

## ■ 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 Ruiz 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 Aguanansa 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 Taborno 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 Igualte 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 Bianca 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 Register

► 213  
► 214

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