



lonely  planet

EXPLORA

ISLANDIA

ESCÁPATE DE LA RUTINA



■ El viajero podrá contemplar el baile de luces en el cielo nocturno, subir a glaciares y ver volcanes, circunvalar la isla en coche o bicicleta, descubrir algún lugar y guardarlo en secreto, conocer a los héroes de las sagas y seguir el rastro de los vikingos, probar los frescos sabores del mar, remar en kayak por la costa o navegar en busca de ballenas, hollar paisajes vírgenes, disfrutar de fuentes y piscinas termales, explorar campos de nieve o esquiar fuera de pista.

Así es Islandia.

**EL PRÓXIMO VIAJE SIEMPRE ES EL MEJOR
PASA LA PÁGINA Y EMPIEZA A PLANEARLO →**

Sumario

Las mejores experiencias .. 4
Calendario 24
Crea tu ruta 32
7 consejos sobre Islandia..... 42
Libros, música, cine y webs 44

Reikiavik 46

Comer en Reikiavik 52
Hacia la noche..... 60
Noche de la Cultura 66
Capital de la Cultura 70
Ruta urbana.....76
Sugerencias.....78

El Círculo Dorado 82

Parque Nacional de Þingvellir 86
Cascadas y géiseres 92
Al aire libre..... 94
Sugerencias..... 96

Suroeste y península de Reykjanes 98

Laguna Azul.....102
Aparte de la Laguna Azul 106
Erupciones y lava108
Sugerencias..... 112

Excursión a Vestmannaeyjar 114

Costa sur y altiplano meridional 116

En busca de cascadas...120
Viaje por la costa a Vík.....122
Senderismo en Þórsmörk.....124
Senderismo en Landmannalaugar...126
Sugerencias.....128

Este y sureste 130

Explorando Skaftafell ..134
Excursión a Jökulsárlón. 140
Pueblos del este.....144
Escapada al este146
Bosque de Hallormsstaður150
Borgarfjörður Eystri152
Sugerencias.....154

Akureyri 156

Una aventura en Eyjafjörður 160
Juegos en la nieve162
Rarezas culturales164
Sugerencias.....166

Norte de Islandia 168

Prodigios celestes..... 174
Ruta de la Costa Ártica.. 180
Aletas y plumas.....182
Viaje por la historia186
Islas del norte..... 190
Islandia y los caballos..192
Sugerencias.....196

Fiordos occidentales 198

Los fiordos desde el mar 202
Por carretera 206
Senderismo en Hornstrandir.....210
Sugerencias.....212

Oeste de Islandia 216

Subida al glaciar.....220
Aventuras en el mar.... 224
Por la senda de las sagas 226

OLEG SENNIKOV/SHUTTERSTOCK ©





Vista de Vík con los farallones de Reynisfjara al fondo (p. 122).

Senderismo en el oeste	230
Sugerencias.....	232

Datos prácticos **234**

Cómo llegar	236
Cómo desplazarse	238
Viajar seguro	240
Dinero	241
Turismo responsable ..	242
Alojamiento	244
Información esencial ..	246
Idioma.....	248

EN PROFUNDIDAD

Nueva cocina islandesa ..	58
Notas sobre la cerveza artesana islandesa	64
¿En la senda de la excelencia musical?.....	74
Historia de Islandia	88
Protocolo en las piscinas	104
Volcanes	110
Skaftafell a pie.....	138
Glaciares.....	142
Mirando al cielo.....	178
Leyendas modernas	188

El <i>tölt</i> a través del tiempo	194
La vida en los fiordos occidentales	204
<i>Sagalandia</i>	228

GUÍAS VISUALES

Comida islandesa	56
Islandia para astrónomos	176
Fauna	184
Fiordos y paisajes	208
Maravillas naturales de Snæfellsnes.....	222



CIELOS ENCENDIDOS

Las luces de la aurora boreal —verde, rosa, púrpura, rojo, blanco e incluso amarillo— bailan en la claridad de los cielos oscuros. En invierno, las tardías salidas del sol y los ocasos

tempranos son también un espectáculo. En verano, lo mejor es ver cómo apenas se oculta el sol de medianoche para salir de nuevo o aprovechar los largos días para caminar.

Izda.: aurora boreal, laguna del glaciar Jökulsárlón. **Dcha.:** Vía Láctea.
Abajo: puesta de sol estival cerca de Reikiavik.

DÍAS INTERMINABLES

En verano, la mayor inclinación de la Tierra con respecto al Sol da como resultado 24 h de luz en algunas zonas de Islandia. Cuanto más al norte, más luminosas son las noches.



PRESENIA, EKMANSPROFTI, JARNS, ©
 IZQUIERDA: KRISTIANAPONG WONGSAMANG/
 SHUTTERSTOCK ©

↑ LUZ Y OSCURIDAD

Los días tan largos pueden desorientar y la luminosidad nocturna, afectar al sueño, así que conviene llevar un antifaz si se va a acampar o (poco probable) por si el alojamiento no tuviera cortinas opacas. Además, los largos días invernales pueden provocar decaimiento. Los islandeses toman aceite de hígado de bacalao, rico en vitamina D, para compensar la falta de luz.

→ ESPECTÁCULOS CELESTES

La aurora boreal es la gran protagonista, pero comparte el cielo con estrellas refulgentes, lluvias de meteoros y el sol de medianoche.

► Más información en pp. 176 y 178.



SHUTTERSTOCK ©



Los mejores espectáculos visuales

- **Buscar la aurora boreal en la Ruta de la Costa Ártica** (p. 174).
- **Mirar las estrellas y localizar las constelaciones** (p. 178).
- **Coronar el glaciar Snæfellsjökull con el sol de medianoche** (p. 220).
- **Celebrar el solsticio de verano en la isla de Grimsey, en el círculo polar ártico** (p. 190).
- **Remar en kayak por la costa de Grundarfjörður para contemplar el Kirkjufell a la luz nocturna del verano** (p. 224).



ÞÓRGNÝR THORODDSEN

Þórgnýr nació y se crio en la industria turística de Reikiavik y ha vivido siempre en el corazón de la capital. Ha trabajado como político municipal, cineasta, trabajador social y en la industria de la cerveza artesanal.

@thorgnyr

Mi experiencia favorita es bañarme en el mar en Nauthólsvík y entrar en calor después en la bañera con un café.



EYGLÓ SVALA ARNARSDÓTTIR

Natural de Akureyri, Eygló ha escrito y dirigido varias publicaciones sobre viajes, entre ellas la *Iceland Review*, y actualmente trabaja en una agencia de publicidad.

Mi experiencia favorita es salir de excursión a caballo por las tierras altas de Islandia.



ZOË ROBERT

Afincada en Reikiavik, ha cubierto Islandia para publicaciones como Reuters, CNN, la revista *Stopover* de Icelandair, el *Reykjavík Grapevine* y la *Iceland Review*, de la que fue directora. Ha vivido en varios sitios, pero en Islandia se siente como en su casa.

Mi experiencia favorita es dar una caminata en verano seguida de un chapuzón en el mar o en algún lago o río cercano. También lo disfruto en los meses más fríos.

Agradecimientos

Kristopher Clifford, Karen Henderson, Katherine Marsh, Juzar Valiji



Nuestros autores



EGILL BJARNASON

Nacido en Reikiavik, Egill informa sobre Islandia para The Associated Press y ha escrito *How Iceland Changed the World: The Big History of a Small Island*, editado por Penguin Books en el 2021.

📷 @egilssaga

Mi experiencia preferida es observar ballenas en la bahía de Skjálfandi, en el norte.



JEANNIE RILEY

Jeannie nació en EE UU y lleva viviendo en Islandia desde el 2015. Actualmente dirige la web de planificación de viajes *Iceland with a View*.

📷 @icelandwithaview

Mi experiencia favorita es recorrer Islandia por carretera descubriendo lugares nuevos y disfrutando de los maravillosos paisajes del país.

MÁS AUTORES EN LA PÁGINA ANTERIOR

geoPlaneta

Av. Diagonal 662-664, 08034 Barcelona
viajeros@lonelyplanet.es
www.geoplaneta.com - www.lonelyplanet.es

Lonely Planet Global

Irlanda Digital Depot, Roe Lane (off Thomas St),
Digital Hub, Dublin D08 TCV4
www.lonelyplanet.com
Contacta con Lonely Planet en lonelyplanet.com/contact

Explora Islandia

1ª edición en español – octubre del 2022
Traducción de *Experience Iceland*, 1ª edición – marzo del 2022
© Lonely Planet Global Limited

Editorial Planeta, S.A.

Con la autorización para la edición en español de Lonely Planet Global Ltd A.B.N. 36 005 607 983, Lonely Planet Global Limited, Digital Depot, Roe Lane (off Thomas St), Digital Hub, Dublin D08 TCV4, Irlanda

© Editorial Planeta, S.A., 2022

© Fotografías: según se relaciona en cada imagen, 2022

© Reproducciones de cubiertas, p. 44 (de izda. a dcha.): 1 Cortesía de @Volcano Libros, 2021; 2 Cortesía de @Tushita Edicions, 2013; 3 Cortesía de @Nórdica Libros, 2021; 4 Cortesía de Seix-Barral, un sello de @Editorial Planeta, S.A., 2022

© Traducción: Alberto Delgado, 2022

ISBN: 978-84-08-26081-3

Depósito legal: B. 7447-2022

Impresión y encuadernación: Egedsa

Printed in Spain – Impreso en España

Aunque Lonely Planet, geoPlaneta y sus autores y traductores procuran que la información sea lo más precisa posible, no garantizan la exactitud de los contenidos de este libro, ni aceptan responsabilidad por pérdida, daño físico o contratiempo que pudiera sufrir cualquier persona que lo utilice.

Reservados todos los derechos. No se permite la reproducción total o parcial de este libro, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea este electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito del editor. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (Art. 270 y siguientes del Código Penal).

Dirijase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra. Puede contactar con CEDRO en la web www.conlicencia.com o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47.

Lonely Planet y el logotipo de Lonely Planet son marcas registradas de Lonely Planet en la Oficina de Patentes y Marcas de EE UU y otros países. Lonely Planet no autoriza el uso de ninguna de sus marcas registradas a establecimientos comerciales tales como puntos de venta, hoteles o restaurantes.

Por favor, informen de cualquier uso fraudulento a www.lonelyplanet.com/legal/intellectual-property.

El papel utilizado para la impresión de este libro está calificado como papel ecológico y procede de bosques gestionados de manera sostenible.

PLANIFICA TU VIAJE A ISLANDIA CON NUESTRA SELECCIÓN DE EXPERIENCIAS INOLVIDABLES



MIRA CON OTROS OJOS
Lugares secretos y puntos de vista diferentes



CREA TU VIAJE
Combina experiencias únicas que se adaptan a ti



PONTE EN MARCHA
Con recomendaciones de autores locales



VIAJA RESPONSABLE
Apoya la economía local, viaja seguro y con un impacto positivo



PVP. 25,00 €

10300610



NUESTRO COMPROMISO

Lo contamos tal y como es. Nuestro trabajo consiste en hacer realidad increíbles experiencias viajeras. Nuestras recomendaciones siempre se seleccionan de forma independiente tras haberlas experimentado en primera persona, por lo que los viajeros siempre podéis confiar en nosotros para ayudarlos a vivir un gran viaje.