

## Reisezeit 18

## Inselnatur 19

Geologie	19	Fauna	27
Klima	21	Umwelt- und Naturschutz	28
Flora	21		

## Geschichte 31

Die Urbevölkerung	31	Kleine La-Palma-Chronik	36
Die spanische Zeit	33		

## Wirtschaft 38

## Typisch palmerisch 40

Fiestas	40	Handwerkskunst/ Kunsth Handwerk	43
Folklore und Melancholie	42	Architektur	45

## Anreise 47

Mit dem Flugzeug	47	Mit der Fähre	48
------------------	----	---------------	----

## Unterwegs auf La Palma 49

Öffentliche Verkehrsmittel	49	Fahrrad/Mountainbike	53
Mit dem Pkw	51	Die schönsten Ausflüge auf vier Rädern	54
Motorrad	53		

## Übernachten 57

## Essen und Trinken 61

## Wissenswertes von A bis Z 66

Apotheken	66	Einreisebestimmungen	72
Ärztliche Versorgung	66	Feiertage	72
Ausländer	67	Fotografieren	73
Baden	68	Geld	73
Bücher/Karten	70	Information/Internet	74

Jagdzeit	75	Sport	79
Kinder	75	Sprache	81
Kleidung	76	Sternenbeobachtung	82
Konsulate	76	Strom	82
Kriminalität	76	Telefonieren	82
Märkte	77	Trinkgeld	83
Öffnungszeiten	78	Zeit	83
Post	78	Zeitungen, Zeitschriften	83
Preise	78	Zoll	83
Rauchverbot	79		

## **La Palma – Reiseziele** 84

### **Santa Cruz** 86

Sehenswertes in der Umgebung	101	Los Cancajos	102
---------------------------------	-----	--------------	-----

### **Südosten und Südspitze** 106

Breña Alta und Breña Baja	108	San José	111
San Pedro	110	Mazo	112
San Isidro	111	Los Canarios/Fuencaliente	117

### **Der Südwesten** 124

Las Manchas	125	Die Straße der Touristen: Los Llanos – Puerto Naos	145
El Paso	130	Puerto Naos	147
Spaziergang von El Paso zu den Felsbildfunden La Fajana	135	Von Puerto Naos nach Süden	151
Das Sonnendreieck: Los Llanos, Puerto Naos, Tzacorte	136	Von Puerto Naos nach Norden	152
Los Llanos de Aridane	137	Tzacorte	154
		Puerto de Tzacorte	157

### **Der Nordwesten: Von El Time bis Franceses** 162

Tijarafe	164	Puntagorda	169
Durchs Land der Dragos und Mandelblüten	167	Rauer Norden	172
		Garafia	174

### **Der Nordosten: Von Puntallana bis Barlovento** 180

Puntallana	182	Spaziergang in die Schlucht	185
Außerhalb von Puntallana	184	San Andrés y Sauces	187
Lorbeerwald von La Galga	184	Los Tilos	188

Die Marcos y Corderos-Quellen	190	Charco Azul	193
Los Sauces	190	Puerto Espindola	194
San Andrés	191	Barlovento	195
Spaziergang entlang der Küste	193	Umgebung von Barlovento	196

## Die Cumbres und die Caldera:

### Alle Gipfel und ein Bergkessel 198

Die Cumbres	199	Caldera de Taburiente	207
Cumbre Nueva	200	Ausflüge	213
Cumbre Vieja	201	Cumbrecita	213
La Cumbrecita	204	Los Brecitos	213
Ermita de la Virgen del Pino	205	Roque de los Muchachos	214
Centro recreativo			
Refugio El Pilar	206		

## Kartenverzeichnis

La Palma Nord vordere Umschlagklappe

La Palma Süd hintere Umschlagklappe

### Wanderungen

Badeplätze-Übersicht	69	Wanderung 1	221
Caldera	208	Wanderung 2	223
Cumbres	200	Wanderung 3	225
El Paso	133	Wanderung 4	228/229
Garafía	175	Wanderung 5	232
Los Cancajos	105	Wanderung 6	234
Los Llanos	140/141	Wanderung 7	237
Naturschutzgebiete	25	Wanderung 8	239
Nordosten	183	Wanderung 9	241
Nordwesten	165	Wanderung 10	243
Puerto Naos	149	Wanderung 11	245
Santa Cruz und Los Cancajos	89	Wanderung 12	247
Santa Cruz	91	Wanderung 14	250/251
Südosten	109	Wanderung 15	253
Südwesten	126	Wanderung 16	256
Villa de Mazo	113	Wanderung 17	258
		Wanderung 18	262/263
		Wanderung 19	265
		Wanderung 21	267

<b>Umgebung von Santa Cruz</b>	<b>220</b>
Wanderung 1 Rundwanderung von Las Nieves durch den Barranco de la Madeira <sup>GPS</sup>	220
Wanderung 2 Über der Inselhauptstadt – von der Plaza España auf den Mirador de la Concepción	223
<b>Im Süden</b>	<b>224</b>
Wanderung 3 Von Los Canarios über die Vulkane San Antonio und Teneguía zur Küste	224
<b>Im Westen</b>	<b>228</b>
Wanderung 4 Rundweg von Los Llanos zum Strand nach Puerto de Tazacorte und zurück <sup>GPS</sup>	228
<b>Im Nordwesten</b>	<b>231</b>
Wanderung 5 Durch die Schluchten des El Pinar – Rundwanderung über der Westküste <sup>GPS</sup>	231
Wanderung 6 Rundwanderung durch den Barranco Jorado zum Meer und zurück <sup>GPS</sup>	232
Wanderung 7 Auf dem Mandelblütenrundweg bei Puntagorda und Las Tricias <sup>GPS</sup>	235
<b>Im rauen Norden</b>	<b>238</b>
Wanderung 8 Zu den Wohnhöhlen der Benahoaritas <sup>GPS</sup>	238
Wanderung 9 Von Garafía nach Juan Adalid und zurück oder weiter nach El Tablado <sup>GPS</sup>	241
Wanderung 10 Von La Zarza in die Caldera de Agua <sup>GPS</sup>	242
Wanderung 11 Rundweg mit herrlichen Ausblicken aufs Meer und in Schluchten <sup>GPS</sup>	245
<b>Im Nordosten</b>	<b>247</b>
Wanderung 12 Unter dem Farndach – durch den Barranco de Agua	247
Wanderung 13 Durch den Lorbeerwald – von Los Tilos über die Forstpiste hinauf und zurück	248
Wanderung 14 Durch 13 Tunnels zu den Quellen Marcos y Corderos und weiter nach Los Tilos <sup>GPS</sup>	249
<b>Die Cumbres und die Caldera</b>	<b>253</b>
Wanderung 15 Über die Cumbre Nueva – von El Pilar zum Reventón-Pass <sup>GPS</sup>	253

Wanderung 16 Von Llanos de Jable nach Hoyo de la Sima oder weiter bis Fuencaliente <sup>GPS</sup>	255
Wanderung 17 Route der Vulkane – von El Pilar über die Cumbre Vieja nach Fuencaliente <sup>GPS</sup>	257
Wanderung 18 Auf den Balkon der Caldera – Rundweg auf den Pico Bejenado und zurück <sup>GPS</sup>	261
Wanderung 19 Die große Caldera-Runde <sup>GPS</sup>	262
Wanderung 20 Durch den Barranco de las Angustias und zurück	266
Wanderung 21 Auf dem Rand der Caldera – Rundwanderung zum Pico de la Nieve <sup>GPS</sup>	267

# Alles Im Kasten

---

Brandgefahr	21	Wilde Strandsiedlungen	
Naturschutzgebiete	28	vor dem Abriss für	
Die Eroberung	32	den Umweltschutz?	151
Warum kanarische Bananen		Als die Deutschen La Palma	
kein Exportschlager sind	39	kauften ...	159
Die Indianer kommen!	41	Drago – der Legendenbaum	168
Merkmale der traditionellen		Petroglyphen	178
Architektur im Mudéjarstil	46	Der Lorbeer-Urwald –	
Wenn Zwerge Polka tanzen	96	Überlebender der Eiszeit	186
Kunsthandwerk, Wein und		Die Pflanzen im Lorbeerwald	189
blauer Dunst	108	Die Pinie ist ein	
Feuer!	128	Überlebenskünstler	202
Die Laus im Lippenstift	134	Wasser als Handelsware	211
		Sterngucker	215