

## Ein Winterurlaub der besonderen Art: Island

Ihren Urlaub verbringen die meisten Menschen in der kalten Jahreszeit wohl am liebsten in Skigebieten oder an warmen Traumstränden. Wer sich das jedoch nicht unter Palmen vorstellen kann, für den Wintersport nicht viel übrig hat oder einfach einmal etwas Außergewöhnliches erleben möchte, dem sei die Insel des Feuers und des Eises ans Herz gelegt. Erholung? Abenteuer? Aktivität? In Island ist auch in der dunklen Jahreszeit alles möglich! Ein Reisetipp von MEINE VITALITÄT.

06.12.2018 - von Christin Engelhard

Während der isländische Sommer mit taghellen Nächten und moosgrünen Weiten lockt, stellt man sich die dortigen Wintermonate dunkel, kalt, ungemütlich und gemütsverstimmend vor. Nun, eine durchaus eisige Kälte und nur ca. vier Tageslichtstunden täglich lassen sich nicht von der Hand weisen. Doch was soll daran ungemütlich sein? Wozu gibt es wetterfeste Kleidung? Und wozu ist auf jedem Frühstücksbuffet Lebertran zu finden, wenn nicht zur Gemütsaufhellung? Es gibt für alles eine Lösung, auch für das Glücklichein ohne viel Sonne und Palmen. Schließlich sollen die Isländer zu den seligsten Völkern der Welt zählen! Finden doch auch Sie Ihr Glück im Winter in Reykjavik! Durch einen mehrtägigen Aufenthalt in der nördlichsten Hauptstadt der Welt lassen sich Städtrip, Wellnessurlaub und Abenteuerlust vereinen.

Tipps für Erlebnisse, die sich im Winter besonders lohnen- Will man etwas für Gesundheit und Schönheit tun und dabei so richtig entspannen, kann man in der bei Kälte ordentlich dampfenden „**Blauen Lagune**“ stundenlang unter freiem Himmel die Seele baumeln lassen. Gerade bei eisigen Temperaturen sind das salzige, wunderbar warme und an manchen Stellen richtig heiße Wasser sowie der Dampf, der den Kopf warm hält, eine echte Wohltat. Töpfe mit Kieselerde bieten pflegende Gesichtsmasken und eine Bar ermöglicht kühle Getränke im heißen

<http://www.meine-vitalitaet.de/article/view/id/1042>

© 2019 MEINE VITALITÄT / Green Vital Media GmbH

Alle Rechte vorbehalten. Eine Vervielfältigung ist nur mit Genehmigung durch die Green Vital Media GmbH gestattet

-

Wasser. Das Thermal Freibad gilt als Naturphänomen und ist von Reykjavik aus in ca. einer Stunde mit einem der örtlichen Reiseunternehmen zu erreichen.

- Eine ca. 3-stündige **Stadtrundfahrt** startet man am besten morgens, denn wenn man zum Randgebiet Reykjaviks kommt, ist der Blick auf die Lichter der Stadt bei der langsam aufkommenden Morgendämmerung (ca. 10 Uhr) besonders schön. Es herrscht eine unglaubliche Ruhe; bei knackiger Kälte hört man nur den Wind und sonst nichts.

- Der Besuch eines der unzähligen **Freibäder** Reykjaviks lohnt sich, auch (oder unbedingt) an einem Regentag und bei Minusgraden! Ein Hallenbad benötigt der Isländer nicht, er geht nämlich so leidenschaftlich gern ins Freibad wie der Franzose ins Café. Oft sogar täglich, morgens vor der Arbeit oder danach, werden die Bäder als Treffpunkte genutzt, um gemeinsam zu politisieren und Neuigkeiten auszutauschen. Alle Bäder werden durch natürliche heiße Quellen betrieben, weshalb das Wasser in den sogenannten „Hot Pots“ und im Schwimmbecken angenehm warm bis heiß ist. Die einzige kalte Hürde, die man nehmen muss, ist der Weg von der Tür bis zum Becken.

- Die neunstündige Tour namens „**Golden Circle**“, die man in Reykjavik in entsprechenden Reisebüros buchen kann, ist auch im Winter sehr sehenswert. Hat man einen der gar nicht so seltenen sonnigen Tage erwischt, kann man durch eine traumhafte Winterlandschaft der farbenfrohen Morgendämmerung entgegenfahren. Bei knackig-kalter und klarer Luft ist man beim Betrachten eines Kraters oder der ersten Kirche des Landes ganz der absoluten Ruhe der isländischen Weiten ausgesetzt. Man besucht Wasserfälle, Geysire, den Nationalpark Pingvellir und kann unterwegs über die aufregende Andersartigkeit dieses Landes und seiner Natur nur staunen.

- Abenteuerlich wird der Urlaub, wenn man eine **Gletscherwanderung oder -fahrt** mitmacht. Solche Touren zählen zu den aufregendsten und unvergesslichsten Erlebnissen!

- Nur in den dunklen Monaten lassen sich die atemberaubenden **Polarlichter** beobachten, da es in der wärmeren Jahreszeit aufgrund der Mitternachtssonne schlichtweg zu hell dafür ist. Eine entsprechende Nachttour kann vor Ort gebucht werden. Die erfahrenen Guides können recht gut einschätzen, in welchen Nächten die Chancen auf Sichtung eines Polarlichts gut stehen.

<http://www.meine-vitalitaet.de/article/view/id/1042>

© 2019 MEINE VITALITÄT / Green Vital Media GmbH

Alle Rechte vorbehalten. Eine Vervielfältigung ist nur mit Genehmigung durch die Green Vital Media GmbH gestattet

-

Was Reykjavik sonst noch bietet **Gegensätzlichkeit**: In der recht kleinen Hauptstadt kann man sich in der Adventszeit an einer nordisch-dezent gehaltenen Weihnachtsbeleuchtung erfreuen; unter der Woche sind abends ganz ruhige und gemütliche Spaziergänge durch die Einkaufsstraßen möglich. Am Wochenende hingegen verwandelt sich die Stadt in eine einzige Partymeile voller feierwütiger Isländer.

Das **Essengehen** ist sehr teuer, lohnt sich jedoch in den allermeisten Fällen. Frische Küche, schmackhafte Speisen aus aller Welt und sehr gute einheimische Fisch- und Fleischprodukte schmeicheln dem Gaumen. Die isländischen Gerichte mit langer Tradition (fermentierter Haifisch, gekochte Schafsköpfe...) sind jedoch nicht so leicht aufzuspüren und auch nur für Hartgesottene geeignet.

Eine günstigere Alternative zum Restaurantessen bieten diverse **Imbisse** wie zum Beispiel der berühmte Hotdog-Stand namens „Bæjarins Beztu Pylsur“, an dem sogar schon Bill Clinton und James Hetfield gespeist und gelobt haben. Beliebt ist auch der urige „Seagreifinn“ am alten Hafen, der eine legendäre Hummersuppe sowie frischen gegrillten Fisch anbietet.

Die Stadt ist sehr überschaubar und kann deshalb hervorragend **zu Fuß** erkundet werden. Nebenbei atmet man die frische Meeresluft ein, kann bei klarem Wetter schneebedeckte Berge in der Ferne bestaunen und das Flair der Stadt genießen. Mit etwas Shoppinglust findet man beim Schaufensterbummel dann sicher noch ein schönes Einzelstück aus isländischer Wolle.

**Cafés und Bars** gibt es in Reykjavik reichlich, auch außergewöhnliche Lokalitäten ziehen viele Gäste an. Für jeden Geschmack und jede Tageszeit dürfte etwas dabei sein. Man kann sehr gemütlich Kaffee trinken, sich mit Süßem stärken, sich bei einem Tee aufwärmen oder den Abend mit einem Cocktail beginnen. Stellen Sie sich eine Mischung aus Waschsalon, Bücherei und Café interessant vor? Im kreativen Reykjavik werden Sie fündig!

**Fazit: Letztlich können Sie sich sicher sein: Die Sonne kommt auch im isländischen Winter heraus, sie ist nur nie lange da. Die langen Winternächte haben jedoch ebenfalls ihren ganz eigenen Charme und ermöglichen eine aufregende und zugleich gemütliche Zeit auf der Insel des Eises und des Feuers.**

*Weitere Informationen:*

<http://www.meine-vitalitaet.de/article/view/id/1042>

© 2019 MEINE VITALITÄT / Green Vital Media GmbH

Alle Rechte vorbehalten. Eine Vervielfältigung ist nur mit Genehmigung durch die Green Vital Media GmbH gestattet

-

*Mehr interessante Artikel zum Thema Reisen auf MEINE VITALITÄT finden Sie hier.*

*Wissenswertes über die richtige Sportbekleidung im Winter lesen Sie in diesem Artikel.*