

**Islande**

Islande, captivante et mystérieuse

Nous avons le plaisir de vous accueillir sur l'un de nos circuits avec guide.

Vous trouverez dans votre programme des renseignements complémentaires vous permettant d'organiser au mieux votre voyage.

Valable pour les départs du 22/05/2024 au 31/07/2024 inclus



3h30 sans escale



-2h en été

Nombre de participants : Minimum : 3 / Maximum : 18

Rythme : **3/5** Nature : **5/5** Hors des sentiers battus : **3/5**

VOTRE VOYAGE



Tel un explorateur, randonnez dans le sud de l'Islande sur les anciennes coulées de lave, au milieu des geysers, au bord des cascades, le long des langues glaciaires. Afin de vous imprégner de cet environnement incroyable, vous voyagez en petit groupe dans un minibus tout-terrain, avec des étapes nature en gîte ou refuge. Une expérience vivifiante dans un décor grandiose.

Les **INCONTOURNABLES** Nouvelles Frontières

- Votre cadeau : du sel de lave au charbon actif, récolté à la main dans les fjords de l'Ouest, pour agrémenter vos plats et faciliter la digestion.
- Groupe limité à 18 participants.
- Des nuits en refuge et en gîte pour une découverte des hauts plateaux, hors des sentiers battus.
- Les montagnes multicolores de Landmannalaugar.
- Les bains dans les sources chaudes naturelles.
- La sortie en bateau sur le lagon Jökulsárlón.



Jour 1 : France – Keflavík – Reykjavík (50 km / environ 1h)

Envol pour Keflavík . Transfert vers Reykjavík.

Dîner libre.

Nuit à l'hôtel Cabin 2* à Reykjavík.



Jour 2 : Reykjavík – Thingvellir – Geysir Strokkur – Cascade Gullfoss – Région de Thjorsardalur •

(1 h 30 de marche) (250 km / environ 4h30)

Découverte du Cercle d'or en vous promenant dans le parc de **Thingvellir** – **45 min de marche** dans le parc de Thingvellir. Devenu Parc national en 1930 et inscrit au patrimoine mondial de l'UNESCO, ce site est du plus haut intérêt tant historique que géologique. La faille représente la zone d'éloignement des plaques nord-américaine et eurasiennne. Ensuite, découverte de la **zone géothermale de Geysir** – **30 min de marche**. Ce geyser, dont le nom signifie "celui qui jaillit" en islandais, a donné son appellation à tous les geysers du monde. Vous pourrez admirer le **puissant geyser Strokkur**, qui jaillit jusqu'à 30 m, toutes les 5 min. Le dernier site est la **magnifique cascade de Gullfoss** qui signifie "chute d'or" – **15 minutes de marche**. Puis, route le long de la vallée de la rivière glaciaire Thjorsardalur.

Déjeuner et dîner inclus.

Nuit en refuge à l'orée du désert dans la région de Thjorsardalur.



Jour 3 : Vallée du Landmannalaugar – Faille d'Eldgjá – Région de Kirkjubæjarklaustur •

(3 h de marche) (150 km / environ 3h)

Votre minibus 4x4 vous permet d'accéder à la piste qui mène au haut plateau. Un paysage lunaire s'étend, et soudain la végétation reprend avec des montagnes recouvertes de mousse d'un vert éclatant. **Arrêt à Ljótípollur, "le vilain trou"**, un cratère rond rempli d'eau, bien rouge – **1h de marche**. Arrêt sur le **bord du lac Frostadavatn** pour admirer les coulées de lave et les volcans voisins. Traversée d'un col et arrivée dans la **vallée du Landmannalaugar**, nichée au cœur d'un massif volcanique, de champs de lave récents et de solfatares – **2h de marche (1)**. Cette région est l'une des plus spectaculaires d'Islande. Après une balade sur les sommets alentour, baignade dans les sources d'eau chaude naturelle. La piste continue jusqu'à la **faille éruptive d'Eldgjá, "la gorge de feu"**, lèvres ouvertes de 70 km. Enfin, direction la côte sud.

Déjeuner et dîner inclus.

Installation pour 2 nuits en gîte dans la région de Kirkjubæjarklaustur.

(1) Plan B : rester au centre touristique, profiter du bain chaud naturel ou d'une boisson chaude



Jour 4 : glacier Vatnajökull – parc Skaftafell – lagon glaciaire de Jökulsárlón – Région de Kirkjubæjarklaustur •

(2 h de marche) (250 km / environ 3h)

Traversée de Eldhraun, "la lave du feu", important champ de lave. Ensuite s'ouvrent à vous d'immenses étendues de sable entrecoupées de puissantes rivières glaciaires offrant une large vue sur le **glacier Vatnajökull**. Balade **1 h 30 - 2 h (1)** dans le **Parc National de Skaftafell**, oasis de verdure, entouré de cascades et d'imposantes langues glaciaires. Route longeant le plus grand glacier d'Europe, le Vatnajökull, pour arriver au **lac de Jökulsárlón** et à sa célèbre plage de sable noir de Diamond beach, très photogénique.

Excursion en bateau sur la lagune à la rencontre des icebergs et des phoques flottant sur la lagune (environ 1 h). Retour au gîte dans la région de Kirkjubæjarklaustur.

Déjeuner et dîner inclus.

Nuit au gîte.

(2) Plan B : rester au centre touristique.



Jour 5 : Réserve naturelle de Dyrhólaey – Skógar – Cascade de Skógafoss – Région de Thorsmörk •

(1 h de marche) (280 km / environ 4h)

Vous longerez la côte sud riche en sites naturels. Traversée de la 2^e coulée d'Eldhraun, le désert de sable Mýrdal jusqu'à Vík, village situé le long d'une plage de sable noir, adossé à de hautes falaises et grouillant d'oiseaux. Balade sur la plage - **30 min**. À **Dyrhólaey**, vous aurez l'occasion d'observer une colonie de macareux moines sur les falaises - **balade de 30 min**. Vues splendides sur toute la côte sud, les pitons rocheux, les îles Vestmann et les glaciers alentour. Route le long du **glacier Mýrdalsjökull** traversant des plaines fertiles ponctuées de nombreuses fermes. À **Skógar**, découverte de la **chute haute de 60 m de Skógafoss et du musée folklorique**.

Déjeuner et dîner inclus.

Nuit en gîte dans la région de Thorsmörk.



Jour 6 : Cascade de Seljalandsfoss – Thorsmörk – Reykjavík •

(2 h 30 de marche) (160 km / environ 4h)

Arrêt à Seljalandsfoss, cascade très photogénique. Par une piste étroite traversant rivières et ruisseaux, route vers le fond de la **vallée glaciaire de Thorsmörk** et balade pour jouir de la vue grandiose sur la vallée et les 3 glaciers : Mýrdalsjökull le plus grand à l'est, Tindfjallajökull le plus petit au nord et le fameux Eyjafjallajökull au sud **-2h30 de marche (1)**. Retour vers la capitale. Installation pour 2 nuits à l'hôtel Cabin 2* à Reykjavik.

Déjeuner inclus.

Dîner libre et nuit à l'hôtel.

(1) Plan B : rester au campement, profiter du sauna (si Volcano Huts)



Jour 7 : Reykjavík : Journée libre ou excursions optionnelles

Journée libre pour découvrir la capitale à votre rythme. Vous pouvez également effectuer l'une de nos excursions optionnelles proposées dans la rubrique « Excursions optionnelles à réserver avant le départ ».

Déjeuner et dîner libres.

Nuit à l'hôtel.



Jour 8 : Reykjavík – Keflavík – France (50 km / environ 1h)

Transfert à l'aéroport de Keflavík et vol retour pour la France.

À noter : Le guide fait office de chauffeur. En moyenne, 1 à 3 h de marche réparties dans la journée. En refuge et gîte : hébergement dans des chambres à plusieurs lits ou dans des dortoirs avec salle de bains à partager. À Reykjavík, hébergement en chambre avec salle de bains privée pour 3 nuits. Si la piste du Landmannalaugar est fermée, vous visiterez les îles Vestmann. Les déjeuners sont sous forme de pique-nique. Les dîners sont préparés en commun dans les gîtes et refuge. La chambre individuelle concerne uniquement les nuits en hôtels à Reykjavik.



INFORMATIONS PARTICULIÈRES

• REPAS EN REFUGE ET EN GITE

Le guide fait les courses et les repas sont préparés en commun (sauf à Reykjavik les petits déjeuners sont pris à l'hôtel et les déjeuners et dîners sont libres).

Si intolérances ou allergies alimentaires, merci de nous en informer avant départ.

Le groupe prépare à tour de rôle le dîner et fait la vaisselle. Chaque participant est ainsi sollicité plusieurs fois durant le circuit. Cela permet de créer une ambiance conviviale et participative. Le petit-déjeuner est préparé en commun (sauf pour les nuits en hôtel).

Le déjeuner est sous forme de pique-nique.

Pour le goûter, une collation est prévue : café ou thé avec biscuits.

Pour les diners, nous prévoyons en alternance du poisson et de la viande.

Le guide a une liste de menus types et peut être flexible selon les désirs culinaires des clients.

Pour les gros mangeurs il est toujours possible de se faire des sandwichs à mettre dans son sac à dos.

Pas de problème pour les végétariens qui peuvent demander au guide d'acheter des produits spécifiquement pour eux.

Les boissons proposées sont : l'eau, le café et le thé. Les alcools ne sont pas compris. Les repas à Reykjavik sont libres et à votre charge.

Pour le jour de l'arrivée, il y a une cafétéria à l'hôtel Cabin.

Il est d'usage de réserver un restaurant en ville le dernier soir et d'y inviter le guide et le chauffeur.

• ITINÉRAIRE ET TEMPS DE PARCOURS

L'itinéraire est donné à titre indicatif. Il peut être modifié en fonction des arrivées et des départs des vols internationaux, des conditions climatiques, des transports intérieurs et des lieux d'hébergement. Nous vous indiquons le nombre de kilomètres parcourus ainsi que la durée estimée du temps de transport. Cette dernière peut varier notamment en fonction des conditions climatiques et du trafic. En effet, ce circuit emprunte des pistes en montagne et dans la région du haut plateau. Les conditions climatiques et routières (neige, eau, sable ou rivière en crue...) peuvent occasionner la fermeture de certaines pistes à tout moment. Le guide et notre prestataire prendront dans ce cas la décision de prendre la piste ou une route alternative.

Si la piste du Landmannalaugar est fermée, la traversée du haut plateau est remplacée par la visite des Iles Vestmann. En règle générale, si vous prenez un départ en mai et juin ainsi qu'en septembre vous irez probablement aux Iles Vestmann. Si vous aimez les déserts et grands espaces, inscrivez-vous plutôt sur les départs de juillet et août.

• ACCOMPAGNEMENT

Un guide-chauffeur local francophone vous accompagnera pendant 5 jours. Il saura vous faire partager son goût du voyage et sera votre interlocuteur privilégié pendant tout le circuit afin qu'il se déroule en toute sérénité. Il saura mieux que quiconque vous faire découvrir son pays.

Pour ce type de circuit avec des nuits en refuge et en gîte, le guide fait les courses et les repas sont préparés en commun. L'aide de tous les participants est sollicitée lors des repas afin de garder une ambiance participative et conviviale. Si intolérances ou allergies alimentaires, merci de nous en informer avant départ.

• TRANSPORT

Le circuit est effectué à bord d'un minibus de 18 personnes maximum tout terrain du type de la photo ci-dessous, car le circuit traverse l'intérieur du pays sur des pistes parfois difficiles, avec de nombreux passages à gué à traverser. Le véhicule est surélevé, avec des blocages de différentiels sur 2 ou 4 roues motrices. Ils ne sont pas équipés de toilettes et disposent rarement de la climatisation.

Bateau : éventuellement ferry pour aller aux Iles Vestmann (40 min environ par trajet).

• NIVEAU DE DIFFICULTÉ

Il convient d'être en bonne forme physique même si les marches ne présentent pas de difficulté particulière.

En moyenne il y a 1 à 3 heures de marches réparties sur la journée (à titre indicatif en fonction du temps et de la motivation du groupe). Le circuit est ouvert aux enfants à partir de 8 ans.

• HEBERGEMENT

Vous serez logés en hôtels et guesthouses de catégorie 2* (normes locales). Les refuges n'ont pas de classification

Nuits à Reykjavik

3 nuits auront lieu à Reykjavik à l'hôtel Cabin 2* ou similaire en chambre avec salle de bain ou douche privée. Merci de noter que les chambres à l'hôtel Cabin sont de petite taille (10 m² environ).

Nuit en refuge : dortoir.

Les refuges (dans les montagnes) sont très simples. Une grande salle avec lits superpose (de 20 à 60 places). Salle de bains à partager et souvent à l'extérieur dans un autre bâtiment). L'électricité peut être rare, existante sous forme d'électricité solaire ou de groupe électrogène.

Nuit en Gîte : Ferme ou guesthouse : des chambres avec 2, 4, 6 ou 8 lits. La salle de bains ou douche est à partager et se trouve le plus souvent à l'étage.



Pensez à prendre un sac de couchage (location possible : environ 75 € à régler sur place, mais à réserver avant le départ) et des bouchons d'oreilles car il n'y a pas d'isolation dans les refuges, et un bandeau pour les yeux car il n'y a pas vraiment de nuit en été.

• ARRIVÉE ET TRANSFERTS

Pour les personnes voyageant sur le vol prévu pour le groupe par Nouvelles Frontières :

A l'arrivée : le transfert est commun pour le groupe Nouvelles Frontières avec assistance francophone.

Une fois les bagages récupérés : un transfériste vous attendra avec une pancarte au nom de Nouvelles Frontières.

Au départ : le transfert retour sera commun pour le groupe Nouvelles Frontières mais sans assistance.

Pour les personnes ne voyageant pas sur les mêmes vols que le reste du groupe :

A l'arrivée : transfert en navette Flybus sans assistance francophone.

Une fois les bagages récupérés, présentez votre voucher au guichet de Flybus qui vous indiquera quel bus prendre. Selon la localisation de l'hôtel où vous passerez la première nuit, la navette Flybus vous conduira directement à l'hébergement ou vous déposera à la gare centrale des Flybus pour que vous puissiez y prendre un 2^e bus.

La navette part toutes les heures ou dès que le bus est plein.

Au départ : Au retour, soyez prêt 30 mn avant l'heure prévue pour votre transfert. Présentez votre voucher pour le transfert en Flybus sans assistance francophone.

• PORT DES BAGAGES

Pas de port de bagages en Islande. Vous devrez porter vous-même vos bagages du bus à votre chambre et de la chambre au bus. En journée, vous n'aurez à porter que votre sac à dos avec vos effets personnels et parfois le pique-nique de midi.

EXCURSIONS OPTIONNELLES À RÉSERVER AVANT LE DÉPART

Jour 7 : Croisière d'observation des baleines au départ de Reykjavik

Prix : 118 €/adulte. Repas non inclus.

Durée : 3 h environ. Transferts non inclus. Comptez environ 35 min de trajet à pied pour rejoindre le port depuis l'hôtel Cabin.

Jour 7 : Détente au Blue Lagoon

Prix : 228 €/adulte. Repas non inclus.

Durée : libre. Transferts, serviette de bain, masque pour la peau de silice et une boisson inclus



Islande

FORMALITÉS & SANTÉ

FORMALITÉS ADMINISTRATIVES*

- **Carte nationale d'identité ou d'un passeport en cours de validité** pour la durée du séjour.
- Pour un séjour inférieur à 3 mois, le visa n'est pas exigé.
- Afin de pouvoir bénéficier d'une prise en charge par la Sécurité sociale, les Français doivent être munis d'une carte européenne d'assurance maladie.
- Il est recommandé de disposer d'un contrat d'assistance ou d'une assurance permettant de couvrir tous les frais médicaux et de rapatriement sanitaire.
- Les **mineurs** voyageant seuls, avec un seul de leurs parents ou avec une personne ne disposant pas de l'autorité parentale doivent être munis d'une autorisation de sortie de territoire. • Nous vous recommandons de vous munir d'une copie papier recto-verso de vos certificats et formulaires ou de numériser ceux-ci sur votre propre adresse électronique.

FORMALITÉS SANITAIRES

- Être à jour dans ses vaccinations habituelles (DTP et ROR).
- Anti-moustique recommandé.

FORMALITÉS COVID

Depuis le 25 février 2022, l'Islande a supprimé toutes les restrictions de voyage liées à la Covid-19.

Il n'est plus nécessaire de présenter le certificat Covid européen à l'arrivée. Aucun test de dépistage n'est exigé pour les voyageurs non-vaccinés.

*Toutes ces informations sont valables pour les ressortissants français et sont données à titre indicatif, elles peuvent évoluer sans préavis. Informations valables pour des vols directs de/vers la France. En cas de transit certains pays peuvent demander des formalités supplémentaires. Si votre voyage inclut plusieurs destinations merci de vous référer aux formalités de chacune d'entre elle. Compte-tenu de l'évolution rapide de la situation administrative et sanitaire dans certains pays, nous vous recommandons de consulter le site du Ministère des Affaires Étrangères jusqu'au jour de votre départ.

INFORMATIONS PAYS

Monnaie

La devise nationale est la couronne islandaise (krona ISK). Elle ne peut être échangée que sur l'île. Ces dernières années, la couronne islandaise fluctue régulièrement, nous vous conseillons de vous informer sur le taux de change avant votre départ par exemple sur le site www.xe.com. L'euro est de plus en plus accepté (à Reykjavik en tout cas). En revanche, la monnaie vous sera souvent rendue en couronnes islandaises. Il y a de nombreux distributeurs automatiques en ville. Les règlements par carte bancaire sont acceptés quasiment partout mais sachez qu'il y aura des frais sur les transactions. Nous vous conseillons de prévoir plutôt du liquide pour les menues dépenses et utiliser la carte pour les plus importantes. Ne rapportez pas de couronnes, vous ne pourrez pas les échanger.



Savoir-vivre et coutumes

Que ce soit en famille ou à l'extérieur, l'égalité homme-femme est une réalité, les sexes ne se distinguent ni dans les attitudes ni dans les tâches. Les Islandais sont aussi particulièrement sensibles aux problèmes de pollution et souvent très en avance en matière de protection de leur environnement. L'Islande a beau être un pays moderne, à la pointe de la technologie, elle n'en demeure pas moins profondément imprégnée des croyances ancestrales héritées des Vikings. La majorité de la population n'exclut pas notamment l'existence du Huldufólk, "le peuple caché" à savoir les elfes, les lutins, ect.

Souvenirs et artisanat

Grand incontournable des souvenirs à rapporter d'Islande : le pull en laine islandaise, fabriqué main. Les peaux de mouton connaissent en outre leur petit succès. Vous trouverez aussi des bijoux artisanaux qui représentent des motifs souvent inspirés de l'histoire Vikings. Certains sont également faits à partir de pierre volcanique. Vous pourrez également rapporter des crèmes à base de plantes islandaises, disponibles par exemple à la boutique du Blue Lagoon. Les gastronomes rapporteront sûrement dans leur valise certains incontournables de la cuisine islandaise tels que le saumon fumé ou le hareng.

Langue

L'islandais est la langue nationale mais la grande majorité des Islandais parlent parfaitement anglais. L'allemand est également répandu, le français en revanche moins.

BOUCLER SA VALISE

La valise

Prévoyez de préférence un sac souple de 20 kg maximum et un sac à dos pour vos effets personnels de la journée.

Chaussures / vêtements

Le temps étant instable et très variable toute l'année en Islande, prenez soin de bien vous équiper, comme si vous alliez en haute montagne en France. Prévoir des vêtements chauds en hiver comme en été. L'idéal est de suivre la règle des trois couches suivantes : sous-vêtement chaud, pull (à col roulé par exemple) et polaire.

- une veste imperméable.
- un pantalon imperméable.
- des polaires (épaisses).
- des sous-vêtements chauds à base de laine, thermal ou polyester (caleçon long par exemple).
- des chaussettes en laine, bonnet, écharpe et gants.
- un pull chaud, en laine par exemple.
- des tee-shirts.
- un maillot de bain (pour les baignades en piscines naturelles).
- une petite serviette qui sèche rapidement.
- une paire de chaussures de marche de préférence imperméables. Les crampons sont vivement recommandés.
- une paire de basket.

Matériel

- un nécessaire de toilette.
- une bonne paire de lunettes de soleil.
- un petit sac à dos pour transporter vos affaires de la journée.
- une gourde d'eau.
- une crème hydratante (les sources d'eaux chaudes peuvent dessécher la peau).
- une crème de protection solaire.



POUR EN SAVOIR PLUS

Climat

L'Islande jouit d'un climat doux, tempéré de type océanique, frais en été et plutôt doux en hiver. Cependant le temps est imprévisible et vous devez toujours vous attendre à des changements rapides : vents, averses et soleil, chutes de températures. Un dicton islandais signale "si le temps te déplaît, attends donc une minute". En moyenne entre janvier et mars, il fait entre -2°C et + 4°C à Reykjavik. La température moyenne en été est proche des 12 °C, il est possible parfois de voir le mercure passer au-delà des 20 °C. À Reykjavik, par exemple, les températures oscillent entre 4 °C et 10 °C en mai, entre 5 °C et 11 °C en septembre. L'influence des vents, du relief, mais aussi de la latitude, rend difficile la prévision du temps. À noter, toutefois, la côte est de l'Islande est plus ensoleillée que la côte ouest.

Repas

La nourriture islandaise est d'excellente qualité, notamment les produits de la mer, laitiers, l'agneau et la viande de renne. Certains plats traditionnels ont, en revanche, de quoi dérouter les papilles : le hakarl, viande de requin vieillie plusieurs mois, ou encore, le thorramatur, repas typique viking, constitué de viande, de testicules et de têtes de mouton, de gras de baleine, de saucisse de foie, de requin faisandé, de haddock séché, de pain noir, etc. Côté douceurs, l'une des grandes spécialités islandaises est le "skyr", fromage blanc très épais, que l'on mélange avec du lait ou de la crème liquide et du sucre. L'eau est potable dans toute l'Islande et elle est l'une des plus pures au monde. Prévoyez un budget pour les déjeuners libres : environ 20 € par déjeuner sans les boissons et pour les dîners libres : 40 à 60 € pour 1 dîner au restaurant.

Pourboires

Les pourboires ne sont pas obligatoires mais sont toujours bien appréciés. Ils doivent être employés en signe de remerciement. Si vous êtes satisfait du service, il est d'usage de laisser un pourboire au guide et chauffeur. Prévoir environ 4 € par jour et par personne.

Recommandations

Comme dans tout voyage, évitez d'emporter des objets de valeur. Assurez votre matériel vidéo et photo. Si vous prenez une partie de votre budget en chèques de voyage, prenez soin de noter séparément les numéros.

Emportez également une photocopie de vos papiers d'identité.

Ne laissez jamais vos objets de valeurs (argent, passeport, billets d'avions) dans votre chambre, votre bus, restaurants... chaque fois que cela est possible, laissez-les dans le coffre de l'hôtel ou dans votre valise fermée à clé. Observez les règles élémentaires de prudence. Nous et notre prestataire ne peuvent être tenus pour responsables des conséquences que pourraient entraîner de tels vols ou pertes.

LOCATION DE VOITURE

FORMULAIRE AVIS ICELAND