



IJsland dagwandelingen

Een wandelvakantie op IJsland met 3 basiskampen in 3 totaal verschillende gedeeltes van IJsland; 3 nachten basiskamp in Þórsmörk aan de voet van de Eyjafjallajökull, 3 nachten basiskamp in topattractie Landmannalaugar en, last but not least, 4 nachten basiskamp op het schiereiland Hornstrandir in het noordwesten met spectaculaire vogelrotsen.

- Þórsmörk en de Eyjafjallajökull
- topattractie Landmannalaugar
- schiereiland Hornstrandir
- dagwandelingen zonder zware bepakking

Thorsmork of Þórsmörk

Na een vlucht van Amsterdam naar Reykjavík start onze reis met een verblijf in Þórsmörk of Thorsmork, een vallei aan de voet van de Eyjafjallajökull gletsjer. Dit is een prachtige uitvalsbasis voor een aantal uitdagende dagwandelingen zoals naar de Fimmvörðuháls.

De Eyjafjallajökull is bekend, beroemd en berucht door de uitbarsting in april 2010 die toen zo ongeveer het gehele vliegverkeer van Europa tot stilstand bracht.

Landmannalaugar

Landmannalaugar is absoluut een van de hoogtepunten van een bezoek aan IJsland, vanaf de camping maken een aantal spectaculaire en prachtige dagwandelingen. Een van de routes loopt over de top van de Blahnukur en verder zuidwaarts naar Skalli. Ook volgen we een gedeelte van het beroemde wandelpad naar de kust, de Laugavegur.

Een bad in de warme bron mag uiteraard niet ontbreken.

Hornstrandir

We sluiten de reis af met een bezoek aan Hornstrandir. We vliegen naar Isafjördur en per boot gaan we naar Hornvík. De fjordwanden zijn opgebouwd uit vele oude gestolde lavalagen met daar tussen vaak zachtere, wegslijtende gesteentes. Zodoende bieden deze rotswanden ideale nestmogelijkheden voor tienduizenden zeevogels, waaronder alken, noordse stormvogels en drieteenmeeuwen.

Bekijk [hier de foto's](#) (externe link).

Het gaat hier om een avontuurlijke en voor Nunatak een experimentele reis. Er zijn diverse factoren die onderweg onze reisplannen kunnen beïnvloeden, hoe goed de reis ook is voorbereid. Onderstaande reisbeschrijving geeft de hoofdlijnen van de reis weer. De reisleiding kan zich echter genoodzaakt zien om tijdens de reis verschuivingen in het geplande programma aan te brengen.

dag 1 Amsterdam - Reykjavík

Een rechtstreekse vlucht van zo'n drie uur brengt ons naar de internationale luchthaven van Reykjavík in het uiterste zuidwesten van IJsland. Zit het weer mee dan kunnen we een groot deel van Zuid-IJsland vanuit de lucht prachtig zien liggen. Transfer van het vliegveld Keflavík naar het 50 km verderop gelegen Reykjavík, waar we op een camping overnachten.

dag 2 bus Reykjavik - Þórsmörk

's Ochtends vertrekt vanaf het busstation de touringcar naar Þórsmörk. Er staan verschillende hutten en er is een camping waar we zullen overnachten.

Na aankomst gaan we op pad voor onze eerste wandeling naar de Stakkholtsgjá kloof en de waterval.

dag 3 verblijf Þórsmörk

Vandaag klimmen we 1000 meter omhoog (en omlaag) naar de Fimmvörðuháls pas tussen de Eyjafjallajökull en Mýrdalsjökull gletsjers.

dag 4 verblijf Þórsmörk

Vandaag maken we een mooie dagtocht in de omgeving van ons kamp.

dag 5 bus Þórsmörk - Hella

Na een laatste ochtendwandeling rijden we 's middags met de lokale bus naar Hella, waar we op de camping overnachten.

dag 6 bus Hella - Landmannalaugar

Met een speciale bus rijden we vlak langs de Hekla het binnenland in. Onderweg rijdt de bus door rivieren en over steile passen, de gehele weg is onverhard.

Aangekomen in Landmannalaugar zetten we onze tenten op en gaan meteen op pad voor onze eerste wandeling door de Vondugil en bovenlangs Sudurnamur terug naar het kamp.

Landmannalaugar ligt midden in een vulkanisch actieve zone. Het heeft vele bont gekleurde fumarolen en solfatoren. "Laugar" betekent warme bron. Naast de toeristenhut stroomt een beekje dat op verschillende plaatsen gevoed wordt door warme bronnen. Hier komt de zwembroek dus van pas. Door dichterbij of verder van de bronnen te gaan, kun je de prettigste watertemperatuur vinden.

Het gebied ligt "onder de rook" van de Torfajokull, een van de weinige vulkanen die vrijwel steeds zure lava (rhyoliet) vormt. De rhyoliet heeft een karakteristiek roestrode kleur. Deze afzettingen zijn van voor de laatste ijstijd. Sindsdien zijn er verschillende andere tijdens de laatste ijstijd ontstaan bij erupties onder ijs, Bláhnákur ("Blauwe Top") en de Brennisteinsalda ("Zwavelheuvel"). De eigenaardige kleur van de Bláhnákur is te danken aan de aanwezigheid van perliet, een vulkanisch glas. De lavavelden Laugarhraun (achter de hut), Namshraun en Nordurnamshraun zijn ontstaan in de kolonisatieperiode. Vooral de Laugarhraun bevat veel obsidiaan. Dit is donker gekleurd vulkanisch glas met de eigenschap dat het licht dubbel breekt.

Hoewel minder in het oog springend dan de geomorfologie, is ook de vegetatie in Landmannalaugar interessant. Het gebied ligt tussen de 500 en 1000 meter hoogt. Het klimaat is vergelijkbaar met dat van de hooglanden in het binnenland, zij het minder droog. In de Laugarhraun groeien dan ook arctisch(c)alpine planten zoals de kruidwilg *Salix herbacea* en de heideachtige *Cassiope hynoides*. De laatstgenoemde soort heeft, afgezien van de klokvormige bloempjes, precies dezelfde groeivorm als het op vergelijkbare plaatsen groeiende haarmos *Polytrichum alpinum*. Een dergelijke gelijkenis tussen een hogere plant en een mos is vrijwel uniek in de plantenwereld. Langs de rivier liggen enkele laagveentjes met Scheuchzer's wollegras, de stersteenbreek (*Saxifraga stellaris*) en het felgroene mos *Philonotis fontana*. In de warme bronnen is enkele jaren geleden een primitieve soort bacterie (een zgn. Archaeobakterie) ontdekt die kan leven bij temperaturen van bijna 100 graden Celsius. Deze soort kan misschien aanwijzingen geven over het eerste leven dat zich op aarde heeft ontwikkeld.

dag 7 verblijf Landmannalaugar

In de omgeving van Landmannalaugar zijn een aantal gemarkeerde routes uitgezet. Een van de routes loopt over de top van de Blahnukur en verder zuidwaarts naar Skalli. Langs Vorduhnukur en Kjaftalda lopen we terug naar Landmannalaugar. Duur wandeling 6 tot 7 uur.

Indien het te hard waait kiezen we een andere route.

dag 8 verblijf Landmannalaugar

Vandaag volgen we een gedeelte van het beroemde wandelpad naar de kust, de Laugavegur. Vanaf de camping steken we door het lavaveld heen en klimmen omhoog langs de Brennisteinsalda richting Hraftinussker. Afhankelijk van de weersomstandigheden lopen we totaan Stórhver en keren gedeeltelijk terug via een andere route over de Háalda. Duur wandeling 6 tot 7 uur.

dag 9 bus Landmannalaugar - Reykjavik

Vanochtend kun je nog op pad voor een laatste wandeling of een laatste bad in de warme bron. `s Middags (vertrek 1330 uur) rijden we over de spectaculaire bergroute terug naar Reykjavik (aankomst 1745 uur).

Overnachting op de camping.

dag 10 Reykjavik - Isafjördur

Een vlucht van een uur brengt ons naar het plaatsje Isafjördur in het fjordengebied van Noordwest IJsland.

Na aankomst maken we of meteen een wandeling op de Ernir (berg achter het vliegveld) of nadat we de tenten op de camping in Isafjördur hebben opgezet een wandeling in het Hnífsdalur achter de stad. Duur van de wandeling 4 tot 6 uur.

dag 11 Isafjördur - Hornvik

Vandaag varen we langs de spectaculaire kust in zo'n 3 uur van Isafjördur (vertrek in de ochtend, afhankelijk van de boot beschikbaarheid) naar de baai van Hornvik. Nadat we onze tenten hebben opgezet gaan we op pad voor een mooie wandeling in de omgeving van het kamp. Duur wandeling 3 uur.

Het uiterste noordwesten van IJsland bestaat uit een bergachtig plateau-landschap, waarin tot 500 meter diepe fjorden zijn uitgeschuurd door gletsjers uit de laatste ijstijd. De zware branding van de oceaan heeft de plateau-randen van de fjorden bewerkt tot loodrecht oprijzende rotswanden. De fjordwanden zijn opgebouwd uit vele oude gestolde lavalagen met daar tussen vaak zachtere, wegslijtende gesteentes. Zodoende bieden deze rotswanden ideale nestmogelijkheden voor tienduizenden zeevogels, waaronder papegaaiduikers, noordse stormvogels en drieteenmeeuwen. Al tijdenlang is het gebied, waar wij aan land gaan, vrijwel onbewoond geweest en daardoor geeft het landschap en de vegetatie een goed beeld van hoe IJsland er hier uitzag voor de komst van de Vikingen.

dag 12 verblijf Hornvik

De spectaculairste vogelrotsen zijn die van Hornvik, ons doel voor vandaag. Om bij de rotsen te komen moeten we een of meerdere rivieren doorwaden en een pittige klim maken van 350 meter om van bovenaf de nesten te kunnen zien. De smalle richels zitten vol zeekoeten en drieteenmeeuwen. Duur wandeling 6 tot 7 uur.

dag 13 verblijf Hornvik

Door de grote hoeveelheid nestelende vogels is de kans om poolvossen te spotten erg groot. Vaak zijn deze dieren nauwelijks bang van mensen. Vandaag maken we een mooie wandeling landinwaarts naar de pas richting Veidileysufjördur. Duur wandeling 6 tot 7 uur.

dag 14 boot terug naar Isafjördur

Voordat de boot ons weer oppikt (vertrek rond de middag, afhankelijk van de boot beschikbaarheid) maken we nog een korte wandeling. We varen dezelfde route langs de kliffen terug naar Isafjördur. Misschien tijd voor een douche op de camping?

dag 15 vlucht Isafjördur - Reykjavik

Terugvlucht (in principe `s ochtends) naar Reykjavik en een middagje sightseeing in de stad.

dag 16 Reykjavik

Vrij te besteden dag in Reykjavik.

dag 17 Reykjavik - Amsterdam

Met een vlucht terug naar Amsterdam.

Data

Heen	Terug	Prijs	Ticket vanaf
08 aug 2025	24 aug 2025	€ 3095	inclusief

[Boeken](#) [Optie](#)

Bij de prijs inbegrepen

- * retourvlucht Amsterdam-Reykjavik inclusief luchthavenbelasting en brandstofheffing (op basis van beschikbaarheid, indien het laagste tarief niet meer beschikbaar is volgt er een vluchttoeslag)
- * binnenlandse retourvlucht Reykjavik-Isafjördur (op basis van beschikbaarheid, indien het laagste tarief niet meer beschikbaar is volgt er een vluchttoeslag)
- * luchthaven transfers
- * alle overige (groeps-)transport tijdens de reis per boot en bus
- * drie maaltijden per dag tijdens de trekdagen
- * gebruik van keukengerei (ook bestek, bord, etc.)
- * alle overnachtingen in tweepersoonstenten
- * entree nationale parken
- * Nederlandse reisbegeleiding
- * medicijn- / EHBO-kit
- * online voorbereidingsbijeenkomst
- * reserveringskosten
- * bijdrage Reisgarantieregeling VZR Garant

Niet bij de prijs inbegrepen

- * maaltijden wanneer niet op trek. Voor de avondmaaltijden, lunches en ontbijten in Isafjordur, Reykjavik en Hella moet je rekenen op ± € 200,-- tot € 250,--
- * persoonlijke uitgaven, souvenirs, frisdranken en alcoholica (duur)
- * reis- en annuleringsverzekering
(voor deze reis heb je een bergsport/bijzondere sporten reisverzekering nodig)
- * toeslag eenpersoonstent € 80,--
- * wijzigingskosten € 35,--
- * vervoer naar en van Schiphol

Groepsgrootte

Minimaal 7 reizigers
Maximaal 12 reizigers

De reis kan vanaf 6 reizigers gegarandeerd worden, er is dan een toeslag van € 125,-- p.p.

Tijdsverschil

Het is in IJsland een uur vroeger dan bij ons.

Geld

Het overgrote deel van de direct noodzakelijke uitgaven op IJsland is bij de reissom inbegrepen: denk aan alle vervoer, alle overnachtingen volgens programma en bijna alle maaltijden. Niet inbegrepen zijn de uitgaven voor consumpties onderweg, de maaltijden in Isafjordur, Selfoss, Reykjavik, souvenirs e.d. reken in ieder geval op een bedrag tussen de € 200,-- en € 250,--. Op Keflavik Airport kun je pinnen of Euro's omwisselen in kronen. Het is handig om voor onverwachte uitgaven altijd wat contant geld bij je te hebben. Dit kan in de vorm van Euro's. Het gebruik van creditcards is in IJsland wijdverbreid en populair.

Benodigde reisdocumenten

Paspoort of identiteitskaart, geldig tot na verblijf.

Vaccinaties en corona

Voor IJsland geldt geen vaccinatieplicht.

Ben je volledig gevaccineerd tegen corona en zit er 14 dagen tussen je laatste prik en het vertrek van de reis dan kun je zonder verdere voorwaarden naar IJsland reizen.

Het gele vaccinatie boekje wordt onder andere als bewijs geaccepteerd.

Kun je aantonen dat je besmet bent geweest met COVID-19, ook dan kun je naar IJsland reizen.

Voldoe je niet aan 1 van bovenstaande voorwaarden. Dan moet je een negatieve COVID-19-testuitslag laten zien voor vertrek naar IJsland. Deze mag niet ouder zijn dan 72 uur. Bij binnenkomst moet je nogmaals een test doen en meteen in quarantaine gaan tot minimaal de 5de dag na binnenkomst. Dan doe je weer een test. Als ook deze test negatief is dan is de quarantaine afgelopen en kun je door IJsland reizen.

Deze reisvoorwaarden gelden in ieder geval t/m 1 juli 2021.

Wijzigingen op de regels blijven mogelijk.

Lees [hier](#) meer over de corona test nodig voor IJsland.

Lees [hier](#) meer over reizen in corona tijd.

Paklijst/uitrusting

Kampeerausrusting die wordt verzorgd door Nunatak:

- twee of eenpersoonstenten
- grote basiskamp tent
- branders, kooktoestellen en accessoires
- pannen, voorraaddozen en ander keukengerei
- bestek, mok en bord (lichtgewicht en onbreekbaar).

Hieronder vind je een paklijst voor de rugzaktrekking naar IJsland. Uit de uitgebreidheid van onderstaande lijst valt op te maken dat we veel belang hechten aan een goede keus van mee te nemen kleding, uitrusting e.d. Het is echter niet noodzakelijk om nieuw aan te schaffen. Vaak kan volstaan worden met artikelen die al in je bezit zijn en min of meer aan de gestelde eisen voldoen. De laatste dingen om op te bezuinigen zijn goede schoenen, uitstekende wind- en regenkleding en een slaapzak / mat van goede kwaliteit.

Kleding

- ~ Ondersokken
- ~ Sokken/kousen 2 paar
- ~ Ondergoed
- ~ Thermo ondergoed
- ~ T- shirts (2)
- ~ Fleece vest
- ~ Body warmer
- ~ Korte broek
- ~ Trekking broek (2)
- ~ Regenjas (Gore-tex)
- ~ Regenbroek
- ~ Gamaschen
- ~ Onderhandschoenen
- ~ Handschoenen
- ~ Wandelschoenen
- ~ Sandalen of gympen
- ~ Pet / shawl
- ~ Muts

Slaapspullen

- ~ Slaapmatje
- ~ Slaapzak
- ~ Lakenzak
- ~ Opblaaskussentje
- ~ Waterdichte slaapzakhoes
- ~ Vuilniszak om slaapzakhoes

Diversen

- ~ Elastiekjes [dikke]
- ~ Zakmes
- ~ Snacks / trailfood als opkikker voor onderweg
- ~ Dagboek [schrift]+ pennen
- ~ Leesboek of puzzelboekje
- ~ Reserve veters

- ~ Zitlap
- ~ Naaispullen
- ~ Plastic zakken
- ~ Plunjebaal of flightbag
- ~ Hangslotje
- ~ Rugzak voor de wandelingen min. 35 liter
- ~ Fototoestel
- ~ Siggfles, thermoskan of plastic fles
- ~ Spanbandjes
- ~ Zonnebril / gletsjerbril
- ~ Rugzakhoes
- ~ Anti muggenolie
- ~ Reserve bril / lenzen
- ~ Loopstokken

Toiletartikelen

- ~ Zeep
- ~ Shampoo [klein flesje]
- ~ Tandeborstel
- ~ Tandpasta
- ~ Lip care
- ~ Klein doosje nivea of uiercrème
- ~ Zonnebrand
- ~ Kam of borstel
- ~ Toiletpapier
- ~ Dunne handdoek

Persoonlijke medicijnen

- ~ Iboprufeen 400mg
- ~ Paracetamol
- ~ Sporttape
- ~ Second skin
- ~ Sterilon
- ~ Pleisters
- ~ Zovirax

Papieren

- ~ Paspoort
- ~ Reisverzekering
- ~ Ziektekostenverzekering
- ~ Geld
- ~ Waterdicht documentenmapje

Voor sommige zaken is het voldoende als er één of twee exemplaren meegaan, b.v. een naaisetje. Voor veel andere dingen beslist niet meer dan wat minimaal nodig is, b.v. zonnebrandolie. Voor alles is de stelregel; zo weinig mogelijk en zo licht mogelijk, want je krijgt nog een fiks gewicht aan eten, tenten en ander materiaal bij.

Hieronder zullen we nog wat verder ingaan op verschillende artikelen op de paklijst:

- I Rugzak en verpakkingsmiddelen
- II Schoeisel

III Kleding

IV Slaapzak e.d.

V Diverse gebruiksartikelen

VI Toiletartikelen

VII Middelen ter bescherming van huid, ogen e.d.

VIII Voor verwondingen, ziekte etc.

IX Fotoapparatuur

X Overig

I. Tassen, rugzak e.a. transport verpakkingsmiddelen

- * een stevige grote plunjebaal/tas (minimaal 65 liter)
- * rugzak voor de dagwandelingen
- * een aantal nylon of pvc zakken, bij voorkeur met sluiting en in verschillende kleuren, deze maken het mogelijk je rugzak te organiseren, tevens om je spullen min of meer waterdicht te verpakken
- * portemonnee, heuptasje, heupgordel of etui met koord voor kostbare papieren zoals paspoort, verzekeringskaarten, geld e.d.
- * tas voor fotoapparatuur.

II. Schoeisel een paar bergschoenen van stevige kwaliteit:

- * goed profiel en stevige zool
- * bij voorkeur hoge schacht voor bescherming en steun van de enkels
- * goede pasvorm (ook bij dikke sokken)
- * redelijk ventilerend en waterdicht (goretex etc.); een paar sportschoenen en/of all terrain sandalen (Teva of Crocs etc.), te gebruiken bij doorwadingen van beken en rivieren en rond de tent. In ieder geval licht van gewicht, sneldrogend, goed profiel. Verder kan gedacht worden aan middelen om schoenen waterdicht te houden (leervet, snowseal etc.), extra veters en gamaschen.

III. Kleding

- * regenkleding, jas en broek (van uitstekende kwaliteit), licht gewicht en goed ventilerend of ademend (goretex etc.)
- * 2 lange broeken: ruimzittend, sterke kwaliteit, donker van kleur en sneldrogend (een spijkerbroek minder bruikbaar en een trekkingbroek uitstekend); wellicht warme joggingbroek.
- * diverse T shirts en warmteondergoed (lange mouw)
- * 1 of 2 fleeces
- * ondergoed
- * (dunne) handschoenen
- * muts en shawl
- * zwemkleding (denk aan warmwaterbronnen en de zwembaden)
- * sokken van bv. 60% wol en 40% kunststof.

IV. Slaapzak e.d.

- * goede kwaliteit slaapzak met vulling van dons of kunststof; de slaapzak moet voldoende warmte bieden bij temperaturen rond het vriespunt; eventueel een lakenzak
- * slaapmatje. Goede isolatie, tegen optrekkende koude vanonder op dit is m.n. bij donzen slaapzakken van belang, ligcomfort, bij kamperen op rotsige en/of oneffen grond; het beste zijn zelfopblazende matten van gesloten cel structuur (ThermaRest) Bij voorkeur geen volumineuze matten i.v.m. ruimtebeslag.

V. Diverse gebruiksartikelen

- * zakmes
- * waterfles
- * zitmatje (vochtwerend, isolerend en licht van gewicht).

VI. Toiletartikelen

- * zeep, bij voorkeur desinfecterend, fosfaatvrij en biologisch afbreekbaar
- * shampoo, douchegel (zie hiervoor);
- * handdoek, donker van kleur en niet te dik/groot i.v.m. snelle droging;
- * toiletpapier, scheergerei
- * verder wat een ieder zoal noodzakelijk acht.

VII. Middelen ter verzorging en bescherming van huid, ogen etc.

- * zonnebrandmiddel
- * goede zonnebril/gletsjerbril, ter bescherming tegen fijnstufzand en uv-straling ook met koord zodat hij niet bij plotselinge bewegingen kapot valt
- * bril of lenzen maar in beide gevallen een reservebril
- * brillenkoker, lenzendoosje en schoonmaakspullen
- * blistex of andere lippenbescherming
- * handcrème Opmerking m.b.t. lenzendragers: fijn lavazand en stuifzand kunnen een probleem zijn, lenzen niet met gletsjerwater reinigen.

VIII. Voor verwondingen, ziekte etc.

- * elementaire EHBOset: hansaplast, leukoplast, steriel gaas, betadine etc.,
- * specifieke medicijnen voor persoonlijk gebruik
- * paracetamol (alg. koortsverlagend, pijnstillend)
- * sporttape of breed leukoplast
- * eventueel steunverband voor enkel en/of knie;
- * eventueel second skin tegen blaren en schaafwonden (Compeed);
- * voor de spieren: SRLgelei (homeopathisch); in mindere mate tijgerbalsem of Midalgan;
- * Arnicazalf tegen zwellingen, verstuikingen en gewrichtspijn.

IX. Fotoapparatuur

- * apparatuur naar behoefte, schokbestendige draagtas, heuptas etc.;
- * lensreiniging, borsteltje etc.;
- * reserveaccu's

X. Diversen

- * favoriete snacks / trailfood als opkikker voor onderweg.

Neem een snack per dag mee, suggesties: chocolade, muesli- of energierepen, ontbijtkoek, kruidkoek en vergelijkbare alternatieven, noten, gedroogd fruit, sultana's. Heb je tussendoor meer energie nodig, dan kun je meer meenemen.

Maaltijden

Bijna alle maaltijden tijdens de reis zijn inbegrepen, met uitzondering van de maaltijden in Isafjordur, Selfoss en Reykjavik. Tijdens de trek zal gebruik gemaakt worden van uit Nederland meegebrachte basisingrediënten en voorraden. Het spreekt voor zich dat de maaltijden qua hoeveelheid en calorieën aangepast zijn aan de fysieke inspanningen en aard van deze reis.

Verzekeringen

Het afsluiten van een adequate reisverzekering stellen wij verplicht. Een annuleringsverzekering raden wij sterk aan. Beide verzekeringen kun je [regelen via ons](#) of via je eigen verzekeringsmaatschappij. Indien de reisverzekering wordt afgesloten via derden dan dien je voor vertrek volgende gegevens door te geven, bij welke verzekeringsmaatschappij je verzekerd bent, je polisnummer en het alarmnummer. Mocht zich tijdens de reis een probleem voordoen dan kunnen de reisleiding en Nunatak snel handelen.

Categorie 3

De dagwandelingen hebben een gemiddelde lengte van 15 à 20 km. Na aankomst in het kamp gaan we, afhankelijk van de aankomsttijd, meteen op pad voor een mooie wandeling.

Ook in de ochtenden voor de volgende transfer maken we van de gelegenheid gebruik om een mooie wandeling te maken.

Er wordt in rustig tempo gelopen, zodat we de tijd hebben om te genieten van de indrukwekkende natuur om ons heen. De stijging of daling per dag is meestal niet meer dan enkele honderden meters. Op de eerste tocht treffen we een aantal pittige stijgingen tegen vrij steile berghellingen met een maximale stijging van 400 meter achter elkaar. Op sommige dagen tijdens de tweede tocht kruist de route een aantal erosiegeulen die tientallen meters diep kunnen zijn en waar we steeds in en uit moeten klimmen. Sneeuw en rul, rotsig of zompig terrein maakt de route plaatselijk zwaar. Onderweg doorwaden we een aantal ijskoude gletsjerrivieren. Meestal is de doorsteek kort en reikt het water niet meer dan kniehoog, een enkele keer tot kruishoogte.

Tot slot speelt de wisselvalligheid van het weer een belangrijke rol bij de zwaarte van de tocht. De maaltijden worden door de deelnemers klaargemaakt. We verwachten van de deelnemers een coöperatieve instelling naar elkaar en naar de groep als geheel.