



Fugues en Montagne
24, impasse du Cancel - 05100 Cervières
07.64.42.99.65
contact@fuguesenmontagne.com

Raquette et sources chaudes de Landmannalaugar

De vendredi 28 mars à dimanche 6 avril 2025

Voyage semi-itinérant accompagné
10 jours / 9 nuits / 8 jours de randonnée



Au cours de ce voyage dépaysant, nous vous invitons à découvrir l'incroyable Landmannalaugar sous la neige, à randonner dans le massif volcanique de Hengill puis à visiter les incontournables merveilles du Cercle d'or. Autant de terrains de jeu grandioses pour cette belle semaine de marche au cœur de la nature exceptionnelle de l'île aux volcans!

Durant six jours, nous nous baladerons, raquettes aux pieds, au nord du massif glaciaire du Torfajökull situé dans le sud des hautes-terres islandaises. Nous irons même y faire quelques incursions. Le soir, nous retrouverons le confort de notre refuge et de sa source chaude nichés au cœur de Landmannalaugar. Site d'une grande beauté, adossé aux contreforts d'une immense caldeira, couverte de manifestations géothermales, dominée par les restes de deux volcans et bordée d'une épaisse coulée de lave qui surgit à peine de la neige l'hiver venu. Les randonnées varieront entre ascensions de versants et vagabondages le long de vallées glaciaires dans des décors enchanteurs.

La découverte d'une spectaculaire activité géothermale dans les reliefs du sud-ouest, puis la visite des trois sites emblématiques du Cercle d'Or seront au menu de notre fin de séjour.

LES POINTS FORTS DU VOYAGE

- *La découverte de paysages volcaniques d'une beauté à couper le souffle*
- *Des itinéraires de randonnée très peu fréquentés l'hiver*
- *Des baignades quotidiennes dans les sources chaudes*
- *Le confort du refuge de Landmannalaugar chauffé*
- *Une cuisine savoureuse qui met à l'honneur agneau et poisson d'Islande*

PROGRAMME

Vendredi 28 mars : Vol Paris – Keflavík, transfert à Reykjavík

Vol entre Paris et Keflavík, transfert au centre de Reykjavík puis installation dans notre hébergement.

En soirée, dîner en ville, l'occasion pour votre accompagnateur de vous parler plus en détail du déroulement du voyage et aussi de partager un moment de convivialité.

Nuit à Reykjavík

Samedi 29 mars : Landmannalaugar

Départ matinal à bord d'un véhicule 4x4 adapté aux rudes conditions hivernales. Traversée d'une vaste plaine avant d'aborder les hautes terres inhabitées par une piste qui a disparu sous la neige. A la plaine succède un plateau, avec les montagnes de la réserve de Fjallabak en ligne de mire. Arrivée au refuge en début d'après-midi et première randonnée dans les environs du refuge.

Premier bain dans une source chaude, un rituel de fin de journée qui ne fait que commencer, à répéter en soirée en observant les aurores boréales.

Nuit au refuge de Landmannalaugar

Temps de marche : 2h30

-

Dénivelé : 100 m

Dimanche 30 mars : Cratère de Ljótípollur

Première randonnée à la journée, pour une mise en jambes qui vous mènera vers le lac de Frostastadvatn, et le cratère de Ljótípollur. Le dénivelé est faible, les espaces vastes, les montagnes semblent comme posées sur la plaine.

Nuit au refuge de Landmannalaugar

Temps de marche : 4h30

-

Dénivelé : 200 m

Lundi 31 mars : Gorges de Vondugil

Vous montez un peu en puissance, traversée de la très vieille et très épaisse coulée de lave de Laugahraun pour aller fureter du côté de la petite gorge de Vondugil et ses manifestations géothermales. De là, vous entamez l'ascension de Suðurnámur du haut de laquelle toute cette partie de la caldeira se dévoile à votre regard, les rivières en partie gelées striant le blanc manteau neigeux de traînées qui ressemblent à des traits tracés à l'encre de Chine.

Nuit au refuge de Landmannalaugar

Temps de marche : 5h30 - Dénivelé : 400 mètres

Mardi 1er avril : Solfatares de Stórhver

Ascension du plateau de Hrafninnusker à la découverte des solfatares de Stórhver. C'est la porte d'entrée de la caldeira, la plus vaste zone géothermale de l'île. Chemin faisant, vous faites un crochet par Brennisteinsalda qui offre tous les avantages d'un belvédère sur tous les environs.

Nuit au refuge de Landmannalaugar

Temps de marche : 6h30 - Dénivelé : 500 mètres

Mercredi 2 avril : Vallée de Jökulgil

Vous pensez avoir fait le tour de la question, oui, mais il reste la vallée de Jökulgil, qui vous nargue depuis plusieurs jours, offrant son enfilade au regard réchauffé par un bain dans la source chaude. Et rien de mieux que de prendre un peu de hauteur en direction de Skalli, sommet anonyme parmi les sommets anonymes du coin mais à la vue panoramique surprenante.

Nuit au refuge de Landmannalaugar

Temps de marche : 5h30 - Dénivelé : 450 mètres

Jeudi 3 avril : Laves du Laugahraun

Dernière balade, si le temps le permet, dans les laves du Laugarhraun, idéales pour se perdre sans conséquences fâcheuses.

Puis transfert à bord de la super jeep pour gagner le sud et les environs de Hveragerði.

Nuit dans la région de Hveragerði

Temps de marche : 3h - Dénivelé : 150 m

Vendredi 4 avril : Massif de Hengill

Randonnée dans Reykjadalur, « la vallée des fumerolles », au milieu d'une vaste zone d'activité géothermique, jusqu'à un ruisseau d'eau chaude pour un savoureux bain en plein air! Et pour s'y rendre nous n'hésiterons pas à prendre un sentier buissonnier, passant d'une zone géothermale à l'autre où abondent les marmites de boue et d'eau bouillonnante.

Nuit dans la région de Hveragerði

Temps de marche : 4h00

-

Dénivelé : 200 mètres

Samedi 5 avril : Cercle d'Or - Reykjavík

Notre périple se terminera avec la visite du Cercle d'or, regroupant les trois sites les plus célèbres de l'île.

Départ pour les superbes chutes de Gullfoss et les gorges de la rivière Hvítá, partiellement prises par les glaces à cette époque de l'année, où écume une superbe cataracte qui se pose en gardienne des déserts de l'intérieur.

Puis direction Geysir où la colonne d'eau du geyser Strokkur jaillit avec une exemplaire régularité jusqu'à une vingtaine de mètres de haut.

Et enfin, découverte de Thingvellir, « la plaine de l'Althing », emplacement de l'ancien parlement d'Islande situé au centre d'une vallée d'effondrement et d'un système de failles où se dévoilent les effets titanesques de la tectonique des plaques. Balade sur ce site classé au Patrimoine mondial de l'Unesco, un endroit rare où l'histoire naturelle et l'histoire des hommes sont intimement liées.

En fin d'après-midi, retour à Reykjavík.

Nuit à Reykjavík

Temps de marche : 2h

-

Dénivelé : 150 mètres

Dimanche 6 avril : Transfert à Keflavik - Vol Keflavik - Paris

Transfert collectif au départ de votre hébergement vers l'aéroport international de Keflavík et vol pour Paris.

IMPORTANT : nous nous réservons le droit de modifier le programme quelles qu'en soient les raisons (conditions météorologiques, état des pistes et du manteau neigeux, condition physique et niveau technique des participants, coups de cœur de l'accompagnateur...). Ces modifications sont toujours faites dans votre intérêt : pour votre sécurité et pour rendre votre séjour le plus agréable possible.



FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Par votre accompagnateur à l'aéroport de Keflavik vendredi 28 mars 2025.

Arrivée en avion :

Vol aller et retour sans escale avec Icelandair en classe économique de Paris - Charles-De-Gaulle à Keflavik. **Le terminal et le numéro du vol vous seront communiqués dans la convocation** au plus tard un mois avant le début du séjour.

Horaires des vols aller et retour :

Paris - Keflavik : **13h10 / 15H50**

Keflavik - Paris : **7h45 / 13h10**

Pour un départ depuis un autre aéroport, nous consulter.

Le prix du séjour est calculé sur la base d'un vol à 372 euros par personne au 13 décembre 2024. Nous pourrions être amenés à réviser le prix de votre voyage (à la hausse comme à la baisse) en fonction du tarif de votre billet d'avion au moment de son achat, lorsque le départ sera confirmé.

DISPERSION

À Reykjavik, dimanche 8 avril 2025.

Vol Keflavik (Reykjavik) - Paris - Charles-De-Gaulle. **Le terminal et le numéro du vol vous seront communiqués dans la convocation** au plus tard un mois avant le début du séjour.

FORMALITÉS

Formalités santé :

Il n'y a plus de restrictions liées au COVID pour entrer en Islande en provenance de France, d'un autre État de l'Union européenne ou de l'Espace Schengen.

Formalités passeport et visa :

Durant le voyage vous devez être en possession des documents suivants :

- carte nationale d'identité ou passeport en cours de validité et carte européenne d'assurance maladie
- le dépliant de votre assurance et de votre assistance voyage "MMA Assistance" reçu lors de votre inscription (si vous avez souscrit cette assurance auprès de nous) ou de vos assurance et assistance personnelles (numéro de contrat + numéro de téléphone).

NIVEAU ▲ ▲

Nous gravirons de 100 à 500 mètres de dénivelé et marcherons de 2h à 6h30 quotidiennement. Votre accompagnateur s'adaptera au niveau et à l'ambiance du groupe pour proposer des itinéraires plus tranquilles ou, au contraire, plus sportifs. Les premiers de cordée encouragent les suivants dans une ambiance toujours bon enfant.

Si vous vous sentez plus proche d'Homer Simpson que de Olivier Giroud, n'hésitez pas à faire un peu d'exercice avant de venir. Même si le niveau est à la portée du plus grand nombre, avoir un peu d'entraînement ça ne peut pas faire de mal!

Les principales difficultés auxquelles nous devons faire face sont une météo très variable et imprévisible et des conditions de neige très changeantes, parfois au cours d'une même journée! Elles pourront nous amener à modifier sensiblement les itinéraires de randonnée.

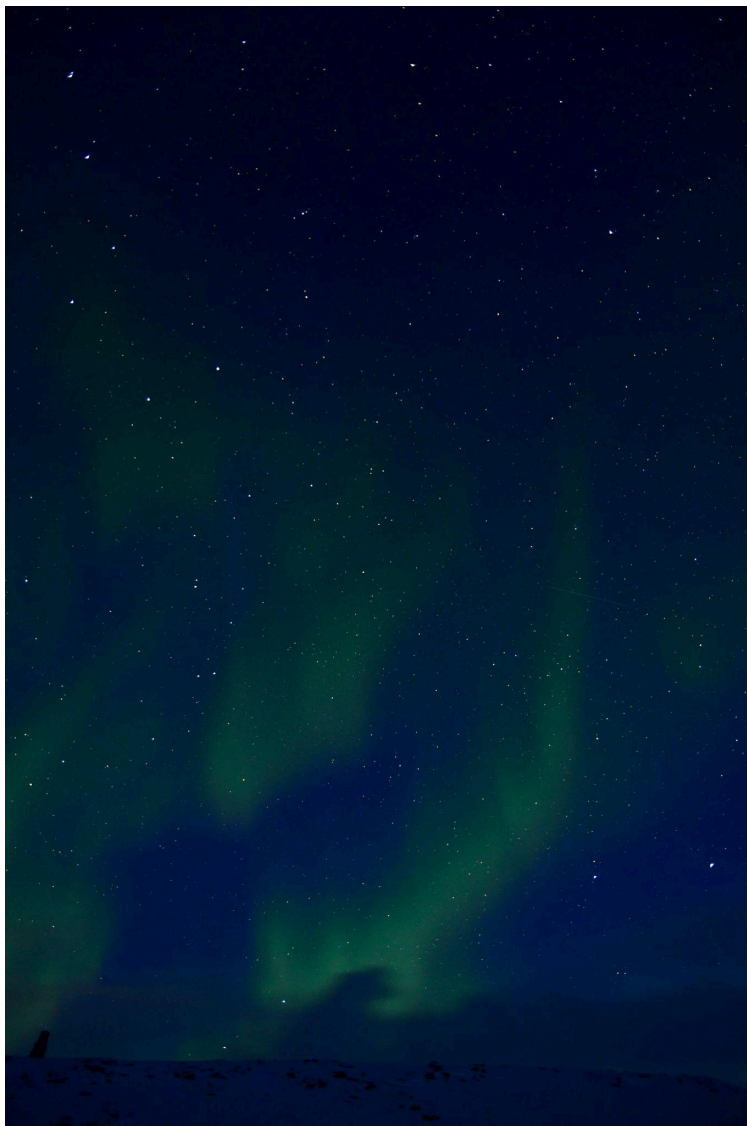
Important : N'oubliez pas que vous devez avoir la capacité à participer à ce séjour. Vous pouvez nous contacter (contact@fuguesenmontagne.com) pour nous poser vos questions sur le déroulement du séjour et le niveau requis. Toute information vous concernant et pouvant avoir une influence sur ce séjour doit nous être communiquée.

HÉBERGEMENT

A Reykjavik, nous serons hébergés en chambre d'hôtes au cœur de la ville, en chambres twin, doubles ou triples avec sanitaires à l'étage et petit-déjeuner compris. Sur demande et en fonction des disponibilités, possibilité de chambres individuelles avec supplément.

Dans le massif du Landmannalaugar, nous séjurerons dans le refuge. Cet hébergement nous permettra d'être au chaud et à l'abri mais il reste très sobre. Il n'y a pas de draps ni de couvertures et parfois pas d'oreillers. **Vous devez donc avoir un sac de couchage pour dormir.** Cet hébergement a des sanitaires communs à l'extérieur. Il a une salle commune pour dîner qu'il faut parfois partager avec des randonneurs individuels. **Nous pourrons nous baigner quotidiennement dans la source d'eau chaude toute proche.**

Dans la région Hveragerði nous serons hébergés en dortoir dans une Auberge de Jeunesse.



RESTAURATION

La restauration sera l'un des points forts de votre voyage!

A chaque repas, nous vous demanderons de donner un coup de main pour cuisiner, dresser et débarrasser la table ainsi que pour faire la vaisselle.

- Le petit déjeuner : bien évidemment, pour avoir la pêche toute la journée, il sera copieux! Il sera pour vous l'occasion de déguster les excellents laitages islandais.
- Le pique-nique : il sera composé de soupes, de salades, de plats à tartiner (conserves de poisson ou terrines islandaises), de charcuterie, de fromages islandais. Une boisson chaude (thé ou café) viendra ponctuer ce délicieux moment. Vous devriez tenir jusqu'au goûter!
- Le dîner : tout au long du séjour votre accompagnateur vous concoctera des petits plats savoureux et soignés, principalement à base de spécialités islandaises, où les poissons d'eau douce et de mer, ainsi que les plats à base d'agneau seront à l'honneur. Le dessert sera l'occasion d'offrir une dernière fête à nos papilles!

Les repas seront l'un des moments forts de ce séjour en termes de partage et de convivialité. Pourquoi n'en profiterions nous pas pour déguster quelques spécialités culinaires de votre région que vous aurez pris soin d'apporter dans vos bagages.

ENCADREMENT

Par un membre de Fugues en montagne, accompagnateur en montagne diplômé et passionné, possédant la qualification raquettes à neige et connaissant bien l'Islande.

Votre accompagnateur sera systématiquement équipé d'un téléphone satellite (pour appeler les secours en cas de besoin), d'un GPS, d'une trousse de premiers soins et d'une paire de jumelles.

GROUPE

Le groupe sera composé de 6 à 10 personnes.

Si votre groupe se compose de plus de 10 personnes, demandez-nous une offre personnalisée.

TRANSFERTS INTERNES

Par respect pour l'environnement fragile dans lequel nous circulons et pour votre confort, nous sommes soucieux de limiter au maximum le nombre et la durée des trajets routiers pendant nos séjours.

Les transferts aller et retour entre l'aéroport de Keflavik et notre l'hébergement à Reykjavik se feront en minibus.

Les trajets aller et retour entre Reykjavik et Landmannalaugar seront effectués par un chauffeur islandais avec un véhicule tout-terrain spécialement équipé pour circuler dans la neige. Leur durée dépendra de l'état des pistes!



PORTAGE DES BAGAGES

C'est un séjour en étoile. Vous porterez uniquement vos affaires de la journée : vêtements, matériel de sécurité, pique-nique et boissons.

MATÉRIEL FOURNI

Nous vous fournissons gratuitement les raquettes et bâtons de randonnée, ainsi que le matériel de sécurité : Détecteur de Victimes en Avalanche, pelles et sondes.

Pour les pique-niques nous vous prêtons des sacs en tissu, des thermos, des bols, des gobelets et des cuillères pour les soupes, les salades et les boissons chaudes.

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

Vous devez conditionner l'ensemble de vos affaires dans 2 sacs (pas de valise!).

Un sac à dos de randonnée (maximum 10 kg) : d'une capacité de 35 litres environ avec des sangles pour pouvoir accrocher les raquettes et les bâtons.

Lors des déplacements, il vous servira de bagage à main pour vos affaires fragiles (appareil photo, jumelles...), de valeur et pour vos éventuels médicaments.

Durant les randonnées, il vous sera utile pour transporter vos affaires de la journée (gourde, vêtements chauds, jumelles, appareil photo...) et le pique-nique.

Il sera en cabine lors des transports aériens. **Le poids des bagages cabine vous sera indiqué sur votre convocation.**

Un sac de voyage (maximum 23 kg) : pour contenir le reste de vos affaires.

Il sera en soute lors des transports aériens et des trajets sur place.

Pour faire face à un éventuel problème d'acheminement de vos bagages n'hésitez pas à porter votre tenue de randonnée et à prendre vos affaires de première nécessité en cabine.

Pour vous prémunir du froid et du vent islandais, la bonne méthode est celle de l'oignon, à savoir ajuster sa température grâce à des couches de vêtements pas trop chauds, afin de ne pas trop transpirer. En cas d'investissement à l'occasion d'un séjour avec nous, nous vous conseillons d'adopter les vêtements en fibres naturelles mérinos, chauds, respirants et sans mauvaise odeur en cas de transpiration.

Pour la journée :

- un sur sac pour protéger les affaires en cas de chute de neige
- un pantalon chaud et imperméable ou un pantalon plus léger et un collant
- un coupe-vent type Gore-Tex adapté aux conditions hivernales
- une doudoune pour se prémunir des froids les plus mordants
- un pull pas trop épais éventuellement polaire ou mérinos
- des sous-vêtements (collants, t-shirt manches longues...) chauds et séchant rapidement pourquoi pas en mérinos
- des chaussures de randonnées montantes et imperméables
- un bonnet chaud protégeant bien les oreilles
- une casquette ou autre chapeau pour vous protéger du soleil
- deux paires de gants, des fins et des gants "neige"(ou moufles) chaud(e)s et imperméables
- des guêtres si le pantalon de neige ne possède pas de bons élastiques et/ou crochets pour se maintenir sur la chaussure
- une gourde isotherme de préférence (1,5 litres minimum)
- un couteau de poche
- une paire de lunettes de soleil très protectrice
- un tube de crème solaire et un stick à lèvres, tous deux très protecteurs
- une pochette étanche pour transporter vos documents importants,
- facultatif : un appareil photo, une paire de jumelles...

Pour la soirée :

- un sac de couchage
- des affaires de toilette
- un maillot et une serviette de bain
- 2 à 3 paires de chaussettes chaudes,
- des vêtements de rechange
- des chaussures ou chaussons pour l'intérieur
- une pharmacie, avec le nécessaire pour soigner la bobologie quotidienne, pensez aux éventuels soins des pieds (compeed, strap et autres pansements) et, bien sûr, vos traitements personnels.

DATES ET PRIX DU SÉJOUR

Ce séjour est programmé de vendredi 28 mars à dimanche 6 avril 2025

à partir de 3415 euros / personne

LE PRIX COMPREND

- le vol aller et retour entre Paris et Keflavik,
- les taxes d'aéroport
- les transferts aller et retour en minibus entre l'aéroport de Keflavik et notre hébergement à Reykjavik
- les transferts aller et retour en véhicule tout-terrain entre notre hébergement à Reykjavik et le refuge de Landmannalaugar
- 2 nuits en guesthouse à Reykjavik et 7 nuits en refuge et gîte dans l'île
- tous les repas du séjour sauf les dîners à Reykjavik vendredi 28 mars et samedi 5 avril
- 8 journées d'encadrement

LE PRIX NE COMPREND PAS

- l'assurance annulation facultative (3,5% du prix du séjour)
- l'assistance rapatriement facultative (1,5% du prix du séjour)
- **la révision éventuelle du prix du billet d'avion (à la hausse comme à la baisse)**
- les dîners à Reykjavik vendredi 28 mars et samedi 5 avril
- les boissons, dépenses personnelles et pourboires
- le supplément en chambre individuelle à Reykjavik (selon disponibilités) : nous consulter

BUDGET A PREVOIR SUR PLACE

Pour les 2 dîners à Reykjavik, prévoir 70 euros par repas (boissons comprises). Un verre dans un bar coûte 10 euros.

Si vous désirez rapporter des lainages en souvenir, les tarifs sont environ de 300 euros pour un pull-over, 70 euros pour un bonnet et 50 euros pour une paire de gants.

ASSURANCE ET ASSISTANCE

Vous devez obligatoirement posséder une Assistance rapatriement et frais de secours. Lors de la réservation de votre séjour, vous pouvez souscrire à une Assurance annulation - perte de bagages - interruption de séjour et/ou à une Assistance rapatriement. Leur montant est calculé en fonction du prix du séjour. Elles doivent être réglées en totalité dès la réservation. Vous pouvez télécharger les contrats détaillés sur notre site, nous les joindrons à votre confirmation d'inscription.

Vous êtes peut-être déjà couverts par vos propres assurances, en particulier si vous réglez votre séjour par carte bancaire. Renseignez-vous auprès de votre assureur et de votre banquier.

MODALITES DE PAIEMENT

Si votre réservation intervient plus de trois semaines avant la date de départ, vous commencez par régler un acompte d'un montant équivalent à 30% du prix du séjour. Le solde restant devra ensuite être réglé, au plus tard, trois semaines avant la date de départ.

Si votre réservation intervient moins de trois semaines avant la date de départ, vous réglez directement la totalité du prix du séjour.

POUR EN SAVOIR PLUS

CARTES

- carte touristique (1/500 000) : [Ísland](#)
- carte touristique (1/250 000) : n°2 : [Suðvesturland](#) & n°5 : [Hálendið](#)
- carte spéciale (1/100 00) : [Þórsmörk – Landmannalaugar](#)

BOUQUINS

- «Islande, guide de l'île aux volcans» collection Guides du voyageur
- «Guides des volcans d'Europe» de M. Krafft et F.D. de Larouzière aux Editions Delachaux et Niestlé
- «Oiseaux d'Islande» de Hjálmar R. Bárðarson
- Les romans policiers de Arnaldur Indriðason aux Éditions Métailié, de Ragnar Jónasson aux Editions de la Martinière et de Yrsa Sigurdardottir aux Editions Actes Sud...
- «L'incendie de Copenhague» de Gilles Lapouge aux Editions Albin Michel
- «L'or de l'Islande» de Samivel aux Editions Arthaud
- «Les Sagas islandaises» collection La Pléiade



FUGUES EN MONTAGNE
24, impasse du Cancel - 05100 Cervières
07.64.42.99.65

contact@fuguesenmontagne.com - www.fuguesenmontagne.com

SIRET : 905 341 368 00017 / APE : 9499Z / TVA intracommunautaire : FR60905341368

Association de tourisme Affiliée à l'APRIAM - 73800 Porte de Savoie

Immatriculation Atout France - 79/81 rue de Clichy - 75009 Paris - n° IM 073.10.0023

Garantie financière : Groupama assurance -5, rue du centre - 93199 Noisy le Grand - 01.49.31.31.31 - Contrat n°4000713451/0

Responsabilité civile et professionnelle : Mutuelles du Mans - 14, Bd marie et Alexandre Oyon 72030 Le Mans - Police A3.056.234

Médiateur de la consommation : Société Médiation Professionnelle - 24, rue Albert de Mun - 33000 Bordeaux

<http://www.mediateur-consommation-smp.fr>