

Vorwort 10

Land und Leute 13

Geografie	14	Fauna	33
Geologie	16	Geschichte	38
Klima und Wetter	29	Bevölkerung	44
Flora	30	Die isländische Küche	47

Reise-Infos von A bis Z 51

Angeln	52	Mitternachtssonne	87
Anreise nach Island	52	Nationalparks	87
Anreise nach Laugavegur	57	Naturgefahren	91
Anreise Fimmvörðuháls	62	Naturschutz	99
Anreise Kjalvegur	62	Organisierte Touren	100
Anreise Jökulsárgljúfur	64	Orientierung	101
Anreise Öskjuvegur	66	Post	103
Ausrüstung	68	Reisezeit	104
Diplomatische Vertretung	73	Sicherheit	105
Einkaufen	73	Sprache	106
Einreisebestimmungen	75	Straßenverkehr	107
Entfernungen	76	Telefon	114
Feiertage & Feste	77	Trampen	116
Fotografieren	78	Transport	117
Gehzeiten	79	Trinkgeld	120
Geld	79	Unterkunft	121
Gesundheit	81	Updates	127
Information	82	Verpflegung	127
Internet & Internetcafés	83	Wintertouren	129
Karten	83	Zeitverschiebung	129
Markierungen	86		

<b>Laugavegur</b>	<b>133</b>
Sicherheit	138
Geologie des Torfajökull-Gebiets	138
Landmannalaugar	140
Etappe 1: Landmannalaugar - Hrafninnusker	147
Etappe 2: Hrafninnusker - Álftavatn	154
Etappe 3: Álftavatn - Emstrur	160
Etappe 4: Emstrur - Þórsmörk	167
Þórsmörk	174
Fortsetzung über Fimmvörðuháls	175
<b>Fimmvörðuháls</b>	<b>177</b>
Etappe 1: Básar - Fimmvörðuskáli	184
Etappe 2: Fimmvörðuskáli - Skógar	194
<b>Kjalvegur</b>	<b>203</b>
Etappe 1: Nach Hvítárnes	207
Etappe 2: Hvítárnes - Þverbrekknamúli	210
Etappe 3: Þverbrekknamúli - Þjófadalur	216
Etappe 4: Þjófadalur - Hveravellir	220
<b>Jökulsárgljúfur</b>	<b>229</b>
Etappe 1: Ásbyrgi - Vesturdalur	239
Etappe 2: Vesturdalur - Dettifoss	243
<b>Öskjuvegur</b>	<b>253</b>
Herðubreiðarlindir	259
Etappe 1: Þorsteinsskáli - Bræðrafell	261
Etappe 2: Bræðrafell - Dreki	265
Etappe 3: Dreki - Dyngjufell	268
Etappe 4: Dyngjufell - Botni	277
Etappe 5: Botni - Svartárkot	280

Glossar, Literatur	284
Glossar geologischer und geografischer Begriffe	286
Glossar isländischer geomorphologischer Begriffe	291
Literatur	294
Index	298

 <b>Übersichtskarten ...</b>	
Island	130-131
Laugavegur & Fimmvörðuháls	135
Kjalvegur	205
Jökulsárgljúfur	231
Oskjuvegur	254-255