

Inhalt

Wandern auf Teneriffa	6
Die Insel des ewigen Frühlings	8
Geburt aus dem Feuer	10
Teneriffas Wälder	12
Geheimnisvolle Guanchen	14

Der heiße Süden

1	Das Wahrzeichen des Südens – Von Arona auf den Conde (3.15 Std.; mittelschwer)	16
2	Hoch über der ›Höllenschlucht‹ – Von Arona nach Adeje (5 Std.; mittelschwer)	19
3	Der infernale Barranco – Durch die ›Höllenschlucht‹ bei Adeje (2.15 Std.; einfach)	23
4	Lavalandschaften – Auf alten Pfaden zwischen Chío und Arguayo (3.45 Std.; mittelschwer)	26
5	Ziegenalm und Wasserschlucht – Zwischen Santiago del Teide und Tamaimo (3 Std.; mittelschwer)	32

Das Teno-Gebirge

6	Durch das Tal der ›Aussteiger‹ – Von Los Silos über die Casas de las Cuevas Negras nach Erjos (2.30 Std.; mittelschwer)	36
----------	---	----

- 7** Schluchten und Grate über Los Silos – Von Los Silos hinauf zum ›Lorbeerweg‹ und zurück über die Montaña de Talavera (4.15 Std.; mittelschwer) **40**
- 8** Der lange Weg nach Masca – Von Buenavista nach Teno Alto und über den Baracán-Steig nach Masca (4.15 Std.; anspruchsvoll) **44**
- 9** Zwischen Giganten – In den Tiefen des Barranco de Masca (5.15 Std.; mittelschwer) **49**
- 10** Die Finca hinter den Bergen – Von der Degollada de Cherfé in die Berge über Masca (4.45 Std.; mittelschwer) **52**
- 11** Gala-Wanderung im Teno – Von Santiago del Teide über die Cumbre de Bolico nach Las Lagunetas (2.30 Std.; mittelschwer) **56**
- 12** Ziegenhirten und Feldterrassen – Über das Teno-Hochplateau zu den Carrizales-Weilern (4.45 Std.; anspruchsvoll) **60**

Das Anaga-Gebirge

- 13** Dörfer und Schluchten über La Punta – Von Punta del Hidalgo nach Batan und zurück zum Meer (5.45 Std.; anspruchsvoll) **65**
- 14** Anaga für Abenteurer – Schluchtereinsamkeit zwischen Punta del Hidalgo und Bejía (4.45 Std.; anspruchsvoll) **72**
- 15** Die Drei-Dörfer-Wanderung – Von Punta del Hidalgo über Chinamada und Las Carboneras nach Taborno (4.15 Std.; mittelschwer) **77**
- 16** Am ›Matterhorn‹ des Nordens – Rund um den Roque de Taborno (1.15 Std.; einfach) **82**
- 17** Unter dem Felsen von Taborno – Steile Pfade zwischen Taborno und dem Barranco de Afur (3 Std.; mittelschwer) **85**

18	Schluchtentiefen und Weinreben – Von Afur nach Taganana (2.15 Std.; einfach)	90
19	Über den ›Gipfel des Engländer‹ – Von Taborno nach Santa Cruz (3.45 Std.; mittelschwer)	93
20	Die große Küstenrunde – Von Almáciga zum Anaga- Leuchtturm und über Chamorga zurück zur Küste (5.30 Std.; mittelschwer)	98
21	Zum Heiligen Fels der Guanchen – Von Igüeste de San Andrés zum Roque de Anambra und zurück (6 Std.; anspruchsvoll)	104
22	Alte Signalstationen im Anaga – Zu zwei Aussichts- punkten hoch über Igüeste de San Andrés (2.30 Std.; mittelschwer)	111

Wälder und Vulkane

23	Über und unter den Orgelpfeifen – Von La Caldera über den Los Órganos-Höhenpfad (4 Std.; mittelschwer)	115
24	Der Weg der Kreuze – Von Aguamansa auf dem Candelaria-Pilgerpfad nach Arafo (4.45 Std.; anspruchsvoll)	119
25	Über das ›Rückgrat‹ Teneriffas – Von La Caldera über die Cumbre Dorsal nach Güímar (7 Std.; anspruchsvoll)	123
26	Schwarzer Sand und Grüne Kiefern – Von Los Lla- nos über die Arenas Negras nach La Montañeta (1.30 Std.; einfach)	129
27	Durch das Vulkanrevier – Von Erjos hinauf zum Volcán Negro und zum Chinyero (4.30 Std.; einfach)	133

Unter dem Teide

28	Auf die rote ›Festung‹ – Vom Portillo über die Höhen der Fortaleza (3.45 Std.; anspruchsvoll)	138
29	Entlang der Caldera-Randberge – Vom Parador zum Portillo (4 Std.; einfach)	142
30	Auf den Guajara – Vom Parador über den Ucanca- Pass hinauf zum Aussichtsgipfel (3.30 Std.; mittelschwer)	145
31	Rund um den ›Finger Gottes‹ – Vom Parador zu den Roques de García und zurück (1.15 Std.; einfach)	148
32	Zur Schwarzen Mondlandschaft – Vom Parador zum Paisaje Lunar (4.45 Std.; mittelschwer)	150
33	Über die Caldera-Randberge – Auf den Sombrero di Chasna und durch die Ucanca-Scharte zum Parador (3.15 Std., mittelschwer)	155
34	Durch die Felsen des ›Zedernbergs‹ – Vom Mirador de Chío auf die westlichste Höhe des Caldera-Rands (1.30 Std.; anspruchsvoll)	159
35	Auf den Teide – Vom Portillo über die Montaña Blanca auf den höchsten Gipfel Spaniens (4.45 Std.; anspruchsvoll)	161
	Register	166