

■ Wandern auf Teneriffa

Wanderregionen auf Teneriffa ► 5 ■ Wetter und Wandersaison ► 8 ■ Stein- und Felskunde für Wanderer ► 12 ■ Pflanzenwelt ► 15 ■ Tierwelt ► 21 ■ Ausrüstung und Verpflegung ► 24 ■ Notfall und Notfallnummern ► 25 ■ Tourplanung und -durchführung ► 26 ■

■ Norden

Tour 1 **	Durch den Barranco de Ruiz Länge 7,8 km ■ Dauer 3:25 Std.	► 42
Tour 2 *	Küstenwanderung vom Mirador San Pedro nach Puerto de la Cruz Länge einfach 6,6 km ■ Dauer 2:50 Std.	► 47
Tour 3 **	Küstenwanderung von Puerto de la Cruz nach Cuesta de la Villa Länge einfach 5,3 km ■ Dauer 2:15 Std.	► 52
Tour 4 *	Kleine Runde am Fuße der Orgelpfeifen im Orotava-Tal Länge 4,9 km ■ Dauer 1:30 Std. ■ ☺	► 56
Tour 5 ***	Aussichtsreiche Höhenwanderung im östlichen Orotava-Tal Länge 11,3 km ■ Dauer 4:15 Std.	► 60
Tour 6 *	Rundwanderung von Aguamansa über die Galería Fortuita Länge 7,3 km ■ Dauer 2 Std.	► 65
Tour 7 ***	Große Rundtour am westlichen Rand des Orotava-Tals Länge einfach 10,7 km ■ Dauer 4:50 Std.	► 68

□ Nordosten

Tour 8 *****	Runde ab Punta del Hidalgo mit Kanaletappe im Barranco Seco Länge 15 km □ Dauer 5:50 Std.	► 74
Tour 9 **	Vom Cruz del Carmen über Chinamada nach Las Carboneras Länge einfach 7,7 km □ Dauer 3:30 Std. □ ☺	► 80
Tour 10 ***	Von der Casa Carlos zum Roque de Taborno und nach Las Carboneras Länge einfach 8,5 km □ Dauer 3:25 Std.	► 84
Tour 11 ***	Von der Casa Carlos durch das Afur-Tal nach Taganana Länge einfach 8,9 km □ Dauer 3:55 Std.	► 88
Tour 12 **	Auf den Chinobre und zum Aussichtsplateau Cabezo del Tejo Länge 6,6 km □ Dauer 2:20 Std.	► 94
Tour 13 ***	Die Chamorga-Faro-Runde Länge 8,2 km □ Dauer 4:05 Std.	► 97
Tour 14 ****	Große Runde oberhalb von Igualte de San Andrés Länge 18,5 km □ Dauer 6:30 Std.	► 102
Tour 15 *	Kleine Runde durch den Esperanza-Wald Länge 5,7 km □ Dauer 2 Std.	► 107
Tour 16 ***	Von Machado über Barranco Hondo nach Las Barreras Länge 5,7 km □ Dauer 2:15 Std.	► 112

Süden

- | | | |
|-------------|--|-------|
| Tour 17 * | Küstenrunde um die Montaña Amarilla
Länge 5 km □ Dauer 1:50 Std. □  | ▷ 116 |
| Tour 18 *** | Zur weißen Mondlandschaft von Vilaflor
Länge 12,8 km □ Dauer 4:40 Std. | ▷ 120 |
| Tour 19 *** | Rund um den Roque Imoque
Länge 9,4 km □ Dauer 4 Std. | ▷ 126 |
| Tour 20 ** | Durch die Höllenschlucht bei Adeje
Länge hin und zurück 5,8 km □ Dauer 3 Std. □  | ▷ 132 |

Westen

- | | | |
|--------------|---|-------|
| Tour 21 ** | Durch das sonnige Tal von Santiago del Teide
Länge einfach 4,1 km □ Dauer 2:15 Std. | ▷ 136 |
| Tour 22 * | Kleine Runde bei Arguayo
Länge 2,6 km □ Dauer 1:10 Std. | ▷ 140 |
| Tour 23 *** | Durch die abenteuerliche Masca-Schlucht
Länge einfach 4,4 km □ Dauer 3:30 Std. □  | ▷ 144 |
| Tour 24 ** | Die Gala-Tour im Teno-Gebirge
Länge einfach 7,9 km □ Dauer 3 Std. | ▷ 148 |
| Tour 25 * | Durch den Lorbeerwald Monte del Agua
Länge einfach 11,1 km □ Dauer 3 Std. | ▷ 153 |
| Tour 26 *** | Hoch hinauf in die stille Bergwelt von Los Silos
Länge 12,5 km □ Dauer 5:15 Std. | ▷ 156 |
| Tour 27 ** | Rundwanderung auf dem Hochplateau von Teno Alto
Länge 5,5 km □ Dauer 2 Std. | ▷ 161 |
| Tour 28 **** | Von Buenavista über den Risco-Steig nach El Palmar
Länge 11,2 km □ Dauer 5:45 Std. | ▷ 164 |
| Tour 29 ** | Durch die Vulkanfelder von Arenas Negras
Länge einfach 10,3 km □ Dauer 3:20 Std. □  | ▷ 169 |

Teide-Region

- | | | |
|--------------|--|-------|
| Tour 30 *** | An den Caldera-Randbergen entlang
Länge einfach 16,4 km □ Dauer 4:30 Std. | ▷ 174 |
| Tour 31 *** | Rundwanderung von El Portillo zu den Ausläufern
der Montaña Bianca mit den Huevos del Teide
Länge 14,9 km □ Dauer 4:30 Std... | ▷ 180 |
| Tour 32 **** | Auf den Pico del Teide, den höchsten Gipfel Spaniens
Länge 9,4 km □ Dauer 4:45 Std. | ▷ 186 |
| Tour 33 ** | Durch die bizarre Vulkanlandschaft der Cañadas
Länge einfach 8,7 km □ Dauer 2:50 Std. □  | ▷ 192 |
| Tour 34 **** | Vom Parador über die Montaña de Guajara nach Vilaflor
Länge einfach 14,5 km □ Dauer 6:05 Std. | ▷ 196 |
| Tour 35 * | Rund um den Volcán de la Botija
Länge 4,6 km □ Dauer 1:55 Std. | ▷ 203 |

Kleines geografisches Glossar

- | | |
|----------|-------|
| Register | ▷ 207 |
|----------|-------|

 „besonders attraktiv für Kinder“, findet die Autorin Marion Helbig