

lonely  planet

# Island

**Polarlichter  
erleben**

**Essen und feiern  
in Reykjavík**

**Roadtrip durch  
die Westfjorde**

# Mach die Welt zu deinem Abenteuer und entdecke mit Lonely Planet Island

## Reiseplanung

Erkunde die tollsten Ecken  
deines Reiseziels und plane  
deine perfekte Reise mithilfe  
unserer Reiserouten.



## Reiseziele

Entdecke einzigartige Erlebnisse,  
Tipps unserer Autor:innen und  
Expert:innen, Hintergründe und  
Empfehlungen.



## Praktisches

Die wichtigsten Informationen  
für deine Reise im Überblick.  
Kurz und übersichtlich  
zusammengefasst.



## Storybook

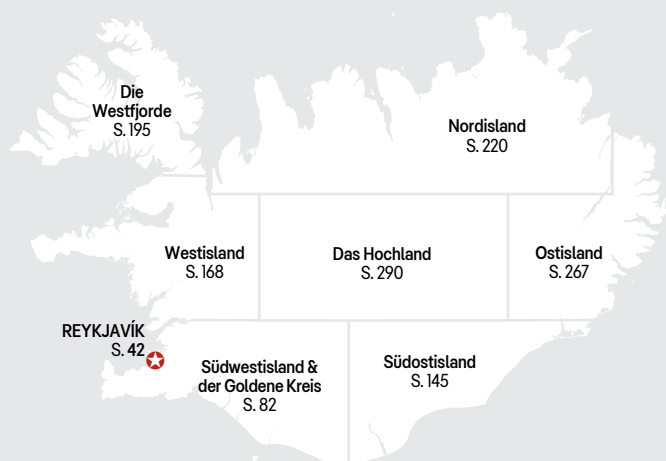
Tauche mit unseren Reportagen  
tief in den Alltag ein und erfahre  
mehr über die Seele deines  
Reiseziels.



COVER VORNE: Fjaðrárgljúfur, Katla Geopark,  
Samantha Oakey/Unsplash ©

COVER HINTEN: Nationalpark Vatnajökull,  
Ondrej Senk/Shutterstock ©

# Island



**Eygló Svala Arnarsdóttir, Alexis Averbuck,  
Egill Bjarnason, Meena Thiruvengadam**

# INHALT

## Reiseplanung

<b>Willkommen in Island</b> .....	4
<b>Übersichtskarte</b> .....	6
<b>Unsere Favoriten</b> .....	8
<b>Städte &amp; Regionen</b> .....	20
<b>Reiserouten</b> .....	22
<b>Beste Reisezeit</b> .....	30
<b>Bestens vorbereitet</b> .....	32
<b>Essen wie die Locals</b> .....	34
<b>Outdoor-Erlebnisse</b> .....	36

## Reiseziele

<b>Reykjavík</b> .....	42
Erste Orientierung .....	44
Perfekte Tage .....	46
Miðborg .....	48
Vesturbær .....	56
Laugardalur & Hlíðar .....	62
Árbær .....	67
Kópavogur .....	70
Seltjarnarnes .....	74
Hafnarfjörður & Garðabær .....	77

## VULKANAUSBRÜCHE IN REYKJANES

Seit Dezember 2023 ist es auf der Halbinsel Reykjanes zu mehreren Vulkanausbrüchen gekommen. Der Küstenort Grindavík musste evakuiert und die Blaue Lagune mehrfach gesperrt werden. Wir empfehlen, vor einem Besuch in der Region die aktuelle Lage zu überprüfen, z. B. auf safetravel.is.

## Südwestisland & der Goldene Kreis .....

Erste Orientierung .....	84
Perfekte Tage .....	86
Nationalpark Þingvellir .....	88
Rund um den Nationalpark Þingvellir .....	94
Haukadalur .....	98
Rund um Haukadalur .....	103
Gullfoss .....	105
Rund um den Gullfoss .....	108
Grindavík .....	111
Rund um Grindavík .....	115
Selfoss .....	121
Rund um Selfoss .....	125
Skógafoss .....	129
Rund um den Skógafoss .....	132
Vík .....	136
Rund um Vík .....	140

## Südostisland .....

Erste Orientierung .....	146
Perfekte Tage .....	147
Skaftafell .....	148
Rund um Skaftafell .....	154
Jökulsárlón .....	160
Rund um den Jökulsárlón .....	161



Geysir Strokkur (S. 99)



Húsavík (p249)

## Westisland .....

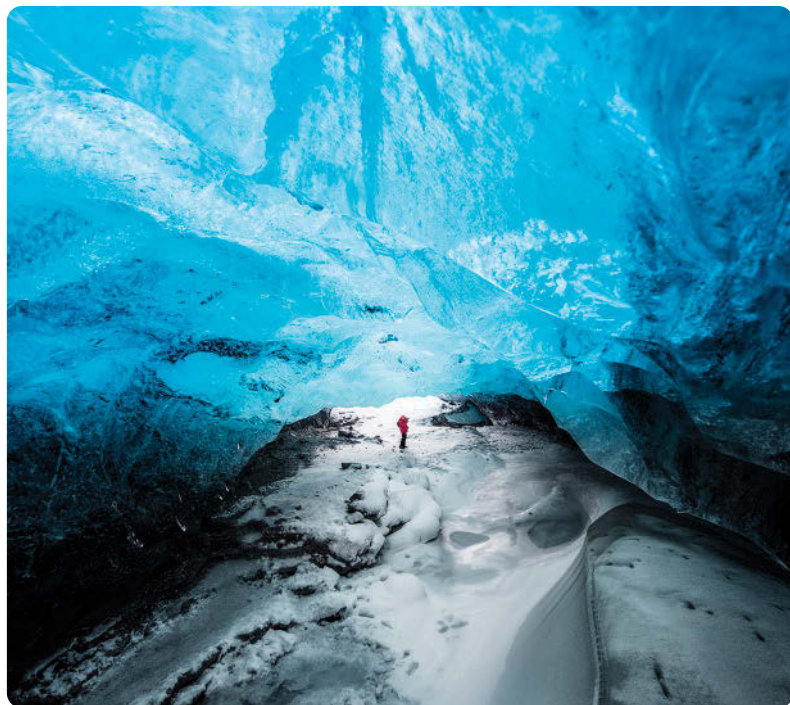
Erste Orientierung .....	170
Perfekte Tage .....	171
Borgarnes .....	172
Rund um Borgarnes .....	175
Stykkishólmur .....	180
Rund um Stykkishólmur .....	183
Nationalpark Snæfellsjökull .....	187
Rund um den Nationalpark Snæfellsjökull .....	190

## Die Westfjorde .....

Erste Orientierung .....	196
Perfekte Tage .....	198
Arnarfjörður .....	200
Rund um den Arnarfjörður .....	204
Ísafjörður .....	209
Rund um Ísafjörður .....	214

## Nordisland .....

Erste Orientierung .....	222
Perfekte Tage .....	224
Skagafjörður .....	226
Rund um den Skagafjörður .....	232
Akureyri .....	235
Rund um Akureyri .....	244
Húsavík .....	249
Rund um Húsavík .....	254
Jökulsárgljúfur .....	258
Rund um Jökulsárgljúfur .....	261



Gletscherhöhle (S. 153), Skaftafell

**Ostisland**.....267

Erste Orientierung.....	268
Perfekte Tage.....	269
Fljótsdalur.....	270
Rund um Fljótsdalur.....	274
Seyðisfjörður.....	280
Rund um Seyðisfjörður.....	283

**Das Hochland**.....290

Erste Orientierung.....	292
Perfekte Tage.....	293
Kjölur-Route.....	294
Sprengisandur-Route.....	298
Askja-Route.....	301

**Praktisches**

<b>Ankunft</b> .....	310
<b>Unterwegs vor Ort</b> .....	311
<b>Geld</b> .....	312
<b>Übernachten</b> .....	313
<b>Familienurlaub</b> .....	314
<b>Sicher reisen</b> .....	315
<b>Essen, trinken &amp; feiern</b> .....	316
<b>Nachhaltig reisen</b> .....	318
<b>LGBTQIA+</b> .....	320
<b>Barrierefrei reisen</b> .....	321
<b>Rücksicht nehmen</b> .....	322
<b>Kurz &amp; knapp</b> .....	323
<b>Sprache</b> .....	324

**Storybook**

<b>Die Geschichte Islands in 15 Orten</b> .....	328
<b>Triff die Isländer:innen</b> .....	332
<b>Island ohne sein Eis</b> .....	334
<b>Feuer im Blut</b> .....	337
<b>Islands Pop-Rock-Lawine</b> .....	340





Strand von Stokksnes und der Berg Vestrahorn (S. 167)

## WILLKOMMEN IN ISLAND

Auf dieser Insel, reich an Wikingersagen und fantasievolle Folklore, treffen spektakuläre Wasserfälle auf aktive Vulkane. Es ist ein Land aus Feuer und Eis – ein Ort, wo durch Vulkanismus prächtige Gletscher entstehen, mit dampfenden heißen Quellen und Geysiren überall, und das alles umrandet von zerklüfteten Küsten.

Die Region ist ein beliebtes Ziel für Wander- und Kletterfans, Vogel- und Walbegeisterte, Polarlichtsuchende und Angler:innen. Auch wenn die Natur die größte Attraktion ist, kannst du hier überraschend viel Kultur erleben. Island hat der Welt Björk, Sigur Rós und Of Monsters and Men beschert und diente bereits in vielen Filmen als Kulisse. Reykjavík bietet neben Kunstmuseen, Galerien und Festivals auch eine beeindruckende Konzerthalle.

Island ist ein kleines Land, aber mit großem Charisma.

**Meena Thiruvengadam**

@meenathiru



### Mein Lieblings- erlebnis

ist ein Sonnenuntergang im Spätsommer, und davon hat Island einige der besten zu bieten. Es gibt nichts, was mich mehr inspiriert als diese grandiosen Lichtstimmungen.

## LIEBLINGSPLÄTZE

Hier schlägt für unsere Autor:innen und Expert:innen das Herz Islands.

YEHEMIL CHULOVSKY/SHUTTERSTOCK ©



**Seyðisfjörður** (S. 280) ist einer der Orte, an denen man immer und immer wieder etwas Neues entdeckt. In diesem traditionellen Fischerdorf mit nur 700 Einwohnern gibt es viele gute Geschäfte und Restaurants, und die Menschen sind kreativ und gastfreundlich.

### Eygló Svala Arnarsdóttir

*hat für verschiedene Reisepublikationen über Island geschrieben.*

DANITA DELMON/SHUTTERSTOCK ©



In den schönen Landschaften des Hochlands um die **Askja** (S. 301) geht mir das Herz auf. Wellige Kraterreihen weichen farbenfrohen Calderas und versteckten Oasen. Eine großartige Welt, die es zu schützen und wertzuschätzen gilt.

### Alexis Averbuck

[alexisaverbuck.com](http://alexisaverbuck.com)

*malt und schreibt über ihre Abenteuer – wie die Überquerung des Pazifiks mit einem Segelboot.*

KRZYSTOF BABANOWSKI/GETTY IMAGES ©



Am Vogelfelsen **Látrabjarg** (S. 205) versuche ich beim Fotografieren eines Papageitaucher-Pärchens nicht auf die tosende Brandung zu schauen. Der Reiz Islands liegt im Zusammenspiel von Schönheit und Naturgewalten.

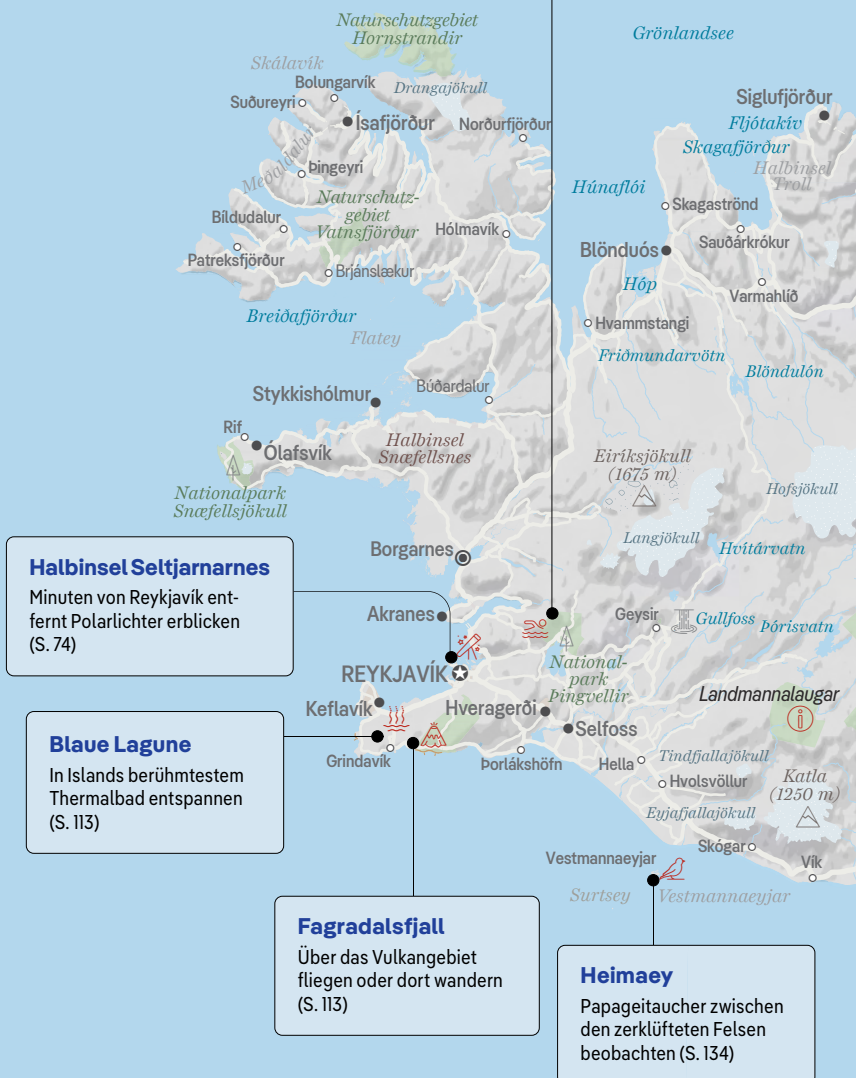
### Egill Bjarnason

[@egilssaga](https://twitter.com/egilssaga)

*berichtet für AP und schrieb Island – die großartige Geschichte eines kleinen Landes.*

NORD-  
ATLANTIK**Silfra-Spalte**

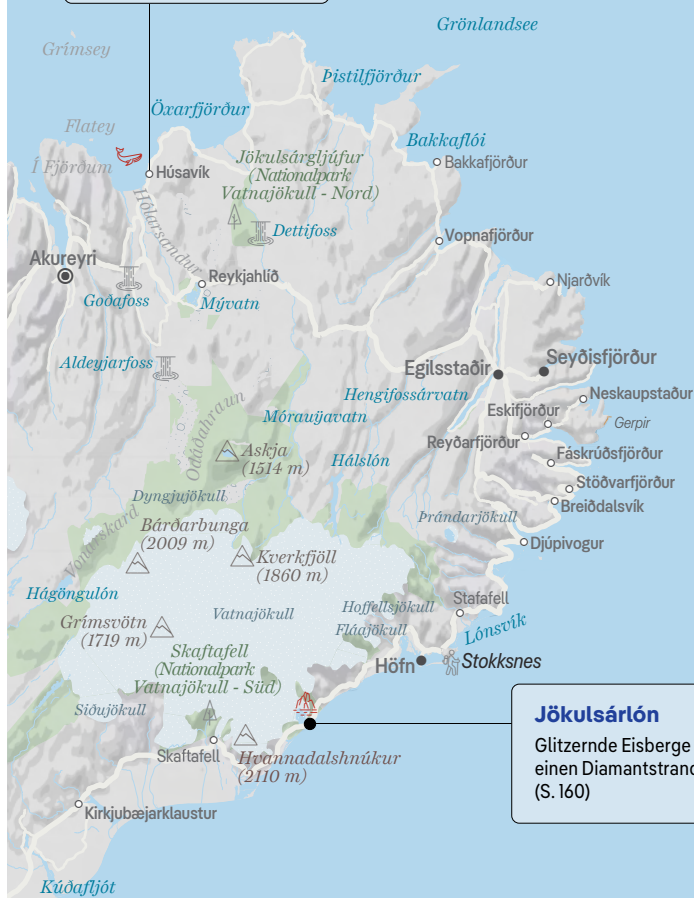
Zwischen tektonischen  
Platten schwimmen (S. 90)





NORD-  
ATLANTIK

**Húsavík**

Vor der Nordküste Blau-  
wale erspähen (S. 249)

**Jökulsárlón**

Glitzernde Eisberge und  
einen Diamantstrand sehen  
(S. 160)



# EINMAL RUNDUM

Die 1322 km lange Ringstraße (auch Route 1 genannt) umrundet Island und führt durch die meisten Städte und Dörfer des Landes. So fährst du in einer großen Runde von der spleenigen Hauptstadt Reykjavík auf dem entlegenen Arctic Coast Way im Zickzackkurs die Fjorde entlang und zu Fischerorten an der Küste. Genieße unterwegs die Aussicht auf zerklüftete Klippen, hoch aufragende Felsformationen und schwarze Vulkansandstrände.



## Reizvolle Ortschaften

Island ist der Beweis dafür, dass die schönsten Dinge in kleinen „Paketen“ zu haben sind. Ein Roadtrip ist die beste Art, all diese Inselperlen zu besuchen.



## Grandiose Kulissen

Von der spektakulären Troll-Halbinsel über lange Küstenabschnitte und zerklüftete Fjorde bis hin zu schwarzen Sandstränden – auf dieser Route findest du alles!



## Sommer & Winter

Im Winter können wetterbedingt einige Straßen komplett gesperrt sein. Im Sommer, wenn es länger hell ist, lassen sich auch abgelegene Routen befahren.

VON LINKS: BE NEDEK/GETTY IMAGES © FRANCISCO BLANCO/SHUTTERSTOCK © NICK FOX/SHUTTERSTOCK ©



Unvergessliche Routen und Roadtrips erleben



### TOP-ERLEBNISSE: ZWISCHENSTOPPS

Den markanten Vulkanberg

- ➊ **Kirkjufell** auf der Halbinsel Snæfellsnes aus nächster Nähe betrachten. (S. 186)

Den Blick auf den malerischen

- ➋ **See Mývatn** genießen, dann auf Vogelbeobachtungstour gehen, in die warmen Badelagunen eintauchen und die seltenen Pseudokrater Skútustaðagigar bestaunen. (S. 254)

Vor der Küste von ➌ **Húsavík** Ausschau nach gigantischen Blauwalen halten. (S. 250)

Die ➍ **Halbinsel Dyrhólaey** erwandern, mit Ausblicken auf schwarze Sandstrände und hoch aufragende Basaltsäulen. Auch die Felsformationen am Strand Reynisfjara sind ein Wunder der Natur. (S. 141)

Auf der Regenbogenstraße in ➎ **Seyðisfjörður** bis zur blauen Kirche laufen und in einem Café zu Mittag essen. (S. 280)



# VULKANE ERKUNDEN

Der Vulkantourismus erlebt seit einigen Jahren einen sagenhaften Boom, da es auf der Halbinsel Reykjanes immer wieder Ausbrüche gibt, die die Welt in ihren Bann ziehen. Hier kannst du durch Eruptionszonen wandern, frische Lavafelder überfliegen und in die Caldera eines schlummernden Vulkans unweit von Reykjavík hinabsteigen, um die von feuerspeien- den Bergen hinterlassenen bunten Krater zu bestau- nen. Oder wandere durch die langen Lavaröhren, die vor Tausenden von Jahren geformt wurden.



## Im Dunstkreis der Eruptionen

Im Rahmen einer geführten Lava- feld-Tour auf der Halbinsel Reyk- janes kann man die Auswirkungen der jüngsten Ausbrüche sehen.



## Hoch über dem Feuerschlund

Eventuell kannst du bei einem Hubschrauberrundflug einen Vulkanausbruch überfliegen und brodelnde Lavaströme sehen.



## Farbenfrohe Calderas erkunden

Bei einer anspruchsvollen Wanderung durch die Askja- Caldera oder bei einer leichten Tour um den Kratersee Kerið kannst du das Ergebnis einer Eruption bestaunen.

VON LINKS: NYMAGES - MICHA/SHUTTERSTOCK ©, ABSTRACT AERIAL ART/GETTY IMAGES ©, ULDIS KUMAKS/500PX/GETTY IMAGES ©







### TOP-ERLEBNISSE: VULKANE

Mit dem Hubschrauber über den **1 Fagradalsfjall** fliegen – wer die Tour mit der Vulkanaktivität abstimmt, kann brodelnde Lavaströme von oben sehen. (S. 113)

Die neu entstandenen Lavafelder rund um den **2 Litli-Hrútur** auf der Halbinsel Reykjanes erkunden. (S. 113)

Auf den Boden des **3 Þríhnú-kagigur** hinabsteigen, um die eigene Reise zum Mittelpunkt der Erde zu unternehmen und sich wie in einem Jules-Verne-Roman zu fühlen. (S. 73)

Einen Spaziergang durch die Zeit im **4 Lavatunnel von Raufarhólshellir** unternehmen, der vor schätzungsweise 5600 Jahren entstanden ist. (S. 124)

Den **5 Krater Kerið** umrunden und den Blick auf die farbenfrohe Vulkankraterlandschaft und den leuchtend blaugrünen Kratersee genießen. (S. 122)





# WASSER- SPASS

Feuer und Eis mögen die meiste Aufmerksamkeit auf sich ziehen, aber Island ist auch ein Land des Wassers. An der Südküste gibt's einige Gebiete zum Kajakfahren und am südlichen Stadtrand von Reykjavík befindet sich ein eher unbekannter Strand, der sich zum Dorado des Meeresschwimmens entwickelt hat. Ein Spalt zwischen den tektonischen Platten ermöglicht interkontinentales Schnorcheln, während andernorts jede Menge Rafting-Abenteuer, Badelagen und Wasserfälle warten!



## Rafting-Touren

Anfänger:innen können auf den gut navigierbaren Gletscherflüssen Hvítá oder West raften. Wer auf ein echtes Abenteuer aus ist, sollte den East Glacial River befahren.



## Schwimmen im Meer

Die See ist in Island ganzjährig kalt und es gibt nicht viele Bademöglichkeiten. Der Geothermalstrand von Nauthólsvík ist der beste Ort zum Schwimmen im Meer.



## Angeln

In Seen und Flüssen tummeln sich Seesaiblinge, Atlantiklachs und Forellen, auf hoher See gehen Kabeljau, Schellfisch, Steinfisch und Seelachs ins Netz.

VON LINKS: IMAGEBROKE/PALAMY STOCK PHOTO ©, MATTHEW MICHAEL WRIGHT/GETTY IMAGES ©, HOISEUNG JUNG/SHUTTERSTOCK ©





### TOP-ERLEBNISSE: WASSER

In das Gletscherwasser der **1 Silfra-Spalte** eintauchen, am einzigen Ort der Welt, an dem man zwischen zwei Kontinenten schwimmen kann. (S. 90)

Eine Rafting-Tour auf dem anfängerfreundlichen **2 Hvítá**, einem Fluss in Südisland, die durch die Gullfoss-Schlucht geht und herrliche Ausblicke beschert. (S. 107)

Auf dem **3 East Glacial River** in Nordisland ein Wildwasser-Abenteuer erleben, bei dem selbst erfahrene Rafters in Schwitzen kommen. (S. 227)

Im **4 Tungufljót** nach riesigen Meerforellen und Lachsen angeln – die besten Bedingungen herrschen von Ende Juli bis August; die Ausrüstung kann man mieten. (S. 110)

Von der **5 Bucht Klettsvík** aus mit dem Kajak lospaddeln, um vor Vestmannaeyjar Papageitaucher zu sichten. (S. 134)



# TIEREN BEGEGNEN

Von sanftmütigen Islandponys und possierlichen Papageitauchern bis hin zu riesigen Blauwalen und verspielten Delfinen – in Island gibt es jede Menge Wildtiere. Und keine Angst: Sie fressen dich schon nicht auf! Die hier lebenden Tiere sind nicht räuberisch, was Island zu einem Paradies für Zugvögel gemacht hat. Hier gibt es keine Schlangen oder Spinnen, vor denen man sich in Acht nehmen muss, und einen Eisbären sieht man nur auf Plakaten.

VON LINKS: PIST RAP/PUNT/GETTY IMAGES ©; RUDMER ZWIJVER/SHUTTERSTOCK ©; JULIA K./SHUTTERSTOCK ©



## Wale sichten

Vor der isländischen Küste werden häufig Wale gesichtet. Buckel- und Zwergwale sind am häufigsten, aber auch Blauwale wurden in der Nähe von Húsavík schon gesehen.



## Papageitaucher beobachten

Von Mai bis August tummeln sie sich auf Lundy vor der Küste von Reykjavík, auf der Halbinsel Tjörnes an der Nordküste und auf Heimaey in Vestmannaeyjar.



## Reiten

Die robusten Islandponys haben fünf statt der üblichen drei Gangarten. Sie sind gutmütig und es macht Spaß, sie zu reiten (auch für Anfänger geeignet).





### TOP-ERLEBNISSE: VOGELBEOBACHTUNG

Ab dem Alten Hafen von Reykjavík mit dem Boot nach **1 Akurey, Engey** oder **Lundey** fahren, wo Tausende von Papageitaucher-Pärchen jeden Sommer auf den Inseln nisten. (S. 61)

Küstenseeschwalben sichten, die sich im Sommer am **2 Leuchtturm Gróttta** aufhalten. Gelegentlich kommen dort auch Robben vorbei. (S. 75)

In der Nähe des **3 Sees Mývatn** nach Jagdfalken Ausschau halten und die dort heimischen Entenarten beobachten (S. 256)

In die Westfjorde fahren, wo sich an der **4 Landzunge Látrabjarg** Papageitaucher, Tordalken, Seeadler und andere Vögel tummeln. (S.205)

Im Sommer einem Küstenpfad auf der Halbinsel Stórhöfði folgen und am südlichen Rand von **5 Heimaey** eine große Papageitaucher-Kolonie bestaunen (S. 134).



VON LINKS: ARCTIC-IMAGES/GETTY IMAGES © ALEX RAMSA/ALAMY STOCK PHOTO © KASKA PHOTO/SHUTTERSTOCK ©



Finde das  
schönste  
Polarlicht

Polarlichter (S. 76) über Reykjavík



# AUF ZUR AURORA!

Island liegt ganz nah am Polarkreis und im Winter sind dort die Nächte lang und finstern. Diese Kombination macht Island zu einem der besten Orte der Welt, um die Aurora borealis zu beobachten: das magisch grüne Polarlicht, das bei erhöhter Sonnenaktivität den nachtklaren Sternenhimmel verzaubert.

## Beste Reisezeit

Die Polarlichtsaison geht von Mitte September bis Anfang April, wenn die Nächte bis zu 20 Stunden dauern.

## Beste Orte

Am besten sind dunkle Orte mit geringer Lichtverschmutzung. Klarer Himmel oder Wolkenlücken lassen die Lichter durchscheinen.

## TOP-ERLEBNISSE: POLARLICHT

Im **1 Nationalpark Þingvellir** tanzen die Polarlichter über der Wiege der modernen Demokratie. (S. 88)

Rund um die Halbinsel von **2 Seltjarnarnes** gibt es Nordlichter zum Nulltarif. (S. 76)

Auch in der Umgebung von **3 Akureyri**, nur 100 km vom Polarkreis entfernt, strahlt der Nachthimmel. (S. 235)

Eine Bootstour ab dem **4 Alten Hafen von Reykjavík** beschert ein tolles Lichtelebnis. (S. 61)

Der **5 Aussichtspunkt am Mígandi**, ein klein Wasserfall auf der Troll-Halbinsel (S. 231) ist eine grandiose Kulisse.





# THERMAL- BADEN

Das isländische Wasser gehört zum reinsten und saubersten der Welt. Und die Isländer:innen haben den Umgang mit dieser natürlichen Ressource zu einer Kunst und Wissenschaft gemacht. Die Blaue Lagune ist nur der Anfang. Von weitläufigen Freibadanlagen mit Baderitualen in mehreren Phasen bis hin zu winzigen, abgelegenen Naturpools findest du im ganzen Land eine Vielzahl von geothermischen Spas.



## Berühmte Spas

Weitläufige Spa-Komplexe nutzen das kristallklare geothermische Wasser Islands und sorgen mit Baderitualen, Massagen und vielem mehr für Abwechslung.



## Versteckte Juwelen

Es muss nicht immer ganz so teuer sein. Viele kleine Thermalpools sind über ganz Island verstreut und kosten nur einen Bruchteil von dem, was man in den bekannten Spas zahlt.



## Lokale Pools

Für Isländer:innen ist das Schwimmen ein wichtiger Teil der Alltagskultur und einige öffentliche Freibäder ähneln eher dem, was ausländische Gäste als Wasserparks bezeichnen würden, allerdings gibt es dort auch Whirlpools. Ein Besuch ist ein kulturelles Erlebnis.



## TOP-ERLEBNISSE: GEOTHERMIE

Beim Eintauchen in die kulturelle **1 Blaue Lagune** den reichhaltigen Kiesel-erde-Schlamm zwischen den Zehen spüren. (S. 113)

Sich Zeit nehmen für ein längeres Baderitual in der **2 Sky Lagoon**, um sich beim Blick auf das Wasser aufzuwärmen. (S. 72)

Ein paar Krónur sparen, indem man die nicht ganz so geheime **3 Secret Lagoon** am Goldenen Kreis besucht. (S. 100)

Ein wahrhaft magisches Nordküstenerlebnis genießen in der **4 Forest Lagoon**, wo Waldbaden auf isländische Spa-Kultur trifft. (S. 239)

Im Meerwasserspa **5 GeoSea** entspannen und den Blick weit über den Atlantik schweifen lassen. (S. 251)



# GLETSCHER ERKUNDEN

In Island gibt's ungefähr 269 Gletscher, die etwa 11 % der Inselfläche bedecken. Die vielen grandiosen Gletscheransichten bleiben noch lange im Reise-gedächtnis haften. Der Vatnajökull ist der größte und bekannteste Gletscher Islands, aber er ist nur eine von vielen majestätischen Eiskappen, die unvergessliche Abenteuer auf oder im Eis bieten, sei es eine Schneemobilfahrt auf dem Langjökull oder die Kristall-Eishöhle des Vatnajökull. Und warum nicht die Lagune Jökulsárlón durchkreuzen oder die Gletscherzunge Sólheimajökull queren?



## Schneemobil-Safari

Eine Fahrt mit dem Motorschlitten über einen herrlichen Gletscher hat wirklich etwas Außergewöhnliches an sich. Zieh dich für das Abenteuer deines Lebens warm an!



## Eishöhlen

Im Winter kannst du natürliche Eistunnel erkunden. Eine von Menschenhand geschaffene Eishöhle im Langjökull ist ganzjährig geöffnet.



## Gletscherwanderung

Auf Eis zu wandern ist unvergleichlich, und die magischen blauweißen Gletscher hier sind der beste Ort dafür.

VON LINKS: MELBA PHOTO AGENCY/ALAMY STOCK PHOTO ©, TIM E WHITE/ALAMY STOCK PHOTO ©, PAUL BRADY/ALAMY STOCK PHOTO ©





### TOP-ERLEBNISSE: GLETSCHER

Eine Bootstour zwischen herrlichen Eisbergen auf der Gletscherlagune

**1 Jökulsárlón** (S. 162)

Eine Schneemobilfahrt über den **2 Langjökull**, die zweitgrößte Eiskappe Islands, fühlt sich an wie eine Tour durch weiße Mondlandschaften. (S. 179)

Auf einer Gletscherwanderung über den **3 Falljökull** von Skaftafell aus geht es an magischen Eisformationen und gewundenen Gletscherspalten vorbei. (S. 150)

Die **4 Katla-Eishöhle** ist ein Märchenpalast aus glänzendem Eis in Blau- und Schwarztönen. (S. 142)

Auf einer geführten Gletschertour durch die abgelegene Kverkfjöll-Bergkette geht es ins dampfende **5 Geothermalgebiet Hveradalir** im vielfarbigem Hochland. (S. 296)

# STÄDTE & REGIONEN

Entdecke dein Sehnsuchtsziel.

## Die Westfjorde

**EIN EIGENSTÄNDIGES  
STÜCK ISLAND**

Diese gebirgige Halbinsel ist selbst für isländische Verhältnisse sehr dünn besiedelt. Schnee und Eis blockieren die Straßen entlang der ausgefransten Küste mit ihren schmalen Fjorden für mehrere Monate im Jahr. Die optimale Reisezeit ist der Sommer, wenn die Straßenverhältnisse am besten sind, um die spektakuläre Landschaft dieser entlegenen Region zu genießen.

**S. 195**

## Westisland

**EIN MIKROKOSMOS FÜR SICH –  
GANZ ISLAND IM KLEINFORMAT**

Westisland ist nur eine kurze Autofahrt von Reykjavík entfernt, aber man fühlt sich dort wie in einer anderen Welt.

In diesem geografisch vielfältigen Gebiet locken Vulkane, Wasserfälle und der Langjökull, der zweitgrößte Gletscher Islands. Die Region ist ein beliebtes Ziel für Schneemobilfahrten und Eistunnel-Gletschertouren. Hier liegt auch die wunderschöne Halbinsel Snæfellsnes.

**S. 168**

## Reykjavík

**ÜBERRASCHEND VIELSEITIG**

Die isländische Hauptstadt ist auch das kulturelle Zentrum des Landes. Hier pulsieren die isländische Kunst- und Musikszene und das Nachtleben – beim Schlemmen auf Sterne-Niveau, beim Vintage-Shoppen und beim Durchfeiern der „Nacht“ unter der Mitternachtssonne. Hier kannst du wandern, angeln, ausgezeichnet essen – und das alles, ohne die Stadt zu verlassen.

**S. 42**

**Die  
Westfjorde  
S. 195**

**Westisland  
S. 168**

**REYKJAVÍK** ★  
**S. 42**

**Südwestisland &  
der Goldene Kreis  
S. 82**

## Südwestisland & der Goldene Kreis

**FANTASTISCHE ABENTEUER  
WENIGE MINUTEN VON FLUGHAFEN**

Mit ihren hübschen Kleinstädten, grandiosen Naturwundern und häufigen Vulkanausbrüchen überrascht es nicht, dass diese Region Islands bestbesuchte ist. Genieße ein Bad in geothermischen Lagunen. Erkunde die zerklüftete, von vulkanischer Aktivität geformte Küste und das surreale Landesinnere, wo Lavafelder, sprudelnd heiße Quellen, Flüsse und Wasserfälle ineinander übergehen.

**S. 82**



Erlebe die  
schönsten  
Orte in  
Island

## Nordisland

### LAND DER KONTRASTE

Es gibt kaum einen besseren Ort, um Polarlichter oder die Mitternachtssonne zu erleben, als diese Region am Rande des Polarkreises. In dieser abgelegenen Gegend findet im Sommer das Golfturnier Arctic Open statt, und im Winter ist der Norden ein beliebtes Skigebiet.

**S. 220**

## Nordisland S. 220

## Ostisland

### AM ANDEREN ENDE VON ISLAND

Dieses dünn besiedelte Gebiet ist im Winter ein beliebtes Skigebiet und im Sommer ein Zufluchtsort für Künstler und Musiker. Reizvolle Fischerorte mit malerischen Naturhäfen und schmale Fjorde zeichnen eine zerklüftete Küste, an der häufig Papageitaucher und Robben anzutreffen sind, während in der Bergwildnis Rentierherden leben.

**S. 267**

## Ostisland S. 267

## Das Hochland S. 290

## Südostisland S. 145

## Südostisland

### RAUE GLETSCHERPRACHT UND REIZVOLLE WEILER

Diese Region Islands steht für das „Land aus Feuer und Eis“. Am bekanntesten ist sie für den Vatnajökull, den größten Gletscher des Landes, und für die Gletscherlagune Jökulsárlón, deren majestätische Eisberge auf einen schwarzen Sandstrand kalben, während sie wie Diamanten glitzern.

**S. 145**

## Das Hochland

### ZERKLÜFTET UND WILD – ISLANDS INNERES

Dieses riesige, unbewohnte Gebiet, das nur zwischen Juni und September zugänglich ist, liegt in völliger Abgeschiedenheit. Hier gibt es weder Städte noch Hotels oder schicke Restaurants – nur Wanderhütten, majestätische Gletscher und atemberaubende Landschaften. Die rauen Schotterstraßen, die ins Hochland führen, sind nur mit geländegängigen Allradfahrzeugen befahrbar.

**S. 290**



## REISEROUTEN

# Reykjavík & der Südwesten

Dauer: 5 Tage

Strecke: 476 km

Island ist klein genug, dass man selbst auf einer Kurzreise viel erleben kann. Von Reykjavík aus sind die größten Naturwunder des Landes leicht mit dem Auto erreichbar. Erkunde bei Tage herrliche Wasserfälle, heiße Quellen und Lavafelder und streife nachts durch die Straßen der lebendigsten Stadt Islands.



## 1 REYKJAVÍK ⌚ 1½ TAGE

Die Hauptstadt (S. 42) mit den vielen individuellen Restaurants, einzigartigen Boutiquen und Kunst im öffentlichen Raum lässt sich bestens zu Fuß erkunden. Hier kann man in der Siedlungsausstellung oder im Freilichtmuseum Árbær in die isländische Geschichte eintauchen, eine Show in der Konzerthalle Harpa besuchen und auf Sterne-Niveau schlemmen.

Vom Alten Hafen aus starten Bootstouren, um nach Walen, Papageitauchern oder Nordlichtern Ausschau zu halten. Wale sind ganzjährig präsent, Papageitaucher sieht man zwischen Mai und August und eher abends, wenn sie zu ihren Nisthöhlen zurückgekehrt sind. Für das Nordlicht solltest du zwischen September und April hierherkommen.



## 2 DER GOLDENE KREIS ⌚ 1 TAG

Von Reykjavík lassen sich im Rahmen einer Tagestour die drei wichtigsten Sehenswürdigkeiten Islands besuchen – der Nationalpark Þingvellir (s. Foto), der Wasserfall Gullfoss und das Geysir-Geothermalgebiet (S. 99). Mit einem Mietwagen ist man flexibler; ansonsten gibt's auch die Möglichkeit, eine der vielen geführten Golden-Circle-Touren zu buchen. Alle diese Pauschalangebote beinhalten Besichtigungsstopps an den drei wichtigsten Orten. Auf einigen Reiserouten kannst du auch mit dem Schneemobil fahren und Eishöhlen erkunden.



## 3 KERIÐ-KRATER ⌚ 1 TAG

Den Kratersee Kerið (S. 122), ein kaum besuchtes Naturwunder, musst man unbedingt gesehen haben. Der Tag beginnt mit einer leichten Wanderung rund um die farbenprächtige Caldera, die weniger als eine Stunde dauern dürfte. Sich von diesem Anblick loszureißen, fällt allerdings sehr schwer.

**Abstecher:** Im Naturschutzgebiet *Heiðmörk* kannst du nachmittags Höhlen erkunden oder über die roten Lavafelder reiten. ⌚ 3 Stunden



4

## LANGJÖKULL

🕒 1 TAG

Brich früh auf in Reykjavík für einen ganzen Tag voller Abenteuer auf dem Langjökull (S. 109), dem zweitgrößten Gletscher Islands. Buche eine Tour, um mit einem achtradrigen Monstertruck über die majestätischen Eismassen zu fahren. Dann heißt es Steigeisen anlegen und mit einem Guide durch den längsten von Menschenhand geschaffenen Eistunnel der Welt wandern. Achte auf die Farbskala des Gletschereises – von trübem Weiß bis zu tiefem Blau.



5

## BLAUE LAGUNE 🕒 ½ TAG

Auf dem Weg von Reykjavík zum Flughafen Keflavík solltest du dir mindestens zwei Stunden für die idyllische geothermische Lagune (S. 113) inmitten der Lavafelder Zeit nehmen oder auch länger, wenn du dir eine Massage oder eine Floating-Therapie gönnen oder für ein paar Minuten in das blaue, mit Kieselerde Schlamm angereicherte Thermalwasser eintauchen möchtest. Wenn du nicht mit dem Auto fährst, plane einen Bustransfer zum Flughafen mit Halt an der Blauen Lagune. Dort gibt's auch Schließfächer fürs Gepäck.

## REISEROUTEN

# Abenteuer an der Südküste

**Dauer:** 6 Tage

**Strecke:** 932 km

Sechs Tage reichen aus, um Islands Südküste ohne Hast kennenzulernen – sei es beim Baden in einer Gletscherlagune, beim Ausritt am Strand, Gleitschirmfliegen, Vulkanwandern oder auf einer Wasserfall-Safari. Lass dir Gutes vom Bauernhof oder Lavabrot schmecken, das im heißen Sand gebacken wird. Lauter unvergessliche Momente!




## 1 REYKJAVÍK 1 TAG

Verbringe deine erste Nacht in Reykjavík (S. 42). Erhol dich vom langen Flug mit einem luxuriösen Bad in der Sky Lagoon. Genieße einen traditionellen Lamm-Hotdog, ein Sterne-Menü oder den Fisch des Tages zum Abendessen. Besuche die eine oder andere Bar am Laugavegur oder geh nicht so lange aus und gönne dir stattdessen in einem Miðborg-Café einen Brunch, bevor du auf der Ringstraße in Richtung Seljalandsfoss fährst.



## 2 SELJALANDSFÖSS 1 TAG

Halte im Geothermalgebiet Hveragerði an und probiere in Erdwärme gebackenes isländisches Roggenbrot. Für eine Wanderung rund um den Seljalandsfoss (S. 131) solltest du dir eine gute Stunde Zeit nehmen.

 **Absteiger:** Wandere zum **Skógafoss** hinauf, dem nebligen Wasserfall, der zu einem beliebten Drehort geworden ist. 3 Stunden



## 3 VÍK 1 TAG

Nutze den Küstenort Vík (S. 136) als Ausgangspunkt, um diesen Teil der Südküste zu erkunden. Vík ist das Tor zum Vulkan Katla und bietet mehrere Hotels, Restaurants, schwarze Sandstrände und eine überwältigende Küste. Bezaubernd ist auch die märchenhaft anmutende Kirche (s. Foto).



#### 4 JÖKULSÁRLÓN ⌚ 1 TAG

Mach einen Tagesausflug von Vík aus, um die glitzernden Eisberge zu sehen, die am Fellsfjara (Diamantstrand; s. Foto) angespült wurden. Bestaune die herrlich blaue Gletschergletscherlagune Jökulsárlón (S. 160) und schließ dich einer Tour an, um die riesigen Eisbrocken aus nächster Nähe zu betrachten.

**Absteiger:** Halte auf dem Rückweg nach Vík an der **Schlucht Fjaðrárgljúfur**. Sie sieht aus wie eine in die Felsen gemeißelte Schlange.

⌚ 3 Stunden



#### 5 KATLA-GEOPARK ⌚ 1 TAG

Von Vík aus beginnt dein Offroad-Abenteuer auf einer Super-Jeep-Tour durch den Geopark Katla (S. 142). Deine Tour führt in die Tiefen der Eishöhle unter der Katla. Geh Eisklettern oder fahre mit einem Motorschlitten über den Gletscher Mýrdalsjökull (s. Foto). Diese Gebiete sind nur mit Allradfahrzeugen zugänglich. Ein ATV kann nicht gemietet werden, also bleibt nichts anderes übrig, als eine geführte Tour mitzumachen.



#### 6 VESTMANNAEYJAR ⌚ 1 TAG

Frühstücker in Vík und fahre auf der Route 1 in Richtung Westen nach Landeyjahöfn. Dort setzt du über nach Vestmannaeyjar (S. 134), um Papageitaucher zu sehen und das Eldheimarmuseum (s. Bild) zu besuchen. Dann geht's mit der Fähre zurück und zum Abendessen in die Old Dairy Food Hall in Selfoss (auf dem Weg nach Keflavík).

**Absteiger:** Halte an der **Leif-der-Glückliche-Brücke** und überquere den tektonischen Graben zwischen Nordamerika und Eurasien. ⌚ 1 Stunde



## REISEROUTEN

## Große Runde

**Dauer:** 7 Tage**Strecke:** 1538 km

Ein Roadtrip auf der Route 1 führt in einer Woche einmal rund um Island. Vom kulturellen Hotspot Reykjavík und der wilden Halbinsel Snæfellsnes bis hin zu einem Walparadies und endlosen schwarzen Vulkansandstränden kannst bei dieser großen Islandumrundung die unterschiedlichsten Schauplätze und jede Jahreszeit erleben, auch wenn du nicht so viel Zeit hast.

### 1 REYKJAVÍK 1 TAG

Verbringe die erste Nacht in Reykjavík (S. 42) und bereite dich auf eine unvergessliche Fahrt auf der malerischen Ringstraße Irlands („Rte 1“) vor. Entspann dich nach einem langen Flug in der Sky Lagoon. Gönn dir noch einen Hotdog oder ein feines Abendessen und brich nach dem Frühstück zum Roadtrip deines Lebens auf.

### 2 HALBINSEL SNÆFELLSNES 1 TAG

Brich früh auf, um die Halbinsel Snæfellsnes (S. 168) mit dem Auto zu erkunden. Dies ist eine der landschaftlich reizvollsten Strecken in Island. Die Highlights sind der Vulkan, der Jules Verne inspirierte, und der Kirkjufell („Kirchenberg“), das beliebteste Fotomotiv Islands.

### 3 AKUREYRI ½ TAG

Mach einen Halt in Akureyri (S. 235) und schlendere durch die reizvollen Altstadtgassen mit ihren vielen Wellblechverkleidungen gegen Wind und Wetter. Bewundere die Buntglasfenster in der beeindruckenden Kirche von Akureyri oder mache eine Zeitreise nach Gásir, wo jedes Jahr im Juli ein Mittelalterfestival stattfindet.

### 4 HÚSAVÍK 1 TAG

Verbringe den Vormittag mit einer Walbeobachtungstour ab Húsavík (S. 249). Lass dich von Buckelwalen, Zwergwalen, Schweinswalen und Delfinschulen verzaubern. Halte Ausschau nach dem seltenen riesigen Blauwal. Wenn du diese Walart in Island siehst, dann hier. Nach dem Mittagessen in der Stadt fährst du zurück auf die Ringstraße nach Seyðisfjörður.



TRAVELPH/LAMY STOCK PHOTO ©



### 5 SEYÐISFJÖRÐUR ⌚ 1 TAG

Folge dem Regenbogenpfad (s. Foto) zur hellblauen Kirche in dem charmanten Dorf Seyðisfjörður (S. 280). Die Tvisöngur-Klangskulptur oder die Chance, eine blühende lokale Kunstszene zu erleben, solltest du nicht vergessen.

**Abstecher:** In *Djúpivogur* präsentieren sich 34 Graniteier in *Reih und Glied* entlang dem Ufer. Jedes steht für eine hier nistende Vogelart.

⌚ 1 Stunde



### 6 HÖFN ⌚ 1 TAG

Lass dich in Höfn (S. 166), der isländischen Hauptstadt des Kaisergranat (s. Foto), mit einem frischen Meeresfrüchteessen verwöhnen. Die Hochsaison des Kaisergranat geht von Mitte Mai bis August. Jedes Jahr im Juli findet in der Stadt ein Fest zu Ehren des auch Hummerkrabbe genannten Krebsstiers statt.



### 7 VÍK ⌚ 1½ TAGE

Lass die Tour in Vík (S. 136) ausklingen. Frühstücke mit Blick auf die zerklüftete Küste und genieße die Aussicht von der hübschen Kleinstadt aus. Unternehm eine Ausritt am Strand, eine landschaftlich reizvolle Wanderung oder fliege mit dem Gleitschirm über herrliche Felsformationen, bevor es zum internationalen Flughafen Keflavík zurückgeht.

## REISEROUTEN

# Das Beste im Westen

**Dauer:** 5 Tage

**Strecke:** 517 km

Lass deiner Fantasie freien Lauf bei einem Tagesausflug auf die Halbinsel Snæfellsnes und schau dir den Vulkan an, der Jules Verne inspiriert hat, und den mystischen Berg, der in *Game of Thrones* eine Rolle spielt. Probier das frisch gebackene *hverabrauð* (Geothermalbrot) und wandere von Europa nach Nordamerika.

## 1 REYKJAVÍK 1 TAG

Verbringe die ersten beiden Nächte in Reykjavík (S. 42). Iss isländisches Fish & Chips, besuche eins der Museum der Stadt, schau dir Straßenkunst an und shoppe in bezaubernden Boutiquen. Je nach Reisezeit kannst du Nordlichtern hinterherjagen oder die Mitternachtssonne genießen.

## 2 NATIONALPARK PINGVELLIR 1 TAG

Erlebe in der Silfra-Spalte (S. 90) einen unvergesslichen Tauchgang zwischen tektonischen Platten. Besuche den Geburtsort der modernen Demokratie, den ersten Sitz des isländischen Alþingi (Parlament). Geh reiten, quere Lavafelder oder genieße einfach die Aussicht.

## 3 LAUGARVATN FONTANA ½ TAG

In diesem entspannten geothermischen Spa mit Bäckerei (S. 100) ist die Spezialität des Hauses isländisches Lavabrot: ein Roggenbrot, das im heißen Sand gebacken wird. Probiere das traditionelle *hverabrauð* mit frischer isländischer Butter nach einem langen Bad im Thermalpool und einem kurzen Sprung in den kalten See. Dieser Komplex ist weniger überlaufen als die Sky Lagoon und die Blaue Lagune, und der Eintritt ist wesentlich günstiger.

## 4 HVERAGERÐI ½ TAG

Wandere durch das Tal Reykjadalur in Hveragerði (S. 127) und belohne dich mit einem Bad in einem geothermischen Fluss. Entdecke dampfende Schloten und blubbernde Schlammstöpsel auf einem 3 km langen Pfad, der sich durch dieses farbenfrohe Tal schlängelt und an Schluchten und Wasserfällen vorbeiführt. Verbringe die Nacht in der Stadt und kehre bei Þongó ísbúð oder Ísbúðin Okkar auf ein Eis ein.



CATRINA GENOVESE/SHUTTERSTOCK ©

Geothermischer Fluss, Hveragerði (S. 127)