

Inhalt

| | |
|----------------------------------|----|
| Wandern auf Madeira | 6 |
| Levadas | 8 |
| Bananen | 10 |
| Forellen im Atlantik ? | 12 |
| Obst- und Gemüsekur à la Madeira | 14 |

Der Osten von Madeira

| | | |
|---|---|----|
| 1 | Entlang der Levada do Norte Ost – Von Estreito da Câmara de Lobos zum Cabo Girão (2.30 Std.; mittelschwer) | 16 |
| 2 | Auf der Levada do Norte West – Vom Cabo Girão über Boa Morte nach Barreiras (3.15 Std.; mittelschwer) | 20 |
| 3 | Bergspitze im Zentrum Madeiras – Von der Boca da Corrida auf den Pico Grande (3.30 Std.; anspruchsvoll) | 23 |
| 4 | Zum ›Stall der Nonnen‹ – Von Eira do Serrado nach Curral das Freiras (1 Std.; mittelschwer) | 27 |
| 5 | In das ›Tal der Geretteten‹ – Von Santa Quitéria auf der Levada do Curral in das Socorridos-Tal (1.30 Std.; mittelschwer) | 30 |
| 6 | Durch Parkanlagen und Wälder – Entlang der Levada dos Tornos und der Levada da Serra von Monte nach Camacha (4 Std.; einfach) | 32 |
| 7 | Zum Korbflechterzentrum – Von Assomada nach Camacha (2.30 Std.; mittelschwer) | 36 |

| | | |
|-----------|--|-----------|
| 8 | Wüste mitten im rauen Atlantik – Rundweg auf der Halbinsel Ponta de São Lourenço (2.30 Std.; anspruchsvoll) | 39 |
| 9 | Aussichtspunkte bei Machico – Entlang der Levada do Caniçal von Maroços über die Boca do Risco zum Caniçal-Tunnel (4 Std.; mittelschwer) | 42 |
| 10 | Hoch über der Nordküste – Vom Caniçal-Tunnel über die Boca do Risco nach Porto da Cruz (4.30 Std.; anspruchsvoll) | 46 |
| 11 | Levada durch den Märchenwald – Von Aguas Mansas entlang der Levada da Serra do Faial und der Levada da Portela nach Portela (4 Std.; einfach) | 52 |
| 12 | Die ›Forellenlevada‹ – Von Ribeiro Frio entlang der Levada do Furado nach Portela (3.30 Std.; mittelschwer) | 56 |
| 13 | Balkon der tiefen Blicke – Von Ribeiro Frio zum Aussichtspunkt Balcões (1 Std.; einfach) | 60 |
| 14 | Vom Garten in den Urwald – Von Cruz entlang der Levada do Castelejo in das Tal der Ribeira de São Roque (3 Std.; mittelschwer) | 62 |
| 15 | Levadas und Lombos – Rundwanderung um São Roque do Faial (2 Std.; mittelschwer) | 65 |
| 16 | Der ›Adlerfelsen‹ – Von Penha de Águia de Baixo auf den ›Adlerfelsen‹ (2 Std.; anspruchsvoll) | 68 |
| 17 | Zum grünen Kessel – Von Queimadas zum Caldeirão Verde (4 Std.; anspruchsvoll) | 71 |
| 18 | Entlang der höchsten Gipfel – Vom Pico do Arieiro zum Pico Ruivo und zurück (6 Std.; anspruchsvoll) | 75 |

| | | |
|-------------------------------|--|------------|
| 19 | Der höchste Berg Madeiras – Von der Achada do Teixeira zum Pico Ruivo (1.45 Std.; mittelschwer) | 80 |
| 20 | Entlang der Wasserscheide – Von der Achada do Teixeira über den Pico Ruivo zur Boca da Encumeada (5.30 Std.; anspruchsvoll) | 82 |
| Der Westen von Madeira | | |
| 21 | Exotische Früchte – Rundwanderung um Ribeira Brava (4.30 Std.; mittelschwer) | 87 |
| 22 | Durch einsame Wälder – Entlang der Levada Nova von Prazeres nach Calheta (3.45 Std.; einfach) | 91 |
| 23 | Unbekannter Südwesten – Von Paúl do Mar nach Prazeres (1.30 Std.; mittelschwer) | 94 |
| 24 | Ursprünglicher Südwesten – Entlang der Levada Nova von Prazeres nach Ponta do Pargo (4.30 Std.; mittelschwer) | 97 |
| 25 | Am äußersten Ende Madeiras – Rundwanderung um Cabo (3 Std.; mittelschwer) | 102 |
| 26 | Vom Picknickplatz in den Urwald – Von Lamaceiros in das Tal der Ribeira da Janela (3 Std.; mittelschwer) | 106 |
| 27 | Zum spektakulären Wasserfall – Von Rabaçal zum Risco-Wasserfall (40 Min.; einfach) | 109 |
| 28 | Zu den 25 Quellen – Entlang der Levada das Vinte e Cinco Fontes bei Rabaçal (2 Std.; mittelschwer) | 111 |
| 29 | Felsen und Baumheide – Entlang der Levada da Rocha Vermelha bei Rabaçal (4 Std.; anspruchsvoll) | 114 |

| | | |
|-----------|--|------------|
| 30 | Die Madre am Forellensee – Zur Ribeira Grande oberhalb von Rabaçal (2 Std.; mittelschwer) | 118 |
| 31 | Zwischen Hochebene und Meer – Entlang der Levada do Paúl zum Cristo Rei (2.30 Std.; einfach) | 121 |
| 32 | Der Caldeirão Verde des Südens – Vom Cristo Rei zum Cascalho (3.30 Std.; anspruchsvoll) | 124 |
| 33 | Madeira en miniature – Auf den Pico Ruivo do Paul (1.30 Std.; mittelschwer) | 128 |

Porto Santo

| | | |
|-----------|---|--------------------------|
| 34 | Seestern, Kugelfisch & Co. – Strandwanderung von Vila Baleira zur Ponta da Calheta (1.30 Std.; einfach) | 131 |
| 35 | Auf den Zuckerhut Porto Santos – Von Vila Baleira auf den Pico do Castelo (2.30 Std.; mittelschwer) | 134 |
| | Kleiner Sprachführer Register | 137 138 |