Wandern auf dem Laugavegur, Island (von Niclas Müller)

Hier ein paar Erfahrungen, für alle die sich auf den Weg machen wollen. Wer noch Fragen hat, kann mir gerne eine Nachricht schicken.

Zeit: Wir sind am 25.08.2013 in Landmanalaugar losgelaufen, was so ziemlich das Ende der Wandersaison in Island ist. Ein Woche später wäre vielleicht auch noch gegangen, aber dafür sollte man sich dann genauestens mit dem Busfahrplan vertraut machen und das Wetter beobachten (Schnee und so...).

Laufrichtung: Der Isländer läuft traditionell von Landmanalaugar nach Skogar und nicht anders herum. Lediglich die Deutschen machen das gerne anders, weil es der deutsche Reiseführer wohl so vorschlägt. Ist auch eigentlich wurscht.

Hütten vs Zelten: Hat man kein Zelt dabei sind die Hütten unbedingt vorher zu reservieren. Die Hütten werden von den Verbänden Utivist und Fi betrieben. Hat man ein Zelt dabei, muss man keine Reservierungen vornehmen außer für die Hütte auf dem Pass Fimmvörduhals, weil das Wetter hier extrem schlecht werden kann und Zelten deshalb nicht empfohlen ist. Auf dem Pass gibt es seit Herbst 2012 auch wieder zwei Hütten: Fimmvörduskali (Utivist) und Baldvinskali (Fi). Wasser gibt es dort oben wohl keins, also mitnehmen (z.B. von Basar).

Wetter: Wir hatten wohl einen etwas Nassen Herbst erwischt und in zwei Wochen nur 3 Tage ganz ohne Regen gehabt. An den anderen Tage wechselte sich Regen, Wolken und Sonne im 3 Stundentakt ab. Der Isländer hat wohl das ganze Jahr Aprilwetter scheint mir.

Furten: Vormittags haben die Flüsse weniger Wasser als Nachmittags wegen der Schneeschmelze wegen der Sonne. Wir sind aber auch am Nachmittag immer durch gekommen und das Wasser war maximal Kniehoch. Dennoch sollte man das Furten etwas überlegt angehen, weil das Wasser sau kalt ist, das Flussbett steinig und die Strömung nicht zu übersehen ist. Also Wanderschuhe zusammenknoten und um den Hals hängen, Furtenschuhe anziehen und einen Wanderstock in jede Hand. In den Fluss fallen kann man nicht empfehlen, weil nasse Ausrüstung bei schlechtem Wetter keinen Spaß macht.

Furtenschuhe: Wasserschuhe, Teva Wandersandelen und Crocks. Alles hat bestens funktioniert. Bei Crocks sei der Trick mit dem Extra-Band empfohlen:

Wanderstöcke: Drei von uns sind ohne gelaufen, drei von uns mit und alle waren zu frieden. Geschmackssache.

Zelt: Leicht, Windstabil und halbwegs geräumig sollte es ein. Wir hatten folgende Zelte dabei und keine Probleme damit bei einer Belegung mit je 2 Personen: JackWolfskin Kuppelzelt, Marmot Limelight 3 und Fjällräven Singi Lightwight 3. In den ersten beiden Zelten kann man durchaus zu sechst im Innenzelt sitzend Platz finden und währenddessen in der Apsis kochen. Das Singi Tunnelzelt hat dafür eine deutlich zu niedrige Sitzhöhe. Das Limelight ist eher ein Sommerzelt mit viel Mesh am Innenzelt und ist deswegen in windigen Nächten etwas kühler im Innenzelt. Das Singi hat ein "luftdichtes" Innenzelt und ein Außenzelt bis zum Boden. Damit ist es wärmer, hat aber auch deutlich mehr Probleme mit Kondensation in Windstillen Nächten. Die mitgelieferten V-Profil-Heringe aus Alu erweisen sich als brauchbar, haben aber Probleme im sandigen Boden. Es empfiehlt sich daher, die Heringe mit Steinen zu beschweren oder besser: Eine Expressschlinge mit >= 30 cm an die wichtigsten Abspannpunkte zu knoten und dann mit Steinen zu beschweren. An Steinen mangelt es übrigens selten in Island ;).

Schlafsack: Ich empfehle einen mit einer Komforttemperatur von 0°C oder darunter. Dazu eine Isomatte mit einem R-Wert von 3 oder größer. Ein paar extra Schlafsocken hat sich sehr bewährt.

Rucksack: Die Regenhüllen für den Rucksack schützen den Rucksack zwar halbwegs vor Regen, aber eben nur halbwegs. Alles was nicht nass werden darf muss auf jeden Fall nochmal in Wasserdichte Säcke oder Plastiktüten eingepackt werden. Das Regencover nervt auch irgendwie, weshalb mein nächster Rucksack wohl gleich ein Wasserdichter wird (z.B. von Exped). Unsere Rucksäcke hatten zwischen 50+15L und 75+15L und damit ausreichend Groß, je nachdem wie spartanisch die Packliste war.

Kleidung: Innen Merino außen GoreTex hat sehr gut funktioniert. Lediglich das Fleece zwischendrin stinkt nach einer Woche ganz gewaltig. Eine gute Regenjacke sollte selbstverständlich sein und auch an der Regenhose sollte nicht gespart werden, denn man wird sie u.U. sehr viel anhaben ;). Manche hatten (wasserdichte) Skihandschuhe dabei, was sich als angenehm herausgestellt hat.

Packliste: Meine Packliste habe ich nach der Tour nochmal überarbeitet und angehängt. Vielleicht hilfts ja jemandem.

Kochen und Essen: Morgens Müsli mit Milchpulver (Vollmilchpulver sollte es schon sein, das vanillierte für Babys war nicht so lecker) oder Porrage, Mittags Snacks und Abends Tütensuppen und ein warmes Gericht. Morgens und abends Tee dazu. Eine 500 g Gaskartusche pro zwei Personen ist ausreichen für 1,5 Wochen, obwohl wir keine größeren Anstrengungen zum Brennstoffsparen unternommen haben (kein Windschutz,...).

Sonstiges: Auch in Island ist es (entgegen anders lautender Berichte) Nachts Dunkel. Mindestens eine Stirnlampe pro Zelt ist Pflicht. GPS mit Islandkarte, Track und Waypoints für die Hütten ist gerade bei schlechtem Wetter ein Sicherheitsgewinn auf dem ansonsten gut markierten Weg.