

Teneriffa – Die Vorschau	10
---------------------------------	----

Teneriffa – Hintergründe & Infos	14
---	----

Teneriffa erleben	16
--------------------------	----

Typisch Teneriffa	32
--------------------------	----

Aktiv auf Teneriffa	37
----------------------------	----

Tauchen	37	Karting	39
Surfen/Windsurfen	38	Paragliding	39
Segeln	39	Reiten	40
Fahrrad/Mountainbike	39	Tennis	40
Golf	39	Wandern und Ausflüge	40

Die schönsten motorisierten Touren	41
---	----

Tour 1: Vom Süden in den Nationalpark	41	Tour 4: Ins wilde Anagagebirge	45
Tour 2: Vom Süden ins romantische Tenogebirge	42	Tour 5: Durch das Orotavatal in den Nationalpark	46
Tour 3: Zu Heiligtümern und Hauptstädten	44	Tour 6: Historische Städte im Norden und das romantische Tenogebirge	47

Tagesausflug nach La Gomera	48
------------------------------------	----

Anreise	48	San Sebastián	49
Unterwegs auf La Gomera	48	Rundtour mit dem Auto	50

Essen und Trinken	53
--------------------------	----

Geschichte und Wirtschaft	57
----------------------------------	----

Anreise	63
----------------	----

Unterwegs zwischen den Kanarischen Inseln	67
--	----

Übernachten	69
--------------------	----

Unterwegs auf Teneriffa	73
--------------------------------	----

Wissenswertes von A bis Z	77
----------------------------------	----

Apotheken	77	Feiertage	81
Ärztliche Versorgung	77	Geld	81
Baden/Strände/FKK	78	Information	82
Behindertengerechter Urlaub	80	Internet	82
Einkaufen	80	Kleidung	82

Konsulate	83	Preise	87
Kriminalität	83	Sprache	88
Kuren/Wellness/Spa	84	Sprachkurse	88
Landkarten	85	Strom	88
Literatur	85	Telefonieren	88
Märkte	86	Trinkgeld	89
Medien, deutschsprachig	87	Zeit	89
Öffnungszeiten	87	Zoll	89
Post	87		

Teneriffa – Reiseziele 90

Santa Cruz und der Osten 92

Santa Cruz	93	Porís de Abona	112
Anagagebirge	106	Im Hinterland	113
San Andrés	107	Güímar	113
An der Küste entlang		Weiter nach Süden	116
nach Süden	109	Fasnia	116
Candelaria	109	Arico	116
Puerto de Güímar	112		

Der Süden 118

Urlaubsorte von Ost		Kommerzielle Freizeit-	
nach West	120	angebote im Süden	152
El Médano	120	Das Hinterland	154
Los Abrigos	128	Adeje	154
Costa del Silencio	129	Barranco del Infierno	
Las Galletas	129	(Höllenschlucht)	155
Los Cristianos	132	Arona	155
Playa de las Américas		Mirador de la Centinela	156
und Costa Adeje	140	San Isidro	156
Playa de las Américas	149	Granadilla de Abona	156
Costa Adeje	150	Vilaflor	157
La Caleta	151		

Der Westen und das Tenogebirge 160

Die Westküste	160	Im Hinterland	171
Playa Paraíso	161	Guía de Isora	171
Callao Salvaje	163	Arguayo	172
Playa de San Juan	163	Das Tenogebirge	173
Alcalá	165	Masca	174
Playa de la Arena, Puerto de		El Palmar und Teno Alto	177
Santiago und Los Gigantes	167	Los Bailaderos	177

Das Orotavatal und die Nordküste _____ 178

Das Orotavatal	179	San Juan de la Rambla	212
Puerto de la Cruz	181	Icod de los Vinos	213
Los Realejos	198	Playa San Marcos	217
La Orotava	201	Garachico	217
Oberes Orotavatal	209	Los Silos	224
Aguamansa und Umgebung	210	Buenavista del Norte	225
Die Nordküste	211	Weiterfahrt ins Tenogebirge	226

La Laguna und der Nordosten _____ 228

La Laguna	229	Das Gebiet um Bajamar und Punta del Hidalgo	240
An der Nordküste	236	Bajamar	240
El Sauzal	237	Punta del Hidalgo	241
Tacoronte	238	Das Anagagebirge	244
Mesa del Mar	238	Naturpark Anaga	245
El Pris	239	Taganana und Umgebung	246

Nationalpark Teide _____ 248

Kleiner Wanderführer _____ 258

Wanderung 1	Im Barranco del Infierno (Höllenschlucht)	262
Wanderung 2	Durch die Schlucht von Masca ^{GPS}	264
Wanderung 3	Zu einsamen Stränden östlich von Puerto de la Cruz ^{GPS}	266
Wanderung 4	Auf die Rambla de Castro	268
Wanderung 5	Runde zu den Orgelpfeifen ^{GPS}	271
Wanderung 6	Höhenweg mit Panoramablick ^{GPS}	272
Wanderung 7	Höhenwanderung zur Hütte Choza de Chimoche ^{GPS}	275
Wanderung 8	Von Cruz del Carmen nach Punta del Hidalgo ^{GPS}	276
Wanderung 9	Auf alten Maultiertreiberpfaden ^{GPS}	279
Wanderung 10	Halbwüste mit Blütenpracht ^{GPS}	280
Wanderung 11	Siete Cañadas ^{GPS}	282

Register _____ 285