



LE SPÉCIALISTE DE LA RANDONNÉE EN LIBERTÉ

L'ISLANDE

Les Merveilles du Sud de l'Islande



Nous avons l'habitude de dire que l'Islande est un immense petit pays et qu'il est si facile de tomber dans le piège de vouloir tout voir au risque de se rendre compte en fin de voyage que l'on a surtout avalé les kilomètres. Ce voyage de 8 jours est le meilleur compromis possible entre la découverte de sites variés et le temps pris pour les apprécier. L'itinéraire proposé permettra de découvrir l'Islande de glace, l'Islande de feu, mais aussi celle des fjords, des bouts de campagne verdoyante qui sont parvenus tant bien que mal à s'insérer au milieu de ce capharnaüm géologique d'un pays encore en formation.



8 jours - 7 nuits - 6 jours de randonnée.

Circuit en autotour : Circuit dont les déplacements sont effectués avec un véhicule conduit par vous-même.

JOUR 1 : Arrivée à Reykjavik

Prise en charge de votre véhicule de location et route vers la capitale Reykjavík. Installation dans votre hébergement à Reykjavík. Repas libres.

Env. 55 km, env. 1 h de route. Nuit à Reykjavík.

JOUR 2 : Reykjavik - Thingvellir - Geysir - Gullfoss - Hella

2 à 3 h de marche - Environ 200 km en voiture (environ 3h de route)

Départ pour le Cercle d'Or, l'occasion de visiter trois des sites les plus connus d'Islande. Premier arrêt à Þingvellir, lieu historique et géologique puisque le Parlement en plein air, fondé en 930, se tenait le long d'une faille et en bordure d'un vaste bassin d'effondrement. Le site est désormais classé au patrimoine mondial de l'Unesco. Balade possible en plein bassin ou vers la chute d'Öxarárfoss. Route jusqu'à Geysir, qui a donné son nom à ce type de phénomène. Visite du site, observation du geyser Strokkur et des sources chaudes. Gullfoss, dont les eaux plongent dans les gorges de Hvítá, la "rivière blanche", n'est qu'à quelques kilomètres. Il ne reste plus qu'à traverser une vaste plaine en direction des glaciers du sud.

JOUR 3 : Hella - Skógar - Vík - Kirkjubæjarklaustur

2 à 3 h de marche - Environ 200km en voiture (environ 3h de route)

Journée consacrée à la découverte de la côte sud. Au menu du jour les cascades de Seljalandsfoss et de Skógafoss. Puis la presqu'île de Dyrhólaey, ancien volcan sous-marin, Reynisfjara avec sa plage de sable noir et ses orgues basaltiques. Tout cela avant de traverser un vaste désert sous la silhouette du volcan Katla. Nuit dans la région de Kirkjubæjarklaustur.

JOUR 4 : Parc national de Skaftafell - lac glaciaire de Jökulsárlón - Höfn

3 à 5 h de marche. Environ 200km en voiture (environ 3h de route)

Route vers le plus grand glacier d'Europe, le Vatnajökull. Skaftafell y est situé, en marge du glacier, entouré de nombreuses langues glaciaires sous l'égide du plus haut sommet de l'île, le Hvannadalshnjúkur (2110 m). Les massifs font face à une immense plaine qui s'étale jusqu'à l'océan. Quelques bosquets de bouleaux



arctiques se situent juste entre les deux. Randonnée dans le parc national, vers la chute de Svartifoss et le point de vue de Sjórnarnípa, pour une vue aérienne imprenable sur la langue du Skaftafellsjökull. Plus loin vers l'est les glaciers en viennent à évoquer le Groenland avec quelques lagunes couvertes de glaces dérivantes, comme celles de Fjallsárlón et surtout Jökulsárlón. La route traverse ensuite quelques très belles campagnes, toujours sous la silhouette de ce glacier presque aussi vaste que la Corse. Nuit dans la région de Höfn.

JOUR 5 : Parc national de Skaftafell - Laki - Kirkjubæjarklaustur

3h de marche - environ 200km en voiture (environ 2h40 de route)

Approfondissez la découverte des abords du glacier Vatnajökull, le plus grand d'Europe, mais aussi de la région verdoyante de Kirkjubæjarklaustur : cascades, ancienne coulée de lave due à l'éruption du Laki au XVIIIe siècle et aujourd'hui recouverte d'une épaisse couche de mousse, arrêt aux surprenantes gorges de Fjarðrárgljúfur. Nuit dans la région de Kirkjubæjarklaustur.

JOUR 6 : Vík - Hveragerði

Environ 230km en voiture (environ 3h de route)

Traversée des immenses étendues désertiques du Mýrdalssandur avant de rejoindre Vík puis Dyrhólaey et sa colonie de macareux moines (visibles en dehors de la période de nidification qui s'étend du 20 mai au 20 juin environ. À noter que les oiseaux quittent les falaises aux alentours du 15 août). Continuation jusqu'à Hveragerði et ses serres pour une superbe balade dans la vallée des sources avec, à la clef, un bain dans une rivière d'eau chaude. Nuit dans la région de Hveragerði.

JOUR 7 : Péninsule de Reykjanes - Reykjavík

2 à 5 h de marche au total - Environ 150km en voiture (environ 2h de route)

Exploration de la péninsule de Reykjanes, siège des éruptions les plus récentes en Islande, la péninsule se targue du plus jeune champ de lave visitable du pays sur la zone éruptive de Fagradalsfjall crée par les éruptions de 2021 à 2023. L'occasion unique d'humer l'odeur de soufre qui se dégage des événements, de toucher la lave en cours de refroidissement, d'admirer cratères égueulés et laves cordées. Vous longez ensuite la côte sud de la péninsule entre falaise abruptes et criques sauvages. Retour à la capitale après un détour par les marmites de boue bouillonnante de Krýsuvík. Nuit à Reykjavík.



JOUR 8 : Reykjavík - Keflavík (env. 50km)

Route vers l'aéroport international de Keflavík. Restitution du véhicule de location et vol de retour pour la France.

***NB :** les temps de marche sont donnés à titre indicatif.*



- ✓ En un court voyage, le meilleur de l'Islande accessible en véhicule de tourisme.
- ✓ La diversité des paysages : glaciers, cascades, volcans et phénomènes géothermiques, fjords et falaises côtières.

› DATES et TARIFS

Tarifs valables du 1^{er} mai au 30 septembre 2026

Tarif par personne en Guest-House et hôtel de campagne avec sanitaires privatifs chaque soir et location de voiture.

Tarif par personne (pour 2 participants) avec un véhicule catégorie A :

Du 1^{er} au 31 mai : 1405 €

Du 1^{er} au 24 juin et du 27 août au 15 septembre : 1840 €

Du 25 juin au 26 août : 2050 €

Du 16 au 30 septembre : 1710 €

Supplément chambre individuelle :

Du 1^{er} au 31 mai : 885 €

Du 1^{er} au 24 juin et du 27 août au 15 septembre : 1285 €

Du 25 juin au 26 août : 1300 €

Du 16 au 30 septembre : 1170 €

Supplément un seul participant :

Du 1^{er} au 31 mai : +240 €

Du 1^{er} au 24 juin et du 27 août au 15 septembre : +300 €

Du 25 juin au 26 août : +425 €

Du 16 au 30 septembre : +235 €

Le tarif peut varier en fonction du choix de la catégorie de véhicule et du nombre de participants (tarif dégressif à partir de 3 participants) : nous consulter.



NB1 : prix révisables en fonction de l'évolution des taux de change, de l'inflation et des possibles changements de taxation.

Tarifs sous réserve de disponibilité et de respect des prix contrats par nos partenaires.

Le tarif final sera confirmé sur la base des hébergements et tarifs obtenus à réservation du dossier.

NB2 : 06/08/26-12/08/26 période de l'Eclipse : s'attendre à des prix hors contrats et des défis de disponibilité pour cette période dans l'ouest, le nord-ouest et Reykjavík. Aucune disponibilité à Reykjavík et dans tous l'ouest du pays le 12/08/26. En cas de première nuit le 12/08/26 dans le pays, elle s'effectuera hors de la capitale.

› LE PRIX COMPREND

- 7 nuits en hébergement en chambre double avec petit déjeuner (sauf en cas de départ matinal), sanitaires privatifs
- Un dossier de voyage comprenant un roadbook avec l'itinéraire jour par jour détaillé et les sites d'intérêt classés, une carte routière au 1:500 000, un plan de Reykjavík ainsi que des cartes de randonnée.
- La location d'un véhicule pendant 7 jours, kilométrage illimité, prise en charge et restitution à l'aéroport de Keflavík incluse, assurances CDW et PAI incluses, TVA 24% inclus. Les jours de location sont comptabilisés par tranches de 24h (complètes ou entamées).

› LE PRIX NE COMPREND PAS

- Le vol pour Keflavík aller-retour.
- Les assurances
- **Tous les repas.**
- Le carburant du véhicule, le second conducteur et les assurances complémentaires.
- Tout ce qui n'est pas indiqué sous la rubrique "Le prix comprend".
- Les frais d'inscription et les frais d'envoi à l'étranger.
- Les frais de traitement prioritaire pour toutes inscriptions à J-15 (+45 euros)

Vos dépenses sur place

- Les repas : en faisant vos courses ou allant dans des petits restaurant consommer le plat du jour au déjeuner, compter 15 à 20 € par jour par



personne ; repas du soir au restaurant/snack : 20 à 50 € par personne. Soit un total (approximatif) incluant les repas à Reykjavík de 250 à 500 €.

- Le carburant du véhicule de location : 140 à 170 € (selon votre conduite). Une caution (empreinte de la carte bancaire) vous sera demandée lors de la remise du véhicule.
- Les entrées dans les musées.
- Les boissons.
- Les pourboires.

Les devises

La devise est la couronne islandaise (ISK), króna au singulier, krónur au pluriel.

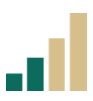
Taux de change (cours indicatif) : 1 € = entre 125 et 135 ISK, mais celui-ci évolue régulièrement et souvent brusquement (plutôt 150-155 en ce moment), pensez à le vérifier avant votre départ pour ne pas avoir de mauvaise surprise. Vous pouvez emporter des euros en espèces. Il est possible de faire le change à l'aéroport de Reykjavík-Keflavík. L'utilisation des cartes bancaires est très répandue, y compris pour les faibles montants ; nous vous conseillons ce moyen de paiement. Des distributeurs automatiques de billets sont à disposition dans toutes les villes et même dans de nombreux villages.

> ACCUEIL / DISPERSION

Le J1 à l'aéroport de Keflavik

Le J8 à l'aéroport de Keflavik

> NIVEAU

 Marche de 2 à 5 heures les jours de randonnée, sur chemin, piste, sentier ou parcours vallonné. Exceptés le jour 8 où la randonnée est plus longue (niveau 3).

> HEBERGEMENTS

Toutes les nuits sont en guesthouse ou en hôtel (base chambre double* : prix auquel il faut ajouter un supplément single pour la troisième personne ; ou duquel il faut déduire une réduction triple par personne en chambre triple), chambres avec sanitaires privés, petit déjeuners inclus, sauf en cas de départ matinal. Ces hébergements proposent en général un service de restauration (type menu du jour,



mais le plus souvent à la carte). Il est possible de réserver vos tables (sauf dans de rares cas).

Informations :

Disparues depuis bien longtemps, des petites bêtes (6 mm) appelées « punaises de lit », ont refait leur apparition dans certains hébergements situés sur des itinéraires de randonnées, en montagne comme en bord de mer. Elles sont apportées par les marcheurs eux-mêmes, mais également par de simples voyageurs qui les véhiculent à leur insu dans leurs sacs à dos ou sur leurs vêtements... (Cela n'a rien à voir avec l'hygiène). Certains hébergements en ville hors chemin de randonnées subissent également ce phénomène. Ces punaises piquent comme des puces ou des moustiques, pendant le sommeil et dans certains cas peuvent provoquer des allergies. En prévention de ces piqûres, une association a choisi un insecticide respectueux de l'environnement et de la santé avec une formule à base de pyrèthre naturel et d'huiles aromatiques, 100% naturel et labélisé Eco-Cert. Nous vous conseillons donc de protéger votre bagage dès le début du voyage avec un spray. Ce petit contenant pas trop lourd (120 ml) est mis en vente sur certains chemins chez certains hébergeurs. Ce spray est à pulvériser essentiellement sur l'intérieur et l'extérieur de l'ensemble du bagage et sur le contenu.

Vente en ligne : [Comment éviter d'avoir des punaises de lit lors du pèlerinage de Compostelle \(lescheminsverscompostelle.fr\)](https://lescheminsverscompostelle.fr)

[CLAKO punaises & CLAKO Tiques - Clako Punaises \(clako-punaises.com\)](https://clako-punaises.com)

› RESTAURATION

- Petits déjeuners inclus sauf en cas de départ matinal
- Repas de midi et du soir : nous ne fournissons pas de matériel de cuisine car il n'est pas possible de cuisiner dans des guest-houses. Vous devrez donc parfois acheter un repas sur place ou dans le village le plus proche.

La gastronomie islandaise est méconnue. Elle mêle pourtant tradition et modernité, et recèle des mets délicats à base de produits d'une grande fraîcheur. Grâce notamment à la géothermie, les Islandais produisent sous serre, et souvent sans traitement, divers légumes : concombres, tomates, poivrons, salades, pommes de terre, carottes... Le mouton, élevé en liberté, est particulièrement délicieux, tout comme les différents poissons de l'Atlantique Nord : cabillaud (thorskur), aiglefin (ýsa) ou loup de l'Atlantique (Steinbitur). Les produits laitiers locaux sont excellents : skyr (fromage blanc), surmjolk (yaourt).

Vous n'hésitez pas à goûter également les galettes de farine de seigle (flatkökur), ou encore les beignets (kleinur)...



L'eau islandaise est parmi l'une des plus pures au monde. Que ce soit au robinet, dans les rivières ou dans les lacs, l'eau est en effet potable et non traitée. Concernant les plats typiques "étranges" que vous pourrez dénicher à Reykjavík, notons le thorramatur (à base d'aileron de requin, testicules de mouton, nageoire de phoque, saucisse de foie...), le hákarl (requin faisandé) ou le svið (demi-tête de mouton sans cervelle) !

› TRANSPORT DES BAGAGES

Les bagages restent à l'hébergement ou dans votre véhicule de location, vous randonnez avec un sac léger.

› BALISAGE DES SENTIERS

Balisage et sentiers : Les chemins de randonnée sont en général bien balisés, avec indication de l'itinéraire (piquets en bois à intervalles réguliers). Les sentiers sont normalement très bien tracés, à l'image des sentiers européens. Quelques passages sur laves durcies et hors sentier.

› ACCES

Arrivée :

Prise de votre véhicule de location à Reykjavík.

Départ :

Le véhicule de location doit être rendu à Reykjavík le Jour 8. Réservoir plein.

Rejoindre Reykjavík depuis la France

— En vols réguliers :

- De Paris CDG, on trouve des vols directs avec ICELANDAIR.
- De Paris ORLY, on trouve des vols directs avec TRANSAVIA (vol low-cost).
- Des principales villes de province (Lyon, Marseille, Toulouse), il y a des vols avec une escale (compagnies ICELANDAIR, BRITISH).
- De Genève, vols directs certains jours avec ICELANDAIR, avec escale avec SAS.
- De Bruxelles, vols directs certains jours avec ICELANDAIR.



Les déplacements

En véhicule de location, kilométrage illimité, toutes taxes incluses, catégorie adaptée au nombre de participants.

- Pour 2 participants : catégorie A, type Toyota Yaris (ou similaire), 5 portes ;
- Pour 3 participants : catégorie B, type Golf VW (ou similaire), 5 portes ;
- Pour 4 participants : catégorie C, type Toyota Corolla (ou similaire), 5 portes ;
- pour 5 participants : catégorie N, type Skoda Octavia SW (ou similaire), 5 portes.

Informations importantes

— La législation évolue, aussi tenons-nous à vous signaler que les loueurs exigent à présent l'utilisation d'une carte de crédit, et non de débit. En général, cette information est indiquée sur le recto de votre carte bancaire. Si vous avez un doute, ou si cette information ne figure pas sur votre carte, nous vous invitons à vous rapprocher de votre organisme bancaire.

— Nous réservons des voitures avec direction assistée et boîte manuelle. En fonction des disponibilités des véhicules, vous pourrez parfois avoir une boîte automatique.

— Catégorie de véhicule : voyager en Islande, c'est voyager dans un pays au climat inconstant. En plus de vos bagages, vous serez amenés à faire des courses. Il vous arrivera aussi de rentrer mouillés de randonnée, et vous apprécierez de pouvoir étaler vos vestes pour les faire sécher. Nous vous conseillons de ne pas sous-estimer ces détails qui auront un impact sur votre confort et donc sur les conditions dans lesquelles vous voyagerez. Pensez-y bien au moment de faire le choix de la catégorie de véhicule que vous souhaitez louer. N'hésitez pas à demander conseil à votre conseiller, et prévoir un surclassement le cas échéant.

— N'oubliez pas votre permis de conduire.

Les packages d'assurance

Notre loueur propose 3 packages d'assurances :

- Le package BASIC : c'est le package qui est inclus d'office dans notre contrat avec notre loueur de voiture. Il inclut l'assurance de base CDW ainsi que l'assurance personnes transportées (PAI). Les montants des franchises sont de 242.000 ISK (2WD) ou 399.000 ISK (4WD).

- Le package MEDIUM : inclus la SCDW, la protection contre le vol (TP), et l'assurance bris de glace (WSP). Les montants des franchises sont ramenés à 30.000 ISK (2WD) ou 65.000 ISK (4WD).

Tarif 2WD : 25€ /jour de location Tarif 4WD : 35€ /jour de location



- Le package ZERO : inclus la SCDW, la protection contre le vol (TP), et l'assurance bris de glace (WSP), l'assurance Sable et Cendres (SAAP), la protection de toutes les vitres, roues et pneus. Les montants des franchises sont ramenés à zéro.
Tarif 2WD : 44€ /jour de location. Tarif 4WD : 53€ /jour de location

Les extras en option

- Deuxième conducteur : 10€ par jour avec un maximum de 72€ par location.
- GPS : 18€ par jour avec un maximum de 126€ par location.
- Assurance SCDW: 18€/jour de location.(2WD - franchise: 30.000 ISK) // 27€/jour de location(4WD - franchise : 65.000 ISK)
- Assurance TP: 9€/jour de location.(2WD - franchise: 242.000 ISK) // 9€/jour de location(4WD - franchise : 399.000 ISK)
- Assurance Sable et Cendres: 18€/jour de location.(2WD - franchise: 242.000 ISK) // 27€/jour de location(4WD - franchise : 399.000 ISK)
- Siège bébé: 72€ par location.
- Siège enfant (9-18kg): 47€ par location.
- Rehausseur (15 - 36kg): 19€ par location.
- Frais d'abandon dans les agences d'Egilsstaðir/Akureyri/Ísafjörður: 242€ par location.
- Frais d'abandon dans les agences de Reykjavík/Keflavík: 71€ par location.

N.B. : le bas de caisse, les dégâts liés à la traversée de rivière et conduite hors-piste ne sont couverts par aucune assurance.

Nous attirons votre attention sur le fait que le port de la ceinture de sécurité est obligatoire à l'avant comme à l'arrière dans tous les véhicules que vous emprunterez au cours du voyage, lorsqu'ils en sont équipés, et ce quelle que soit la réglementation en vigueur dans le pays visité. En vous inscrivant sur ce voyage vous vous engagez à respecter cette obligation. Notre responsabilité ne saurait être retenue en cas de dommage(s) corporel(s) et/ou matériel(s) s'il s'avérait que cette disposition n'était pas respectée de votre fait.

> DOSSIER DE VOYAGE

Le dossier de voyage vous sera transmis 1 mois avant le départ au moment du règlement du solde de votre séjour.

Possibilité qu'une partie du dossier soit remis sur place auprès de notre prestataire local.



› LISTE DES AFFAIRES À EMPORTER

Préparation physique niveau 2 : Pour profiter pleinement de votre voyage, n'oubliez pas d'entretenir votre forme en marchant une fois par semaine (12 à 15 km).

Votre pharmacie individuelle

Celle-ci sera validée avec votre médecin en tenant compte des caractéristiques de votre circuit. Elle contiendra :

- Un antalgique.
- Un anti-inflammatoire (comprimés et gel).
- Un antibiotique à large spectre.
- Un antispasmodique, un antidiarréique, un antibiotique intestinal, un antivomitif.
- Un antitussif (en comprimés).
- Un désinfectant, des pansements (tailles variées) et double peau, des compresses stériles, de la bande adhésive, du Steri-strip, du tulle gras, une bande de contention.
- Un antiseptique.
- Un veinotonique.
- De la crème solaire et de la Biafine.
- Un collyre.
- Un répulsif contre les moustiques.
- En complément : pince à épiler, ciseaux, 2/3 épingles de nourrice, un tire-tique, une paire de gants, somnifère léger et/ou bouchons d'oreilles, vos médicaments personnels.

Votre équipement

Vos bagages

L'ensemble de vos affaires est réparti entre un sac à dos porté pendant la marche et un sac de voyage avec cadenas, transporté par le véhicule.

Equipement de base

- Des sous-vêtements respirants (séchage rapide, de type Merinos).
- Une chemise légère à manches longues.
- Une veste en polaire type Polartec (si possible coupe-vent) ou Wind Pro (excellent rapport poids/isolation).
- Une veste imperméable et respirante (en Gore-Tex).
- Des pantalons de trek.



- Un sur-pantalon étanche
- Un collant thermique.
- Un bonnet.
- Une casquette ou un chapeau.
- Des lunettes de soleil (indice 3 minimums).
- Une paire de gants.
- Une cape de pluie.
- Une lampe frontale.
- Des bâtons de marche télescopique (facultative).
- Une gourde (ou gourde poche à eau pipette).

Chaussures et matériel technique

- Des chaussures légères, aérées, avec une bonne adhérence sur les différents terrains.
- Des chaussures imperméables, à tige montante et semelle offrant une bonne adhérence, type Contagrip ou Vibram.

Bagages

- Un sac à dos équipé de bretelles larges et d'une armature anatomique réglable, d'une contenance de 30 à 40 litres, pour vos affaires de la journée, ainsi qu'une housse anti-pluie.
- Un sac de voyage de 80 à 100 litres souple, transporté en journée par le véhicule.

Divers

- Une paire de lacets de rechange.
- Une trousse de toilette et serviette de bain.
- Un survêtement ou similaire pour la nuit.
- Des chaussettes de marche.
- Des vêtements de rechange.
- Du papier toilette et un briquet pour le brûler si besoin.
- Des serviettes humidifiées type lingettes.
- Un couteau de poche (en soute !).
- Quelques sachets plastiques pour protéger vos affaires.
- Une aiguille et du fil.
- Une pochette antivol, à garder toujours sur soi avec vos papiers d'identité, argent, attestations d'assurance, d'assistance.



Les formalités administratives

— Pour les ressortissants français, belges, luxembourgeois et suisses : carte nationale d'identité ou passeport valide trois mois après la date de sortie du territoire islandais.

Pour les personnes majeures de nationalité française :

Conseil : privilégiez l'utilisation d'un passeport valide à une carte d'identité portant une date de validité dépassée, même considérée comme valide.

— Pour les ressortissants canadiens, veuillez consulter le site du gouvernement canadien <http://voyage.gc.ca/voyager/avertissements>.

— Pour les autres nationalités, veuillez-vous renseigner auprès des autorités consulaires d'Islande dans votre pays.

Les passeports doivent être en parfait état (pas de taches, agrafes, trombones, marques, déchirures...). Informations concernant les mineurs

Vous voyagez avec des enfants

Les mineurs français sont soumis aux mêmes obligations que les personnes majeures (visa, passeport...) : voir ci-dessus.

— Formalités de sortie du territoire français

Depuis le 15 janvier 2017, pour sortir du territoire, tous les mineurs résidant habituellement en France (quelle que soit leur nationalité), s'ils ne sont pas accompagnés par un titulaire de l'autorité parentale, devront présenter les trois documents suivants :

- pièce d'identité : carte d'identité ou passeport selon les exigences du pays de destination ;
- autorisation de sortie du territoire signée par l'un des parents titulaires de l'autorité parentale (formulaire Cerfa n° 15646*01 à imprimer depuis le site www.service-public.fr et à compléter) ;
- photocopie du titre d'identité du parent signataire.



La santé

Vaccins obligatoires

Pas de vaccin obligatoire.

Vaccins conseillés

Nous vous recommandons fortement d'être à jour des vaccinations classiques : diphtérie-tétanos-poliomyélite +/- coqueluche, tuberculose, fièvre typhoïde, hépatites A et B.

Dentiste et médecin

Nous vous recommandons d'effectuer une visite de contrôle avant votre départ.

Consulter notre fiche conseils de guides : la vaccination Pour plus d'info :

www.diplomatie.gouv.fr/ ou www.pasteur.fr/

Ou les sites canadiens : www.phac-aspc.gc.ca/ ou voyage.gc.ca/

Carte Européenne Assurance Maladie (CEAM)

Carte européenne d'assurance maladie

Vous voyagez dans un Etat de l'Union européenne, de l'Espace économique européen (UE/EEE) ou en Suisse.

Avant votre départ, procurez-vous la carte européenne d'assurance maladie (CEAM). Elle vous permettra d'attester de vos droits à l'assurance maladie et de bénéficier d'une prise en charge de vos soins médicaux, selon la législation et les formalités en vigueur dans le pays du séjour.

Nominatif et individuel, le formulaire est à demander auprès de www.ameli.fr.

› PENDANT VOTRE SÉJOUR

Si vous souhaitez profiter de Reykjavik pendant votre journée libre (ou une journée supplémentaire le cas échéant), vous pouvez choisir les options suivantes, qu'il est indispensable de commander à l'avance :

Excursion Le cercle d'Or : le site géothermal (geysers) de Geysir, la cascade de Gullfoss, le "Niagara islandais" et le parc national de Thingvellir. Guide francophone le dimanche. Journée complète, départ de l'hébergement vers 8 h 30, retour en fin d'après-midi.

Excursion d'observation des baleines depuis le port de Reykjavik : durée 2 h 30 à 3 heures. Guide anglophone.



Excursion au célèbre Blue Lagoon : le prix comprend le trajet © Excursion à la journée avec randonnée sur un glacier depuis Reykjavik : départ à 8 h 30 de l'hébergement, excursion de 10 à 11 heures comprenant 2 heures à 2 h 30 de randonnée sur glacier. Le prix comprend la fourniture de l'équipement (crampons, baudrier...) et l'encadrement par un guide de montagne anglophone.

Randonnée équestre depuis Reykjavik : partez pour 2 heures, transfert aller-retour inclus, pour une randonnée équestre avec les célèbres chevaux islandais. Le prix comprend le transfert depuis Reykjavik et l'encadrement par un professionnel de l'équitation.

Vous avez également la possibilité de réserver des activités optionnelles dans la région du sud de l'Islande :

Vatnajökull - Skaftafell. Il est préférable de réserver ces activités au moment de votre inscription :

Excursion en bateau sur le Jökulsárlón : une magnifique lagune glaciaire où vous pouvez faire une excursion en bateau parmi des icebergs de toutes formes et de toutes tailles. Durée : environ 1 heure. Prévoir des affaires chaudes et de bonnes chaussures.

Excursion en Zodiac sur le Jökulsárlón : une magnifique lagune glaciaire où vous pouvez faire une excursion en bateau parmi des icebergs de toutes formes et de toutes tailles. Un Zodiac peut emmener jusqu'à 10 personnes. Durée : environ 1 heure. Prévoir des affaires chaudes et de bonnes chaussures.

Excursion marche sur le glacier depuis Skaftafell : le prix comprend la fourniture de l'équipement (crampons, baudrier...) et l'encadrement par un guide de montagne anglophone.

Ascension du point culminant de l'Islande

NB : Attention, l'ascension n'est pas possible toute l'année, mais uniquement de mai à juin et en septembre. Cependant, il existe un sommet annexe accessible durant une plus grande période.

C'est une course de neige grandiose, dans un paysage glaciaire parmi les plus impressionnants d'Europe. Par bonne visibilité, extraordinaire panorama sur la grande calotte du glacier Vatnajökull, les innombrables langues glaciaires qui occupent toute la bordure sud de la calotte, les déserts de sable volcanique noir et l'Océan, tout proche, plus de 2 000 mètres plus bas.

- Niveau : course glaciaire facile classée F, qui ne demande pas d'expérience de la marche sur glacier avec crampons. La dénivelée est importante (2000 m), mais on ne porte que les affaires de la journée... Durée : environ 12 heures.

- Nombre de participants : programme réalisable à partir de deux personnes. Dans le cas d'un petit groupe, les participants peuvent être intégrés à un groupe de clients



autres que français (islandais, anglais, allemands, etc.) de notre agence locale islandaise.

- Départs les mardis, mercredis et samedis.

- Selon les conditions, les dates peuvent être modifiées, voire annulées (il se peut qu'aucun départ ne se fasse à partir d'une certaine date en raison de crevasses trop importantes).

- Le prix comprend : l'encadrement par un guide de montagne islandais anglophone (ou francophone si disponible) et la fourniture de l'équipement pour le cheminement sur glacier : baudrier, piolet, crampons, cordes.

GUEST-HOUSE - Avec location de voiture

Activité sur place

Excursion Blue Lagoon : 160 €

Excursion depuis Reykjavik marche sur glacier : de 190 à 200 €

Randonnée équestre depuis Reykjavik : 90 €

Snorkeling à Silfra : 220 €

Sortie observation des baleines depuis Reykjavik : 105 €

Prix par personne

➤ **(sous réserve de modification)**

› INFORMATIONS TOURISTIQUES

Islande

Songez à cette île de lave et de glace, bien vivante, où la nature, sauvage et violente, a engendré de ses profondeurs des montagnes coniques de rhyolite colorées. Autour des geysers, des panaches de vapeur se dressent régulièrement vers le ciel. Des fumerolles s'échappent un peu partout des 250 volcans en activité. Vous êtes en Islande... Terre de l'extrême, mais aussi de la beauté et de l'harmonie !

Au fil des randonnées, d'innombrables merveilles naturelles se disputent votre regard : les étendues lunaires contrastent avec les sommets enneigés et les plaines verdoyantes... Aux fjords mystérieux et aux glaciers bleus succèdent les déserts de cendre noire. Et au milieu de ces paysages magiques, des sources chaudes, jaillies de ces entrailles minérales, offrent une baignade presque irréelle... Osez la nature à l'état brut et suivez-nous au pays des trolls, des elfes et des moutons, pour un grand bol d'air pur. Une fois que vous y aurez goûté, vous n'aurez qu'une envie... revenir.



Population	368 000 habitants.
Superficie	103 125 km ² .
Capitale	Reykjavík.
Villes principales	Akureyri, Egilsstaðir, Hafnarfjörður, Kópavogur.
Point culminant	Hvannadalshnúkur (2 110 m).
Volcans actifs	le Hekla (1 491 m) et les volcans sous les glaciers du Vatnajökull et du Myrdalsjökull.
Glaciers	Vatnajökull (7 700 km ² , plus grand d'Europe), Langjökull (900 km ²), Hofsjökull (800 km ²).
Langue	islandais.
Décalage horaire	par rapport à la France, deux heures de moins d'avril à octobre, une heure de moins de novembre à mars. UTC/GMT : + 0 h.

Géographie

L'Islande est une grande île, la dix-huitième du monde en termes de superficie, plantée dans le nord de l'océan Atlantique, à l'ouest de la mer de Norvège et au sud-est du détroit de Danemark. Elle est située à une distance de 250 km au sud-est du Groenland au milieu de la dorsale atlantique et représente sa seule partie émergée. Le cercle polaire arctique se trouve à quelques kilomètres du nord de l'Islande. La longueur de ses côtes est de 4 988 km.

L'Islande est en presque totalité composée de roches volcaniques et comporte de nombreux volcans actifs, la plupart se situant dans les hautes terres d'Islande. Ceci est dû à sa position au milieu d'une dorsale, entre les plaques américaines et eurasiennes, qui traverse l'île en diagonale du sud-ouest au nord-est. La matière remontant à la surface répare et comble au fur et à mesure les fissures causées par



la séparation des plaques. Par conséquent, l'île est toujours en train de croître (d'environ 2 cm par an).

Climat

Sous l'influence du Gulf Stream, le climat est océanique "doux", c'est-à-dire frais, humide et venté. Le temps est extrêmement changeant, avec de nombreuses alternances de soleil et d'ondées au cours d'une même journée, entraînant des lumières magnifiques. Se protéger convenablement des probables intempéries permet d'apprécier à sa juste valeur ce pays fantastique. Plus rarement, le temps peut être très beau sur de longues périodes. La saison idéale pour voyager en Islande va de mai à septembre pour les voyages à pied.

Juin est l'un des mois les plus favorables : la durée du jour est maximale (jour pratiquement permanent), la météo souvent plus stable que le reste de l'année et les fleurs apparaissent. C'est aussi la période idéale pour observer les colonies d'oiseaux marins, grouillantes de vie. Toutefois, certaines régions peuvent ne pas être accessibles avant la mi-juin (voire plus tard pour les pistes les plus hautes), car les routes dans les montagnes ne sont pas toutes dégagées ; tous nos circuits ne sont donc pas programmés à cette période.

Septembre est également une période que nous apprécions particulièrement : la météorologie est en général encore bonne, les touristes ont déjà largement déserté le pays et, dès la fin août il est possible d'admirer le phénomène fascinant des aurores boréales. A l'intérieur du pays, les couleurs d'automne (en particulier les plants de myrtilles qui agrémentent les paysages verdoyants de taches rouge vif) explosent début septembre pour s'étendre à l'ensemble du pays vers la mi-septembre.

L'hiver n'est pas aussi rigoureux que l'on pourrait le penser pour un pays qui frôle le cercle polaire. La durée du jour est minimale en décembre et janvier, puis augmente peu à peu pour dépasser celle de nos latitudes dès la mi-mars. L'enneigement est en général très bon à l'intérieur du pays et dans les massifs du Nord jusqu'au mois de mai.

- Températures moyennes maximales et minimales, en °C :

	ja n.	fé v.	mar s	avr .	ma i	jui n	juil.	ao ût	sep t.	oc t.	no v.	dé c.
Reykjavík	2/ -2	3/ -1	4/ -1	6/ 1	10/ 4	12/ 7	14/ 9	14/ 8	11/ 6	7/ 3	4/ 0	2/ -2



Économie

Le secteur de la pêche reste le fondement de la prospérité du pays. Le développement de l'industrie de la congélation et le renouvellement de la flotte des chalutiers ont été des facteurs décisifs qui permettent à l'Islande d'occuper aujourd'hui une place de choix pour les prises et l'approvisionnement du marché international. Sa flotte est parmi les mieux équipées du monde. Le traitement du poisson s'est progressivement déplacé depuis les installations à terre, à celles en pleine mer, à bord des chalutiers-congélateurs. La morue est le principal poisson exporté. Les autres espèces importantes sont la crevette, le hareng, le lieu noir, l'églefin et le capelan. Parallèlement, se développe l'aquaculture. Les industries liées à la pêche sont devenues des secteurs de haute technologie.

Seul 1 % de la superficie de l'Islande est cultivé tandis que 20 % sont dévolus aux pâturages (moutons, volaille). Les exploitations agricoles pourvoient au marché intérieur en viande, produits laitiers et œufs. Dans les régions géothermiques, la production sous serre (tomates, concombres et fleurs) progresse.

Disposant d'un important potentiel hydroélectrique et géothermique, l'Islande a développé des énergies "propres". La géothermie est exploitée pour le chauffage des habitations, la culture sous serre et les piscines. Elle est en revanche encore peu utilisée dans l'industrie. Le pétrole, importé, est réservé aux transports et à l'industrie. Grâce au potentiel énergétique de l'île, des industries grosses consommatrices d'énergies se sont implantées (engrais, aluminium, ferro-alliage).

Les échanges internationaux jouent un rôle de premier plan dans l'économie. Cependant, la valeur annuelle des importations est supérieure à celle des exportations. Les principales importations sont le pétrole, la construction mécanique, les équipements de transports, les biens de consommation et les produits alimentaires. Les exportations sont toujours dominées par les produits de la pêche et par l'aluminium. Ces échanges sont, pour plus de la moitié, réalisés avec les pays de l'Union européenne (Royaume-Uni, Allemagne, Pays-Bas). Le reste s'opère avec les pays de l'Association européenne de libre-échange ou AELE et les Etats-Unis.

Société

La plupart des Islandais habitent la côte sud, au climat plus clément que les rivages septentrionaux. Près de 60 % d'entre eux sont regroupés dans la région de Reykjavík. Avec 3,2 habitants au kilomètre carré, l'Islande est de loin le pays le moins densément peuplé d'Europe. La population est très jeune, 40 % ont moins de 18 ans, et exceptionnellement homogène, préservée des grandes vagues d'immigration par



son isolement. Le pays a sa propre religion, l'Eglise évangélique luthérienne d'Islande, religion d'Etat reconnue par 80 % de la population.

L'histoire du pays

L'histoire

Après des moines irlandais, au VIIIe siècle, les Vikings abordent, à la fin du IXe siècle, l'Islande, qu'ils appellent "Terre de glace". L'immigration est favorisée par le roi norvégien Harald 1er Hårfager, qui se débarrasse de nobles turbulents. Les moines partis, le paganisme persiste jusqu'au XIe siècle, mais le christianisme s'imposera peu à peu. Entre 930 et 1262, époque du Fristat (indépendance), le gouvernement appartient à une assemblée des hommes libres, l'Althing, excluant les esclaves. L'Althing comprend une assemblée législative (Lögrétta) et un tribunal (Althingsdomr) mais pas d'exécutif. L'absence de ce dernier entraîne des guerres entre clans familiaux qui ont constitué le sujet des sagas islandaises. En outre, la charge de godi (représentant de l'Althing), transmissible par héritage, se concentre bientôt entre les mains d'une oligarchie. Le roi norvégien Haakon Haakonsson fait reconnaître son autorité et, peu à peu, la royauté norvégienne substitue ses propres hommes et ses institutions à l'Althing.

En 1380, avec le rattachement de la Norvège au Danemark, la situation s'aggrave : imposition brutale, par le roi Christian III, de la Réforme luthérienne et monopole commercial conféré aux Danois, qui va ruiner la pêche islandaise, administration centralisée à Copenhague.

Au XVIIIe siècle, la variole, des éruptions volcaniques et une famine due à l'insuffisance de gestion de la Compagnie danoise d'Islande déciment la population. Un essai d'autonomie échoue en 1809. Le traité de Kiel de 1814 laisse l'Islande au Danemark, qui fait des concessions : deux députés au Parlement danois, conseil de dix membres à Reykjavík, rétablissement de l'Althing, institution de deux Chambres près du gouverneur. En 1903, l'Althing obtient qu'un ministère islandais soit créé à Reykjavík.

La Constitution de 1918 fait de l'Islande un Etat indépendant en union personnelle avec le Danemark. Lors de la Seconde Guerre mondiale, sa position géographique lui confère une valeur stratégique considérable. Les Britanniques, puis les Américains occupent l'île à titre de défense. A la suite du plébiscite de 1944, l'Islande devient une république indépendante. Une Constitution institue un président de la République et une Assemblée, l'Althing, élus pour quatre ans par le peuple, et un ministère responsable.

Après son adhésion à l'OTAN en 1949, qui la place dans le système de défense occidental, l'Islande accorde aux Etats-Unis l'utilisation de la base de Keflavík. Mais,



dès mars 1956, l'Althing adopte une résolution demandant le retrait des troupes américaines de cette base ; le Conseil de l'OTAN refuse en raison de la guerre froide. En 1985, l'Althing interdit l'entrée des armes nucléaires sur son territoire.

Le bon fonctionnement démocratique amène au pouvoir des gouvernements de coalition souvent en alternance centre gauche/centre droit : parti de l'Indépendance (fondé en 1929), parti du Progrès ("agrarien", 1916), parti socialiste (1938), Alliance du peuple, parti de la Préservation nationale, parti social-démocrate. Dans les années 1980, les gouvernements successifs ne parviennent pas à juguler l'inflation, la plus forte du monde occidental : de 1980 à 1988, son taux moyen est de 38 % par an. En 1980, Vigdís Finnbogadóttir devient la première femme présidente de la République islandaise. Elle est reconduite dans ses fonctions en 1984, 1988 puis 1992. Après les élections législatives anticipées de 1983, Steingrímur Hermannsson, chef du parti du Progrès, forme un gouvernement de centre droit qui, en suspendant l'indexation des salaires, parvient à réduire l'inflation tout en faisant face aux grandes grèves de flottilles de pêche.

S. Hermannsson, revenu au pouvoir, forme une coalition tripartite, regroupant les progressistes, les sociaux-démocrates et l'Alliance du peuple, puis quadripartite avec la Fédération pour l'égalité et la justice sociale à laquelle s'agrège le parti du Citoyen. Cette nouvelle coalition de cinq partis – une première historique – gère avec succès la période de récession : à partir de 1990, l'inflation est maîtrisée avec un taux annuel moyen d'environ 3 % entre 1991 et 2000.

En mars 2001, bien que ne faisant pas partie de l'Union européenne, l'Islande est intégrée dans l'espace Schengen. A partir de fin 2008, l'Islande est l'un des pays d'Europe les plus durement touchés par la crise financière internationale en raison du poids de son système bancaire dans l'économie nationale. A l'effondrement de ce dernier, s'ajoutent la dépréciation d'environ 60 % de la couronne islandaise, l'explosion de l'inflation et l'insolvabilité des ménages et des entreprises. La crise financière s'étend rapidement à l'ensemble de l'économie qui entre en récession (-6,6 % en 2009) tandis que le taux de chômage bondit de 1 % à 8 %. Les trois principales banques du pays, Glitnir, Landsbanki et Kaupthing, doivent ainsi être nationalisées, les mouvements de capitaux strictement contrôlés et le gouvernement faire appel à l'aide du Fonds monétaire international. Au bord de la banqueroute, le pays connaît une grave crise politique sur fonds d'émeutes, qui conduit à la démission du gouvernement de G. Hilmar Haarde en 2009. Une coalition minoritaire formée des sociaux-démocrates et des Verts lui succède sous la direction de Jóhanna Sigurðardóttir avant de remporter une victoire historique aux élections législatives anticipées. Refusant de trop faire peser sur les contribuables le coût de la faillite des banques, ce nouveau cabinet adopte un plan de sauvetage en étroite collaboration avec le FMI qui lui apporte une aide de plus de 2 milliards de dollars.



Sous l'égide de l'Autorité de supervision financière, le système bancaire hypertrophié est restructuré avant le retour dans le secteur privé dès octobre 2009 et janvier 2010 de deux des trois nouveaux établissements alors créés. La dette des ménages (prêts immobiliers) et des entreprises est gérée avec prudence et, si la rigueur est de règle avec des hausses d'impôts et des restrictions budgétaires, le gouvernement préserve une équité fiscale et évite d'être entraîné dans une politique récessive d'austérité. En 2011, l'Islande renoue avec la croissance grâce à une reprise de la consommation et des investissements. Favorisés par la dévaluation de la monnaie, le commerce extérieur et le tourisme y contribuent également. Le taux de chômage est ramené à moins de 6 % en 2012 et l'inflation à environ 6 %. Si la dette publique atteint plus de 100

% du PIB (2011), sa progression diminue et le déficit budgétaire (13,5 % du PIB en 2008) est réduit à environ 3,5 % en 2012.

Alors que O. R. Grímsson est réélu à la présidence de la République pour un cinquième et dernier mandat en 2012, la coalition de centre gauche au pouvoir essuie une sévère défaite aux élections législatives de 2013 en dépit des résultats économiques de sa gestion. Les motifs de mécontentement, parmi lesquels l'endettement immobilier toujours important de nombreux ménages, la baisse du niveau de vie et les craintes quant à l'avenir des quotas de pêche en cas d'adhésion à l'UE, semblent l'avoir emporté. Les partis de l'Indépendance et du Progrès, les plus eurosceptiques et qui ont promis des baisses d'impôts ainsi que des allègements de la dette des ménages, arrivent en tête. Un cabinet de coalition est formé sous la direction de Sigmundur Davíð Gunnlaugsson, président du parti du Progrès. Le gouvernement de coalition est cependant fortement fragilisé à la suite du scandale international d'évasion fiscale dévoilé par les "Panama Papers". Suspecté, ainsi que deux autres membres de son cabinet, d'avoir dissimulé des actifs, le Premier ministre doit démissionner sous la pression d'importantes manifestations pour être remplacé par Sigurður Ingi Jóhannsson.

Bon à savoir

Informations pratiques

L'Islande est-elle un pays cher ?

La crise économique de 2008, qui avait vu la devise perdre 50 % de sa valeur, avait provisoirement diminué le coût de la vie, mais l'inflation — surtout dans le domaine des prestations touristiques — a vite effacé cette baisse et l'Islande est redevenue l'un des pays les plus chers du monde. Par ailleurs, la brièveté de la saison touristique fait que la demande en hébergements et moyens de transports excède très largement l'offre. Cela signifie que, bien que nous appliquions pour nos voyages



dans ce pays des niveaux de marges nettement plus réduits que pour nos autres destinations, le rapport prestations/coûts est moins bon en Islande que dans le reste du monde : il faut en général mettre la main à la pâte pour la préparation des repas, ne pas s'attendre à un encadrement important ou à loger dans des hôtels confortables (d'ailleurs rarissimes à l'intérieur du pays), monter soi-même sa tente... Pour avoir en Islande un service équivalent à ce que nous offrons (par exemple) au Népal ou au Maroc, il faudrait mettre une petite fortune !

La fréquentation touristique est-elle importante ?

Le tourisme est en forte croissance en Islande et la haute saison touristique courte. Les lieux connus sont donc en général très fréquentés en haute saison (juillet-août) : Landmannalaugar, Myvatn et Skaftafell, bien que la fréquentation diminue rapidement dès que l'on s'éloigne des campings, refuges et pistes d'accès. Les sites proches de Reykjavík comme Geysir et Gullfoss ont tendance à être fréquentés toute l'année.

Des amis m'ont conseillé d'emporter un peu d'alcool dans mes bagages. Pourquoi ? Ce conseil peut vous paraître bien étrange. Cependant, vous avez deux bonnes raisons de le suivre : c'est un cadeau très apprécié des Islandais et il favorise les contacts avec les habitants rencontrés.... La vente d'alcool est très réglementée dans ce pays et il y est très cher. C'est pour cela que nous vous invitons à profiter de la détaxe à l'aéroport de départ ou même à l'aéroport de Keflavík juste avant le passage de la douane en entrant en Islande. La législation islandaise autorise l'importation sur son territoire d'un litre d'alcool fort et d'une bouteille de vin par personne.

Le trek en Islande nécessite-t-il des précautions particulières ?

Les voyages en Islande peuvent être éprouvants du fait de conditions climatiques très changeantes et des particularités du terrain, qui n'aident pas toujours à avoir un rythme régulier. Nous vous recommandons donc de bien vous équiper contre ce climat parfois rude (en particulier vêtements de protection – veste et pantalon – contre la pluie).

Le jour presque permanent à certaines périodes peut-il être gênant pour dormir ?

Si vous êtes sensible à la lumière, n'oubliez pas d'emporter un bandeau noir, comme dans les avions, qui vous aidera à vous endormir.



Noms et prénoms

On se voit difficilement interpeller n'importe qui par son prénom et le tutoyer ! C'est pourtant ce qui se passe en Islande, car l'identité d'une personne est donnée par son prénom (ce que les Islandais eux appellent leur nom). En effet, le nom de famille est en fait composé du prénom du père suivi de l'attribut *son* pour le fils et *dóttir* pour la fille.

Electricité

Tension électrique : 220 V, 50 Hz. Les prises sont de type français.

Que doivent prévoir les amateurs de photos ?

Pour les appareils numériques, prévoyez une autonomie suffisante, car il n'est pas toujours possible de recharger les batteries.

Quelques mots utiles

La langue parlée en Islande est le vieux norrois, c'est-à-dire le norvégien des Vikings. L'insularité a empêché presque toute évolution de la langue, contrairement aux autres langues nordiques continentales, influencées par les langues des pays d'échange comme la plupart des langues du monde. Bien que les Islandais parlent en général plusieurs langues (de trois à cinq !), apprendre quelques mots clés d'islandais vous permettra de gagner le respect de vos interlocuteurs et de rendre plus agréables vos échanges avec les populations rencontrées. Alors n'hésitez pas à faire l'effort d'utiliser les expressions suivantes :

bonjour : góðan dag ; oui : já ; non : nei ; au revoir : bless ; merci : takk fyrir ;
comment allez-vous ? : hvernig gengur ?
bien, merci : gott, takk.

Vous pouvez demander à votre guide comment les prononcer, votre voyage n'en sera que plus riche ! Et puis souriez, c'est souvent le meilleur moyen d'avoir de bons contacts !

Quelques astuces de prononciation :

- Þ (exemple : Þingvellir) se prononce comme le "th" anglais dans think ;
- ð (exemple : Skagafjörður) se prononce comme le "th" anglais dans there ;
- ll, comme dans Vatnajökull qui se prononce "Vatnayeukoudl" ;
- fn, comme dans Höfn, qui se prononce "Heupn" ;
- Hv, comme dans Hvannadalshnúkur, qui se prononce "Kvanadalsnoukour".

Enfin, la sonorité des voyelles change si elles ont un accent, même si c'est un a ou un y.



Vous pouvez demander à votre guide comment les prononcer, votre voyage n'en sera que plus riche. Et puis souriez, c'est souvent le meilleur moyen d'avoir de bons contacts !

Site Internet

<http://fr.wikipedia.org/wiki/Islande>.

Guides

Islande, Bibliothèque du voyageur Gallimard.

Islande, Marcus.

Iceland, Lonely Planet (en anglais).

Iceland, Rough Guide (en anglais).

Guides des volcans d'Europe et des Canaries, Maurice Krafft et François-Dominique de Larouzière, Delachaux et Niestlé.

Ouvrages illustrés

Carnets d'Islande - Un hiver aux confins du cercle arctique, Véronique et Aurélien Brusini, éditions Les 2 Encres.

Impressions d'Islande (avec CD), Marc-Antoine Belledent et Danielle Allissant, éditions Médial.

Islande, entre feu et glace, Jean Hervoche, Terre de Brume.

Littérature

Le Berger de l'Avent, Gunnar Gunnarson, Arléa.

Nuits à Reykjavik, Thor Vilhjalmsón, Actes Sud.

Le Paradis retrouvé, Halldor Laxness, L'imaginaire Gallimard.

Sagas islandaises, Bibliothèque de la Pléiade, Gallimard.

Islande de glace et de feu, Internationale de l'imaginaire n° 18, Babel.

Cartes

Island, 1/500 000, Landmaelingar Islands (disponible uniquement en Islande).

Iceland, 1/400 000, Freytag.

› TOURISME RESPONSABLE

Dans un monde en constant développement, il peut être pertinent de prendre son temps et de se recentrer sur l'essentiel. La randonnée est une activité proche de la nature et du local, qui invite à la réflexion. Aujourd'hui, le tourisme responsable s'implante dans le paysage, portant des valeurs essentielles pour le monde de

LA PELERINE Randonnées et Voyages à pied

32 Place Limozin 43170 SAUGUES

Tél : +33 (0)4 71 74 47 40 | contact@lapelerine.com | www.lapelerine.com



demain. La Pèlerine s'engage dans cette démarche en vous rappelant quelques points à garder à l'esprit lors votre séjour de randonnée :

- **Préparez-vous et prévoyez**
 - Informez-vous sur les particularités du lieu visité, la culture, les traditions et respectez la réglementation en vigueur.
 - Explorez en petits groupes de 4 à 6 personnes.
 - Emportez avec vous de l'eau et des collations en quantité suffisante.
 - Evitez les périodes de haute fréquentation
- **Laissez intact ce que vous trouvez**
 - Laissez les pierres, plantes et tout objet naturel, historique ou culturel sur place et dans leur état naturel
- **Respectez la vie sauvage**
 - Observez la faune à distance. Ne suivez pas et n'approchez pas les animaux sauvages.
 - Abstenez-vous toujours de nourrir les animaux sauvages
- **Restez sur les sentiers**
 - Utilisez les sentiers aménagés existants
 - Marchez en file indienne au milieu du sentier, même s'il est boueux ou mouillé
- **Minimisez vos déchets & Gérez-les de façon responsable**
 - Favorisez les contenants réutilisables
 - Rapportez vos restes et déchets de manière à éliminer les traces de votre passage
- **Respectez les autres usagers**
 - Soyez respectueux des autres visiteurs et soucieux de la qualité de leur expérience

Soyez courtois. Laissez le passage aux autres sur le sentier

› ASSURANCES

Nos assurances, **Tranquillité CB** et **Tranquillité** sont individuelles et facultatives. Il vous appartient avant ou au cours de votre voyage de contacter personnellement l'assureur qui vous garantit pour votre voyage pour déclencher l'assurance. **La prime d'assurance, les frais de visa, les frais d'inscription ne sont remboursables ni par La Pèlerine ni par l'assureur.** Pour connaître les modalités contractuelles exactes, en particulier le périmètre des garanties, franchises et exclusions, nous vous recommandons de lire attentivement les conditions contractuelles complètes ainsi que les documents d'informations produits accessibles sur demande auprès de La



Pèlerine ou sur le site www.lapelerine.com rubrique « Conditions de Vente ». Un exemplaire du contrat, détaillant les garanties souscrites et la procédure à suivre, vous sera adressé en même temps que la confirmation de votre inscription, ou sur simple demande.

Les assurances proposées doivent être souscrites au moment de l'inscription ou dans les 48h après l'inscription au voyage.

La souscription à nos assurances est accessible à tous, quel que soit votre pays de résidence.

Le Tranquillité (assurance Assistance/Rapatriement, assurance annulation et interruption de séjour) est facturé 4.15 % du prix total du voyage.

Le Tranquillité CB (Les garanties et plafonds viendront en complément de ceux de votre carte Visa Premier, Infinite, Master Card Gold, Platinium, après refus de celle-ci) est facturé 3.15% du prix total du voyage.

En cas d'annulation de votre part, des frais d'annulation seront retenus.

Le montant des frais dépend de la date d'annulation :

- 1) plus de 31 jours avant le départ : 15% du montant du voyage.
- 2) entre 30 jours et 21 jours avant le départ : 30% du montant du voyage.
- 3) entre 20 jours et 14 jours avant le départ : 55% du montant du voyage.
- 4) entre 13 jours et le jour du départ : 75% du montant du voyage.

➤➤ En cas d'annulation de la personne avec laquelle vous deviez partager la chambre, le supplément chambre individuelle vous sera facturé. Celui-ci vous sera ensuite remboursé par l'assurance à condition que son supplément soit inférieur au frais d'annulation.

Pour une annulation avant le départ, contactez La Pèlerine au +33 (0)4 71 74 47 40, qui se chargera des procédures.

Durant le séjour, avant toute démarche, contactez **ASSISTANCE MUTUAIDE** au +33 (0)1 45 16 43 47 (que vous ayez souscrit au contrat Tranquillité ou Tranquillité CB).

Si vous avez des questions sur votre contrat, vous pouvez contacter la Hot Line au **05 32 09 21 81**.



La non-présentation le jour du départ ou abandon en cours de séjour non justifiés, ne donne droit à aucun remboursement.

Un exemplaire du contrat, détaillant les garanties souscrites et la procédure à suivre, vous sera adressé en même temps que la confirmation de votre inscription, ou sur simple demande.

MODIFICATION DE RESERVATION :

ATTENTION !

Des frais de dossier (50 €) seront retenus pour tout **changement sur la réservation** déjà effectuée (type de chambre, date de départ, nombre de personnes...).

Les réservations éventuelles de **nuits supplémentaires** en début ou en fin de randonnée doivent se faire **obligatoirement à l'inscription** et être spécifiées sur le bulletin de réservation. Une fois les dossiers confirmés, ces réservations devront se faire directement auprès de l'hébergement concerné et être payées sur place.



- Fjords, villes et montagnes du sud Norvégien
- Le grand Tour du Monténégro
- La Slovénie les alpes Juliennes

Si nous n'avons pas répondu à toutes vos questions,
- appelez-nous au +33 (0)4 71 74 47 40 -

LA PELERINE VOUS SOUHAITE UNE AGREABLE RANDONNEE

