



# Excursión a Trolltunga, nuestra guía completa con mapas

By Floriane

La famosa excursión a **Trolltunga**, en Noruega, le llevará a la increíble «**Lengua de Troll**», una plataforma rocosa suspendida sobre el lago **Ringedal**. El panorama es simplemente increíble.

Es una de las excursiones más populares de Noruega. Esta popularidad conlleva el reto de preparar bien la visita para aprovechar al máximo la experiencia y evitar las aglomeraciones.

**¿Cómo puedo evitar las aglomeraciones? ¿Cuál es la pendiente del recorrido + mapa? ¿Cómo puedo aparcar cerca de la salida? ¿Es un recorrido difícil o peligroso?** Responderemos a todas estas preguntas.

Hemos reunido **toda la información** que necesita para planificar su excursión a la famosa roca. Puede utilizar nuestro resumen para navegar por el artículo y encontrar la información que busca.

## Trolltunga: nuestra opinión

Por una vez, soy yo, Matthieu, quien toma el teclado para compartir mi aventura personal en Trolltunga. Esta vez fue una expedición en solitario, y no sin razón. Viajamos en familia y, dada la distancia y el desafío físico de esta excursión, no era factible hacerla con nuestra hija de 3 años. Aunque era una pequeña gran caminadora, los muchos kilómetros habrían significado cargar con ella durante gran parte de la ruta, lo que era poco realista.

Otro aspecto a tener en cuenta, y no el menos importante, es el **presupuesto**. Los costes adicionales, como el aparcamiento y los billetes de autobús, pueden sumarse rápidamente y engrosar la factura. Así que, al tomar la decisión de aventurarme por mi cuenta, pudimos reducir considerablemente los costes del viaje.

## Excursión a Trolltunga, nuestra guía completa con mapas

Ahora voy a contarte lo que sentí con esta atracción emblemática. No hay duda de que la ruta ofrece un paisaje **impresionante**, una verdadera recompensa por el esfuerzo realizado. Sin embargo, es importante destacar que Trolltunga se resiente **de su popularidad**. Incluso saliendo temprano y fuera de temporada (mediados de junio), me sorprendió la longitud de la **cola** para hacerse la famosa foto en la roca.

En definitiva, aunque me encantó la ruta y las magníficas vistas, tengo que admitir que prefiero la vista y la relativa calma que ofrece la [caminata desde el Preikestolen](#), junto a la [ciudad de Stavanger](#). Quizá se deba a su más fácil accesibilidad o simplemente a que estaba menos concurrido cuando lo visitamos.

Sea como fuere, Trolltunga sigue siendo una aventura para los amantes del senderismo y la naturaleza, siempre que estén bien preparados y tengan en cuenta estos consejos.

## Presentación de Trolltunga + mapa

Trolltunga, o «la lengua del trol» en francés, es una impresionante roca con vistas al lago Ringedal, en la región noruega de Hordaland. Este fenómeno natural es el resultado de miles de años de erosión glaciaria, que ha creado una especie de balcón natural con impresionantes vistas de las montañas circundantes y del lago.

Se encuentra en **el suroeste de Noruega**; la ciudad más cercana es **Odda**, a 25 km, o **Bergen**, a unas 3 horas en coche. Le recomendamos que visite la [ciudad de Bergen](#) antes o después de la ascensión.

Para ayudarle a visualizarlo, aquí tiene un mapa que muestra la ubicación de la roca y las ciudades de Bergene y Odda.

A continuación encontrará un mapa más detallado con el punto de partida de la excursión y la ruta a seguir para llegar a esta joya noruega.

## Ruta y topo de la marcha: nuestra guía completa

### Topografía con gradientes

- **Distancia** (la más corta desde P1): 20 km ida y vuelta
- **Diferencia de altitud**: 900 D+.
- **Duración**: 7 horas de media
- **Punto de salida**: Aparcamiento P1, P2 o P3 (el más cercano)

*La ruta en el sitio web Alltrails*

## **Descripción de la ruta Descripción**

El sendero comienza en P3, serpentea por bosques noruegos y luego se abre a mesetas montañosas que ofrecen panorámicas de 360 grados. La ruta, bien señalizada, está salpicada de miradores y lugares para descansar y hacer picnic.

La ruta no es técnica pero sí un poco larga, siendo la primera subida de 350 metros la más difícil. En caso de lluvia, algunos tramos pueden estar resbaladizos.

Excursión a Trolltunga, nuestra guía completa con mapas

Excursión a Trolltunga, nuestra guía completa con mapas

## Planifique su paseo: guía, aparcamiento (+ mapa)...

### ¿Cómo llegar a Trolltunga?

- **En coche** : Puede conducir hasta uno de los 3 aparcamientos, P1: Tyssedal, P2 Skjeggedal y P3 Magelittopp. Tenga en cuenta que sólo el P1 está autorizado para autocaravanas (mapa más abajo).
- **En autobús / lanzadera**

**Desde la estación de Odda bud**, cogí el autobús lanzadera (primera salida a las 5.55 h, [horario](#) aquí) hasta P2 y luego cogí un segundo autobús lanzadera hasta P3.

**Desde Bergen**, el autobús tarda unas 3 horas. Para el viaje de vuelta, le aconsejamos que coja la opción de autobús + ferry para explorar los [fiordos que rodean Bergen](#) desde el agua.

- **En taxi** (1.500 nok por taxi) hasta el aparcamiento Skjeggedal P2.

*fuentes : [www.trolltunga.com](http://www.trolltunga.com)*

## Aparcamiento para coches y autocaravanas

La logística del aparcamiento para la aventura a Trolltunga es un elemento clave que hay que planificar, y pasé varias tardes comprendiéndolo y calculándolo todo. Así que, con tres opciones disponibles, elegir el **aparcamiento adecuado** no sólo puede influir en la **duración de** su viaje, sino también en su **coste**. Aquí tienes una descripción detallada para ayudarte a tomar la mejor decisión.

- **P1 Tyssedal:** este aparcamiento es el más alejado del punto de partida, **38 kilómetros de ida y** una buena parte de vuelta, pero también es el más barato, ya que cuesta unos 25 euros al día (300 coronas noruegas). Hay un autobús lanzadera que te lleva a P2 Skjeggedal por unos 8 €, y desde allí puedes coger otro autobús lanzadera a P3 por unos 13 €. **Este aparcamiento tiene la ventaja de aceptar autocaravanas**, lo que lo convierte en una opción práctica para los viajeros itinerantes.
- **P2 Skjeggedal:** más cerca del inicio de la ruta, este aparcamiento cuesta unos 43 euros al día (550 NOK de aparcamiento + peaje) y reduce la distancia de la ruta a **27 kilómetros ida y vuelta**. Un autobús lanzadera le llevará al punto de partida de P3 Mågelitopp por 13 euros el trayecto.
- **P3 Mågelitopp:** el punto de partida más cercano a Trolltunga, con sólo **20 kilómetros de caminata de ida y vuelta**. Pero sólo hay 30 plazas disponibles, por lo que es imprescindible [reservar con mucha antelación](#). El coste es de 67 euros (800 NOK de aparcamiento + peaje), lo que puede parecer realmente elevado para un aparcamiento. Sin embargo, para dos personas, esta opción es más barata que combinar el coste de la P2 con el autobús de ida y vuelta (aproximadamente 92 euros).

## Lanzaderas Trolltunga: lo que hay que saber

El transporte hasta el Trolltunga corre a cargo de dos empresas distintas, que ofrecen enlaces entre los distintos aparcamientos / la ciudad de Odda y el punto de partida de la excursión. Sin embargo, hay algunos consejos que debe conocer para utilizar este servicio de forma eficaz y rentable.

El primer consejo es **comprar sólo el billete de ida**. ¿El motivo? Las lanzaderas circulan alternativamente a lo largo del día. Es difícil calcular cuándo volverás, así que dependiendo de cuándo termines, **tendrás la flexibilidad de elegir la**

**lanzadera que más te convenga una vez** allí.

El segundo consejo es comprar el **billete de salida por Internet** para garantizar su plaza en la lanzadera a la hora que desee, sobre todo en periodos de gran afluencia y si quiere salir temprano por la mañana. Reservé con trolltunga-shuttle para la primera salida.

*Empresas de transporte:* [trolltunga-shuttle](#) y [Oddataxi](#).

Excursión a Trolltunga, nuestra guía completa con mapas

Excursión a Trolltunga, nuestra guía completa con mapas

## ¿Necesito un guía en verano y en invierno?

El paseo se recomienda desde **mediados de junio hasta mediados de septiembre**, después de lo cual es aconsejable (u obligatorio, consulte con la oficina de turismo) llevar un guía.

## Vía ferrata en Trolltunga

El lugar también cuenta con una vía ferrata de 250 metros de altura con vistas al fiordo. Si eres aficionado a la escalada, esto debe de estar muy bien. No dude en darnos su opinión en la sección de comentarios.

Desarrollado por [GetYourGuide](#)

## ¿Cómo evitar las aglomeraciones? acampada y salida anticipada

**Empezar temprano:** El secreto para adelantarse a las multitudes es empezar el recorrido mucho antes que los demás. Aunque la mayoría de los excursionistas -y yo soy uno de ellos, pero los que toman el transbordador serán menos felixibles- comienzan su caminata entre las 7 y las 8 de la mañana, partir al amanecer le garantizará una ventaja y cierta calma en el trayecto de ida y en el mirador.

**Acampar:** lo ideal es pensar en acampar cerca de Trolltunga, para poder disfrutar de la roca casi en solitario al atardecer y al amanecer. La acampada libre está permitida en Noruega, gracias al derecho de libre acceso a la naturaleza para todos, lo que facilita encontrar lugares donde montar la tienda, sobre todo en los últimos kilómetros de la subida al Trolltunga. Me sorprendió gratamente la cantidad de opciones para montar una tienda de campaña. Tomaremos esta opción la próxima vez.

## Nuestros consejos para disfrutar del paseo

Trolltunga es sin duda una de las excursiones más espectaculares de Noruega, pero también una de las más exigentes. Para que su aventura sea inolvidable por todos los motivos, es fundamental estar bien preparado. Aquí tienes nuestros consejos de eficacia probada para que tu excursión sea un éxito:

## Excursión a Trolltunga, nuestra guía completa con mapas

- **Hidratación y alimentación:** asegúrese **de llevar suficiente agua** (2 litros) y pequeños tentempiés (frutos secos, barritas energéticas, semillas, etc.). El esfuerzo físico combinado con la duración de la marcha (a menudo más de 8 horas) requiere una buena hidratación.
- **Equipo adecuado:** ropa impermeable y botas de montaña: incluso en un buen día, el tiempo en la montaña puede cambiar rápidamente. El camino hacia Trolltunga atraviesa humedales y pequeños arroyos.
- **Consulta la previsión meteorológica:** en Noruega, consultábamos la previsión meteorológica todos los días para organizar nuestra planificación. Para Trolltunga aún más, dado el compromiso físico, el tiempo de organización y el presupuesto que implica, es una muy buena idea planearlo en un día soleado. Las vistas desde Trolltunga son impresionantes bajo el sol, lo que añade magia a la experiencia.

## Seguridad en Trolltunga: ¿es una excursión peligrosa?

Este es también un punto que ha surgido en las redes sociales: **¿es peligrosa la excursión a Trolltunga?** Por eso me tomo la libertad de abordarlo para preparar a los futuros excursionistas. Vale la pena señalar que en todas las excursiones que hemos hecho en Noruega, **no hay barreras de seguridad en la ruta de senderismo o en los miradores**. Esto nos confundió un poco al principio de nuestra estancia.

Aunque Trolltunga es un **popular destino turístico**, no hay que subestimar el senderismo. Los caminos pueden estar resbaladizos, sobre todo después de llover. Es fundamental mantenerse en los senderos señalizados y actuar con precaución, sobre todo al acercarse a la cima. Le recomendamos encarecidamente que mantenga una distancia de seguridad y no se aventure demasiado cerca del borde, y que no corra riesgos innecesarios para tomar fotografías...

Algunos excursionistas se tumban para acercarse al borde. La vista debe de ser una locura, con el vacío a pocos metros por debajo. Sí hemos leído que hubo un accidente en el lugar en 2015, cuando un excursionista se cayó. Si se **mantiene la cautela**, no hay, en nuestra opinión, ningún riesgo en hacer esta excursión.

### ¿Dónde alojarse cerca de Trolltunga?

Lo ideal es elegir un alojamiento cerca del inicio de la ruta, en los alrededores de la ciudad de Odda. [Reserva online](#) con antelación, sobre todo en temporada alta, para asegurarte la mejor opción.

#### [Alojamientos mejor valorados cerca de Trolltunga](#)

En los alrededores de Trolltunga, recomendamos **el Lago Azul, Blavatnet** y las **cascadas de Tveitafossen**.

Esperamos que este artículo le haya inspirado y le haya proporcionado toda la información que necesita para explorar Trolltunga.

No dude en dejarnos una **nota o 5 estrellas** a continuación, para hacernos saber si está planeando este viaje, o para preguntarnos cualquier duda que tenga.

## Excursión a Trolltunga, nuestra guía completa con mapas

Estaremos encantados de responderle. Puedes echar un vistazo a nuestras historias de [Instagram de nuestro viaje a](#) Noruega, i para que te hagas una idea de lo que te espera!

Donnez une note à cet article :  
1 avis (5/5)

### **Merci de partager notre article :**

- [Compartir en X \(Se abre en una ventana nueva\) X](#)
- [Comparte en Facebook \(Se abre en una ventana nueva\) Facebook](#)
- [Haz clic en Pinterest \(Se abre en una ventana nueva\) Pinterest](#)
- [Compartir en WhatsApp \(Se abre en una ventana nueva\) WhatsApp](#)
- [Más](#)