

Inhalt

Vorwort	3
Tourenübersicht	10
GPS-Infos	12
Informationen für Biker auf La Palma	14
15 Touren	23
5 Singletrail-Tipps	141
Reise-Informationen von A-Z	161
Stichwortverzeichnis	216

Tourenübersicht

- | | |
|---|---|
| 01 Auf das Dach der Insel 25
<i>Tourenhighlight auf den
Roque de los Muchachos</i> | 06 Auf den Kraterrand 61
<i>Zum Aussichtspunkt Cumbreca
und an den Fuß des Pico Bejenado</i> |
| 02 Über das Hexenfeld nach Jedey 33
<i>Durch den schwarzen Sand auf dem
El Llano del Jable</i> | 07 Bikereise in die Vergangenheit 69
<i>Zur (fast) vergessenen Ortschaft Garafia</i> |
| 03 Im steilen Norden zu den
Felsen-Pools 39
<i>Rund um Barlovento</i> | 08 Natur wie im Jurassic-Park 77
<i>Über die alte und neue Nordstraße</i> |
| 04 Auf dem alten Königsweg 45
<i>Über die Cumbre Nueva auf dem Camino Real
zur Ermita de la Virgen del Pino</i> | 09 Bikeritt über heiße Vulkane 85
<i>Faszinierende Mondlandschaft an der Südspitze</i> |
| 05 Stippvisite bei
zwei Top-Aussichtspunkten 53
<i>Vom Mirador El Time zum Torre del Time</i> | 10 Ostrunde an der Flanke
der Cumbre Nueva 93
<i>Rasant hinab nach Mazo und wieder bergauf</i> |
| | 11 Durch die alten Lavaströme 101
<i>Bizarre Vulkanlandschaft rund um Las Manchas</i> |

- 12** Sightseeing zwischen Kiefern
und Meer 109
Rund um die Südspitze
- 13** In das Herz des grünen Kessels 117
Faszinierende Tour in den Kessel der Caldera
- 14** Durch den Regen-Märchenwald 125
Von Puntallana zum Roque-Nordmassiv
- 15** Langer Asphalttritt
durch den Süden 133
Berge und Vulkane und mehr in einem Trip

Singletrails

- 01** Hike & Bike zum
Punto de los Roques 143
Flowige Trails mit 360°-Blick
- 02** Treppenfeuerwerk in die
Hauptstadt 147
Von der Cumbre Nueva nach Santa Cruz
- 03** Ritt auf der Kante..... 151
Felsenabfahrt an der Kante der Caldrea
- 04** Downhillspaß zur
Cueva de Candelaria 155
Anspruchsvoller Singletrail zur Steilküste
- 05** 1.300 Tiefenmeter Freeride pur 159
Die Nordvariante vom Caldera-Rand