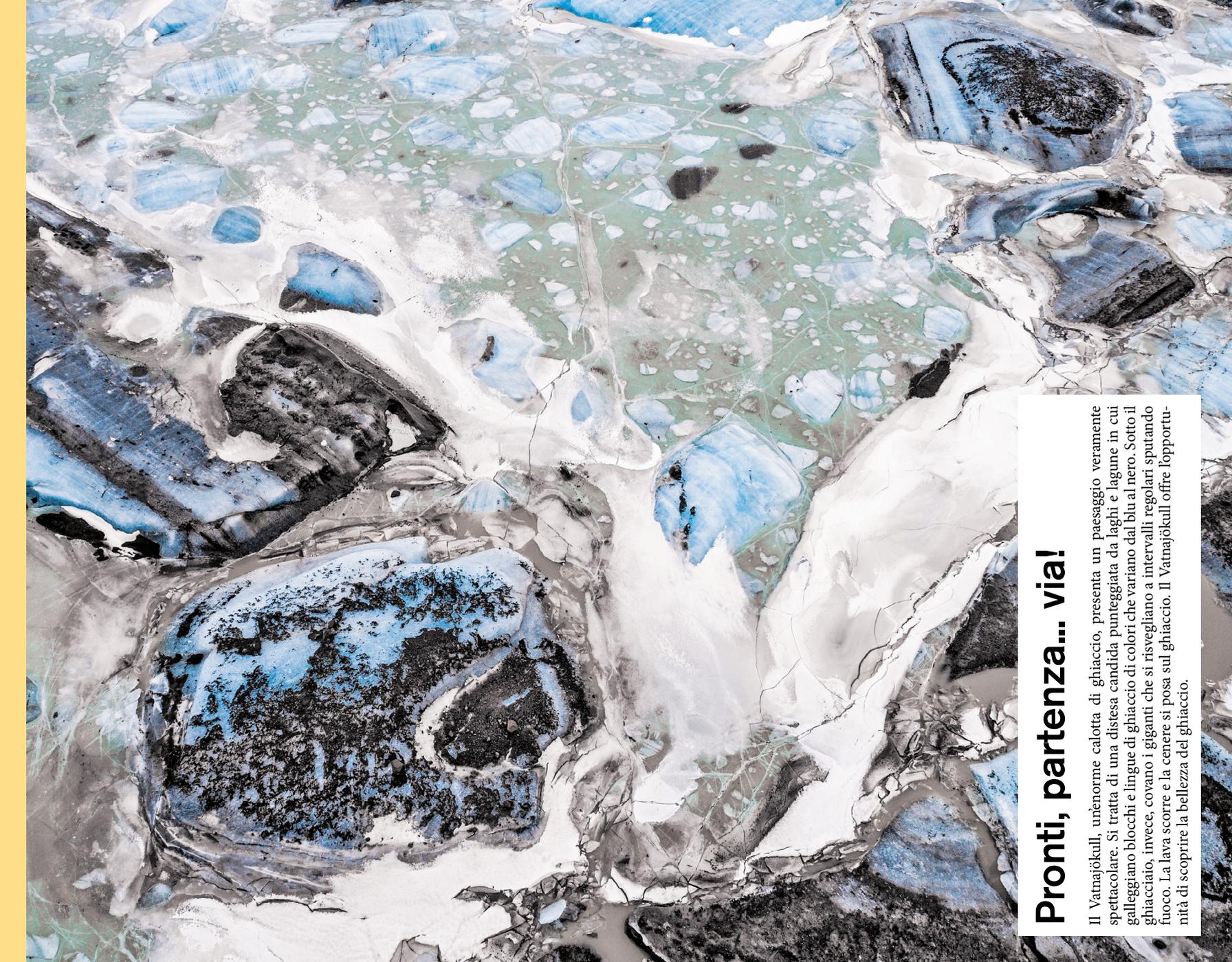


islanda

Sabine Barth





Pronti, partenza... via!

Il Vatnajökull, un'enorme calotta di ghiaccio, presenta un paesaggio veramente spettacolare. Si tratta di una distesa candida punteggiata da laghi e lagune in cui galleggiano blocchi e lingue di ghiaccio di colori che variano dal blu al nero. Sotto il ghiacciaio, invece, covano i giganti che si risvegliano a intervalli regolari sputando fuoco. La lava scorre e la cenere si posa sul ghiaccio. Il Vatnajökull offre l'opportunità di scoprire la bellezza del ghiaccio.

Panoramica

Tronchi d'albero dalla

Cavalcate nella natura

Grettir era il più forte

Fumarole

In attesa dell'eruzione

La porta dell'inferno

Luogo da sogno

Le creste bianche delle onde dell'Atlantico si infrangono sulle spiagge nere.

OVUNQUE UCCELLI
SCHIAMAZZANTI

Nebbia

Solitudine

La casa di un vero Vichingo

Fiordo con cascata

15.000 tonnellate di pesce all'anno

"Scendi nel cratere dello Snæfellsjökull, audace viandante, e ti troverai al centro della Terra"

Un naufragio dietro l'altro

Quasi tutti vivono qui

Fasten your seatbelts

Una enorme vasca da bagno

Il paradiso dei pomodori

Giudici e carnefici

Laguna blu

Keflavik

Hveragerði

Hekla

Pörmörk

Heymaey

Vík

Hornstrandir

Bolungarvík

15.000 tonnellate di pesce all'anno

Bildudalur

Solitudine

La casa di un vero Vichingo

Hólar

Sauðárkrúkur

Eiríksstaðir

Kerlingarfjöll

Pingvellir

Geysir

Reykjavík

Giudici e carnefici

Hveragerði

Hekla

Pörmörk

Heymaey

Vík

Siberia

Buona notte dalle volpi artiche

Una cascata tonante

Elfi

Ho sentito un cinguettio!

Aridi deserti di lava

Fuoco

Ghiaccio

Camminare sul ghiacciaio

Prima i monaci irlandesi, poi i Normanni

Piccola città di studenti e cultura

Akureyri

Dettifoss

Mývatn

Óðáahraun

Sprengisandur

Hallormsstaður

Vatnajökull

Kverkfjöll

Fate il pieno, mangiate un panino e poi via sulla Ring Road.

Höfn

Skaftefell

Kirkjubæjarklaustur

Melrakkaslétta

Bakkagerði

Seyðisfjörður

Wow, un bosco!

Traghetti dalla Danimarca

Alluminio

Reyðarfjörður

Curiosare qua e là

La terra delle meraviglie — coste rocciose, altopiani, ghiacciai, vulcani, sole di mezzanotte e aurora boreale. In Islanda non c'è un solo paesaggio da ammirare, ma l'isola riserva mille sorprese tutte da scoprire.



L'isola leggendaria

Nell'estremo nord si trova l'isola solitaria che gli esploratori avevano creduto fosse l'Ultima Thule. Tra Vík í Mýrdal e Skógar il vento soffia forte e le onde dell'Atlantico si abbattono sulla costa, creando creste bianche che si infrangono sulle spiagge nere. Qui si può davvero godere la vastità e la solitudine, lasciarsi andare o ascoltare il coro a più voci degli uccelli marini. Le rocce hanno storie sorprendenti da raccontare.

Blu, bianco, nero

Presso il lago di Jökulsárlón l'Islanda si presenta nel suo aspetto più glaciale. Qui il ghiaccio assume tutte le possibili tonalità del blu, del bianco e del nero, e sullo sfondo si innalza il ghiacciaio del Vatnajökull. Si tratta di un set cinematografico perfetto, come dimostrano i film di James Bond e la serie "Il trono di spade". Sul lago nuotano le anatre e a volte qualche foca curiosa si affaccia a controllare la situazione.

Pesca alle aringhe

Tre le ripide montagne dell'estremo nord si trova il Siglufjörður con l'omonimo villaggio. In passato era la località principale per la pesca delle aringhe, mentre oggi vi vengono ambientati famosi romanzi gialli.



Non è una montagna qualunque, ma è "la" montagna: l'Herðubreið si trova in mezzo all'altopiano. Ha una forma di una bellezza perfetta e ai suoi piedi si estende il più inospitale deserto di lava dell'Islanda. Anche semplicemente camminando sopra la lava si percepisce la calma assoluta: un'esperienza insolita. Il luogo ideale per riflettere sulla vita degli antichi fuorigiughe, o forse anche sulla propria.



Esplorare l'Islanda

Visitate una delle numerose grotte formate dalla lava: sono grandi, molto profonde e a volte occorre scendere scalinate molto ripide per raggiungerle. Qui ci si trova così vicini al "centro della Terra" che ci sente quasi un eroe di Jules Verne. In questo mondo sotterraneo si rimarrà sorpresi dai colori e dalle forme. Se volete sentire un po' più di freddo potete spingervi all'interno di un ghiacciaio o immergervi nel lago Þingvallavatn, situato tra due placche continentali. Se invece volete sperimentare la forza dell'acqua potete fare rafting o un tour in kayak su un lago glaciale con vista sul Vatnajökull. Non importa quale sia: ogni esperienza in Islanda vi avvicinerà allo spirito di questa meravigliosa isola.

Le micro-birrerie in Islanda si vantano di utilizzare solo l'acqua migliore. Alcuni giurano che sia l'acqua dei ghiacciai, altri che sia acqua di montagna. Non importa da dove venga: tutte le birre sono ottime e vanno assolutamente provate.



Attenzione a Babbo Natale! I 13 Yule Lad, i troll islandesi del Natale, di divertono a giocare brutti scherzi.



Pesce fresco per tutti

Al porto di Reykjavík si può osservare il pesce fresco di giornata che poi sarà ottimamente cucinato dagli chef locali. In molte località portuali c'è un ristorante speciale. Il Salthúsið di Grindavík, ad esempio, serve un eccellente pesce al sale: un ex piatto riservato alle persone povere oggi è diventato una specialità da gourmet. La semplice zuppa chiamata plokkskukur, preparata con patate schiacciate, cipolle e pesce, oggi è diventata un piatto diffusissimo. Anche una bomba calorica come il granchio con maionese è sempre molto popolare, anche se la tendenza attuale è quella di mangiare più insalata e verdure prodotte localmente in serra. Molti locali propongono specialità regionali e vale la pena di provarle tutte.

Sommario

- 2 Pronti, partenza... via!
- 4 Panoramica
- 6 Curiosare qua e là

In giro per l'Islanda

Reykjavík e dintorni 14



- 17 Reykjavík
- 26 **Tour** Tra gli dei
- 32 **Tour** Pedalando lungo il mare
- 36 **Tour** Acqua in tutte le sue forme
- 44 **I luoghi del cuore** Il faro di Gróttta
- 45 Seltjarnarnes, Kópavogur
- 46 Garðabær
- 47 **Curiosità** Il dolce mondo del cioccolato islandese

Reykjanes e il Circolo d'Oro 48



- 51 Hafnarfjörður e dintorni
- 54 Njarðvík
- 55 Keflavík
- 57 Costa a nord-ovest di Reykjanes

- 58 **I luoghi del cuore** Museo Garðskagi
- 59 Costa a sud-ovest di Reykjanes
- 60 Laguna blu
- 62 Krísvík e Kleifarvatn
- 63 **Tour** Scogliere verticali e migliaia di uccelli marini
- 65 Mosfellsbær
- 65 Þingvellir
- 66 **Tour** La nascita dell'Islanda libera
- 70 Geysir
- 72 Gullfoss, Skálholt
- 73 **Curiosità** Visita a una vecchia signora

Il sud-ovest 74



- 77 Hveragerði
- 78 **Tour** Tra fanghi e vapore
- 80 Þorlákshöfn
- 81 **I luoghi del cuore** Friðheimar
- 82 Selfoss
- 83 Eyrarbakki
- 84 Stokkseyri
- 85 Hella
- 86 Hekla
- 88 **Tour** Verso la bocca dell'inferno
- 89 Hvolsvöllur
- 90 **Tour** Vendetta e rivincita
- 93 Isole Vestmannaeyjar
- 96 **Tour** Un giro attorno all'isola
- 99 **Curiosità** Da Eva e Matti

Alcuni pescherecci in Islanda sono ancora di legno. Per la revisione le barche vengono portate a riva

Il sud-est 100

- 103 Þórsmörk
- 104 **I luoghi del cuore** Seljavellir
- 105 Eyjafjallajökull
- 106 **Tour** Le escursioni più belle d'Islanda
- 108 Skógar
- 109 Vík í Mýrdal e dintorni
- 112 Kirkjubæjarklaustur e dintorni
- 116 **Tour** Tra ghiaccio e oasi verdi
- 118 Skaftafell
- 119 **Curiosità** L'isola blu

L'est 120

- 123 Vatnajökull
- 124 Jökulsárlón e dintorni
- 125 Höfn í Hornafjörður e dintorni
- 127 Stafafell
- 128 Lungo i fiordi
- 129 **Tour** Chi cinguetta laggiù?
- 138 Egilsstaðir
- 139 **I luoghi del cuore** Bakkagerði
- 141 **Tour** Attorno al lago Lögurinn
- 142 Lögurinn, Snæfell, Þórshöfn
- 143 **I luoghi del cuore** Skoruvíkurbjarg
- 144 Melrakkasléttar
- 145 **Tour** Spazi infiniti
- 147 **Curiosità** Il cielo incantato

Il nord 148

- 151 Húsavík
- 152 Parco nazionale di Jökulsárgljúfur
- 154 **Tour** La valle delle cascate
- 155 Lungo la strada n. 87
- 155 Lago Mývatn e dintorni
- 158 **Tour** Bellezze vulcaniche del lago Mývatn
- 160 Námaskarð e Krafla
- 161 Akureyri
- 168 Siglufjörður
- 169 Skagafjörður
- 170 **Tour** Tra vescovi e cavalli
- 174 **Tour** Vivere come gli hobbit
- 176 Blönduós e dintorni
- 178 Húnaþing vestra
- 179 **Curiosità** Gli uccelli di peluche

I fiordi occidentali 180

- 183 Da Brjánslækur a Látrabjarg
- 184 **I luoghi del cuore** Rauðasandur
- 185 Patreksfjörður
- 186 Sull'Arnarfjörður
- 189 Þingeyri
- 190 Flateyri e Suðureyri
- 190 Nei dintorni del Ísafjörðurdjúp

- 194 Strandir
- 195 **Tour** Un paradiso naturale alla fine del mondo
- 196 Hornstrandir
- 197 **Curiosità** Un mondo in abbandono

L'ovest 198

- 201 Dalir
- 202 Eiríksstaðir,
- 202 La costa sud di Snæfellsnes
- 204 Parco nazionale di Snæfellsjökull
- 205 Hellið e Rif
- 206 **Tour** Sul ghiacciaio
- 209 Ólafsvík, Grundarfjörður
- 210 Stykkishólmur
- 213 Borgarnes
- 215 Reykholtssdalur
- 217 Akranes e dintorni
- 218 Hvalfjörður
- 219 **Curiosità** Una leggerezza indescrivibile

Gli altipiani centrali 220

- 223 Kjalvegur (F 35)
- 225 **Tour** Sorgenti calde, verdi vallate e un lago
- 226 Sprengisandsleið (F 26)
- 229 Öskuleið (F 88)

- 232 Landmannaleið e Fjalla baksleið nyrðri (F 225, 208)
- 235 **Tour** La fessura vulcanica di Eldgjá
- 236 **Curiosità** Fuga nel deserto di lava

Buono a sapersi

- 238 Informazioni utili dalla A alla Z
- 252 Vocabolario di islandese
- 254 Dizionario culinario

Approfondimenti

- 258 *Il battito della terra*
- 263 *Addio all'aringa, viva l'aringa*
- 265 *Gli eroi dei mari*
- 268 *(Non) son tutte rose e fiori*
- 272 *Abbracciatevi, moltitudini!*
- 274 *Quello che conta*
- 276 *Morbida, lana, morbida!*
- 279 *Non solo "Forza!"*
- 280 *L'isola dei libri*
- 283 *Ritorno alle origini*
- 284 *Il paradiso verde d'Europa?*
- 287 *Viaggio nel tempo e nello spazio*
- 291 *Svolazza e strilla*
- 294 *Energia pulita per tutti*
- 296 *Hotspot per arte di tendenza*

- 300 *Indice analitico*
- 303 *Autore e crediti*
- 304 *Se proprio volete saperlo...**

Fuoco sotto il ghiaccio e un mare spietato

Q

Questa è una delle regioni più belle dell'Islanda: ghiacciai e vulcani che convivono uno accanto all'altro, grandi distese di lava e spiagge nere di una bellezza stupefacente. Le forze primigenie della natura hanno dato vita a questo paesaggio e sono sempre al lavoro: fuoco, acqua e tempeste. Tre ghiacciai si susseguono come in fila: Eyjafjallajökull, Mýrdalsjökull e Vatnajökull. Le spettacolari eruzioni dei loro vulcani causano preoccupazione ancora oggi. Dopo la grande eruzione dell'Eyjafjallajökull nel 2010/11 è stato costituito in questa regione il geoparco del Katla. Il Katla è il vulcano attivo che brontola sotto il ghiacciaio Mýrdalsjökull e ha già dato prova della sua forza distruttiva. Per arrivare molto vicino al ghiacciaio bisogna recarsi a Skaftafell nel parco nazionale del Vatnajökull, dove si può camminare fino a raggiungere una propaggine del ghiacciaio oppure spingersi proprio sul ghiaccio. Tra il fuoco e il ghiaccio si trova la riserva naturale di Þórsmörk, una delle migliori regioni dell'Islanda per fare trekking.

Per non parlare del mare: le meravigliose spiagge di sabbia nera, in particolare tra le località di Vík í Mýrdal e Skóg-

PER ORIENTARSI



www.south.is: sul sito principale che riguarda il sud si trovano informazioni sulle singole località del sud-est e link per approfondire gli argomenti.

www.katlageopark.com: fornisce informazioni approfondite sulla storia, la geologia e la natura della regione. Si trovano descrizioni delle maggiori attrazioni del parco.

In macchina: il percorso lungo la costa e la maggior parte delle escursioni verso gli altipiani centrali partono dalla Ring Road.

Pullman: i collegamenti in pullman sono ottimi. Tutte le località citate sono collegate giornalmente, o almeno più volte alla settimana.

ar, invitano a fare lunghe passeggiate, ma attenzione, il mare potrebbe rapirvi. Nel corso dei secoli molti marinai e pescatori sono annegati tra i flutti, quando i piccoli pescherecci erano giocattoli nelle mani del dio Nettuno. Lungo la costa meridionale non esiste nemmeno un porto: la furia dell'Atlantico è troppo grande. Solo a Heimaey è stato costruito con molta fatica un porto per i traghetti, dove due grandi frangiflutti riescono a tenere a bada la furia delle onde.

Þórsmörk

📍 mappa 3, F7/8

La foresta del dio del tuono

Fra i tre ghiacciai Eyjafjallajökull a sud, Mýrdalsjökull a est e Tindfjallajökull a nord-ovest si estende un paesaggio meraviglioso: Þórsmörk. In questo territorio protetto dai ghiacciai dal vento di sud-ovest domina un clima relativamente mite, dove crescono abbondanti le betulle e diversi arbusti come il geranio silvano dai fiori viola intenso. Il territorio è caratterizzato dall'alternanza di un rado bosco di latifoglie e la nuda roccia grigia ed è delimitato dai fiumi Krossá a sud, Markarfljót a nord-ovest

e Þröngá a nord-est. A Þórsmörk si è stabilito probabilmente verso la metà del X sec. Ásbjörn Reykretillsson, che ha dedicato la regione al dio Thor, il dio del tuono. L'odierna foresta di betulle è stata piantata solo nel XIX sec. e da allora ha fornito legna da ardere. Oggi invece Þórsmörk è diventata una riserva naturale.

Tra Þórsmörk e Skógar si trova un sentiero molto popolare per le escursioni (v. Tour pag. 106).

La pista F 249 📍 mappa 3, E/F 8

Il percorso fino a Þórsmörk è già in sé un'esperienza. I pullman partono da Reykjavík e passano da Hvolsvöllur.



Tre grandi ghiacciai proteggono la regione di Þórsmörk dal vento e dalla pioggia. Per questo motivo le precipitazioni sono più contenute e le temperature leggermente più alte, perciò la regione è un'oasi per molte specie vegetali

I luoghi del cuore



Una piscina nel mezzo del nulla

La piscina termale di **Seljavellir** (📍 mappa 3, F8) è stata costruita nel 1923 da un movimento giovanile. All'epoca si andava ancora in montagna a fare il bagno. Se non volete camminare a lungo potete andare in macchina sulla strada n. 242 fino a Raufarfell. Da qui si prosegue su una sterrata fino a un parcheggio e si percorrono altri 20 min. a piedi. Non fatevi scoraggiare dalle alghe: la piscina ha un suo fascino tutto speciale ed è un ottimo soggetto fotografico.

Dopo circa 20 km si attraversa il fiume Markarfljót, che sfocia nel mare con un delta di molti chilometri. La strada si trasforma poi in un percorso sterrato, la pista F 249, che scorre sul lato settentrionale del ghiacciaio Eyjafjallajökull. Occorre guardare spesso i numerosi torrenti che si formano dallo scioglimento del ghiaccio, una grande sfida anche per i guidatori più esperti. Se non l'avete mai fatto è meglio prendere un comodo pulman turistico perché quasi ogni anno molti veicoli, anche fuoristrada, vengono trascinati dai torrenti o fermati dall'acqua nel motore. Sono stata personalmente testimone di questi incidenti.

Lostacolo più grande da superare è il fiume Krossá, che occorre attraversare per arrivare al rifugio di **Básar**. Nonostante tutti gli avvertimenti, molto spesso le macchine rimangono imprigionate nel Krossá, con incidenti perfino mortali. I soli altri due campeggi con cottage di Þórsmörk si trovano a **Húsadalur** e **Langidalur**. Se volete rimanere qui per un paio di giorni dovrete portarvi viveri a sufficienza, anche se a Langidalur c'è un piccolo chiosco e a Húsadalur un ristorante. **Consiglio:** Þórsmörk è il paradiso del trekking, ma nei fine settimana è anche il paradiso delle feste per i giovani islandesi.

Dormire

Accogliente

Básar: nel rifugio c'è posto per circa 83 persone. È anche possibile sistemare la tenda nei dintorni del rifugio. Da prenotare via Utivist (v. pag. 249).
www.utivist.is, posto letto con sacco a pelo 9500 ISK

Villaggio di cottage

Volcano Huts: i tre edifici di Húsadalur con bagno e cucina comune sono a disposizione di gruppi e singoli. Inoltre

ci sono otto cottage (senza bagno) con arredamento di base dove possono dormire 4–5 persone. La struttura dispone anche di piazzole per tende, ristorante e un edificio di servizio con sauna, docce, bagni e pozza di acqua calda.

Húsadalur, tel. 419 40 00, <https://volcanotrails.com>, pernottamento: €–€€, per mangiare piatti semplici e buffet €–€€

Il più antico

Skagfjörðsskáli: è il rifugio più antico di Langidalur e dispone di piazzole per tende e cinque camerette (che possono ospitare in totale 75 persone), bagni e docce nell'edificio laterale. Da prenotare tramite Ferðafélags Íslands (v. pag. 249).
Langidalur, tel. 893 11 91, www.fi.is, 15 mag–set, sacco a pelo 10.200 ISK

Informazioni

- **Pullman:** Reykjavik Excursions, tel. 580 54 00, www.re.is. Mag–set, lu–do da/per Reykjavik e Þórsmörk, Húsadalur e collegamenti tra i rifugi; www.volcanotrails.com, pullman da Reykjavik e Hvolsvöllur giu–set www.trex.is, metà giu–metà set, lu–do, da Reykjavik a Básar e Langidalur e ritorno.

Eyjafjallajökull

📍 mappa 3, E/F8

Impronunciabile

Nel 2010 il vulcano dal nome che sembra uno scioglilingua ha eruttato paralizzando il traffico aereo di tutta l'Europa. Nei media si sono sentite moltissime varianti del suo nome, molte decisamente fantasiose. La calotta di ghiaccio ha coperto per molto tempo uno strato di cenere e ancora oggi si teme che il vulcano vicino possa a sua volta eruttare. L'ultimo sfogo

Fuga nel deserto di lava

Il destino dei fuorilegge e dei banditi

I veri eroi dell'Islanda sono i banditi, uomini senza pace che si nascondevano nella vastità dei deserti di lava dai loro persecutori. C'è una ricca letteratura che riguarda questi uomini, che non temevano né la solitudine né il freddo, né i nemici né il pericolo. Il più grande deserto di lava dell'Islanda centrale si chiama Ódāðhraun, che significa il deserto dei banditi, perché fino al XIX sec. inoltrato diversi criminali si sono rifugiati in questa inospitale regione degli altopiani centrali. Secondo il codice medioevale, *grágás*, essere banditi, era la punizione più dura, che dichiarava il condannato un fuorilegge che chiunque poteva uccidere senza essere punito.

Famosi reietti del Medioevo furono ad esempio Eirík rauði (Erik il Rosso, v. pag. 265), Gísli il bandito e Gunnar di Hlíðarendi. Uomini terribili, che sicuramente hanno causato paura e terrore, ma che suscitano ancora oggi simpatia e ammirazione, l'incarnazione del *lonesome hero*. Lo scultore Einar Jónsson (1874-1954) ha rappresentato questo concetto nella sua scultura "Il bandito", che rappresenta un uomo che porta sulla schiena una donna morta e tra le braccia il suo bambino piccolo. Accanto a lui sta sdraiato il suo unico amico, il suo cane. Il suo sguardo è ansioso e inquieto, il viso è pieno di preoccupazione e guarda dritto verso il destino. La statua di bronzo si può vedere all'angolo tra Suðurgata e Hringbraut al cimitero di Reykja-

vík e in Eyrarlandsvegur, sulla strada per il liceo di Akureyri.

Viaggiando negli altopiani centrali ci si imbatte continuamente nelle tracce del più famoso fuorilegge del XVIII sec., Fjalla Eyvindur, cioè Eyvindur delle montagne. Dapprima lui e sua moglie Halla si stabilirono nel deserto di lava di Hveravelir (v. pag. 224), dopo che, ripetutamente accusati di furto, non potevano più vivere nei fiordi occidentali. Si costruirono una capanna nella lava, i cui resti si sono conservati fino a oggi e che sono raggiungibili per mezzo di una strada con indicazioni. Halla e Eyvindur vivevano soprattutto dei furti compiuti a danno dei viaggiatori che percorrevano la Kjalvegur, inoltre rubavano le pecore che pascolavano libere. Quando questo territorio divenne per loro insicuro si trasferirono nell'area a sud-ovest dell'Hofsjökull, oggi chiamata

Nella grotta che aveva scelto come rifugio sgorgava una piccola sorgente e inoltre c'era abbastanza spazio perché potesse rimanervi accovacciato e dormire.

Eyvindarver, dove trascorsero altri cinque anni. Dopo che per caso vennero fatti prigionieri, vennero portati a Reykjahlíð, sul lago Mývatn. Da qui Eyvindur riuscì a fuggire e si rifugiò infine nel deserto di lava di Ódāðhraun.

Nell'oasi di Herðubreiðarlindir (v. pag. 230) trovò un nascondiglio che gli offrì abbastanza protezione per sopravvivere a uno degli inverni più terribili del secolo. Si nutriva solo di carne cruda di cavallo e di angelica norvegese, una pianta molto diffusa in quel territorio. Nella grotta che aveva scelto come rifugio sgorgava una piccola sorgente, e inoltre gli offriva abbastanza spazio per restare accovacciato all'interno e dormire. Un'iscrizione posta nel suo rifugio a Herðubreiðarlindir ricorda Eyvindur non senza orgoglio e ammirazione, sottolineando che era riuscito a sopportare il freddo, la solitudine e la natura inospitale come un vero discendente dei Vichinghi.

Naturalmente Eyvindur riuscì alcuni anni più tardi a liberare anche sua moglie Halla e, dopo 20 anni di vita da banditi, vennero graziati e poterono di nuovo stabilirsi nei fiordi occidentali, dove ancora oggi si trovano le loro tombe.

I fuorilegge venivano rappresentati nelle antiche saghe come uomini superiori, come ad esempio Gunnar nella saga di Njáll, splendente e pieno di energia (v. pag. 90). Anche l'iracondo Eirík rauði nella saga di Eirík rauða ha la stoffa dell'eroe. È interessante notare che le figure delle saghe successive, come Grettir e Gísli, sono rappresentate sempre meno come dei vincitori. Portano con sé l'infelicità, come se fosse il loro destino, e sono meno coinvolti nel gruppo sociale. Viene sottolineata solo la loro forza, come per Grettir, che oggi viene semplificato come un leader a beneficio dei turisti nelle giornate di Grettir a Bjarg, nell'Islanda nord-occidentale. ■

Sembra impossibile guardando i deserti di lava del tutto privi di vegetazione che qui potessero sopravvivere degli uomini; nella foto il deserto di Ódāðhraun con il vulcano Herðubreið



A

Akranes 217
 Akureyri 161
 – Davíðshús 164
 – Listagil 164
 Aldeyarfoss 229
 Alpinismo 239
 Altopiano 220
 Arctic Henge 145, **146**
 Arnarfjörður 186
 Arnarnes 194
 Arnarstapi 203
 Arrivo 239
 Árskógssandi 165
 Arte 296
 Ásbyrgi 152, 154
 Askja 231
 Aurora boreale 147

B

Bæjarstaðarskógur 118
 Bagni naturali di Mývatn 160
 Bakkagerði 139
 Bambini 240
 Bárðarbunga 261
 Básar 105, 107
 Benessere 240
 Bergþórshvöll 92
 Bíldudalur 186
 Bjarnarflag 160
 Bláfjöll 77
 Bláhnúkur 233
 Blönduós 176
 Bobby Fischer Center 82
 Bolungarvík 192
 Borgarnes 213
 Breiðamerkursandur 124
 Breiðarlón 124
 Breiðdalvík 130
 Breiðin 217
 Brekkulækur 178
 Brennisteinsalda 233
 Brjánslækur 183
 Búardalur 201
 Búðir 203
 Búlandnes 129
 Búlandstindur 129
 Búrfell 227

C

Campeggio 249
 Case vacanze 249
 Cavalli islandesi 170, 269
 Centrale elettrica da visitare 295
 Centrale elettrica Ljósafoff 295
 Centro del cavallo islandese 170
 Ciclismo 240
 Circolo d'oro 64

Clima e periodo
 di viaggio 241

Crateri di Laki 113, 114, 260

D

Dalir 201
 Deildartunguhver 215
 Design 299
 Dettifoss **153**, 154
 Dimmuborgir **157**, **158**
 Disabilità 251
 Djúpavatn 62
 Djúpavík 263
 Djúpvogur 128
 Djúpmannabúð 194
 Drápuhlíðarfjall 210
 Drekgil 231
 Dritvík 207
 Dynjandi 188
 Dyrhólaey 110
 Dyrhólaós 110

E

Egilsstaðir 138, 141
 Eirík rauði 265
 Eiríkstaðir 202
 Eldborg 202
 Eldey 60
 Eldfell 96
 Eldgjá 234
 Equitazione 240
 Escursionismo 240
 Eskifjörður 133
 Eyjafjallajökull **105**, 261
 Eyrarbakki 83

F

Fagradalsfjall **62**, 261
 Fagrifoss 115
 Fáskrúðsfjörður 132
 Festivítá 244
 Fiordi occidentali 180
 Fjaðrárgljúfur 115
 Fjalla baksléið nyrðri 232
 Fjallsárlón 124
 Fjardarsel 136
 Fjórðungsvatn 228
 Flatey 213
 Flateyri 190
 Fljótisdalur 89
 Flói 83
 Flóki Vilgerðarson 187, 265
 Flugumýri 175
 Fontana 69
 Fonti di informazioni 244
 Friðheimar 81
 Frostastaðavatn 233

G

Garðabær 46
 Garðskági 57
 Garður 57
 Geirsalda 224
 Geotermia 294
 Gerðuberg 202
 Geysir 70
 Gjátindur 235
 Glaumbær 174
 Glíma 279
 Gljúfrasteinn **65**, 73, 282
 Goden 66
 Golf 241
 Grábrók 213
 Grænalón 115
 Grænavatn 62
 Grenjaðarstaður 155
 Grímsvötn **115**, 261
 Grindavík **7**, **60**
 Grjótagjá 160
 Grundarfjörður 209
 Guðríður Þorbjarnardóttir 266
 Gullfoss 72
 Gunnarshólmi 91
 Gunnarsholt 84
 Gunnhver 59

H

Hafnarberg 59
 Hafnarfjörður 51
 Hafnir 59
 Hafragilsfoss **153**, 154
 Hallormsstaðarskógur 141
 Hálslón 140
 Haugnes 175
 Haukadalur 70
 Heimaey 93
 Heinabergslón 124
 Hekla **86**, 88, 233, 261
 Helgafell 213
 Helgustaðir 134
 Hella 85
 Hellisheiðarvirkjun **78**, **295**
 Hellissandur 205
 Hellnar **204**, 207
 Hengifoss 141
 Herðubreið **6**, **230**
 Herðubreiðarháls 234
 Herðubreiðarlindir 230
 Hestur 194
 Hildisgaugur 113
 Hjálparfoss 227
 Hjörleifshöfði 112
 Hlíðarendi 91
 Hnjótur 185
 Hof 124
 Höfn í Hornafjörður 125

Hofsjökull 228
 Hofsóss 176
 Hólar 170
 Hólmavík 194
 Hornbjarg 195
 Hornstrandir 196
 Höskuldarvellir 62
 Hotel Tindastöll 172
 Hrafnseyri 190
 Hrauneyjar 228
 Hrauneyjarfoss 227
 Hraunfossar 216
 Hraunhafnartangi 145
 Húnaþing vestra 178
 Húsadalur 105, 106
 Húsafell 216
 Húsavík 151
 Húsey 138
 Hvalfjörður 218
 Hvallátur 185
 Hvalsnes 59
 Hvannalindir 232
 Hveragerði 77
 Hveravellir lungo
 la strada n. 87 155
 Hveravellir 155, **224**, 225
 Hverfjall 159
 Hvitárfoss 115
 Hvitárvatn 225
 Hvolsvöllur 89

I

Ingólfsfjall 82
 Ingólfsfjörður 194
 Ingólfs Höfði 124
 Ingólfur Arnarson 265
 Ísafjörður 190
 Ísafjörðurdjúp 190

J

Jökulsárgljúfur 152
 Jökulsárlón **6**, **124**

K

Kaldidalur 216
 Kálfaströnd 157
 Kapelluhraun 54
 Kárahnjúkar, diga 140
 Keflavík 55
 Keilir 62
 Keldur 92
 Kerlingarfjöll 224
 Kiðagil 228
 Kirkjubæjarklaustur 112
 Kjalvegur (F 35) 223
 Kleifarvatn 62
 Klifatindur 126
 Kópavogur 45

Krafla 160
 Krauma Wellnessresort 126
 Krisuvík 62
 Krýsuvíkurborg 63
 Kverkfjöll 232

L

Lagarfljót 142
 Laguna blu 60
 Landmannalaugar 233
 Landmannaleið 232
 Landsmót 270
 Langanes 143, **144**
 Langidalur 105, 106
 Látrabjarg 185
 Laugar 201
 Laugarbakki 178
 Laxness, Halldór 65, 73
 Leifur Eriksón 266
 Ljótípöllur 233
 Löðmundur 233
 Lögurinn 141, 142
 Lónsöræfi 128
 Lýsuhólslaug 13, **202**

M

Malarrif 207
 Mangiare e bere 245
 Maratona 241
 Massiccio dell'Hengill 78
 Melrakkaslétta 144
 Mezzi di trasporto 246
 Morsárjökull 118
 Mosfellsbær 65
 Museo degli uccelli
 di Sigurgeirs 156
 Musica 298
 Mýrdalsjökull 112
 Mýrdalssandur 112
 Mývatn 155

N

Námaskarð 160
 Neskaupstaður 135
 Njarðvík 54
 Noleggio auto 246
 Norme doganali 244
 Norreni 267
 Núpstaðarskógur 115
 Nýidalur 228

O

Ódádahraun **229**, 236
 Ólafsvík 209
 Óræfajökull 115
 Örlygsstaðir 175
 Óskjuvatn 231
 Óskuleið (F 88) 229

Ostelli della gioventù 249
 Ósvör 193

P

Papós 126
 Paradísarhellir 108
 Parco nazionale
 di Jökulsárgljúfur 152
 Parco nazionale
 di Snæfellsjökull 204, 206
 Páskahellir 135
 Patreksfjörður 185
 Periodo di viaggio 243
 Pesca 241
 Pesca di aringhe 263
 Pianificare il viaggio 242, 247
 Laugar 201
 Piumini di edredone 219
 Ponte tra i due continenti 59
 Prezzi 246, 250
 Pulcinella di mare 179

R

Rafting 241
 Rauðasandur 184
 Rauðhólar 77
 Rauðufossafjöll 233
 Rautarhöfn 146
 Regole di circolazione 247
 Requisiti per l'ingresso 243
 Reyðarfjörður 133
 Reykholt 215
 Reykholtisdalur 215
 Reykjadalur 78
 Reykjahlíð 155
 Reykjanes 48, 50
 Reykjanesbær 54
 Reykjanesvirkjun 59
 Reykjanesviti 60
 Reykjavík 17
 – Árbæjarsafn 34
 – Aurora Reykjavík 31
 – Casa della cultura 35
 – Galleria nazionale 25
 – Hafnarhús 22, 35
 – Hallgrímskirkja 26
 – Harpa 23
 – Laugardalur 36
 – Living Art Museum 38
 – Museo del fallo 35
 – Museo della navigazione
 e della pesca di Vikin 38
 – Museo nazionale
 dell'Islanda 38
 – Perlan 29
 – Sæbraut 31, 32
 – Tjörninn 17
 – Whales of Iceland 31
 Reynisfjall 109

Rif 205
Rifugi per escursionisti 249
Rimborsò Iva 244

S

Sælingsdal 201
Sandgerði 57
Sauðárkrökur 172
Saurbær 184
Selárdalur 187
Selatangar 60
Selfoss 82, 153, 154
Seljalandsfoss 108
Seljavellir 104
Shyðisfjörður 136
Sepping 250
Sicurezza
ed emergenze 250
Siglufjörður 6, 168, 164
Sigurðsson, Jón 190
Silfra, fossa 69
Silfrastaðir 175
Sjónarsker 118
Skaftafell 118
Skaftafellsjökull 116
Skagafjörður 169
Skálanes 137
Skálholt 72
Skarðtindur 126
Skeiðarársandur 115

Skógafoss 108
Skógar 106, 108
Skoruvíkurbjarg 143
Skríðuklaustur 141
Skútustaðagígar 157
Skútustaðir 157
Snæfellsjökull 204, 206
Snæfellsnes 202
Snorri Sturluson 215
Sólvaður 233
Sprengisandsleið (F 26) 226
Sprengisandur 228
Stafafell 127
Stokkseyri 84
Stöng 226
Stóra-Dimpon 92
Stóragjá 160
Stórahöf 92
Stóra Sandvík 59
Stóri-Geysir 70
Storia 287
Strandir 194
Strokkur 71
Stykkishólmur 210
Suðavík 194
Suðureyri 190
Surtshellir 216
Svínafell 124
Sýstrastapi 114

T

Tálkni 185
Teigarhorn 129
Thorvald Avaldsson 265
Transumanza dei cavalli 178
Trölladyngja 62
Tungnafellsjökull 228
Tutela della natura 285
Tvísöngur 137

U

Uccelli 63, 129, 143, 156, 290

V

Vacanze in fattoria 249
Valahnjúkur 106
Varmahlöð 173
Vatnajökull 3, 123
Vestmannaeyjar 93
Vesturhópsvatn 178
Vichinghi 267
Viðgelmir 216
Viðimýrarkirkja 175
Vigur 194
Vík í Mýrdal 6, 109
Vikingaheimar 54
Volcano Huts 105, 106
Vulcanismo 258

W

Whale Watching 41, 56, 152, 167

Þ

Þingeyrar 177
Þingeyri 189
Þingvallavatn 69
Þingvellir 65, 213
Þjóðveldisbærinn 227
Þjórsárver 228
Þórbergsetur 125, 282
Þorbjarnarfjell 60
Þorfinn Karlsefni 266
Þorlákshöfn 80
Þórshöfn 142
Þórsmörk 103, 106
Þríhnúkkagigur 53



Sabine Barth è affascinata dal Nord, dalla sua vastità e dalla sua luce. È sempre stata attratta da queste terre, dove ha vissuto per alcuni anni lavorando come direttrice del Centro Goethe a Reykjavik. Cosa le piace in particolare? Soprattutto i paesaggi desertici, dove anche una sola fiore è una scoperta, e le sculture naturali, siano esse di ghiaccio o di lava.

Riferenze iconografiche

Adobe Stock, San Jose (US): pag. 75 dx. b. (Zrogan); 104 (Aerial Film Studio); 14 dx. (Aoki); 285 (COC STUDIO); 293 a. (Cristian); 180 dx. a. (Daan); 220 sx. c., 223 (Delta Drones); 131, 159 (dudlajov); 75 c. a., 97 (Eduardo); 179 (forcdan); 168 (Frank Lambert); 199 c. a. (Fyle); 181 dx. c., 193 (jackyg95); 37 (kstipek); 221 c. a., 230 (laruhrryn); 199 dx. a. (luigimorbidelli); 74 b. sx. (Manfred Mally); 173 (mickael); 119 (Mumemories); 15 c. a., 121 c. a. (neurobite); 237 (Nir); 183 (peteleclerc); 273 (Santiago); 120 dx. a. (sasha64); 148 sx. b., 153 (Thomas Schnitzler); 101 dx. b. (twilight mist) **Alamy**, Abingdon (GB): pag. 48 sx. b. (Bragi Josefsson); 201 (Gareth McCormack); 221 dx. a. (Hemis); 149 dx. a. (Iceland Images); 184 (imageBROKER.com GmbH & Co. KG); 181 dx. b. (Ken Cavanagh); 199 dx. b. (Lee Rentz) **AWL-Images**, Whitchurch (GB): copertina (J. Banks) **DuMont Bildarchiv**, Ostfilder (DE): pag. 8, 100 sx., 151, 164 (Gerald Hänel) **Flickr**, San Francisco (USA): pag. 220 dx. c. (fia_myndir) **Getty Images**, Monaco di Baviera (DE): 74 dx., 87 (Kolbeins87) **Huber Images**, Garmisch-Partenkirchen (DE): pag. 28 (Susanne Kremer) **Johannes M. Ehmanns**, Colonia (DE): pag. 48 dx., 58 **Laif**, Colonia (DE): pag. 281 (Ana Nance/Redux); 49 dx. a., 73 (Anita Schiffer-Fuchs/SZ Photo); 31 (Bilbao Gorostiaga/VWpics); 191 (Gerald Hänel); 126, 238 (Gregory Gerault/hemis.fr); 266 (Guizui/hemis.fr); 219 (Kai Nedden); 39 (Markus Kirchgessner); 139 (Tuul/hemis.fr); 61 (Tuul & Bruno Morandi) **Lookphotos**, Monaco di Baviera (DE): pag. 24, 205 (age fotostock); 56 (mirau); 251, 286 (SagaPhoto) **Marteinn Þórsön**, Hveragerði (IS): pag. 75 dx. a., 99 **Mauritius Images**, Mittenwald (DE): pag. 241 (Alex Ramsay/Alamy); 268/269 (Andrew Chastney/Alamy); 234 (Andy Sutton/Alamy); 198 dx., 211 (Anthony Palmer/Alamy); 7 sx. a., 7 dx., 14 sx., 42, 44, 53, 101 dx. a., 103, 259, 262, 278, 282, 292 sx. a., 293 b., 296/297, 298, 299 (Arctic Images/Alamy); 214 (Ashley Cooper/Alamy); 120 sx., 123 (Bildagentur online/Alamy); 227 (Bill Gozansky/Alamy); 292 dx. (Buiten-Beeld/Chris Stenger); 12/13, 181 dx. a. (Catharina Lux); 23 (Chavinandez/Alamy); 81, 221 dx. b. (christopher miles/Alamy); 2/3 (ClickAlps); 6 sx., 161 (Della Huff/Alamy); 17 (Gary B/Alamy); 94 (Husband/Alamy); 277 (imagebroker/Harry Laub); 295 (imagebroker/

Paul Mayall); 134 (Joanne Moyes/Alamy); 149 dx. b. (Maryam Schindler); 180 sx., 188 (Mikko Karjalainen/Alamy); 271 (MSE Stock/Alamy); 51 (nature picture library/Terry Whittaker); 121 dx. b. (NielsVK/Alamy); 289 (Reyr FCR/Alamy); 100 dx., 111, 198 sx., 208 (robertharding/Lee Frost); 148 dx., 292 sx. b. (robin chittenden/Alamy); 6 dx. (Salasdaukas/Alamy); 143 (Saverio Gatto/Alamy); 77 (Shepherd/Alamy); 101 c., 114 (Stefania Barbier/Alamy); 197 (Stefannson/Alamy); 7 sx. b. (Tielemans/Alamy); 256/257 (Tracey Whitefoot/Alamy); ; 290/291 (Westend61/Stefan Schurr); 267 (Yvette Cardozo/Alamy) **OmNom Chocolate**, Reykjavik (IS): pag. 15 dx. a., 47 **Sabine Barth**, Colonia (DE): pag. 303 **Shutterstock.com**, Amsterdam (NL): pag. 149 c. (de Jonge-Fotografie); 121 dx. a., 147 (Ken Phung); 49 dx. b. (Natalia K.); 15 dx. b. (Vektorii Tr); **Simon Koy**, Monaco di Baviera (DE): pag. 49 c., 71

Cartografia © KOMPASS-Karten GmbH, A-6020 Innsbruck; MAIRDUMONT, D-73751 Ostfildern **Nota:** autrice e editore hanno verificato tutti i dati con la massima cura. Non si possono tuttavia escludere eventuali inesattezze, per le quali non ci si assume alcuna responsabilità. Scriveteci! Ad esempio se qualcosa è cambiato, se desiderate esprimere un elogio o una critica, oppure dare consigli utili a migliorare questa guida.

MAIRDUMONT c/o Datanova S.r.l., Via de Togni 27, 20123 Milano, viaggi@dumont.it, www.dumont.it

Edizione originale: Sabine Barth; Island – DuMont Reise-Taschenbuch

© 2025 V edizione aggiornata: Guido Tommasi Editore/Datanova S.r.l., Milano

Traduzione: Laura Parnigiani, Elena Radaelli, revisione: Valeria Cecilia Barbon

© MAIRDUMONT, Ostfildern (DE)

Tutti i diritti riservati. Vietata ogni riproduzione, totale o parziale, nonché l'utilizzo a partire da qualsiasi sistema elettronico o meccanico, in particolare la fotocopia e il microfilm, senza l'esplicita autorizzazione scritta di MAIRDUMONT

Ideazione grafica: zmyk, Oliver Griep e Jan Spading, Amburgo

Stampato e confezionato nell'Unione Europea
ISBN 978 88 99694 73 9

UN PENSIERO PER L'AMBIENTE



Viaggiare arricchisce e unisce persone e culture. Chi viaggia, però, produce anche CO₂, e la quota attribuibile al traffico aereo in tema di riscaldamento globale è pari al 10%. Chi vuole proteggere il sistema climatico dovrebbe scegliere, se possibile, una modalità di viaggio più rispettosa o sostenere i progetti di atmosfair. In base ai chilometri percorsi, i passeggeri donano un contributo che compensa le emissioni prodotte, finanziando anche progetti nei Paesi in via di sviluppo che mirano a ridurre le emissioni di gas a effetto serra. In più, oltre a calcolare le emissioni, sul sito www.atmosfair.de/en/ potrete conoscere la quantità di CO₂ emessa dal vostro volo, nonché la cifra esatta della donazione (ad es. Milano – Napoli – Milano 10€). Atmosfair garantisce un utilizzo sicuro delle donazioni!

