auf der Route des poetisch klingenden „Goldener Kreis“ erleben Sie die drei bekanntesten Sehenswürdigkeiten Islands. Die Tour startet im Thingvellir Nationalpark, einem der geschichtsträchtigsten, aber auch geologisch bedeutendsten Orte der Insel. Hier tagte erstmals im Jahr 930 und bis in das 18. Jahrhundert hinein das Althing, das erste Parlament der frühen Inselbewohner. Der Park erstreckt sich zudem über einen Grabenbruchzone, in der die nordamerikanische auf die eurasische tektonische Platte trifft und dies durch beeindruckende Felspalten offenbart.

In dieser Region, die zum UNESCO-Weltkulturerbe zählt, unternehmen Sie Ihre erste Wanderung durch die Felslandschaft mit Seen und schneedeckten Gebirgszügen am Horizont.

(Dauer: ca. 2 h, Strecke: ca. 4,8 km, Höhendifferenz +/- 30 m)

Im Tal Haukadalur, befinden sich der mächtige Geysir (Namensgeber aller Geysire der Welt) und sein kleinerer, sehr aktiver Bruder Strokkur. In regelmäßigen Abständen schießt eine bis zu 30 Meter hohe Wasserfontäne in den Himmel. Die Geduld des Fotografen ist hier gefragt! In der Nähe befindet sich der „goldene“ Wasserfall Gullfoss, wo sich das Wasser des Gletscherflusses Hvítá über zwei Kaskaden in einen tiefen Canyon stürzt. Bei Sonnenschein wird das Schauspiel manchmal von einem Regenbogen begleitet. Der Gullfoss zählt zu den schönsten Wasserfällen des Landes.

Für den Mittagsstopp halten Sie beim Pferdehof und Tomatenzuchtbetrieb Fridheimar. Garantiert die leckerste Tomatensuppe in ganz Island! Bei der Pferdeshow lernen Sie auf unterhaltsame Weise mehr über das Islandpferd.

Anschließend fahren Sie zum Landhotel Hella, Ihrem Übernachtungsort und zugleich Ausgangsort der Wanderungen in den nächsten Tage.

3. Tag: Wanderung im Thörmörk-Tal

Einer der besten Orte zum Wandern in Island ist das hinreißende Thörmörk-Tal, das „Tal von Thor“. Es ist eines der beliebtesten, aber auch unzugänglichsten Wandergebiete Islands. Schon der Weg wird abenteuerlich werden – aber es lohnt sich! Auf beiden Seiten eingerahmt von Gletschern, bietet sich den Besuchern eine unglaubliche Naturkulisse mit üppiger Vegetation und atemberaubenden Aussichten. Es gibt viele verschiedene Wanderwege mit unterschiedlichen Längen – entscheiden Sie mit Ihrem Guide, womit Sie starten.

Heute steht zudem der kurze Aufstieg auf den Valahnúkur auf dem Programm: ein relativ kleiner Berg in Thor's Tal, der auf seinen gut 450m Höhe eine tolle Aussicht in alle Richtungen bietet: Nach Süden hin blickt man über das Goðaland, mit all seinen kleinen Flussläufen und zerklüfteten Landschaften bis zu den Gletschern Eyjafjallajökull und Richtung Norden auf den Tindfjallajökull.

(Dauer: ca. 2,5 h, Strecke: ca. 4,4 km, Höhendifferenz: +/-300 m)

4. Tag: Wanderung im Hochland Landmannalaugar

Ein Abstecher ins Hochland Landmannalaugar steht auf dem heutigen Programm.

Landmannalaugar ist der Traum eines jeden Wanderers, der unendlich viele ehrfürchtige Anblicke und unvorstellbare Panoramauaussichten zu bieten hat. Die einzigartige Landschaft vereint heiße Quellen, buntes Gestein und Lavafelder. Es ist wahrlich unberührte natürliche Wildnis, die nirgendwo anders auf der Welt so vorzufinden ist. Hier gibt es ebenso viele, gut markierte Wanderwege. Ein Klassiker ist der Aufstieg auf den imposanten Vulkan und Aussichtspunkt Blahnukur, der Aufstieg ist steil, aber die Aussicht belohnt jede Anstrengung.

(Dauer: ca. 2,5 h, Strecke: ca. 6,5 km, Höhendifferenz: +/- 390 m)

Wieder unten angekommen laden die heißen Quellen zu einem entspannenden Bad ein.

5. Tag: Gletscherwanderung auf dem Solheimajökull

An diesem Tag wartet ein ganz besonderes Erlebnis auf Sie: eine Wanderung auf dem Gletscher Sólheimajökull, der ein Ausläufer des 4. größten Gletschers Islands, dem Myrdalsjökull, ist. Der Gletscherarm erstreckt sich über eine Länge von ca. 8 km und eine Breite von 1 bis 2 km. Doch erst beim Näherkommen kann man die Ausmaße des Gletschers richtig begreifen. Mit seinen Eisformationen, Senken und Schluchten bietet der Sólheimajökull ein absolut unvergessliches Erlebnis. Vor Ort bekommen Sie die nötige Ausrüstung mit Steigeisen, Helm und Eisaxt und eine Einführung hierzu. Es werden jedoch keine besonderen Fähigkeiten vorausgesetzt. Und dann geht es auch schon los.

Auf dem Weg wird Ihnen vieles zu Gletschern, ihrem Verhalten und den Einfluss auf die Natur erzählt. Vielleicht hören Sie sogar das Eis unter Ihnen knacken, das ständig in Bewegung ist.

(Dauer: ca. 3,5 h, Höhendifferenz: +/-0, Ausrüstung wird vor Ort gestellt)

Wieder am Fuße angekommen fahren Sie zum Kap Dyrholaey. Von deiner bekannten Felsformation bietet sich Ihnen ein Ausblick auf den schwarzen Strand und die Felsnadeln von Vik. Danach kehren Sie in Ihr Hotel zurück.

6. Tag: Halbinsel Reykjanes- Wanderung im Geothermalgebiet Krisuvik

Der heutige Tag steht ganz im Zeichen der Naturwunder Islands.

Zunächst besuchen Sie den Wasserfall Seljalandsfoss, unter dem man durchgehen und dabei wunderbare Fotomotive festhalten kann. Weiterfahrt über den kleinen Ort Selfoss und das ehemalige Fischerörtchen Eyrarbakki auf die Halbinsel Reykjanes. Sie erkunden die Region südlich von Reykjavik mit ihren Solfatarenfeldern, schroffen Küstenfelsen und natürlich dem wohl bekanntesten Wahrzeichen Islands – die Blauen Lagune.

Ihr nächster Halt gilt dem Geothermalgebiet Krisuvik, welches Sie nun zu Fuß durchqueren. Hier kochen graue Schlammtöpfe und die Erde dampft unentwegt. Es handelt sich hier um einen aktiven Vulkan. Dies erkennt man an den Fumarolen und Solfataren an den Berghängen. In einer Tiefe von 1000m beträgt die Temperatur bereits 200 °C. Zu den blubbernden Schlammtöpfen führen Holzstege.

(Dauer: ca. 2 h, Strecke: ca. 5,6 km, Höhendifferenz: +/- 175 m)

Abends kehren Sie dann nach Reykjavik zurück und die verbleibende Zeit steht Ihnen zur individuellen Gestaltung zur Verfügung. Was wäre ein Besuch von Reykjavik, wenn man nicht an dem quirigen Nachtleben teilnimmt?! In zahlreichen Bars und Kneipen und auf den Straßen tummeln sich ab Mitternacht die ausgefreudigen Isländer. Das sollte man nicht verpassen!

7. Tag: Wanderung am Walfjord zum Wasserfall Glymur

Nur ca. 1 Std. Fahrzeit von Reykjavik entfernt, kommen Sie zum Hvítárfjörður, dem Walfjord.

Genießen Sie die fantastische Landschaft bei der Umfahrung des Fjords. Auf der Hälfte der Strecke geht es dann wieder in Wanderschuhen los zu einem sehr eindrucksvollen Abenteuer. Während des Aufstiegs erreichen Sie bald einen Aussichtspunkt, wo Sie einen schönen Rundumblick über den Fjord genießen können. Weiter geht es mit Flussquerungen, durch eine Höhle und einen schmalen, etwas steiler werden Pfad immer Richtung Plateau, von wo aus man sowohl die Schlucht als auch den Fjord und das bewaldete Tal gut überblicken kann. Schon bald werden Sie mit einem ersten Ausblick auf den 198 m hohen (2. Höchster Wasserfalls Islands) Wasserfall Glymur belohnt. Nach einer verdienten Rast machen Sie sich wieder auf den Rückweg durch diese märchenhaft anmutende Landschaft.

(Dauer: ca. 3,5 h, Strecke: ca. 6,5 km, Höhendifferenz: +/- 70 m)

Nachmittags kehren Sie nach Reykjavik zurück. Die Zeit steht zur freien Verfügung, bevor Sie sich am Abend zu einem gemeinsamen Abendessen wieder treffen. Lassen Sie die Reise und die Erlebnisse im Kreise Ihrer Gruppe noch einmal Revue passieren.

8. Tag: Heimreise

Früh am Morgen erfolgt der Transfer zum Flughafen und Sie reisen zurück nach Deutschland. Anschließend bringen wir Sie

ganz bequem zurück bis an Ihre Haustür, womit eine aktive, erlebnisreiche Reise zu Ende geht.

Leistungen

Beförderung

- › Direktflug mit renommierter Fluggesellschaft nach Keflavik und zurück in der Economy Class
- › Transfers Flughafen – Hotel – Flughafen
- › Fahrt im Reisebus während der Rundreise, zu den Wanderungen und Ausflügen

Hotels & Verpflegung

- › 1 Übernachtung im Mittelklassehotel in Reykjavik
- › 4 Übernachtungen im Mittelklassehotel/Landgasthof im Raum Hella z.B. im 4*-Hotel Vos Hella
- › 2 Übernachtungen im Mittelklassehotel in Reykjavik
- › 6x Frühstück
- › 6x Abendessen im Hotel oder Restaurant
- › 3 Lunchpakete zu den Wanderungen am 3., 4. und 5. Tag

Ausflüge & Besichtigungen

- › Wanderungen:
 - Durch den Thingvellir Nationalpark
 - Thórsmörk-Tal mit Aufstieg Valahnukur
 - Hochland Landmannalaugar mit Aufstieg auf den Vulkan Blahnukur
 - Gletscherwanderung Solheimajökull inkl. Ausrüstung
 - Durch das Geothermalgebiet Krisuvik auf der Halbinsel Reykjanes
 - Am Walfjord zum Wasserfall Glymur
- › Ausflüge: „Goldener Kreis“ mit Thingvellir Nationalpark, Haukadalur-Tal mit Geysir & Strokkur sowie Wasserfall Gullfoss
- › Stadtrundfahrt: Reykjavik
- › Aufenthalte: heiße Quellen im Hochland Landmannalaugar, Kap Dyrholaey, Wasserfall Seljandsfoss
- › Besichtigung: Pferdehof Fridheimar mit Vorführung von Island-Pferden und Besichtigung der Tomatenzucht

Zusätzlich inklusive

- › Aktuelle Steuern & Sicherheitsgebühren
- › Örtliche Reise-/Wanderreiseleitung: 2.-7. Tag
- › sz-Reisebegleitung

Wichtige Hinweise

Hinweis: Änderungen des Reiseverlaufs aufgrund des Wetters oder unvorhergesehener Ereignisse bleiben dem Wanderreiseleiter vorbehalten. Eine gute Kondition, normale Wandererfahrung und Trittsicherheit sind erforderlich. Die Wanderungen haben leichtes bis mittleres Schwierigkeits niveau. Trekking- bzw. Bergschuhe mit guter Profilsohle sind unbedingt erforderlich.

Gut zu Fuß:

Bei dieser Reise werden u.a. längere Strecken gelaufen. Sie sollten also "gut zu Fuß" sein. Wir empfehlen Ihnen außerdem bequeme und feste Schuhe für diese Ausflüge.

Einreisebestimmungen für deutsche Staatsangehörige (Reisedokumente / Visum / Impfung):

Deutsche Staatsangehörige benötigen für diese Reise gültige Ausweisdokumente. Die Reise kann sonst nicht angetreten werden!

Je nach Reiseland kann es sein, dass ein Visum erforderlich ist. In einigen Ländern sind ggf. auch Impfvorschriften zu beachten. **Ausführliche Einreisebestimmungen finden Sie online bei der jeweiligen Reise unter der Rubrik „Länder“.** Außerdem erhalten Sie diese Infos auch in Ihren zugesandten Reise-Vertragsunterlagen.

Wir empfehlen Ihnen dringend, sich schon vor der Buchung einer Reise über Ihre Einreisebestimmungen zu informieren. Bitte erkundigen Sie sich dabei auch über mögliche Bearbeitungszeiten für ggf. benötigte Visa, um eine rechtzeitige Bearbeitung vor Abreise zu gewährleisten sowie über notwendige Impfungen.

Bitte beachten Sie, dass seit dem 26. Juni 2012 jedes Kind, welches ins Ausland reist, unabhängig vom Alter ein eigenes Reisedokument benötigt. Eintragungen im Reisepass der Eltern werden nicht mehr anerkannt. Bitte beantragen Sie das notwendige Reisedokument bei den zuständigen Behörden.

Einreisebestimmungen für nicht-deutsche Staatsangehörige (Reisedokumente / Visum / Impfung):

Falls Personen ohne deutsche bzw. mit nicht ausschließlich deutscher Staatsbürgerschaft mitreisen, beachten Sie bitte, dass in diesem Fall andere bzw. **gesonderte Einreisebestimmungen** für Ihr gewähltes Reiseland gelten können. Hierüber geben die jeweiligen Auslandsvertretungen bzw. zuständigen Konsulate entsprechend Auskunft. **Wir empfehlen Ihnen dringend, sich schon vor der Buchung einer Reise über Ihre Einreisebestimmungen zu informieren.** Bitte erkundigen Sie sich dabei auch über mögliche Bearbeitungszeiten für ggf. benötigte Visa, um eine rechtzeitige Bearbeitung vor Abreise zu gewährleisten.

Sollten Sie in diesem Zusammenhang Fragen haben, helfen wir Ihnen gerne weiter. Bitte kontaktieren Sie uns unter unserer kostenfreien Service-Hotline 0800 250 00 00 (Mo-Fr 9-19 Uhr).

Hinweis zu den Ausflügen:

Alle Ausflüge und Führungen finden in deutscher Sprache statt, soweit nichts anderes angegeben ist. Bitte beachten Sie, dass sich die angegebene Reihenfolge der Ausflüge ändern kann.

Hinweis für Menschen mit eingeschränkter Mobilität:

Unsere Reisen sind nicht geeignet für Gäste mit eingeschränkter Mobilität. sz-Reisen sind meistens Reisen in Bewegung: Um alle Besichtigungen, Rundgänge und Ausflüge in vollem Umfang miterleben zu können, sollten Sie „gut zu Fuß“ sein. Auch so manch ein Hotel ist noch nicht auf Rollatoren oder weitergehende Mobilitätsbeschränkungen eingestellt. Daher sind unsere Reisen für schwer gehbehinderte Gäste sowie für Gäste im Rollstuhl oder mit starker Sehbehinderung nicht geeignet (auch Gehörlosigkeit oder allg. Reisebehinderung).

Im Zweifel können wir vorab für Sie prüfen, ob eine Teilnahme möglich ist. Bitte fragen Sie uns vor der Buchung, ob diese Reise für Sie geeignet ist. Wir beraten Sie gern unter unserer kostenlosen Service-Hotline 0800 250 00 00 (Mo-Fr 9-19 Uhr).

Absagefrist durch den Reiseveranstalter sz-Reisen & Service GmbH:

Falls die Mindestteilnehmerzahl für Ihren Reisetermin nicht erreicht werden sollte, behält sich sz-Reisen vor, bis spätestens 4 Wochen vor Reiseantritt (bei Tagesfahrten bis zu 2 Wochen) die Reise abzusagen bzw. vom Reisevertrag zurückzutreten. Weitere Informationen hierzu finden Sie in den [Allgemeinen Geschäftsbedingungen SZ-Reisen & Service GmbH](#) unter §7.

sz-Reisen und momento by sz-Reisen sind Marken der sz-Reisen & Service GmbH

Zahlung & Reiserücktritt bei SZ-Reisen:

Ausführliche Informationen zu Zahlung und zum Reiserücktritt finden Sie in den [Allgemeinen Geschäftsbedingungen SZ-Reisen & Service GmbH](#) unter § 2. + 5. + 7. + 8.

Hinweis bei Hotelaufenthalt:

Bei der Hotelkategorie handelt es sich um eine Veranstalterbewertung, die auch von der örtlichen Kategorie abweichen kann. Je nach Reiseland kann es landestypische Unterschiede bei Hotelbewertungen geben.

Stand: 15/12/2025

Als Reiseveranstalter sind wir uns der besonderen Verantwortung gegenüber der Umwelt und den Menschen sehr bewusst. Deshalb ist nachhaltiges Leben und Gutes für unsere Mitmenschen tun für sz-Reisen nicht nur ein Trend, sondern ein langfristiges Bestreben mit ständiger Weiterentwicklung. So sind wir schon seit vielen Jahren bestrebt, mit Hilfe verschiedenster Aktionen, Unterstützungen und angepassten Arbeits- sowie Produktionsabläufen unseren ökologischen Fußabdruck so gering wie möglich zu halten und nebenbei der Gesellschaft etwas Gutes zurückzugeben.

Wir möchten positiv auf Gesellschaft und Umwelt wirken und uns auf unsere soziale Unternehmensverantwortung konzentrieren. Ab jetzt können auch Sie mitwirken! Werden Sie mit Ihrer Buchung zum aktiven Klima- und Zukunftsunterstützer dank unserer Aktion: **WeltbewuSzt - freiwilliger Klima & Zukunftsbeitrag**. Mit all den daraus resultierenden Einnahmen werden die gemeinnützige Hilfsorganisation arche noVa e.V. und die Stiftung Wald für Sachsen unterstützt. Alle Infos dazu finden Sie unter: www.sz-reisen.de/klimabeitrag-zukunftsbeitrag/