

La Palma – Die Vorschau	12
--------------------------------	----

La Palma – 10 Dinge	16
----------------------------	----

La Palma – Hintergründe & Infos	18/19
--	-------

Reisezeit	20
------------------	----

Inselnatur	21
-------------------	----

Geologie	21	Fauna	29
Klima	22	Umwelt- und Naturschutz	30
Flora	23		

Geschichte	33
-------------------	----

Die Urbevölkerung	33	Kleine La-Palma-Chronik	38
Die spanische Zeit	35		

Wirtschaft	40
-------------------	----

Typisch palmerisch	42
---------------------------	----

Fiestas	42	Handwerkskunst/Kunsth Handwerk	45
Folklore und Melancholie	44	Architektur	47

Anreise	49
----------------	----

Mit dem Flugzeug	49	Mit der Fähre	50
------------------	----	---------------	----

Unterwegs auf La Palma	51
-------------------------------	----

Öffentliche Verkehrsmittel	51	Fahrrad/Mountainbike	55
Mit dem Pkw	53	Die schönsten Ausflüge auf vier Rädern	56
Motorrad	55		

Übernachten	59
--------------------	----

Essen und Trinken	63
--------------------------	----

Wissenswertes von A bis Z	68
----------------------------------	----

Apotheken	68	Baden	70
Ärztliche Versorgung	68	Bücher/Karten	72
Ausländer	69	Einreisebestimmungen	73

Feiertage	74	Preise	80
Fotografieren	75	Rauchverbot	80
Geld	75	Sport	80
Information/Internet	76	Sprache	83
Jagdzeit	76	Sternenbeobachtung	83
Kinder	77	Strom	84
Kleidung	78	Telefonieren	84
Konsulate	78	Trinkgeld	84
Kriminalität	78	Zeit	84
Märkte	78	Zeitungen, Zeitschriften	85
Öffnungszeiten	80	Zoll	85
Post	80		

La Palma – Reiseziele

86/87

Santa Cruz 88

Sehenswertes in der Umgebung	103	Mirador de la Concepción	103
Las Nieves	103	Los Cancajos	104

Südosten und Südspitze 108

Breña Alta und Breña Baja	110	San José	114
San Pedro	112	Mazo	114
Parque Los Alamos	112	Los Canarias/Fuencaliente	119
San Isidro	113		

Der Südwesten 126

Las Manchas	127	Los Llanos de Aridane	139
El Paso	131	Die Straße der Touristen:	
Umgebung von El Paso	137	Los Llanos – Puerto Naos	147
Rundgang von El Paso zu den		Puerto Naos	149
Felsbildfunden Petroglío El		Von Puerto Naos nach Süden	153
Verde und La Fajana	137	Von Puerto Naos nach Norden	155
Cumbres und Caldera	137	Tazacorte	157
Das Sonnendreieck: Los Llanos,		Puerto de Tazacorte	160
Puerto Naos, Tazacorte	138		

Der Nordwesten: Von El Time bis Franceses 164

Tijarafe	166	Puntagorda	171
Durchs Land der Dragos und		Rauer Norden	174
Mandelblüten	169	Garafía	176

Der Nordosten: Von Puntallana bis Barlovento	182
Puntallana	184
Außerhalb des Ortes	186
Lorbeerwald von La Galga	186
Spaziergang in die Schlucht	187
Archäologischer Park El Tendal	188
San Andrés y Sauces	189
Los Tilos	190
Die Marcos y Corderos-Quellen	192
Los Sauces	192
San Andrés	193
Spaziergang entlang der Küste	195
Charco Azul	195
Puerto Espindola	196
Barlovento	197
Umgebung von Barlovento	198

Die Cumbres und die Caldera:	
Alle Gipfel und ein Bergkessel	200
Die Cumbres	201
Cumbre Nueva	202
Cumbre Vieja	203
La Cumbrecita	206
Ermita de la Virgen del Pino	207
Centro recreativo Refugio El Pilar	208
Caldera de Taburiente	209
Roque de los Muchachos und Observatorium	215

Kleiner Wanderführer für La Palma 220

Umgebung von Santa Cruz	223
Wanderung 1 Über der Inselhauptstadt – von der Plaza España auf den Mirador de la Concepción	223
Wanderung 2 Rundwanderung von Las Nieves durch den Barranco de la Madeira ^{GPS}	225
Im Süden	228
Wanderung 3 Von Los Canarios über die Vulkane San Antonio und Teneguía zur Küste ^{GPS}	228
Im Westen	231
Wanderung 4 Rundweg von Los Llanos zum Strand nach Puerto de Tazacorte und zurück ^{GPS}	231
Im Nordwesten	234
Wanderung 5 Durch die Schluchten des El Pinar – Rundwanderung über der Westküste ^{GPS}	234
Wanderung 6 Rundwanderung durch den Barranco Jorado zum Meer und zurück ^{GPS}	236
Wanderung 7 Auf dem Mandelblütenrundweg bei Puntagorda und Las Tricias ^{GPS}	239

Im rauen Norden	241
Wanderung 8 Zu den Wohnhöhlen der Benahoaritas ^{GPS}	241
Wanderung 9 Von Garaffa nach Juan Adalid und zurück oder weiter nach El Tablado ^{GPS}	244
Wanderung 10 Von La Zarza in die Caldera de Agua ^{GPS}	245
Wanderung 11 Rundweg mit herrlichen Ausblicken aufs Meer und in Schluchten ^{GPS}	247
Im Nordosten	250
Wanderung 12 Durch den Lorbeerwald – von Los Tilos über die Forstpiste hinauf und zurück	250
Wanderung 13 Durch 13 Tunnels zu den Quellen Marcos y Corderos und weiter nach Los Tilos ^{GPS}	251
Die Cumbres und die Caldera	255
Wanderung 14 Über die Cumbre Nueva – von El Pilar zum Reventón-Pass ^{GPS}	255
Wanderung 15 Von Llanos de Jable nach Hoyo de la Sima oder weiter bis Fuencaliente ^{GPS}	257
Wanderung 16 Route der Vulkane – von El Pilar über die Cumbre Vieja nach Fuencaliente ^{GPS}	259
Wanderung 17 Auf den Balkon der Caldera – Rundweg auf den Pico Bejenado und zurück ^{GPS}	264
Wanderung 18 Die große Caldera-Runde ^{GPS}	266
Wanderung 19 Durch den Barranco de las Angustias und zurück	269
Wanderung 20 Auf dem Rand der Caldera – Rundwanderung zum Pico de la Nieve ^{GPS}	270
Etwas Spanisch	272
Register	284

Kartenverzeichnis

La Palma Übersicht _____ vordere Umschlagklappe

Badeplätze-Übersicht	71	Wanderung 1	224
Caldera -	210	Wanderung 2	227
Cumbres	202	Wanderung 3	230
El Paso	133	Wanderung 4	232/233
Garafía	177	Wanderung 5	235
Los Cancajos	107	Wanderung 6	236
Los Llanos	142/143	Wanderung 7	239
Naturschutzgebiete	31	Wanderung 8	243
Nordosten	185	Wanderung 9	244
Nordwesten	167	Wanderung 10	246
Puerto Naos	151	Wanderung 11	249
Santa Cruz und Los Cancajos	91	Wanderung 12 und 13	252/253
Santa Cruz	92/93	Wanderung 14	255
Südosten	111	Wanderung 15	258
Südwesten	128	Wanderung 16	260
Villa de Mazo	115	Wanderung 17	264/265
Wanderungen (Übersicht)	222	Wanderung 18	267
		Wanderung 20	270

Alles im Kasten

Brandgefahr	26	Feuerl	130
Naturschutzgebiete	32	Die Laus im Lippenstift	132
Die Eroberung	34	Wilde Strandsiedlungen vor dem Abriss für den Umweltschutz?	154
Warum kanarische Bananen kein Exportschlager sind	41	Als die Deutschen La Palma kauften ...	162
Die Indianer kommen!	43	Drago – der Legendenbaum	170
Merkmale der traditionellen Architektur im Mudéjarstil	48	Petroglyphen	180
Wenn Zwerge Polka tanzen	99	Die Pinie ist ein Überlebenskünstler	204
Kunsth Handwerk, Wein und blauer Dunst – Sehenswertes im Südosten	110	Wasser als Handelsware	213