



Inhalt

Wandern auf La Palma	6	
Wasser – ein wertvolles Gut	8	
Spiralen – Sinnbilder der Ewigkeit	10	
Allroundkünstler Kiefer	12	
Eine Arche Noah für die Inselwelt	14	
Tour 1	Weine und Vulkane des Südens – Volcán de San Antonio und Volcán Teneguía (3 Std.; mittelschwer)	16
Tour 2	Der rote Feuerberg – Zum Volcán Martín bei Fuencaliente (6.30 Std.; anspruchsvoll)	22
Tour 3	Auf der Vulkanroute – Von El Pilar zu Las Deseadas (5.30 Std.; anspruchsvoll)	27
Tour 4	Klassischer Aussichtsgipfel – Auf den Pico Birigoyo (4 Std.; mittelschwer)	32
Tour 5	Zu Fuß zum Bauernmarkt – Von der Montaña de La Breña nach Villa de Mazo (3 Std.; einfach)	36
Tour 6	Panoramaweg in den Nebelwald – Auf der Cumbre Nueva (2 Std.; einfach)	40
Tour 7	Zu dunklen Schlünden – Von Jedey zu den Lavas de San Juan (7 Std.; mittelschwer)	44

Tour 8	Aufstieg zur Aschewüste – Von Tacande zum Llano del Jable (5 Std.; mittelschwer)	50
Tour 9	Auf dem Königsweg – Über den Reventón nach San Pedro de Breña Alta (5 Std.; mittelschwer)	57
Tour 10	Annäherung an die Caldera – Von der Ermita Virgen del Pino zur Punta de Los Roques (8 Std.; anspruchsvoll)	62
Tour 11	Leichte Aussichtsrunde – Rund um La Cumbrecita (1.30 Std.; einfach)	66
Tour 12	Zum einsamen Grat – Von La Cumbrecita zum Lomo de El Escuchadero (4 Std.; anspruchsvoll)	69
Tour 13	Der schönste Aussichtsgipfel – Auf den Pico Bejenado (4 Std.; anspruchsvoll)	73
Tour 14	Heiterer Kessel und enge Klamm – Durch die Caldera de Taburiente (5.30 Std.; anspruchsvoll)	78
Tour 15	Durch Bananenplantagen – Von Los Llanos nach Puerto de Tazacorte (3.30 Std.; einfach)	86
Tour 16	Steile Felsküste – Von Puerto de Tazacorte zum Mirador El Time (2.30 Std.; mittelschwer)	90
Tour 17	Zwischen Wolken und Sonne – Zum Torre del Time (2.30 Std.; mittelschwer)	94
Tour 18	Wo die Palmeros baden – Zur Küste bei Tijarafe (5 Std.; anspruchsvoll)	97
Tour 19	Schluchten und Kiefernwälder – Um den Barranco de Izcagua (4 Std.; mittelschwer)	103

Tour 20	Wohnhöhlen der Altkanarier – Zu den Cuevas de Buracas bei Las Tricias (2 Std.; mittelschwer)	107
Tour 21	Windgepeitschte Nordküste – Von Santo Domingo de Garafía nach El Palmar (3 Std.; einfach)	111
Tour 22	Der eindrucksvollste Barranco – Von Don Pedro nach El Tablado (5 Std.; anspruchsvoll)	114
Tour 23	Durch Schluchten und Dörfer – Rundwanderung bei Barlovento (4 Std.; mittelschwer)	117
Tour 24	Wälder, Felder, Blumen – Von Los Tilos nach Los Sauces (3.30 Std.; mittelschwer)	122
Tour 25	Zu ergiebigen Quellen – Von Los Tilos nach Marcos y Cordero (7.30 Std.; anspruchsvoll)	128
Tour 26	Abenteuer im Wasserkanal – Von Las Lomadas nach Marcos y Cordero (8.30 Std.; anspruchsvoll)	133
Tour 27	Durch den Lorbeerwald – Cubo de La Galga und Mirador de la Somada Alta (3 Std.; mittelschwer)	138
Tour 28	Prähistorische Perspektiven – Zum Pico de la Nieve und nach La Erita (3 Std.; mittelschwer)	141
Tour 29	Am höchsten Punkt La Palmas – Zum Roque de Los Muchachos (3 Std.; mittelschwer)	145
Tour 30	Stille Wälder, baumlose Gipfel – Vom Roque de Los Muchachos zur Somada Alta (5.30 Std.; anspruchsvoll)	148
	Kleiner Sprachführer	152
	Register	153
	Abbildungsnachweis/Impressum	155