

## ■ Wandern auf Teneriffa

Wanderregionen auf Teneriffa ► 6 ■ Wetter und Wandersaison ► 9 ■  
Stein- und Felskunde für Wanderer ► 13 ■ Pflanzenwelt ► 16 ■ Tierwelt  
► 22 ■ Ausrüstung und Verpflegung ► 25 ■ Notfall und Notfallnummern  
► 26 ■ Tourplanung und -durchführung ► 27 ■

## ■ Norden

- Tour 1 \*\*** Runde durch den Barranco de Ruíz  
Länge 7,8 km ■ Gehzeit 3:25 Std. ► 44
- Tour 2 \*** Küstenwanderung vom Mirador San Pedro  
nach Puerto de la Cruz  
Länge 6,6 km ■ Gehzeit 2:50 Std. ► 49
- Tour 3 \*\*** Küstenwanderung von Puerto de la Cruz  
nach Cuesta de la Villa  
Länge 5,3 km ■ Gehzeit 2:15 Std. ► 54
- Tour 4 \*** **Kleine Runde am Fuße der Orgelpfeifen im Orotava-Tal**  
Länge 4,9 km ■ Gehzeit 1:30 Std. ■ ☺ ► 58
- Tour 5 \*\*\*** Aussichtsreiche Höhenwanderung  
im östlichen Orotava-Tal  
Länge 11,3 km ■ Gehzeit 4:15 Std. ► 62
- Tour 6 \*** Rundwanderung von Aguamansa  
über die Galería Fortuita  
Länge 7,3 km ■ Gehzeit 2 Std. ► 67
- Tour 7 \*\*\*** Große Rundtour am westlichen Rand  
des Orotava-Tals  
Länge 10,7 km ■ Gehzeit 4:50 Std. ► 70

## □ Nordosten

- Tour 8 \*\*\*\*** Runde ab Punta del Hidalgo mit Kanaletappe  
im Barranco Seco  
Länge 15 km □ Gehzeit 5:50 Std. ► 76
- Tour 9 \*\*** Vom Cruz del Carmen über Chinamada  
nach Las Carboneras  
Länge 7,7 km □ Gehzeit 3:30 Std. □ ☺ ► 82
- Tour 10 \*\*\*** Von der Casa Carlos zum Roque de Tabomo  
und nach Las Carboneras  
Länge 8,5 km □ Gehzeit 3:25 Std. ► 86
- Tour 11 \*\*\*** Von der Casa Carlos durch das Afur-Tal  
nach Taganana  
Länge 8,9 km □ Gehzeit 3:55 Std. ► 90
- Tour 12 \*\*** Auf den Chinobre und zum Aussichtsplateau  
Cabezo del Tejo  
Länge 6,6 km □ Gehzeit 2:20 Std. ► 96
- Tour 13 \*\*\*** Die Chamorga-Faro-Runde  
Länge 8,2 km □ Gehzeit 4:05 Std. ► 99
- Tour 14 \*\*\*\*** Große Runde oberhalb von Igueste de San Andrés  
Länge 18,5 km □ Gehzeit 6:30 Std. ► 104
- Tour 15 \*** Kleine Runde durch den Esperanza-Wald  
Länge 5,7 km □ Gehzeit 2 Std. ► 109
- Tour 16 \*\*\*** Rundwanderung von Machado über Barranco  
Hondo und Las Barreras  
Länge 8 km □ Gehzeit 3:20 Std. ► 114

## ■ Süden

- Tour 17 \* Küstenrunde um die Montaña Amarilla  
Länge 5 km ■ Gehzeit 1:50 Std. ■ ☺ ▶ 120
- Tour 18 \*\*\* Zur weißen Mondlandschaft von Vilaflor  
Länge 12,8 km ■ Gehzeit 4:40 Std. ▶ 124
- Tour 19 \*\*\* Rund um den Roque Imoque  
Länge 9,4 km ■ Gehzeit 4 Std. ▶ 130
- Tour 20 \*\* Durch die Höllenschlucht bei Adeje  
Länge 5,8 km ■ Gehzeit 3 Std. ■ ☺ ▶ 136

## ■ Westen

- Tour 21 \*\* Durch das sonnige Tal von Santiago del Teide  
Länge 4,1 km ■ Gehzeit 2:15 Std. ▶ 140
- Tour 22 \* Kleine Runde bei Arguayo  
Länge 2,6 km ■ Gehzeit 1:10 Std. ▶ 144
- Tour 23 \*\*\* Durch die abenteuerliche Masca-Schlucht  
Länge 4,4 km ■ Gehzeit 3:30 Std. ■ ☺ ▶ 148
- Tour 24 \*\* Die Gala-Tour im Teno-Gebirge  
Länge 7,9 km ■ Gehzeit 3 Std. ▶ 152
- Tour 25 \* Durch den Lorbeerwald Monte del Agua  
Länge einfach 11,1 km ■ Gehzeit 3 Std. ▶ 157
- Tour 26 \*\*\* Runde hinauf in die stille Bergwelt von Los Silos  
Länge 12,5 km ■ Gehzeit 5:15 Std. ▶ 160
- Tour 27 \*\* Rundwanderung auf dem Hochplateau von Teno Alto  
Länge 5,5 km ■ Gehzeit 2 Std. ▶ 165
- Tour 28 \*\*\*\* Von Buenavista über den Risco-Steig nach El Palmar  
Länge 11,2 km ■ Gehzeit 5:45 Std. ▶ 168
- Tour 29 \*\* Durch die Vulkanfelder von Arenas Negras  
Länge 10,3 km ■ Gehzeit 3:20 Std. ■ ☺ ▶ 173

## ■ Teide-Region

- Tour 30 \*\*\* An den Caldera-Randbergen entlang  
Länge 16,4 km ■ Gehzeit 4:30 Std. ▶ 178
- Tour 31 \*\*\* Rundwanderung von El Portillo zu den Ausläufern  
der Montaña Blanca mit den Huevos del Teide  
Länge 14,9 km ■ Gehzeit 4:30 Std. ▶ 184
- Tour 32 \*\*\*\* Auf den Pico del Teide, den höchsten Gipfel Spaniens  
Länge 9,4 km ■ Gehzeit 4:45 Std. ▶ 190
- Tour 33 \*\* Durch die bizarre Vulkanlandschaft der Cañadas  
Länge 8,7 km ■ Gehzeit 2:50 Std. ■ ☺ ▶ 196
- Tour 34 \*\*\*\* Vom Parador über den Sattel der Montaña de  
Guajara nach Vilaflor  
Länge 13,9 km ■ Gehzeit 5:10 Std. ▶ 200
- Tour 35 \* Rund um den Volcán de la Botija  
Länge 4,6 km ■ Gehzeit 1:55 Std. ▶ 207

- Kleines geografisches Glossar ▶ 213
- Register ▶ 214