

Inhalt

Wandern in Andalusien	6
Die Landschaften Andalusiens	8
National- und Naturparks	10
Die Mauren in der Alpujarra	12
Essen und Trinken in Andalusien	14
1 Die Gärten in den Bergen – Wanderungen zu den Gärten rund um Cortegana (2 Std., einfach)	16
2 Die Magie der Sierra de Aracena – Wälder und Dörfer rund um Almonaster la Real (4.30 Std., mittelschwer)	19
3 Im Land der schwarzen Schweine – Von Galaroza nach Castaño del Robledo (4 Std., einfach)	24
4 Durch Galerie- und Weidewälder – Entlang der Rivera de Huéznar (7 Std., mittelschwer)	27
5 In das Vogelparadies Doñana – Wanderung durch die Wälder und <i>marismas</i> des Nationalparks (6.30 Std. anspruchsvoll)	31
6 Steilküste und Kiefernwald – Der Naturpark von Barbate (7 Std., mittelschwer)	36
7 Aufstieg auf den Picacho Durch schattige Wälder zum Aussichtsberg (4 Std., mittelschwer)	40

8	Im Reich des Fischotters – Von Benamahoma entlang des Río El Bosque nach El Bosque (2 Std., einfach)	43
9	Durch den Igeltannenwald – Durch den Pinsapar von Grazalema nach Benamahoma (6 Std., mittelschwer)	46
10	Grüne Oase in Karstlandschaft – Von Grazalema nach Benaocaz (3.30 Std., mittelschwer)	50
11	Zum Salto del Cabrero – Von Grazalema nach Ubrique (4 Std., mittelschwer)	54
12	Durch das Bergland von Ronda Rundwanderung in der Sierra del Pinar (5 Std., mittelschwer)	59
13	Das Reich der Igeltanne – Durch den Igeltannenwald von Yunquera in die Sierra de las Nieves (6.30 Std., mittelschwer)	62
14	Über den Bergen von Ronda – Von Yunquera auf den Gipfel des Enamorados (7 Std., mittelschwer)	67
15	In die Sierra Crestellina – Von Casares in die Sierra Crestellina (4 Std., mittelschwer)	72
16	Die Küste von Nerja – Von Nerja zum Wachturm von Maro und zurück (4 Std., einfach)	75
17	Der Fluss am Feigenbaum – In der Schlucht des Río Higuerón (3.30 Std., einfach)	79
18	Die Berge von Frigiliana – Rundwanderung durch die Cuesta de Chillar (3 Std., mittelschwer)	81
19	Rund um Zuheros – Im Naturpark Subbética Cordobesa (4 Std., einfach)	84

20	Wo die Olivenbäume wachsen – Auf dem GR 7 von Priego de Córdoba nach Rute (6 Std., anspruchsvoll)	87
21	Von Güéjar in die Berge – Die Vereda de la Estrella (9 Std., anspruchsvoll)	93
22	Im Schatten der Dreitausender – Durch die Schlucht des Poqueira (6 Std., mittelschwer)	99
23	Der Oberlauf des Rio Poqueira – Von Capileira zur Cascada Mecina (3.30 Std., einfach)	103
24	Aufstieg ins Hochgebirge – Von Capileira zum Refugio Poqueira (7 Std., anspruchsvoll)	106
25	Maurische Dörfer und Gärten – Die Taha de Pitres (4 Std., einfach)	112
26	Der Forellenbach – Entlang des Río Trevélez (6 Std., mittelschwer)	115
27	Blaue Seen in schwarzen Bergen – Von Trevélez zu den Sieben Lagunen (9 Std., anspruchsvoll)	118
28	Die Route der Angler – Entlang des Río Borosa zu den Lagunen Negras und Valdeazores (10 Std., anspruchsvoll)	122
29	Eine Brücke für die Königin – Von der Puente de las Herreras nach Cazorla (4 Std., mittelschwer)	126
30	Zum Gipfel des Gilillo – Rundwanderung von Cazorla auf den höchsten Berg der Sierra de Cazorla (9 Std., anspruchsvoll)	128
31	Zur Renaissanceburg – Von María nach Vélez-Blanco (3 Std., einfach)	132

32	Durch den Kiefernwald – Rundwanderung in der Sierra de María (4.30 Std., mittelschwer)	135
33	Die Schlucht der Westernfilme – Die Rambla von Tabernas (4 Std., einfach)	138
34	Vulkanberge am Meer – Von San José nach La Isleta (7 Std. , mittelschwer)	142
35	Zu den schönsten Stränden – Die Strände von San José (5.30 Std., mittelschwer)	146
	Kleiner Sprachführer	151
	Register	152
	Abbildungsnachweis	156