

ISLAND

Insel aus Feuer, Eis und Bewegung

Allgemeine Fakten · Geografie · Geologie · Sehenswürdigkeiten



Kurz gesagt

Island ist kein fertiges Landschaftsmuseum. Die Insel wächst, reißt auf, hebt und senkt sich, wird von Gletschern abgeschliffen und vom Atlantik umgeformt. Gerade deshalb wirkt nahezu jede Reiseetappe wie eine Unterrichtsstunde unter freiem Himmel.

Travelmaus.de · Stand: Juli 2026

1 Island auf einen Blick

Island liegt im Nordatlantik zwischen Grönland und Nordeuropa, knapp südlich des Polarkreises. Die Hauptinsel befindet sich ungefähr zwischen 63° und 67° nördlicher Breite. Der Polarkreis selbst berührt die kleine Nordinsel Grímsey. Politisch und kulturell gehört Island zu Europa; geologisch liegt es zugleich auf der Nordamerikanischen und der Eurasischen Platte.

Merkmal	Fakt
Staatsname	Republik Island / Lýðveldið Ísland
Hauptstadt	Reykjavík
Fläche	rund 103.000 km ²
Bevölkerung	394.324 Einwohner am 1. Januar 2026
Sprache	Isländisch; Englisch ist im Reisealltag weit verbreitet
Währung	Isländische Krone (ISK)
Höchster Berg	Hvannadalshnúkur, etwa 2.110 m
Landschaft	Küstenebenen, Fjorde, Lavafelder, Hochland, Gletscher und Vulkanberge
Zeitzone	UTC/GMT ganzjährig; keine Sommerzeit

Küste, Hochland und Siedlungen

Die meisten Menschen leben in einem relativ schmalen Küstengürtel, besonders im Großraum Reykjavík. Das Landesinnere ist größtenteils unbewohnt: Dort liegen das raue Hochland mit Schotterwüsten, Lavafeldern, Gebirgen, Gletscherflüssen und nur saisonal befahrbaren Pisten. Die Ringstraße 1 verbindet die wichtigsten Regionen, während viele Hochlandstraßen als F-Straßen gekennzeichnet sind.

Merksatz

Islands Bevölkerung lebt überwiegend am Rand – die geologischen Kräfte dominieren die Mitte.

2 Wie Island entstanden ist

Doppelte Energiequelle: Plattengrenze und Hotspot

Island verdankt seine Existenz dem Zusammenspiel zweier geologischer Motoren. Entlang des Mittelatlantischen Rückens driften die Nordamerikanische und die Eurasische Platte auseinander. Dabei steigt Magma auf und bildet neue ozeanische Kruste. Zusätzlich liegt unter Island ein besonders heißer Bereich des Erdmantels – der Island-Hotspot. Durch diese Kombination entstand so viel vulkanisches Material, dass sich der Meeresrücken über die Wasseroberfläche erhob.

Die Insel ist geologisch jung: Die ältesten heute sichtbaren Gesteine in den Westfjorden und Ostfjorden sind ungefähr 16 bis 18 Millionen Jahre alt. Der junge, aktive Teil verläuft in einem breiten Gürtel vom Südwesten über das Hochland bis in den Norden. Dort finden sich Riftspalten, Vulkansysteme, Hochtemperaturgebiete und sehr junge Lavafelder.

Warum die Erde auseinanderzieht

	Vorgang	Bedeutung
1	Dehnung	Die beiden Erdplatten bewegen sich im Mittel um wenige Zentimeter pro Jahr voneinander weg.
2	Rissbildung	Spalten und lange vulkanische Bruchzonen öffnen sich; Erdbebenschwärme können diese Bewegung begleiten.
3	Magmaaufstieg	Basaltisches Magma dringt in Gänge ein oder erreicht als Spalteneruption die Oberfläche.
4	Neue Landschaft	Lava erstarrt zu neuem Land, während Erosion, Frost und Gletscher die Oberfläche wieder abtragen.

Pingvellir – Plattengrenze zum Anfassen

Im Nationalpark Pingvellir ist die Dehnungszone besonders eindrucksvoll sichtbar. Die Landschaft besteht aus parallelen Brüchen und abgesunkenen Schollen. Die Almannagjá-Schlucht ist dabei nicht einfach eine einzelne, messerscharfe Trennlinie zwischen zwei Kontinenten, sondern Teil einer mehrere Kilometer breiten Riftzone. Zugleich ist Pingvellir ein historischer Ort: Hier tagte seit dem Jahr 930 das Alþingi.

3 Vulkanismus, Erdbeben und heiße Erde

Vulkane mit vielen Gesichtern

Die meisten isländischen Magmen sind basaltisch und relativ dünnflüssig. Deshalb entstehen häufig Spalteneruptionen mit Lavaströmen. Island besitzt aber ebenso Zentralvulkane mit Magmakammern und Calderen. Treffen Magma, Grundwasser oder Gletschereis aufeinander, können Eruptionen explosiver werden. Asche, Gase, Lava, Erdbeben und plötzliche Schmelzwasserfluten gehören daher zu sehr unterschiedlichen Gefahrenbildern.

Vulkangebiet	Was es besonders macht
Reykjanes / Svartsengi	Junge Spalteneruptionen und Lavafelder; seit 2021 wiederkehrende Aktivitätsphasen im Südwesten.
Hekla	Einer der bekanntesten und aktivsten Zentralvulkane; erzeugte sowohl Lava als auch große Aschemengen.
Katla	Großer Vulkan unter dem Mýrdalsjökull; bei subglazialen Eruptionen sind Schmelzwasserfluten möglich.
Eyjafjallajökull	Eruption 2010: Eis-Magma-Kontakt erzeugte feine Asche und beeinträchtigte den europäischen Flugverkehr.
Grímsvötn	Sehr aktives Vulkansystem unter dem Vatnajökull; bekannt für Caldera, subglaziale Eruptionen und Jökulhlaups.
Krafla	Rift- und Vulkansystem bei Mývatn; Lavafelder, Krater und Geothermie zeigen die aktive Erdkruste.

Geysire, Fumarolen und heiße Quellen

Niederschlagswasser dringt in Klüfte ein, wird in der Tiefe durch heißes Gestein erwärmt und steigt wieder auf. Je nach Untergrund entstehen heiße Quellen, Schlammtöpfe, Dampfaustritte oder Geysire. Beim berühmten Strokkur wird Wasser in einem unterirdischen Schacht über den normalen Siedepunkt hinaus erhitzt. Sinkt der Druck plötzlich, verwandelt sich ein Teil des Wassers schlagartig in Dampf und schleudert die Wassersäule nach oben.

Aktueller Hinweis für 2026

Auf Reykjanes dauern Bodenhebung und Magmaansammlung unter Svartsengi an. Eine längere Ruhephase bedeutet nach Angaben des Isländischen Wetterdienstes nicht, dass die Eruptionsserie beendet ist. Vor der Reise aktuelle amtliche Meldungen prüfen.

4 Eis, Wasser und die Formung der Landschaft

Gletscher – langsam fließende Landschaftsgestalter

Gletscher bestehen nicht nur aus unbeweglichem Eis: Unter ihrem eigenen Gewicht fließen sie langsam talwärts. Dabei schleifen sie Täler aus, transportieren Gestein und lagern Moränen ab. Der Vatnajökull ist die größte Eiskappe Islands und eine der größten Europas. Zu seinen Auslassgletschern gehören zahlreiche Gletscherzungen, die vom Hochland in Richtung Küste reichen.

An der Gletscherlagune Jökulsárlón kalbt der Breiðamerkurjökull. Eisberge treiben durch die Lagune in Richtung Meer; einige werden am schwarzen Diamond Beach wieder an Land gespült. Dieser Ort zeigt besonders anschaulich, wie Gletscher, Meer und Vulkanmaterial gemeinsam eine Landschaft formen.

Jökulhlaup – wenn Schmelzwasser plötzlich frei wird

Unter einem Gletscher können sich durch Erdwärme oder einen Vulkanausbruch große Wassermengen sammeln. Bricht der Eisdamm, strömt das Wasser als Jökulhlaup ab. Solche Fluten können Sanderebenen überziehen, Brücken beschädigen und Flussläufe verändern. Der isländische Begriff wird heute weltweit in der Geologie verwendet.

Wasserfälle und ihre geologische Bühne

- ▣ **Gullfoss:** Zweistufiger Wasserfall in einer Schlucht; der Fluss Hvítá führt Gletscherschmelzwasser.
- ▣ **Seljalandsfoss:** Stürzt über eine ehemalige Meeresklippe; ein Weg führt – bei passenden Bedingungen – hinter den Wasserfall.
- ▣ **Skógafoss:** Markiert ebenfalls die alte Küstenlinie; die heutige Küste liegt weiter südlich.
- ▣ **Svartifoss:** Basaltsäulen rahmen den Fall ein; die regelmäßigen Säulen entstanden beim Abkühlen von Lava.
- ▣ **Dettifoss:** Außerordentlich wasserreicher Fall im Jökulsá á Fjöllum; trübes Gletscherwasser transportiert viel Sediment.
- ▣ **Hraunfossar:** Grundwasser tritt über viele kleine Kaskaden aus poröser Lava in den Fluss Hvítá aus.

Schwarze Strände und Basaltsäulen

Der schwarze Sand an der Südküste besteht überwiegend aus zerkleinertem basaltischem Vulkanmaterial. Bei Reynisfjara stehen säulenförmig geklüftete Basalte. Solche Säulen bilden sich, wenn ein mächtiger Lavakörper abkühlt und schrumpft. Die Brandung ist dort jedoch unberechenbar: sogenannte Sneaker Waves können weit höher auf den Strand laufen als die vorhergehenden Wellen.

5 Klima, Pflanzenwelt und Tierbeobachtung

Ozeanisches Klima mit schnellen Wechseln

Obwohl Island weit im Norden liegt, mildert der Nordatlantikstrom das Klima. Die Winter an der Küste sind vergleichsweise mild, die Sommer kühl. Typisch sind rasche Wetterwechsel, kräftiger Wind und starke regionale Unterschiede. Der Süden ist im Allgemeinen feuchter, während Teile des Nordens im Regenschatten trockener sind. Im Hochland können selbst im Sommer winterliche Bedingungen auftreten.

Für Ihre Septemberreise

Mehrere dünne Kleidungsschichten, eine wind- und wasserdichte Außenschicht, Mütze und Handschuhe sind meist nützlicher als ein einzelner sehr dicker Mantel. Straßen- und Wetterlage morgens sowie vor jeder Hochlandetappe erneut kontrollieren.

Eine junge und empfindliche Vegetation

Nach der Besiedlung wurden große Teile der ursprünglichen Birkenwälder zurückgedrängt. Wind, Weidewirtschaft, Vulkanasche und das kühle Klima begünstigten Bodenerosion. Heute prägen Moose, Gräser, Heidepflanzen und niedrige Birken viele Gebiete. Besonders Moospolster auf jungen Lavafeldern sind empfindlich: Ein Tritt kann Schäden verursachen, die über Jahrzehnte sichtbar bleiben.

Tiere

Islandpferd	Klein, robust und für seine zusätzlichen Gangarten Tölt und Pass bekannt.
Papageientaucher	Brütet an Küstenklippen; die beste Beobachtungszeit liegt überwiegend im Sommer.
Wale	Vor allem Húsavík und andere Orte an der Nordküste sind Ausgangspunkte für Beobachtungstouren.
Polarfuchs	Das einzige Landsäugetier, das Island nach der Eiszeit ohne menschliche Hilfe erreichte.

6 Die wichtigsten touristischen Landschaftsräume

1

Reykjanes

Brücke zwischen den Kontinenten, Gunnahver, Seltún/Krýsuvík, junge Lavafelder und die aktive Riftzone. Ein idealer Auftakt, weil die Geologie schon nahe dem Flughafen sichtbar wird.

2

Golden Circle

Þingvellir verbindet Plattentektonik und Geschichte; Geysir/Strokkur zeigen Hydrothermalsysteme; Gullfoss macht die Kraft eines Gletscherflusses sichtbar.

3

Südküste

Seljalandsfoss, Skógafoss, Dyrhólaey, Reynisfjara, Vík und Fjaðrárgljúfur. Hier treffen ehemalige Meeresklippen, schwarze Strände, Basalt und Gletscherflüsse aufeinander.

4

Vatnajökull & Jökulsárlón

Skaftafell, Svartifoss, Gletscherzungen, Lagune und Diamond Beach bilden ein großartiges Freiluftlabor für Eiszeitformen und heutigen Gletscherrückzug.

5

Ostfjorde

Tiefe Fjorde schneiden in die ältesten Gesteine der Insel. Djúpivogur, Teigarhorn, Petra-Steinsammlung und Seyðisfjörður verbinden Geologie mit Kultur.

6

Nordosten

Dettifoss, Ásbyrgi, Hverir, Námafjall, Krafla, Dimmuborgir und Mývatn zeigen Vulkanismus, Pseudokrater, Solfataren und gewaltige Gletscherflüsse.

7

Nordisland

Húsavík, Goðafoss, Akureyri, Skagafjörður und Glaumbær stehen für Wale, Wasserfälle, Gartenkultur, Islandpferde und Siedlungsgeschichte.

8

Hochland

Landmannalaugar mit farbigen Rhyolithbergen sowie die Kjölur-Route/F35 mit Hveravellir. Weite, Wetter und Straßenbedingungen bestimmen hier

9

den Tagesplan.

Westisland & Snæfellsnes

Hraunfossar, Barnafoss, Kirkjufell, Búðir, Arnarstapi, Lónrangan und Djúpalónssandur. Snæfellsjökull vereint Vulkan, Gletscher und Küstenerosion auf engem Raum.

7 Islandkarte: Geologie und Sehenswürdigkeiten

Die Karte stellt die wichtigsten Ziele der beschriebenen Rundreise gemeinsam mit der Riftzone und den großen Gletschern dar. Die geologischen Flächen sind bewusst vereinfacht; sie ersetzt keine Straßen-, Gefahren- oder Wanderkarte.



Abb. 1: Island – Natur, Geologie und ausgewählte Reiseziele. Kartengrundlage: Natural Earth/world-atlas; thematische Darstellung: Travelmaus 2026.

So liest man die Karte

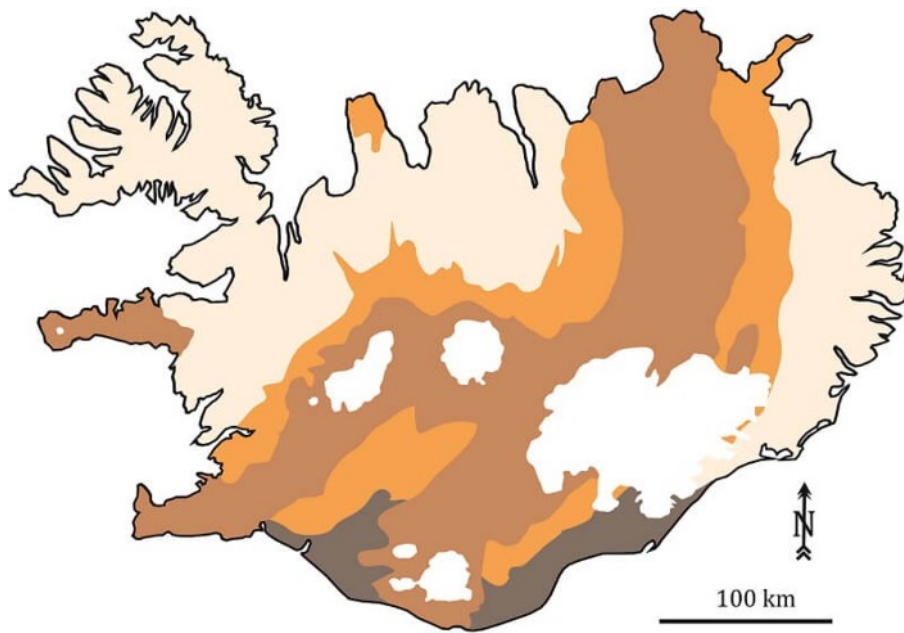
Die rot gestrichelte Linie markiert schematisch die aktive Rift- und Vulkanzone. Hellblaue Flächen zeigen große Gletscher vereinfacht. Farbige Punkte unterscheiden Orte, Naturziele sowie geologisch besonders interessante Stationen.

8 Sicher reisen in einer dynamischen Natur

Thema	Praktische Regel
Wetter und Wind	Vor jeder längeren Fahrt vedur.is und SafeTravel prüfen. Starke Böen können besonders für Fahrzeuge mit großer Seitenfläche gefährlich sein.
Straßen	Auf road.is Öffnungen, Sperrungen und Oberflächenzustand kontrollieren. F-Straßen erfordern ein geeignetes Fahrzeug; Flussschwellen niemals unterschätzen.
Vulkangebiete	Absperrungen respektieren, niemals auf frischer Lava laufen und auf Hinweise zu Gasbelastung achten.
Gletscher	Nicht ohne ortskundige Führung auf Gletscher gehen. Spalten können von Schnee verdeckt sein; Eistränder und Eishöhlen verändern sich.
Reynisfjara	Großen Abstand zum Wasser halten, niemals dem Meer den Rücken zuwenden und das Warnsystem am Zugang beachten.
Heiße Quellen	Nur ausgewiesene Badeplätze nutzen. Temperatur und Untergrund können sich innerhalb weniger Schritte stark verändern.
Naturschutz	Auf markierten Wegen bleiben, Moose nicht betreten, keine Steine oder Sand aus Schutzgebieten mitnehmen und Drohnenregeln beachten.

Kleines Geologie-Wörterbuch

- ▣ **Basalt:** Dunkles Vulkangestein, das aus relativ dünnflüssiger Lava entsteht.
- ▣ **Caldera:** Große Einbruchsmulde über einer teilweise entleerten Magmakammer.
- ▣ **Fumarole:** Öffnung, aus der vulkanische Gase und Wasserdampf austreten.
- ▣ **Hotspot:** Besonders heißer Bereich im Erdmantel, der verstärkten Vulkanismus speist.
- ▣ **Jökulhlaup:** Plötzliche Gletscherlauf- oder Schmelzwasserflut.
- ▣ **Rift:** Dehnungszone, in der die Erdkruste auseinandergezogen wird.
- ▣ **Solfatare:** Fumarole mit schwefelhaltigen Gasen und typischen gelben Ablagerungen.
- ▣ **Tephra:** Sammelbegriff für ausgeworfenes vulkanisches Lockermaterial, von Asche bis zu größeren Brocken.



Vereinfachte geologische Karte von Island (nach Gudmundsson, A.T. & Kjartansson, H. 1996: Land im Werden).

Weiß: Gletscher

Dunkelbraun: nacheiszeitliche Sander (Schotter)

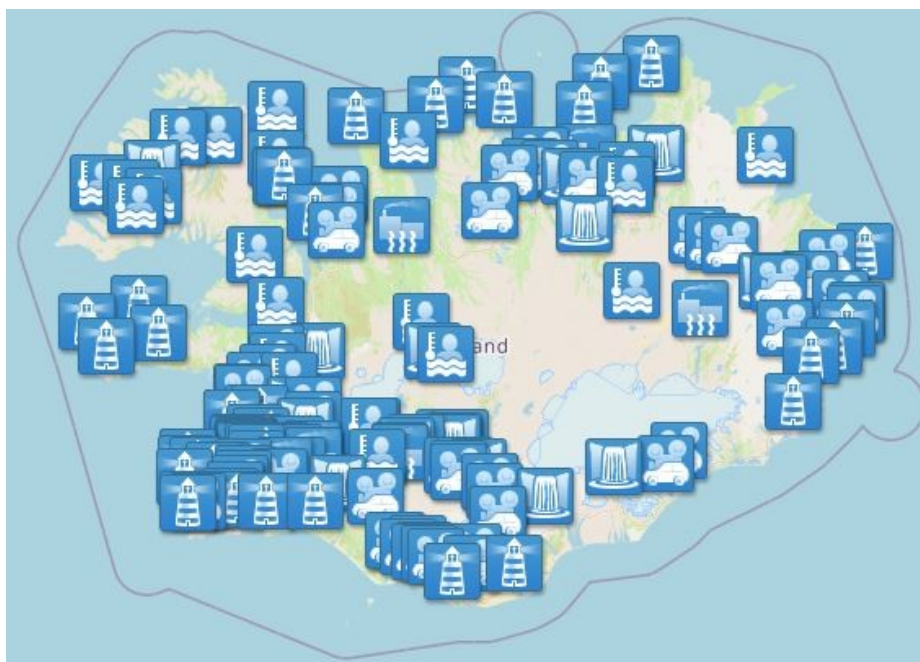
Braun: Gesteine, die weniger als 0,8 Millionen Jahre alt sind = Aktive vulkanische Riftzone

Hellbraun: Gesteine, die 0,8 bis 3,1 Millionen Jahre alt sind

Blassgelb: Gesteine, die älter als 3,1 Millionen Jahre alt sind

Entnommen: Islands faszinierende Geologie - geophil Geologie Prof. Sonja Philipp (Brenner)

Klick an: [Island: Interaktive Landkarte](#)



- [Statistics Iceland – Bevölkerung zum 1. Januar 2026](#)
- [Icelandic Meteorological Office – Wetter, Erdbeben und Vulkane](#)
- [Icelandic Meteorological Office – Vulkanstatus](#)
- [SafeTravel Iceland – Warnungen und Reisebedingungen](#)
- [Road Administration – Straßenzustand](#)
- [Visit Iceland – offizieller Reiseführer](#)
- [Vatnajökull National Park](#)
- [UNESCO – Vatnajökull National Park](#)

Vulkanische Aktivität, Gletscherzugänge, Hochlandstraßen und Wetter können sich kurzfristig ändern. Dieser Bericht erklärt die Landschaft und dient der Reisevorbereitung; für Entscheidungen am Reisetag gelten ausschließlich aktuelle amtliche Meldungen und örtliche Sperrungen.

Gute Reise durch das Land aus Feuer und Eis!



