

# Reykjavík, Goldener Kreis und Reykjanes

## Nicht verpassen!

- Kaffee trinken am Austurvöllur
- Freitag- oder Samstagabend ausgehen in 101 Reykjavík
- Den Blick von Perlans Terrasse auf den Großraum Reykjavík, besonders an einem dunklen Abend
- Einen Besuch in Gljúfrasteinn, dem ehemaligen Wohnhaus von Halldór Laxness
- In Garðskagi die Mitternachtssonne mit Blick auf den Snæfellsjökull genießen
- Ein Bad in der Blauen Lagune



## Zur Orientierung

Reykjavík und seine Umgebung sind der ideale Einstieg für eine längere Islandreise, eignen sich aber auch für einen Kurztrip. Auf kleinem Raum lernt man viele Facetten der Insel im hohen Norden kennen, Kultur, Natur und historische Zeugnisse liegen vor allem am Goldenen Kreis mit den weltberühmten Attraktionen Þingvellir, Geysir/Strokkur und Gulfoss nahe beieinander. Auf der Halbinsel Reykjanes bestaunt man urwüchsige Lavalandschaften und besucht typische Fischerorte.

Reykjavík, nördlichste Hauptstadt der Welt mit ca. 120 000 Einwohnern, ist Sitz vieler Museen und Gourmetrestaurants, Heimat mehrerer Theater ebenso wie Standort sämtlicher wichtiger Behörden – und Islands bedeutendstes Wirtschaftszentrum. Mit glitzernden Shoppingzeilen und schicken Bars zieht Reykjavík vor allem die Jugend aus dem In- und Ausland magnetisch an.

Wer sich Islands Kapitale vom Flughafen Keflavík nähert, durchfährt die Nachbarorte Hafnarfjörður, Garðabær und Kópavogur, die ein großes urbanes Gebiet bilden. Immer neue Stadtteile mit mehrspurigen Straßen werden in die Lava gebaut. In den alten Vierteln finden sich oft überraschend grüne Gärten mit hohen Bäumen.

Reykjavíks fast dörfliches Zentrum am Austurvöllur

Das historische Zentrum Reykjavíks wirkt mit seinen Sträßchen und bunten, wellblechverkleideten Häusern fast dörflich. Mit angesagtem Schick begeistern die Boutiquen des Laugavegur, trendy sind die Bistros, Bars und Clubs in den Straßen ringsum. Auch das Eventprogramm > S. 35 kann sich sehen lassen. Der Mix aus kosmopolitischem Großstadtgepräge und nettem Inselcharme macht den Reiz Reykjavíks aus.

## Touren in der Region

### Mit dem Fahrrad entlang der Küste

④ Laugardalur > Höfði > Alter Hafen > Seltjarnarnes > Nesstofa > Suðurströnd > Nauthólsvík > Laugardalur

**Dauer:** 1 Tag

**Praktische Hinweise:** Fahrräder verleihen Borgarhjól, Hverfisgata 50, Tel. 551 5653, www.borgarhjol.net, der Campingplatz im Laugardalur-Park und das Youth Hostel > S. 53. Badesachen für das Schwimmbad nicht vergessen! Während der Brutzeit der Seevögel (Juni/Juli) ist der Weg von Gróttá zum Golfplatz gesperrt, dann fährt man durch den Ort. > auch Karte S. 46

## Hotel

### Hótel Valhöll

Tel. 480 7100 || [www.hotelvalholl.is](http://www.hotelvalholl.is)  
Charmantes, im Stil historischer isländischer Holzhäuser erbautes Hotel nahe der Kirche im Nationalpark. ●●●

### Am \*Laugarvatn 5

Umgeben von den einsamen und kargen Lavafeldern des Gjábakkahraun und Kahraun liegt der

»See der warmen Quellen« mit dem gleichnamigen kleinen Ort. An einer der Quellen namens Vígðalaug wurde der Sage nach 1550 der in Skálholt hingerichtete beliebte Bischof Jón Arason vor seiner Bestattung reingewaschen. Im Sommer erreicht der See durchaus Badetemperaturen: Heiße Quellen und die Sonne heizen ihn dann auf bis zu 20°C auf.

Lust auf ein **Schwitzbad** mit **Seeblick**? Direkt am Ufer des Laugarvatn lockt, in Höhe des Edda-Hotels Íkí (s.u.), das sehr typische **Gufubaðið** mit Thermal Dampf aus dem Erdinneren und einem Heißwasserbecken (Tel. 486 1235).

Echt gut!

Echt gut!

## Die interessantesten Museen

■ Das **Kunstmuseum** im Hafnarhús (Hafenhaus) in Reykjavík zeigt u.a. die Werke des von Surrealismus und Pop Art beeinflussten isländischen Künstlers Erró. > S. 46

■ Das ehemalige Wohnhaus von Halldór Laxness, **Gljúfrasteinn**, ist heute ein Museum. > S. 54

■ Das **Seefahrts- und Heimatmuseum** in Garðskagi bietet eine beachtliche, liebevoll gestaltete Sammlung von Motoren. > S. 61

■ Das einzigartige **Heringsmuseum** in Siglufjörður ist ein Hit: Es präsentiert anschaulich die Bedeutung von Heringsfang und -verarbeitung in früheren Zeiten. > S. 96

■ »Steinreich« ist Petra Sveinsdóttirs bunte und fröhliche **Mineralsammlung** in Stöðvarfjörður. > S. 106

■ Das **Gletschermuseum** in Höfn ist ein Muss für alle Fans von Kälte und Eis. > S. 107

■ Wenn man nur ein einziges volkscundliches Museum in Island besuchen kann, ist das **Skógasafn** in Skógar die allererste Wahl. > S. 116

## Hotel

### Edda-Hótel Húsmæðraskóli Íkí

Tel. 444 4820 || [www.hoteledda.is](http://www.hoteledda.is)  
Geöffnet 12. Juni bis 24. August. Sommerhotel, manche Zimmer mit Seeblick, gutes Restaurant und Sportmöglichkeiten wie Schwimmen und Golfen. ●●

## Camping

### Laugarvatn

Tel. 486 1155 || [tjaldo@simnet.is](mailto:tjaldo@simnet.is)  
Komfortabler, sehr gepflegter und empfehlenswerter Platz mit guter Anbindung. Mai–Aug. geöffnet.

## Restaurant

### Lindin

Laugarvatn || Tel. 486 1262

Für ländliche Verhältnisse erstaunlich gute Fisch- und Wildgerichte. Probieren Sie die herrliche frische Räucherforelle oder die Fischsuppe nach Art des Hauses. April–Sept. tgl. 11.30–22 Uhr. ●●

## Haukadalur

Das Thermalfeld namens »Haukadalur« ist vor allem für seine Geysire berühmt. Sehenswert sind auch die vielen Kalksinterbecken mit bläulich schimmerndem Wasser sowie Fumarolen und Schlammtpöfen.

### \*Stóri (Großer Geysir) 6

Er gab allen Springquellen der Welt den Namen: der Stóri oder Große Geysir am Fuß des Laugarfjall. Seit einem starken Erdbeben im Juni 2000 macht der Stóri nach fast 100-jähriger Pause wieder Versuche zu sprühen. Doch meist schafft er nur wenige Meter; vorbei die Zeiten, als die Fontäne über 60 m hoch stieg.

2

### \*\*Strokkur

Dafür erfreut der nur 100 m entfernte kleine Nachbar Strokkur (»Butterfass«) verlässlich die meist in Scharen versammelten Touristen mit hohen Fontänen. Etwas weiter westlich hat man von einem Aussichtspunkt einen **tollen Blick über das Hochtemperaturgebiet** (vulkanische Zone, in der über 150 °C heißes Wasser austritt) – und nachmittags, bei Sonne, das beste Fotolicht.

#### Info

#### Geysir Center

über **Hôtel Geysir** || Tel. 480 6800

[www.geysircenter.com](http://www.geysircenter.com)

Im Sommer tgl. 9–22 Uhr.

Hier kann man 3-D-Animationen von Vulkanausbrüchen, berstenden Gletschern und anderen Naturereignissen sowie eindrucksvolle Fotos ansehen.



Der Geysir Strokkur schleudert seine Fontänen oft bis zu 20 m in die Höhe

#### Hotel

#### Hôtel Geysir

Tel. 480 6800

[www.geysircenter.com](http://www.geysircenter.com)

Das Hotel im Blockhausstil mit Pool und rustikalen Zimmern oder Blockhütten sowie Restaurant bietet die seltene Chance, die Geysire morgens in Einsamkeit zu erleben. ●●—●●●

3

### \*\*Gullfoss 7

Besonders schön präsentiert sich der großartige Wasserfall abends, wenn die tief stehende Sonne die feine Gischt aus den Kaskaden in jenes goldfarbene Licht taucht, das dem Spektakel den Namen gab. Vom unteren Parkplatz führt ein glitschiger Weg bis an die Kante des kleinen Canyons – man sollte sich wasser-

Echt gut!



## Special

## Badespaß in Hot Pots und Lagunen

Dank der geothermischen Quellen und des reichlich vorhandenen Wassers findet man in Island viele Möglichkeiten, entspannende Bäder unter freiem Himmel zu nehmen. Schon in Reykjavík, das sich Spa-City nennt, kommen Sportler und Wellness-Suchende gleichermaßen auf ihre Kosten. Besonders reizvoll sind die etwas versteckteren kleinen warmen Quellen und die reizenden Schwimmbäder auf dem Land.

### Schwimmbäder

In Island gibt es jede Menge Schwimmbäder, in allen ist das Wasser wohltemperiert. Je größer der Ort, desto größer das Bad und die entsprechenden Anlagen, zu denen auch Saunen und Kinderbecken gehören. Doch auf die Größe kommt es gar nicht unbedingt an: In Reykjavíks Nachbar-

stadt **Seltjarnarnes** gibt es ein kleines, aber feines Bad mit hautfreundlichem Salzwasser, das auch die Hauptstädter sehr zu schätzen wissen.

Eine Attraktion ist Islands einziger Badestrand in **Nauthólsvík** südlich des Inlandsflughafens in Reykjavík. Geothermisch aufgeheiztes, 20°C warmes Wasser und künstlich aufgeschütteter goldgelber Sand machen den Reiz des Thermalstrands mit Duschen, Umkleiden und Restaurant aus.

#### ■ Seltjarnarneslaug

**Suðurströnd** || Tel. 561 1700  
Mo–Fr 6.30–022, Sa/So 8–20 Uhr.

#### ■ Strand von Nauthólsvík

**Nauthólsvegur** (südlich von Perlan),  
erreichbar über die Straße **Hlíðarfótur**)

Mitte Mai–Ende Aug. tgl. 10–20 Uhr,  
im Winter stark eingeschränkte  
Öffnungszeiten (Tel. 511 6630).

## Lagunen

Spätestens kurz vor dem Heimflug wird ein Besuch in Islands berühmtestem Badeparadies bei Grindavík auf dem Programm stehen. Erst nutzt ein Geothermalkraftwerk die örtlichen Thermalquellen zur Energieerzeugung, dann speist es das heiße Wasser in die **Blaue Lagune** ▶ S. 62 (Bláa Lónið). Zu jeder Jahreszeit kann man im großen Außenbereich im gut 40 °C warmen Nass baden. Algen und Kieselschlamm verleihen dem Wasser zudem Heilkraft. Für perfektes Wohlgefühl sorgen das attraktive Ambiente, gratis erhältliche Schönheitscremes, Dampfbad und Sauna im Innenbereich sowie ein großes Restaurant.

Was die Blaue Lagune im Süden ist, das ist die grüne im Norden bei Mývatn. **Mývatn Nature Baths** ▶ S. 91 bietet mineralhaltiges, wohltemperiertes Wasser, dem auch pflegende Wirkung zugeschrieben wird. Sehr reizvoll ist auch die umgebende Landschaft.

### ■ Blaue Lagune

Tel. 420 8800 ]] [www.bluelagoon.is](http://www.bluelagoon.is)  
Juni–Aug. tgl. 8–21, sonst 10–20 Uhr;  
mit dem Flybus ([www.re.is/DayTours/BlueLagoon](http://www.re.is/DayTours/BlueLagoon)) kann man gleich nach der Ankunft oder vor dem Heimflug an der Blauen Lagune stoppen, mit Abholung im Hotel in Reykjavík, Aufenthalt an der Lagune, Weiterfahrt zum Flughafen Keflavík.

### ■ Mývatn Nature Baths

östlich von Reykjavík  
Tel. 464 4411  
[www.jardbodin.is](http://www.jardbodin.is)  
im Sommer 9–24,  
sonst 12–22 Uhr.



## Heiße Quellen

Besonders reizvoll ist ein Bad in einer natürlichen Quelle, wie in **Landmannalaugar** ▶ S. 136 oder **Hveravellir** ▶ S. 132. Doch Vorsicht! Es gibt auch sehr heiße Quellen, deren Wasser Verbrennungen verursachen kann!

## Hot Pots

Es gibt sie in jedem Schwimmbad, doch einen besonderen Reiz haben Hot Pots – manchmal auch als Jacuzzi – in Hotels oder Hütten. In einigen sitzt man draußen auf der Terrasse und genießt den Blick wie im **Brimnes** ▶ S. 96 in Ólafsfjörður oder man leistet sich den Luxus und mietet die Suite im **Landhotel Rangá** in Hella ([www.hotelranga.is](http://www.hotelranga.is), ●●●) mit Hot Pot im Zimmer und Blick auf die Hekla während des Plantschens.

## Baderegeln

Vor dem Besuch im Schwimmbad duscht man *ohne* Badebekleidung, doch wenn Sie eine Sauna oder ein Dampfbad im Schwimmbad besuchen, müssen Sie die Badesachen anbehalten.