

冰岛十大必去景点

冰岛是被全世界权威旅行杂志媒体、万千资深旅行专家、无数旅行爱好者列为人生必去的极致之美国度。在冰岛生活良久，依然还有没去过的地方和想一去再去、一看再看的美景。要精简出一个冰岛十大美景榜单，着实是件难事。在很多本地冰岛人朋友和来过冰岛的外国朋友帮助下，经过精挑细选，并综合各个景区的景色、人气等因素，列出了这份有生之年的冰岛必去榜单。

这篇文章中，将会揭秘冰岛最吸引游客的景区，帮大家了解冰岛最好看的、不可错过的景点。不论你是冰岛小白还是资深冰岛爱好者，这个榜单都能对你策划冰岛自由行、选择冰岛旅行团，或自驾游提供帮助。相信来过了这些地方，你一定会觉得，冰岛，不虚此行！



1. 杰古沙龙冰河湖（Jökulsárlón Glacier Lagoon）

上榜理由：震撼、梦幻、晶莹、极致。杰古沙龙的美千变万化，任何地方都无法取代



必去理由：007、古墓丽影、速度与激情都选择在这里取景，足见这里有多酷。很难想象会有任何人来过以后会觉得失望。而全球变暖，全世界的冰川都在不断融化，迟早有一天消失殆尽，杰古沙龙也将不复存在。冰河湖之美，必须在有生之年来冰岛一探究竟。

人气指数：10

适合季节：全年

地理位置：冰岛东南角，南岸沿线一号公路旁，临海。

距离首都雷克雅未克距离：372 公里

到达难易程度：简单

到达方式：首都雷克雅未克出发的旅行团或租车自驾

对租车的要求：二驱车即可

杰古沙龙冰河湖的前世今生

杰古沙龙冰河湖—Jökulsárlón 在冰岛语中意为冰川河湖，它是瓦特纳冰川国家公园中最耀眼的明星。瓦特纳冰川（Vatnajökull）是冰岛最大、世界第三大的冰川，有许多分支。Breiðamerkurjökull 分支冰川入海处，冰川剥离脱落、融化，大约在 1934、35 年前后，形成一汪泻湖，就是如今名声大噪的杰古沙龙冰河湖。

由于冰川融化加速，杰古沙龙一直在不断扩大、变深，如今已是冰岛最深的湖泊。

钻石冰沙滩

入海口旁的黑色沙滩上点缀满了被大西洋海浪冲回的冰块，最大的比人还高。大小各异的冰块经由海浪打磨，变得光滑无比，却又棱角分明，与晶莹剔透的钻石别无二致。阳光照耀之时，又闪出钻石般的光芒。沙滩的黝黑与冰块的透明形成了强烈的色彩对比，走在其间颇有爱丽丝梦游仙境般的奇幻感受。



贴士及实用信息

- ▷ 杰古沙龙冰河湖气温较低，建议穿着保暖衣物。
- ▷ 冰河湖中的浮冰很不稳定，即便浮出水面的部分足够平坦，也务必要小心，不应该踏上浮冰之上，以免冰山翻个、漂动，造成危险。曾有游客站在冰山之上，浮走至湖中，需要呼叫救援队的帮助。钻石冰沙滩的海浪也会时不时有大浪，冰滩上拍照时，务必留意海浪，避免造成危险或打湿衣物。

体验升级

一年四季的冰岛不尽相同，一年四季的杰古沙龙冰河湖也因天气日照而景色多变，且有不同时节的不同特色体验。如果有机会，一定要来两次杰古沙龙。夏游冰河湖，可以乘船进入湖中，在巨冰间徜徉游曳；冬游冰河湖，则有机会观赏北极光在冰河湖上肆意舞蹈的胜景；也可以去探秘瓦特纳冰川的又一大冰之奇迹——蓝冰洞。

▷ 夏季—冰河湖船游（5月~9月）

每年的5月到9月，都可以乘船游憩于湖间，近距离观察、欣赏大大小小形状各异的冰山，4月及10月则要视天气而定。水陆两栖船游十分轻松，适合所有年龄、身体状况。如果想离冰山更

近、“疾速”行驶体会“速度与激情”，可以选择快艇版本，10岁以上可参加，所以不能带太小的孩子乘快艇。



▷ 冬季—北极光（9月~4月）：每年9月到次年4月，都可以选择晚上住在杰古沙龙附近，来等待、拍摄北极光。有水的地方最适合极光摄影，有反射功能的水景很适合做极光照的前景。这里还有很多张杰古沙龙的北极光摄影大片，可以来找找灵感。



▷ 冬季—蓝冰洞（11月～3月）：每年的11月到3月，则可以参加杰古沙龙冰河湖出发的蓝冰洞极致项目。一次领略冰岛冰川奉献的两大奇景。蓝冰洞是冰川边缘形成的纯天然洞穴，自然同冰川一样有着终将消逝的命运。夏季也有短途得蓝冰洞。



2. 黑沙滩（Reynisfjara）

上榜理由：世界最美十大沙滩之一，让人直面世界尽头的海浪

必去理由：阳光沙滩、清澈海水，全世界的海滩胜地争得头破血流，然而冰岛的黑沙滩鹤立鸡群，不走传统路线，世界末日般的美感自成一派。美国好莱坞大片诺亚方舟就在这里取景，黑沙滩代表着世界尽头，冰岛的那份遥远之感，展露无遗。

人气指数：10

适合季节：全年

地理位置：冰岛南岸维克镇不远处

距离首都雷克雅未克距离：180 公里

到达难易程度：简单

到达方式：首都雷克雅未克出发的旅行团或租车自驾

对租车的要求：二驱车即可



旅行多少要拼运气拼天气，然而冰岛的 Reynisfjara 黑沙滩，越是阴天下雨越有范儿。冰岛的黑沙滩不只一处，维克镇旁的 Reynisfjara 是其中最有名、最不能错过的。

雷尼斯岩（Reynisdrangar）

黑沙滩由火山熔岩砂砾构成，其本身也是冰岛火山岛屿身份的显著象征。Reynisfjara 沙滩上有高耸的柱状玄武岩火山岩壁雷尼斯加尔山（Reynisfjall），不远处的海面上矗立着诡异黑石群 Reynisdrangar。据冰岛传说，他们是被阳光照射而凝固成石头的巨怪，从此屹立于海上，被海浪不断冲刷，造就了如今的景色。这里也是观 Puffin 得好地方。



雷尼斯加尔山（Reynisfjall）：



空中鸟瞰伸出海面的雷尼斯岩（Reynisdrangar）：



迪霍拉里（Dyrhólaey）

不远处的迪霍拉里（Dyrhólaey）海岬也是火山活动的结晶，这块巨大的黑色熔岩柱延伸入海 120 米，远观好似一道拱门，又如一座拱桥。一路来到海岬顶端，可以站在所形成的半岛上遍览米达尔斯冰原（Mýrdalsjökull）以及冰岛南海岸线的明丽风光。迪霍拉里还是许多海鸟的安居之所，冰岛非正式的国鸟海鹦就集聚在迪霍拉里，在这里你可以真切地感受到冰岛南岸的生机与活力。



山顶等待你的，不只冰岛国鸟这一种萌物，还有另一个萌存在一小灯塔：



摄影：Manuel Irritier

站在海岬顶端鸟瞰山下，奶油般的白色海浪冲刷着黑沙滩，若是赶上日落，披着金色霞羽如梦似幻。



贴士及实用信息

- ▷ 在黑沙滩上行走时，必须远离海浪，这里曾多次发生游客被海浪卷入海中的不幸意外。在冰岛旅行需要格外注意自身安全，建议在旅行前详细阅读《冰岛旅行安全须知 | 如何避免旅途中的潜在危险》这篇文章，安全游冰岛。
- ▷ 迪霍拉里山顶风较大，注意安全。上坡路较吃力，建议选用四驱车。
- ▷ 几乎所有南岸旅行团都前往黑沙滩，可以在这里对比各种南岸旅行团的价格、服务、评价：[冰岛南岸旅行团汇总](#)

体验升级

- ▷ 你可以在网络上看到过这样一张照片：一望无际的黑色沙滩，看不出地球的痕迹，却停泊着一架坠毁的人类飞机。而这里不是什么外星世界或者大海中的遗世孤岛，而是冰岛南岸一片广袤的黑沙滩上的人文痕迹—DC 飞机残骸。需要特别注意的是，此黑沙滩非彼黑沙滩，这里并不是维克镇旁的 Reynisfjara，要到达这里也颇曲折。如若租车自驾，还需要步行往返至少 2 至 3 小时才能找到它。目前全冰岛只有一个旅行团前往这里，好评率百分百：[冰岛南岸小众景区一日游 | 飞机残骸—Seljavallalaug 秘密温泉泳池—冰川徒步—火山洞穴](#)



3. 黄金圈

上榜理由：最经典、最著名的冰岛一日游线路



必去理由：都说冰岛是地理地质上的奇观，身处欧洲大陆板块和美洲大陆板块的交接。来到冰岛，不能不体验脚踏两大洲的非凡感受！短短一天，还可以看到自然喷发的间歇泉、震声隆隆的大瀑布，物超所值。

人气指数：10

适合季节：全年

地理位置：冰岛南岸、雷克雅未克东北方向

距离首都雷克雅未克距离：40 公里

到达难易程度：简单

到达方式：首都雷克雅未克出发的旅行团或租车自驾

对租车的要求：二驱车即可

远近闻名的“黄金圈”景区由冰岛西南部集聚的三大自然景点组成：辛格维利尔国家公园、盖歇尔间歇泉地热区、黄金瀑布。这三处景点风光、历史各异，但都在冰岛的地理与文化中占有特殊而重要的地位；而且彼此距离很近，与雷克雅未克也相距不远，因此黄金圈逐渐成为了冰岛旅行中每个游客的必去地点。

黄金圈三大景区之一：辛格维利尔国家公园（Þingvellir National Park）

辛格维利尔国家公园是联合国教科文组织认定的世界文化遗产，距离雷克雅未克仅有 45 分钟车程。20 世纪以来，辛格维利尔对于冰岛人的意义愈发重要，逐渐成为冰岛民族精神的象征性地点；它见证了冰岛辉煌的古代历史，饱含着世界之交时冰岛人对独立的冀望。

公元 930 年，定居冰岛的维京人在辛格维利尔建立了自己的议会（Alþingi），这是世界上第一个民主议会，也是世界上运行时间最长的议会，今天雷克雅未克的议会就可追溯至此。此外，辛格维利尔还是磅礴恢弘的萨迦传奇中一定会出现的地点之一，来到辛格维利尔，与英雄同在，你一定会感受到历史的厚重与肃穆。

而更能激起人们赞叹的就是辛格维利尔的壮观景色。这是一处具有非凡地理意义的景点，亚欧与美洲两大板块在此交界，大西洋中脊横贯其间。一道道裂谷、石崖、熔岩原都是千年来地质运动的产物，整个区域的景色苍茫而开阔。冰岛最大天然湖辛格瓦德拉湖（Þingvallavatn）也位于此处，为地质运动永不停息的辛格维利尔增添了一丝静谧与安详。

体验升级

▷ 在辛格维利尔不仅可以体验脚踏两大板块，还能在两大板块间遨游。被许多潜水者称为“冰岛保存得最好的秘密”的丝浮拉（Silfra）潜水大裂缝就位于公园内，许多潜水、浮潜爱好者都慕名而来，不远万里来体验两大板块间几近透明的纯净水下世界。来到辛格维利尔，不妨参加一次丝浮拉浮潜、潜水旅行团！

▷ 在黄金圈旅行，还可以去看看举世无双的冰岛马，它们可爱优雅，掌握五种步法，比世界上其他地方的马多会一种步法：骑马旅行团

黄金圈三大景区之二：盖歇尔间歇泉地热区（Geysir）



盖歇尔间歇泉地热区的景色与辛格维利尔截然不同，然而其形成也要归功于冰岛异常活跃的火山地热运动。间歇泉地热区位于 Haukadalur 山谷，蒸腾的沸泥潭、喷气孔、地热温泉、喷泉遍布地热区上。而其中最著名的地热景观莫过于间歇泉了。间歇泉即每隔一段时间喷发一次的温泉，冰岛的大间歇泉盖歇尔（Geysir）正是英语中间歇泉（geyser）一词的名字来源，足见其世界地位。

如今，盖歇尔甚少活动，仍在规律喷发的是盖歇尔旁的 Strokkur 间歇泉，每隔 10~15 分钟就能喷射出一道 20~40 米高的水柱。Strokkur 喷发时的景象极为壮观，令人难忘，仿佛一只旱鲸鱼就潜伏在地下，伴着一声轰鸣将水柱喷向天空，溢出阵阵蒸汽，让人觉得自己好像是在某个外星球上。

贴士及实用信息

▷ 冰岛的地热喷泉、沸泥潭、喷气孔等温度极高，一定不要将手、脚探入喷泉中，否则会被灼伤。

体验升级

▷ 从辛格维利尔前往盖歇尔间歇泉地热区的途中会经过 Fontana 地热温泉，这是冰岛景致最好的天然温泉之一。可以租车自驾前往，也可以参加旅行团：夏季时，可与黄金圈结合，在午夜阳光中参加黄金圈和 Fontana 地热温泉一日游；冬季时，可参加冬季冰岛浪漫夜 - 特色旅行团 | 神秘极光 + 泡火山温泉，在绚烂极光下放松身心。

黄金圈三大景区之三：黄金大瀑布（Gullfoss）



黄金瀑布是冰岛最为壮观的瀑布之一，水量丰富、造型独特。瀑布分为两层，雄浑的瀑流跌下两层阶梯，滚滚流入古老的峡谷。而瀑布本身则发源于 Hvítá 河，朗格冰川（Langjökull）的融水滋养了河流，黄金瀑布与冰岛的其他瀑布一样，都是大自然的鬼斧神工之作。

关于黄金瀑布的得名一直是众说纷纭，瀑流反射太阳的光芒之时，映入眼中的仿佛不是水流，而是凝结的金子。阳光照射着瀑布溅出无数水珠，一道彩虹便会横在天空，形成一道令人感动的奇景。冬季的黄金瀑布被白雪覆盖，更添一抹宁静而的美感。

贴士及实用信息

▷ 夏季时，瀑布旁的人行通道会开放，但仍要注意防滑、防水，瀑布溅出的水花会打湿衣物。冬季时，来到黄金瀑布需要注意保暖。

体验升级

▷ 黄金瀑布发源于朗格冰川，而来到朗格冰川就一定要体验雪地摩托项目，感受在广袤冰原飞驰的快感与乐趣。

拓展阅读及相关资源：

冰岛百科 | 著名景区黄金圈：9 种小众玩法

冰岛黄金圈旅行团汇总：冰岛的黄金圈旅行团有上百个，除了通过结合特色项目来区分体验，即便是参加普通的观光游，也可以优先选择性价比最高、服务最好的。汇总页面上可以按价格、评价等排名分类，推荐大家选择小巴团，人少舒适，还能和本地导游互动，性价比达到峰值。

4. 蓝湖（Blue Lagoon）

上榜理由：蓝色仙境，冰岛仙气的绝对代表。来冰岛必来蓝湖



必去理由：冰岛温泉群龙之首

人气指数：10

适合季节：全年

地理位置：冰岛凯夫拉维克国际基础和首都雷克雅未克之间

距离首都雷克雅未克距离：48 公里（距离冰岛国际机场 23 公里）

到达难易程度：容易

到达方式：从凯夫拉维克国际机场或首都雷克雅未克乘坐大巴，或自驾、乘出租车

对租车的要求：二驱车即可

蓝湖位于雷克雅尼斯（Reykjanes）半岛，毗邻凯夫拉维克（Keflavík）国际机场，距离首都也只有 40 分钟的车程。雷克雅尼斯半岛坑坑洼洼的原始熔岩景色举世闻名，许多人都将其比作月球表面。

而蓝湖（Blue Lagoon）是冰岛最受欢迎的地热温泉之一，淡蓝色的湖水，周围是形态各异的熔岩，一派迷人神秘的景象，也吸引了无数游客。蓝湖的温泉水被认为有天然治愈效果。水中含有丰富的硅、硫等矿物质，对湿疹等各类皮肤问题（如银屑病）有良好疗效，蓝湖区甚至设有一间专门的皮肤诊所。这里也提供各种奢华的水疗服务，还可在湖旁的熔岩餐厅就餐。

阴天、晴天、冬雪、夏阳，不同光线不同天色下的蓝湖有不同的蓝，它的美完全免疫于季节天气的影响。即便外面狂风大作、雨雪交加，蓝湖的仙气指数照样坚挺。

贴士及实用信息

▷ 想体验蓝湖温泉，一定要提前订票！蓝湖门票为实时价格，定的越早就越便宜。

▷ 2 岁以下不能进入蓝湖泡温泉。

▷ 在蓝湖可以直接购买蓝湖面膜和护肤品。也可以在首都购物主街 Laugavegur 或者国际机场的免税店买到蓝湖产品。

体验升级

▷ 在蓝湖可以体验奢华的水疗，比如水中按摩等项目。

▷ 早年的疗养场所如今大变身，成了蓝湖的休闲酒店—Silica Hotel，在酒店住宿，可以有私人小蓝湖池，冰岛专有的奢华风。

拓展阅读和相关资源：

蓝湖各类交通、组合旅行团

冰岛温泉旅行团

冰岛最棒的十大温泉：冰岛的天然温泉、温泉泳池多到数不过来，如果想避开主流人群，一定要在蓝湖之外去其它地区寻宝。

5. 塞里雅兰+斯科加两大南岸瀑布（Seljalandsfoss+Skógafoss）

上榜理由：南岸最美瀑布两连击，让摄影师趋之若鹜的经典景色

必去理由：塞里雅兰瀑布是世界上少有的可以走到水帘后面的瀑布，如果赶上日落时间，整个水帘被点亮成金色，尤为梦幻。而斯科加瀑布不仅外观秀美，更是常常挂着一条彩虹，干脆被很多朋友亲切的称为“彩虹瀑布”。

人气指数：10

适合季节：全年

地理位置：冰岛南岸

距离首都雷克雅未克距离：121 公里

到达难易程度：简单

到达方式：首都雷克雅未克出发的旅行团或租车自驾

对租车的要求：二驱车即可

冰岛是火山国、冰川国，其实更该叫瀑布国。每年冰雪融化之际，都会有新瀑布形成，成百上千，冰岛人自己都数不清全国到底有多少瀑布。在如此众多的候选、如此激烈的竞争中，塞里雅兰瀑布和斯科加瀑布的地位丝毫不曾受到撼动。两大瀑布都位于一号公路沿线，非常容易到达。

塞里雅兰瀑布，



算起源头来，塞里雅兰瀑布可以说是发源于“臭名昭著”的艾雅法拉冰川火山（Eyjafjallajökull）。2010年的艾雅法拉火山大爆发可是造成了欧洲航空的瘫痪，而下游的塞里雅兰却是一片岁月静好的样子。瀑布高60余米，然而瀑流并不宽阔，窄窄一条如丝绸一般，颇为柔美。塞里雅兰的最特别之处在于瀑布后方的水帘洞，游人可以从瀑布底部，沿小径走到瀑布后方，从最独特的角度，全方位欣赏塞里雅兰瀑布的秀美景致。

贴士及实用信息

▷ 如果计划走到瀑布后方，一定要穿着防水的衣服、登山鞋（瀑流飞溅、地面湿滑），最好也为电子设备准备防水装备。

体验升级

▷ 塞里雅兰瀑布旁（约 5 分钟步行路程）隐藏着另一座神秘而美丽的瀑布——秘密瀑布（Gljúfrabúi）。这座瀑布少有人知，隐于峡谷之中，而瀑流从洞顶飞泻而下，独具魅力。前往此瀑布一定要穿着防水衣物及鞋子，以免被瀑流打湿。更多信息详见《20 个冰岛小众景点》中的“秘密瀑布”。

斯科加瀑布



斯科加瀑布又名彩虹瀑布、森林瀑布，其形成则是万年来海陆变迁的结果。海岸线后退，留下了这处古老的海崖，冰岛高地与平原的分界在此甚为分明。瀑布高 60 米，宽 25 米，是冰岛最大的瀑布之一。宽阔的瀑流倾泻而下，十分大气、壮丽。正因为瀑布区域地势开阔，流量丰沛，其扬起的水汽常常在太阳照射下形成罕见的双道彩虹！来斯科加瀑布，一定能满足你对冰岛自然的期望与幻想。

贴士及实用信息

▷ 游人可以通过阶梯，来到斯科加瀑布的顶部，俯瞰瀑布的磅礴全景。贾斯汀·比伯（Justin Bieber）就在这里拍过 MV 呢。

体验升级

▷ 斯科加还是一座有着传奇色彩的瀑布，传说这里的第一位维京人定居者曾将宝箱藏于瀑布后的山洞中，后人发现了宝箱，却只抓住了一枚金戒，随后宝箱便遁于无形。来到斯科加瀑布，不妨再去参观瀑布旁的斯科加民俗博物馆（Skógasafn），深入领略冰岛的民俗文化。

▷ 民俗博物馆开放信息

—时间：6、7、8月：9:00~18:00；9月~5月：10:00~17:00

—门票：成年人 2000 克朗 / 学生 1500 克朗 / 儿童（12~17 岁）1000 克朗 / 12 岁以下儿童免票

拓展阅读及相关资源：

冰岛十大最美瀑布

冰岛南岸旅行团汇总：冰岛南岸地区景色多变，大牌景区云集。参加首都出发的南岸旅行团，一般都会首先来到两大瀑布，多半还结合了一号环岛公路沿线的黑沙滩、维克镇、杰古沙龙冰河湖等景区。如果只有一天，可以参加到达维克镇即返程的一日游，如果有更充足的时间，建议选择行程更长更丰富的两日游、三日游，全年皆有。





6. 斯卡夫塔山自然保护区 (Skaftafell)

上榜理由：置身磅礴冰川，来冰岛星际穿越！



必去理由：斯卡夫塔山是一处徒步天堂，尤其比起内陆、西峡湾，讨喜的位置让斯卡夫塔山不至于令人望而却步。而这里也是冰岛众多闪耀着好莱坞星光的景区中格外大牌的一个。早年有《蝙蝠侠：谍影之谜》在此取景，而后的《冰与火之歌：权利的游戏》把这里用作北境墙外的取景地，《星际穿越》把这里变身为外太空的曼恩冰星球，更是把斯卡夫塔山的极致景色推上了神坛。

人气指数：7

适合季节：全年

地理位置：冰岛南岸

距离首都雷克雅未克距离：319 公里

到达难易程度：简单

到达方式：首都雷克雅未克出发的旅行团或租车自驾

对租车的要求：二驱车即可

斯卡夫塔山冰川占地 4800 平方公里，整个地区是在水与火的不断对抗作用下形成的，自然保护区内生长着苍翠茂盛的桦树林，周围则是黑色沙漠、冰川河，瓦特纳冰川的冰舌顺山体而下，一条条庞然大物有如怪物吐出的冰舌头，让人感叹自身何其渺小。

虽然“冰气”十足，这里却以温暖而晴朗的夏季而闻名，羡慕冰岛那些多雨多风的地区。而这也让斯卡夫塔山成为冰岛最受欢迎的冰川徒步地区。越来越多人都会把冰川徒步加进自己的冰岛行程中，渴望来冰岛体验一次星际穿越的旅程。

贴士及实用信息

▷ 在斯卡夫塔山自然保护区，夏季可以体验徒步，冬季可以体验冰川徒步。自然保护区内有许多精彩的徒步线路，通往各种自然宝藏。其中一条能够到达斯瓦提瀑布（Svartifoss）。雄伟的黑色玄武岩崖上悬挂着瀑布，黑色的火山石着实是怪，难怪被很多国内朋友叫成“魔鬼瀑布”。游客可以到斯卡夫塔山自然保护区的信息中心领取地图，或者直接咨询工作人员，寻求指导。更多关于在斯卡夫塔山徒步的信息，可以阅读《斯卡夫塔山自然保护区 | 瓦特纳冰川公园内的徒步天堂》这篇干货满满的攻略。

“魔鬼”瀑布斯瓦蒂：



体验升级

▷ 冰川徒步是领略冰川之美最直接的方式，而斯卡夫塔山正是体验冰川徒步的绝佳地点。冰川徒步分为简单和中等难度两种，简单程度的只要身体健康就能参加，即使是第一次体验冰川徒步也无需担心，向导会提供相应装备和指导。冰川徒步旅行团汇总页面上汇聚了冰岛全部冰川徒步体验，除了斯卡夫塔山，维克镇以西的索尔黑马冰川是另一处冰川徒步热门，也有多种难度可选。在斯卡夫塔山，最受欢迎的莫属这个初级难度的入门冰川徒步旅行团。

拓展阅读：

《冰岛百科：冰岛的瀑布》

《冰岛还是外星？那些似曾相识的电影取景地》

7. 斯奈山半岛（Snæfellsnes）

上榜理由：“冰岛缩影”，一天看尽冰岛特色地貌



必去理由：很多人都赞叹冰岛面积不大，但是地貌变化丰富，旅行中高潮不断。斯奈山就是典型的一个地貌多样的地区，这里有火山有冰川，有熔岩地有黑沙滩，还有大名鼎鼎的草帽山，不论是摄影还是休闲游，都不容错过。

人气指数：7

适合季节：全年

地理位置：冰岛西部

距离首都雷克雅未克距离：约 200 公里

到达难易程度：简单

到达方式：首都雷克雅未克出发的旅行团或租车自驾

对租车的要求：夏季可驾驶二驱车前往，深冬季节建议租用四驱车

Snæfellsnes 意为雪山半岛，取名于半岛上的斯奈菲尔冰川（Snæfellsjökull），其下埋着同名火山。斯奈菲尔冰川一带被规划成为了冰岛三大国家公园之一：斯奈菲尔国家公园，与南岸的辛格维利尔国家公园、瓦特纳国家公园齐名。



@bob lin

电影《白日梦想家》鼓舞、感动了许多观众，而电影的取景地之一正是斯奈山半岛的斯蒂基斯霍尔米（Stykkishólmur）（虽然影片中强行说这里是格陵兰岛）。岛上真正出名的景点，恐怕只有草帽山一处（Kirkjufell，也称教会山），但是沿途有许多值得游览的峡谷、岩洞、瀑布、山川，还有美丽而闲适的渔村，因此越来越成为很多人心目中的冰岛必去。在冰岛生活多年，我每年都会来一两次斯奈山半岛，沿着小镇海边散步、听听海鸥的鸣叫声，好不惬意。



体验升级

▷ 斯奈山半岛的乐趣不限于观光，还有许多趣味满满的活动。广大吃货朋友们可以考虑从斯奈山半岛出发，乘维京船出海，吃最新鲜的海产与寿司：吃货福利：品尝冰岛新鲜海产 | 斯奈山半岛维京寿司船游。

▷ 在斯奈山半岛观鲸，有更大的可能观赏到虎鲸、抹香鲸、领航鲸等雷克雅未克观鲸中不常见的罕见鲸种，机会难得：斯奈山半岛观鲸团 | 冰岛虎鲸聚集地。



▷ 都说斯奈山半岛是“冰岛缩影”，这里连火山岩洞也能找得到！瓦汀舍利尔（Vatnshellir）岩洞有着八千年的地质历史，见证着冰岛地质变迁的神奇，黑教堂，



Gatklettur 海蚀洞



拓展阅读及相关资源：

斯奈山半岛 | 冰岛西部必去景点

斯奈山半岛旅行团汇总：斯奈山离首都算不上远，但是商业开发很少，个别小镇只有不过十来个居民，即便是大的城镇，也没有太多旅行项目。来斯奈山半岛以观光为主，夏季一日即可往返，考虑到冬季日照较短，更推荐选择两日游，幸运的话，说不定还能看到极光。

8. 西峡湾（Westfjords）

上榜理由：与世隔绝，体验原始世界般的纯净景色



必去理由：冰岛是一个让人上瘾的地方，恨不得一来再来。而如果来过西峡湾，恐怕此生都不想离去，安营扎寨在这个世外桃源。

人气指数：5

适合季节：夏季

地理位置：冰岛西北角

距离首都雷克雅未克距离：225 至 500 公里左右(峡湾绵延曲折，海岸线无限绵长，到达西峡湾不同地区距离大有不同)

到达难易程度：较难

到达方式：从首都租车自驾前往，或乘坐国内航班到达伊萨菲厄泽(Ísafjörður)，再从伊萨菲厄泽参加当地旅行团或租车自驾

对租车的要求：建议租用四驱车

西峡湾是冰岛最为偏远的地区之一，若不是这遥远的距离和旅行季节的限制，它的人气肯定会直线飙升。整个地区鲜有人烟，而来到冰岛的游客中，也只有不足 10%的人踏足冰岛西北角。因此，西峡湾可谓是冰岛最特别、最遗世独立的景区。

冰川时代雕刻出的峡湾地貌深邃而壮丽，也使这里成为了一片户外运动的天堂。巍峨奇异的景色更吸引了无数摄影爱好者，捕捉辽阔的山景与海景。西部峡湾在冰岛文化中也扮演着重要角色，许多诡异的民间传说为西部峡湾更蒙上了一层神秘。

西峡湾上的小镇人口一般都极少，只有伊萨菲厄泽（Ísafjörður）才算是西部峡湾唯一一座真正的“城市”。每年复活节，伊萨菲厄泽都会举办“从未南下”（Aldrei fór ég suður）音乐节。《冰岛十大音乐节》中就详细介绍了这个音乐节。

每一座小镇与村落都有着独特的故事与历史。侯尔马维克（Hólmavík）的历史与巫术、魔法紧密相关，可以到巫术博物馆参观一下，领略冰岛昔日的魔法文化。德朗斯内斯（Drangsnæs）是一座更加简朴的小渔村，附近的格里姆赛岛（Grímsey）是冰岛观赏海鹦的最佳地点之一（注意：这座岛不是北极圈内的那座格里姆赛岛）。

西峡湾最著名，或者说最让人垂涎的自然景点是豪斯川迪尔（Hornstrandir）自然保护区，它位于西部峡湾最北部，没有公路可以驾车前往，必须从伊萨菲厄泽乘坐渡轮抵达此处，再进行徒步、露营。随着居民的迁离，豪斯川迪尔被设为自然保护区，是北极狐、海鸟等野生动植物的自然栖息地。

丁坚地瀑布（Dyngjandi）堪称西峡湾的名片，也是冰岛最著名也最壮丽的瀑布之一。Látrabjarg 是欧洲最大的鸟类栖居悬崖，是海鹦在冰岛的主要栖息地之一。Rauðasandur 意为红沙滩，这里的沙砾呈红色，宽度更达 10 千米，远远望去一望无际，十分美丽。

此外，西峡湾还有帕特雷克斯菲厄泽（Patreksfjörður）、陶尔克纳菲厄泽（Tálknafjörður）、比尔杜达鲁尔（Bíldudalur）、辛盖里（Þingeyri）、弗拉泰里（Flateyri）、苏都乐里（Suðureyri）、博隆加维克（Bolungarvík）、Hnífsdalur 等主要城镇，城镇上有各种有趣的博物馆，如鲑鱼工厂博物馆、北极狐中心（The Arctic Fox Center）、Ósvör 海事博物馆、自然史博物馆、“胡闹博物馆”（Nonsense Musuem）、海怪博物馆、Samúel Jónsson 艺术馆等等，有无穷的未知与乐趣供你探索！

贴士及实用信息

- ▷ 峡湾海岸线绵长，需要很长的驾车时间，且不便往返。如果自驾环岛游冰岛，至少要为西峡湾安排 3 天的观光时间。
- ▷ 如不选择自驾，从雷克雅未克出发的国内航线可以直接到达伊萨菲厄泽（Ísafjörður）等主要城镇，飞行时间约为 40 分钟~50 分钟。到达西峡湾后，可以参加当地旅行团。
- ▷ 斯奈山半岛的斯蒂基斯霍尔米（Stykkishólmur）与西部峡湾的 Brjánslækur 两地之间有渡轮通行，时间及具体价格详见渡轮网站。自驾时车辆也可搭乘渡轮。
- ▷ 记得带上适合观鸟的望远镜和长焦相机镜头。

体验升级

- ▷ 渡轮连接着斯奈山半岛与西峡湾，可以在规划行程时将两个地点结合起来，使旅行更合理、更丰富。13 天 12 夜自驾 | 冰岛环岛+西部峡湾、14 天 13 夜自驾 | 冰岛环岛+西部峡湾深度游这两个 Guide to Iceland 规划的冰岛环岛自驾旅行套餐中就包含了往返斯奈山半岛与西峡湾的渡轮，同时将冰岛所有主要景点一网打尽。

拓展阅读及相关资源：

《冰岛的西部峡湾》

9. 米湖 (Mývatn)

上榜理由：美国宇航员阿姆斯壮进行登月演习的异星世界



必去理由：光怪陆离，冰岛北部钻石圈

人气指数：8

适合季节：全年

地理位置：冰岛北部，阿克雷里(Akureyri)以东约 90 公里

距离首都雷克雅未克距离：470 公里

到达难易程度：较容易

到达方式：从北部的阿克雷里参加旅行团，也可从首都先乘坐冰岛国内航班到达阿克雷里。如果自驾，可以沿一号环岛公路到达。

对租车的要求：夏季时二驱车即可，如果是 9 月至 5 月其间，建议租用四驱车。

冰岛北部的名片——米湖是冰岛第四大湖。据推测，米湖形成于 2300 年前左右的一次火山大爆发。目前该地区的火山仍然十分活跃，邻近的克拉布拉火山（Krafla）最近一次喷发发生在 1984 年。



米湖的特色便是各种火山熔岩地貌，其中最著名的莫过于黑暗城堡（Dimmuborgir）。黑暗城堡由许多火山熔岩洞穴与独特奇异的熔岩构造组成，黑暗的色彩更添神秘气息，仿佛一座座被捣毁的城池，不禁让人生出敬慕之感。一块块熔岩又造型夸张，恣意伸展，好似这些石头之中藏着某种神秘的生灵。传说中撒旦在被逐出天国之后就落脚于此，建立了自己的“地狱莹窟”；又有传说冰岛的 13 个“圣诞老人”就住在这里。

周围的熔岩原常有充满天然温泉水的裂缝和洞穴，十分适合沐浴。热播美剧《权力的游戏》中琼恩·雪诺和耶哥蕊特藏身的浪漫山洞就取景于米湖区一个隐秘的天然温泉。不过这里地震频发，天然浴场极热且有危险性，所以最好跟随专业的向导前往。而米湖天然温泉是在冰岛北部体验地热温泉的首选。温泉中富含硫等矿物质，因此水中不会滋生细菌或藻类，对皮肤也有许多好处。



摄

影：Pieter Morlion

贴士及实用信息

- ▷ 米湖的意思就是“飞虫湖”，而米湖夏季有许多许多飞虫，建议游览时佩戴面罩。
- ▷ 米湖夏季住宿价格高昂，一定要提前预定。
- ▷ 冬天从雷克雅未克前往米湖的部分路段可能由于暴风雪封路，因此建议参加米湖一日游，包含冰岛国内往返航班。其它相关的体验都可以在米湖旅行团这个页面找到。如果自驾，务必租用四驱车。

体验升级

- ▷ 南部的雷克雅未克地区有著名的蓝湖温泉，而与之齐名的则是北部米湖地区的“绿湖”温泉——米湖天然温泉。这个从阿克雷里出发的米湖观光、温泉组合团就带你去体验米湖温泉。米湖不需要提前预定门票，夏季开到午夜，冬季虽然关门早一些，因为日落早，甚至有可能在泡温泉时看到极光。
- ▷ 骑过冰岛马了？那乘过冰岛的狗拉雪橇吗？在米湖地区可以参加雪橇犬旅行团，重现童话里的场景——在西伯利亚雪橇犬的陪伴下奔驰在雪国风光。
- ▷ 从米湖出发，可以轻松前往克拉布拉火山游览，游览过程中还有机会经过其他冰岛北部的特色景点，比如欧洲最具冲击力的瀑布——黛提瀑布（Dettifoss）。黛提瀑布水量惊人而汹涌，气势磅礴，《普罗米修斯》就曾在此取景。来到米湖地区，你可以尽情领略冰岛北部的粗犷与震撼。如果不开车自驾，可以选择阿克雷里出发的黛提瀑布一日游。



10. 兰德曼纳劳卡 (Landmannalaugar)

上榜理由：世界最美十大徒步线路之一，色彩斑斓的火山地热世界



必去理由：冰岛中央内陆高地无人居住，是实打实的无人之境。即便不是户外徒步高手，也可以参加首都出发的一日游体验基础徒步线路。

人气指数：5

适合季节：6-9月，及11月至3月(冬季只能跟随本地专业旅行团)

地理位置：冰岛中央内陆高地，从南岸北上山路

距离首都雷克雅未克距离：175公里

到达难易程度：较难

到达方式：首都雷克雅未克出发的旅行团或租车自驾

对租车的要求：开F打头的山路必须租用四驱车

冰岛大部分著名景区和最受欢迎的旅行目的地都在一号环岛公路沿线，原因很简单，内陆地区不适宜居住，没有完好的道路系统，难以到达。也正因此，来到内陆高地的游客依然相当之少，只在每年盛夏山路开放之际，许多户外徒步爱好者在这里安营扎寨，一头扎进内陆地区的怀抱徒步多天，独享沿途美景。

兰德曼纳劳卡是冰岛中央内陆高地的明星地区，也是世界上最棒的徒步地区之一，著名的 **Laugavegur** 徒步路线就以兰德曼纳劳卡为起点。这里的徒步路线之所以如此广受欢迎，还是因为兰德曼纳劳卡非同寻常的火山地貌。这里靠近冰岛最活跃的赫克拉火山（**Hekla**），以色彩斑斓的

流纹岩山脉而闻名。各种色彩交相辉映，山峦上偶现条纹，好似围在山上的彩色缎带，呈现出一种和谐的纷乱之美。



摄

影：Gunnar Freyr Gunnarsson

山川之间往往绿意盎然，时不时就会发现一条叮咚作响的清澈溪流。沿途还有覆盖苔藓的熔岩原、峡谷、蓝峰（Bláhnúkur）、Brennisteinsalda 等山峰，在兰德曼纳劳卡徒步总是能收获惊喜。哪怕已经看过冰岛其他地方的熔岩与山川，兰德曼纳劳卡依然让人觉得无可取代、独一无二。

旅途中还有放松身心的好机会，兰德曼纳劳卡的又一大特色就是天然地热温泉。在蓝天、白云、彩山间野浴一次，这种经历可以铭记一生吧！

贴士及实用信息

- ▷ 通往内陆高地需要走 F 打头的山路，冰岛法律规定走山路必须驾驶四驱车。如果自驾前往兰德曼纳劳卡，需要租四驱车，漫漫碎石路很是颠簸，性能良好的中大型四驱车能更好的驾驭此类路段，更为安全。
- ▷ 如果没有徒步经验又想尝鲜，夏季有不少从首都雷克雅未克出发的性价比很高的一日游，也有一些人更少、体验更好的超级吉普游。各种选择都能在冰岛内陆高地旅行团汇总里找到。
- ▷ 内陆地区路途遥远艰辛，几乎没有任何商业痕迹，如果来这里徒步、野营，或者即便只是一日观光游，也要自备充足的食物和水。

体验升级

- ▷ 来到兰德曼纳劳卡可以试试天然地热温泉，记得带上泳衣与浴巾！
- ▷ 如果冬季来到兰德曼纳劳卡，还可以参加兰德曼纳劳卡冬季三日团 | 超级吉普一极光，在观光之余还可以去体验雪地摩托的飞驰快感、寻猎北极光。

拓展阅读：

冰岛中央内陆高地五大景点

个人体验：兰德曼纳劳卡一日游：介绍了我参加观光徒步一日游的感受和攻略

希望你的冰岛行能把这些美丽景区一网打尽，要是还觉得不过瘾，这篇《20 个冰岛小众景区》可以帮你继续升级冰岛之行，做到深度游中的深度游。



来冰岛租车自驾的相关资源：

冰岛本地最大最划算的租车平台

冰岛自助自驾游

《冰岛自驾 | 租车小贴士》

《冰岛自驾 | 安全须知》

《冰岛自驾 | 一号环岛公路沿途最佳景区》

来冰岛参加本地专业旅行团的相关资源：

4 月至 10 月：春夏秋季自由行 (冰岛本地跟团，住宿+旅行团套餐，详细行程，3 至 10 天)

9 月至 4 月：秋冬季自由行 (冰岛本地跟团，住宿+旅行团套餐，详细行程，4 至 10 天)

Guide to Iceland 冰岛旅行网是冰岛最大的线上旅行平台，网站有 9 种语言，包括国际中文版。除了一支资深的冰岛旅行专家队伍，我们的本地团队还有来自世界各地的旅行爱好者，有全冰岛最强大的中文团队。你可以在 **Guide to Iceland** 上阅读旅行资讯、了解本地人生活，也可以预订各类旅行团、租车、定制自驾、自由行。如果你需要联系我们的中文市场团队，欢迎发邮件至 bingdao@guidetoiceland.is

Pictures

雷克雅未克市区边缘的 Gróttta 灯塔



▷ **地理位置：**雷克雅未克郊区，距离市中心如 Harpa 音乐厅大约 5.5 公里。

Gróttta 灯塔

如果不想去太远，雷克雅未克周边地区中，Gróttta 灯塔离市区只 5 分钟车程，灯塔方向没有光污染，是个比较不错的选择。



蓝湖温泉

如果首都市区云层覆盖比较重，则可以根据云层预测，去雷克雅内斯半岛(Reykjanes)，比如蓝湖温泉一带。



辛格维利尔国家公园

如果整个雷克雅内斯半岛的云层覆盖都很严重，可以往东北方向的黄金圈一带走，去辛格维利尔国家公园等待极光。辛格维利尔国家公园有瀑布、议会湖，有很多适合摄影的布景，所以如果是摄影爱好者，这里更加适合。



黄金圈地区

如果住在黄金圈地区，看极光更加方便，因为这里远离首都地区大片的光污染。除了上面提到的辛格维利尔国家公园。如果你住的离盖歇尔间歇泉地热区(Geysir)或者黄金瀑布(Gullfoss)近，完全可以就地取材。



ION Hotel

冰岛旅游须知

冰岛公路代码数字越少则路况越好，1 位数字如 1 号公路，路况最好；3 位数字如 468 号，路况很差。

冰岛法律规定，在冰岛无论何时开车，都必须开灯。

电源

冰岛电压为 220V、50Hz，插座为两孔圆脚，需要携带转换插头。

紧急电话

地援部门联系电话：112

使馆联系电话：552-6751

国家医院联系电话：525-1000

冰岛超速罚款非常高，Akureyri 至 Husavik 一段日中常有警车巡逻。

冰岛不另收小费，比较高级的餐厅会将这笔服务费加在最后的帐单上，不必再多给服务生小费，如果你觉得服务非常周到其实你也可以多给小费，店家会非常欢迎。

雷克雅未克

雷克雅未克

1652 蜂蜂去过 雷克雅未克

1948 个旅行地

320 篇游记 | 1670 家酒店

雷克雅未克是冰岛首都，地理上非常接近北极圈，是全世界最北的首都。...更多>

市区的停车付费，是在路边的投币机器上自己操作的；

在允许停车收费的地方都有自助收费的机器，一般在市区收费是每小时 120 克朗；

机器只收取 5、10、50 和 100 克朗的硬币，而且不找零，所以你要在那里停车，最好准备好相应的硬币。

市区收费停车的时间是：工作日 10: 00——18: 00，周六 10: 00——16: 00，周日免费；

超过这个收费时间后的所有时间，停车都是免费的；预估时间，停多久就交多久，然后插入信用卡或者硬币，打票，把打印出来的票夹杂汽车车窗里面能看见的地方～

红区:230 冰岛克朗 / 小时。周一至周五上午九点到下午六点。周六上午十点到下午四点。周日免费。

蓝区:125 冰岛克朗 / 小时。周一至周五上午九点到下午六点。周六上午十点到下午四点。周日免费。

绿区:头两个小时 85 冰岛克朗, 超过两小时的, 20 冰岛克朗 / 小时。周一至周五上午九点到下午六点。周六上午十点到下午四点。周日免费。

橙区:125 冰岛克朗 / 小时。周一到周五上午八点到下午四点。周末免费。

在冰岛可以开多快?——

冰岛市内标准速度是 50 公里/小时, 泥土路是 80 公里/小时, 其他铺面道路是 90 公里/小时。你可能不会看到警察在路上执勤, 但是要小心, 到处都有测速照相机。

——应该在哪个车道开车?——

在冰岛保持右车道驾驶。

作者: Cifi

链 接 :

<https://www.zhihu.com/question/30232967/answer/129382294>

来源: 知乎

著作权归作者所有。商业转载请联系作者获得授权, 非商业转载请注明出处。

1, 安全带

冰岛法律规定 行车过程中车内所有乘客必须牢记安全带。

车内 15 岁以下的乘客的行为责任由驾驶者承担，如果 15 岁以下的乘客在行车过程中未系安全带，驾驶者承担全责。

150 厘米以下的儿童必须坐在汽车安全座椅内，安全座椅大小根据儿童年龄而定，安全座椅不得绑定在设有安全气囊的座位上。

2, 限速

冰岛城区外高速沥青公路限速 90 公里/时，砂石路 80 公里/时，城区内 50 公里/时，居民区学区限速 30 公里/时， 行人自行车优先的生态路限速 15 公里/时。

限速，仅指该路段允许驾驶的最高速度，不代表要求驾驶速度。当天气情况恶劣、路况不佳时，一定要慢行，即便在空旷的郊外高

速。天气越差，速度越慢。如果遇到狂风暴雪，以30、40公里的时速慢行，甚至把车停到路边静候一会儿才是明智的选择。

3, 交警

交警 > 交通灯 > 交通标示 > 右边先行权

交警正对或背对您，相当于红灯需停车；交警侧面对您，相当于绿灯；如果交警举起一只手，则对所有车辆都是黄灯。

4, 野路驾驶

在冰岛，在规定行车道路之外行驶是违反法律的。冰岛很多新生土地年轻且脆弱，车轮碾压会留下永久的创伤，所以冰岛的很多“越野行程”其实开的是郊外山间的正规山路、行车路径。

在冰岛，如果被抓到正规道路外驾驶需要支付巨额罚款，情节严重者会被起诉。

基本停车场都有自助购买停车票的机器，但我不知道为什么要花这冤枉钱.....我的建议是，找个居民区的小街道，随便停，不花

钱。。。我们就是在 Airbnb 上订了离市中心很近的民居，第二天车就一直放在主人家的街道上，然后步行去转，回来也没人管。雷克雅未克很小，主要景点步行绝对能逛完。