

Inhalt

Schnellüberblick	6
Insel der Wälder und Schluchten	8
Lieblingsorte	10

Reiseinfos, Adressen, Websites

Informationsquellen	14
Wetter und Reisezeit	16
Rundreisen planen	18
Anreise und Verkehrsmittel	20
Übernachten	24
Essen und Trinken	28
Aktivurlaub, Sport und Wellness	34
Feste und Unterhaltung	38
Reiseinfos von A bis Z	42

Panorama – Daten, Essays, Hintergründe

Steckbrief La Gomera	50
Geschichte im Überblick	52
Naturschutz nicht nur im Märchenwald	58
Aus den Tiefen des Meeres geboren – wie La Gomera entstand	63
Kein Stress für Meeressäuger	66
Oft von Menschenhand entfacht – Waldbrände auf La Gomera	68
Nachfahren der Saurier	71
Legenden und Wunder – die Inselmythen	73
Die Banane – einst La Gomeras Exportschlager	76
El Silbo – eine Sprache mit Pfiff	80
Sport, Spiel, Spannung – kanarische Kampfsportarten	82
Die Olsens – La Gomeras ungekrönte Könige	85

Unterwegs auf La Gomera

San Sebastián und der Südosten	90
Kultur und Flair, wilde Küsten und karge Berghänge	92
San Sebastián de La Gomera	92
Plaza de Las Américas	92
Plaza de la Constitución	92
Calle Real	93
Hafen und Strand	105
Am Stadtrand	106
Umgebung von San Sebastián	119
Ausflüge ins Inselinnere	121
Barranco de la Villa	121
Degollada de Peraza	122
Wanderung: Durch den Barranco de las Lajas	123
El Cabrito	124
Wanderung: Nach El Cabrito	127
Der Süden mit Playa de Santiago	128
Die trockene Seite der Insel	130
Playa de Santiago	130
Im Hafenviertel	131
Laguna de Santiago	132
Lomada de Tecina	136
Alajeró	144
Wanderung: Zum Drago Centenario	146
Westlich von Imada	147
Arguayoda	148
Chipude	149
Von Chipude an die Küste	154
La Dama	154
Playa de La Rajita	155
El Cercado	156
Las Hayas	156
Valle Gran Rey	158
Das Flair der Hippiezeit	160
Arure	161
Wanderungen: Von Arure nach La Calera	
Von Arure nach Las Hayas	164
Mirador César Manrique	165
Das obere Tal	165

Inhalt

Wanderung: Nach Los Descansaderos	166
Casa de la Seda	168
Wanderungen: Zum Salto de Agua •	
Zum Teguergenche	168
La Calera	172
Wanderung: Von La Calera nach Arure	177
La Playa	178
La Puntilla	185
Borbalán	195
Vueltas	196
Barranco de Argaga	205
Der Nordwesten	206
An der Palmenküste	208
Epina	208
Taguluche	208
Wanderungen: Zum Puerto de Los Pejerreyes •	
Durch den Lomo del Carretón	211
Alojera	215
Playa de Alojera	217
Cumbre de Chijeré	218
Wanderung: Auf der Cumbre de Chijeré	218
Der Norden	220
Fruchtbare Land	222
Vallehermoso	222
Wanderungen: Zum Roque Cano • Via El Tión zum	
Roque Cano • Zu den Chorros de Epina	229
Playa de Vallehermoso	231
Las Rosas	232
Agulo	238
Wanderung: Zum Juego de Bolas	240
Hermigua	242
Lepe	250
Playa de La Caleta	250
Wanderung: Zur Punta San Lorenzo	252
Im und um den Nationalpark	254
Kanarischer Urwald	256
El Cedro	256
Wanderung: Zur Ermita de Lourdes	261
Abstiege von der Carretera Dorsal	261
Wanderungen: Vom Roque de Agando	
nach Playa de Santiago • Durch den Barranco	
de Guarimiar • Über El Cedro nach Hermigua	262
Alto de Garajonay	269

Wanderung: Zum Alto de Garajonay	270
Laguna Grande	270
Abstecher zu Miradores im Norden	271
Jardín de Las Creces und Umgebung	274
Wanderungen: Las Creces • Risquillos de Corgo • Cañada de Jorge	274
An der Straße zum Valle Gran Rey	279
Wanderung: Bei Los Barranquillos	279

Sprachführer	280
Kulinarisches Lexikon	282
Register	284
Abbildungsnachweis/Impressum	288

Auf den Spuren von Kolumbus	100
Park mit Tropenflair	108
Erinnerungen an die Ureinwohner	150
Zu Kultstätten der Hippies	192
Fahrt zu den Palmhonig-Dörfern	212
Kirchen im Stil des Eklektizismus	226
Bautraditionen auf dem Land	234
Los Roques – bizarre Felsen in La Gomeras Hochland	258
Geheimnisvolle Bergheiligtümer	266
Im grünen Dschungel	276

Karten und Pläne

San Sebastián de La Gomera	94
Playa de Santiago	132
La Calera	173
La Playa	179
La Puntilla und Borbalán	185
Vueltas	197
Hermigua	242
Los Roques	259

► Dieses Symbol im Buch verweist auf die Extra-Reisekarte La Gomera