

- un leggero equipaggiamento di salvataggio dalle valanghe è consigliabile per gli scalatori invernali e per gli sci alpinisti.
- bastoncini da sci (o regolabili da escursione) possono essere utili.
- la luce abbagliante del sole artico richiede buoni occhiali ed una crema protettiva.

Si tenga presente che la combinazione del forte vento e del nevischio, seguito dall'abbassamento della temperatura, richiedono un solido equipaggiamento ed un telo incerato così che gli indumenti e l'attrezzatura non si bagnino e successivamente gelino.



Un tipico picco (corno) formato da fiumi di lava erosi.
Nuove vie invernali sono state recentemente aperte sul Lambatindur.

(foto: Ari Trausti Guðmundsson)

13. INDIRIZZI UTILI

** Club Alpino:

ÍSLENSKI ALPAKLÚBBURINN (ÍSALP)

Club Alpino Islandese

Mörkin 6 Post Box 1054 - 121 Reykjavík

Telefono. 5811700

Informazioni limitate sulle attività del club, sugli itinerari e sulle montagne è possibile ottenerle per posta (o sul sito internet www.isalp.is - ndt).

Questo libretto può essere ordinato per posta all'ÍSALP

** Club escursionistici e hiking club:

Ferðafélag Ísland

Touring Club Islandese

Mörkin 6 - 108 Reykjavík

Telefono: 5682533 Fax: 5682535

Questo libretto può essere ordinato a FÍ per posta o fax (vedi www.fi.is - ndt).

Útivist

Attività all'aria aperta

Hallveigarstígur 1 - 101 Reykjavík.

Telefono 5614330 Fax: 5614606

Questo libretto può essere ordinato a Útivist per posta o fax (vedi www.utivist.is - ndt).

Questi club hanno uffici aperti ai quali ci si può rivolgere per ottenere informazioni in merito ai tour in programma, all'organizzazione del club, ai rifugi (incluso le prenotazioni), ai tour guidati (in Islandese) e ad altre attività.

** altri proprietari di rifugi (esclusi quelli privati):

Jöklarannsóknafélag Íslands

Iceland Glaciological Society

Post Box 5128 - 125 Reykjavík

Ferðaklúbburinn 4x4

Il club dei viaggiatori proprietari di veicoli 4x4

Mörkin 6 - 108 Reykjavík

Telefono: 5684444.

Il primo (Iceland Glaciological Society) possiede le capanne sulle calotte di ghiaccio a Jökulheimar; il secondo possiede alcuni rifugi posizionati nelle vicinanze del Langjökull e a sud del Hofsjökull .

**** Squadre di salvataggio:**

Landsbjorg

L'associazione delle squadre di salvataggio Islandesi
Stangarhylur 1 - 110 Reykjavík
Telefono: 5874040 Fax: 5874010
CHIAMATE DI URGENZA Telefono: 5627111
REGISTRO PER GLI SCALATORI Telefono: 5686068
Questo libretto può essere ordinato al Landsbjorg per posta o fax.

Slysavarnafélag Islands

L'Associazione Nazionale di salvataggio
Grandagarði 14 - 101 Reykjavík
Telefono: 5627000 Fax: 5627027
CHIAMATE DI URGENZA Telefono: 5627111

Altre informazioni sono disponibili presso l'Icelandair, presso i Tour Operator e le agenzie di viaggi.

**** negozi sportivi di montagna:**

Skátabúðin

Snorrabraut 60 - 101 Reykjavík
Telefono: 6512045 Fax: 5624122

Útilif

Álfheimar 74 - 104 Reykjavík
Telefono: 5812922 Fax: 5814517

Ægir (Seglagerðin Ægir nell'elenco del telefono)

Eyjaslóð 7 - 101 Reykjavík
Telefono: 5621780 Fax: 5623853

Fálkinn

Suðurlandsbraut 8 - 105 Reykjavík
Telefono: 5814670 Fax: 5813882

Nessuno di questa tipologia di negozi esiste fuori Reykjavík e questi quattro sono forniti delle migliori marche esistenti sul mercato. I negozi sportivi generici presenti nelle piccole città o nei villaggi o gli spacci dei dipartimenti sportivi possono supplire alla fornitura di articoli sportivi di uso comune.

14. GUIDE E MAPPE

Guide o guide stradali sull'Islanda in lingua straniera (principalmente inglese, tedesco e francese) non hanno sezioni complete sull'alpinismo o sull'ascensione. La maggior parte di esse contengono preziose informazioni ma di carattere generico sugli altipiani, sul tempo e sui mezzi di trasporto in Islanda.

In alcuni casi i libri presentano immagini eseguite da scalatori, per esempio del Vatnajökull ("Ice and Fire" di Hjálmar R. Bárðarson, "Vatnajökull" di Sigurður Þórarinnsson e Gunnar Hannesson e "The other side of Iceland" di Ari Trausti Guðmundsson e Hreinn Magnússon e "Iceland from above" di Bjorn Rúriksson).

Le principali guide in Islandese sono d'uso veramente limitato per gli scalatori stranieri così come per l'unico moderno manuale di ascensione e alpinismo ("Fjallamennska" di Ari Trausti Guðmundsson e Magnús T. Guðmundsson, 1983).

Una selezione di guide in lingua straniera si può trovare nelle maggiori librerie di Reykjavík e delle città più grandi.

Le mappe (1:25.000 - 1:250.000) di ogni angolo dell'Islanda sono facilmente reperibili. Difetto di alcune di loro è l'inesattezza ma in generale sono comunque sufficienti e migliorano di anno in anno.

Le informazioni sono disponibili presso il Geodetic Survey in Laugavegur 178 - 105 Reykjavík, Telefono: 5681611 Fax 5680614 e gli ordini (riferiti al numero del foglio) possono essere fatti direttamente presso il loro ufficio vendite. La maggior parte delle librerie e molte stazioni di servizio hanno una varia selezione di carte e guide

15. NOTE SUI PICCHI, SUGLI ITINERARI E SU QUALCHE PICCO INVOLATO

Segue una lista di alcune delle sommità e dei picchi principali già conquistati:

- **Hvannadalshnúkur**; 2119 m. molti lunghi itinerari di neve/ghiaccio di gradi differenti.
- **Bárðarbunga**; 2010 m. un ghiaccio che copre una caldera; interessante lungo itinerario da Ovest.
- **Hrútsfjallstindar**; 1875 m. molti lunghi itinerari di alto livello.
- **Kverkfjöll**; 1920 m. un vulcano ghiacciato; facile ma lunga ascensione.
- **Pumall**; 1275 m.; una torre di roccia; IV. grado e superiore
- **Skarðatindur**; 1385 m.; varie duri e lunghi itinerari.
- **Heljargnipa; il versante Nord del Öræfajökull**; 1575 m. un lungo avvicinamento ed un lunga ascensione su ghiaccio di 3/4 grado.
- **Snæfell, syðra**; 1380 m. una complicata e lunga ascensione su ghiaccio di medio grado.
- **Pverártindsegg**; 1540 m. lunghe vie di diverso tipo.
- **Birnudalstindur**; 1450 m. un'ascensione lunga e facile nella neve.
- **Grasgiljatindur**; 1350 m. un'ascensione lunga e facile nella neve.
- **Eystrahorn**; 716 m. varie ascensioni piuttosto lunghe su roccia granitica.
- **Vestrahorn**; 888 m. varie ascensioni piuttosto lunghe su roccia granitica
- **Jökulgilstindur**; 1313 m. un alto e remoto picco ghiacciato, relativamente facile l'ascensione.
- **Búlandstindur**; 1030 m. l'itinerario normale è una facile arrampicata su roccia.
- **Dyrfjöll**; 1136 m. itinerari lunghi e piuttosto facili su roccia.
- **Snæfell, nyrðra** 1833 m. un alto vulcano con facili e medi itinerari.
- **Porvaldstindur**; 1510 m. un alto punto su un orlo di una caldera; facile arrampicata su roccia.
- **Herðubreið**; 1678 m. un'alta montagna; l'itinerario normale è una lunga e facile arrampicata su roccia e firm climb ma molto ripida e incline a franare.
- **Kerling**; 1520 m. l'itinerario normale è molto facile ma lungo.
- **Hraundrangi**; 1040 m. una torre di roccia; IV. grado di difficoltà o una dura ascensione mista in inverno.
- **Lambatindur**; 840 m. l'itinerario normale è una facile arrampicata o anche una difficoltosa ascensione invernale.
- **Kaldbakur**; 1020 m. uno facile arrampicata su roccia.
- **Snæfellsjökull**; 1446 m. una facile ascensione su neve ma sulla sommità una torre di 1/2 grado su ghiaccio.
- **Örninn, Snæfellsnes**; 778 m. itinerari di standard medio invernali.
- **Skessuhorn**; 967 m. la cresta di nord-est è un'ascensione su roccia di II/III grado. ma gli itinerari invernali più duri sono sulla parete nordoccidentale.
- **Heiðarhorn**; 1053 m. itinerari duri invernali sulle pareti nord.
- **Eiríksjökull** ; 1675 m. un'ascensione lunga e facile.
- **Geitlandsjökull**; 1400 m. un'ascensione lunga e facile.
- **Snækollur, Kerlingafjöll**; 1460 m. una direttissima su neve.
- **Þorisjökull**; 1350 m. un'ascensione lunga e facile.
- **Syðstasúla**; 1023 m. itinerari normali molto semplici e molti e duri itinerari invernali possibili.
- **Hlöðufell**; 1:188 m. l'itinerario normale è una facile ma ripida arrampicata su roccia, anche invernale.
- **Hekla**; 1500 m. itinerari facili, parzialmente su neve.
- **Ýmir, Tindfjöll**; 1462 m. facile ascensione di I grado su neve e ghiaccio.

- **Eyjafjallajökull**; 1666 m. vari itinerari lunghi ma facili e una occasione per arrampicarsi sul ghiacciaio di Gígjökull a portata di mano. I fianchi superiori di ghiaccio si sono uniti con il ghiacciaio fornendo lunghi ed interessanti itinerari Alpini.

In aggiunta a questi itinerari già descritti esistono itinerari mai percorsi, specie in ascensioni invernali. Alcune torri di roccia o picchi isolati sono ancora inviolati ma la maggior parte di essi si classificano come sommità secondarie. Tutte le 50 cime al disopra dei 1400 m. sono state scalate.



Il magnifico Hrótsfjallstindar, offre varie e lunghe vie di media ed alta difficoltà.

(foto: Hreinn Mangnúsón)

La maggiore concentrazione di sommità ed itinerari inviolati si trovano nel lontano nord-ovest (Vestfirðir), sulla enorme penisola di Tröllaskagi nel nord e nei fiordi orientali (Austfirðir). Le prime ascese dovrebbero essere segnalate a ÍSALP per la registrazione.

16. ALCUNE REGOLE IMPORTANTI DA OSSERVARE

Sono state stilate due serie di regole: una, generica, è per i viaggiatori; l'altra per gli scalatori. Entrambe vanno tenute presenti.

*** il codice del viaggiatore ***

(dal Consiglio per la Tutela della Natura)

1. Lasciare le aree di campeggio così come desiderereste trovarle
2. Mai seppellire i rifiuti o sparpagliarli nei dintorni
3. Non accendere fuochi sulla vegetazione
4. Non spostare o ammassare pietre
5. Mantenere l'acqua pulita e salvaguardare le sorgenti e le pozze
6. Non danneggiare la vegetazione
7. Non disturbare la fauna selvatica
8. Non danneggiare le strutture geologiche
9. Rispettare la tranquillità della campagna
10. Non guidare fuori dalle piste e dalle strade
11. Attenersi ai sentieri contrassegnati quando richiesto
12. Rispettare le regole di conservazione e le indicazioni dei guardie forestali

*** I 10 comandamenti dell'alpinista ***

(modifica dal manuale di alpinismo "Fjallamennska")

1. Progettare la vostra ascensione o avventura sulle descrizioni dei percorsi e/o mappe. Conferire con altri se necessario.
2. Non affrontare itinerari troppo duri per le proprie possibilità. L'esperienza si guadagna gradualmente e deve essere acquisita prima di qualsiasi dura ascensione.
3. E' preferibile arrampicarsi o avventurarsi con altri, almeno in due o in gruppo. Non accettare guide inesperte.
4. Essere preparati alle peggiori condizioni in cui ci si possa imbattere, fin dal momento della partenza. Controllare indumenti, equipaggiamento, alimenti ed apparecchiatura di emergenza.
5. Non avere fretta e mantenere un passo costante se possibile.
6. Non rimuovere rocce e prestare sempre attenzione alle possibili valanghe
7. Fare attenzione alle condizioni del tempo; non continuare senza considerare i possibili cambiamenti meteo.
8. Non scalare roccia, neve e ghiaccio senza adeguata esperienza ed equipaggiamento. Attraversare i ghiacciai solo in cordata e con le necessarie misure di sicurezza.
9. Non farsi prendere dal panico in caso di perdita dell'itinerario. Pensare ad una possibile soluzione o organizzare adeguatamente la sosta.
10. Registrare spedizioni, lunghi itinerari o ascese prima della partenza. Per le imprese più corte, informare qualcuno indicando il relativo programma.

17. IL SIGNIFICATO DI ALCUNE PAROLE ISLANDESI

L'Islandese ha delle similitudini con altre lingue nordiche (tranne il finlandese), col tedesco e parzialmente l'inglese. Segue una breve lista di alcune parole riscontrabili sulle mappe, negli scritti islandesi, sugli itinerari o lungo gli itinerari stessi, la cui traduzione potrebbe essere utile.

Fjall, fell: montagna; plur. fjöll

Tindur: picco; plur. tindar

Hnúkur: picco, montagna

Heiði: landa o zona mountagnosa (anche hálandi)

Vatn: lago; plur. vötn

Lón: laguna

Dalur: valle; plur. dalir

Gil: burrone

Gljúfur: canyon

Á, fljót: fiume

Jökull: calotta di ghiaccio, ghiacciaio, pendici del ghiacciaio (anche skriðjökull); plur. jöklar

(Jökul) sprunga: crepaccio; plur. (jökul) sprungur

Eldfjall, eldstöð: vulcano

Gígur: cratere

Ís: ghiaccio

Snjór: neve

Snjóflóð: valanga

Hjarn: neve granulosa dei ghiacciai

Klettur, grjót: scogliera, masso, roccia

Berg: roccia o scogliera

Steinn: pietra

Hamar: scogliera; plur. hamrar

Ísfoss: cascata ghiacciata; plur. ísfossar

Rigning: pioggia

Vindur: vento

Gráða: grado

Langur, löng, langt: lungo

Stuttur, stutt: corto

Klifur: ascensione

Klifra: ascendere

Hæð: altezza, elevazione, collina

Sæluhús, (fjalla) skáli: rifugio di montagna

ÞRMS (sulle mappe): punto di rilevamento Geodetico

Skrambinn!: Merda!

Já: Sì

Nei: No

Takk or Þökk fyrir: Ringraziamenti, grazie