

# Inhalt

## „Kurzinfo ...“

Vorwort	4
Kartenverzeichnis	9
Exkurse	10
Die 20 schönsten Wanderungen	11
Hinweise zur Benutzung	12
Steckbrief La Gomera	13
Die Regionen im Überblick	15

Die **fett gedruckten Orte** sind die bedeutendsten der Regionen. Auf den angegebenen Seiten finden sich Infokästen mit Angaben zu Busverbindungen, Touristeninformationen, Banken, Gesundheitszentren etc.

## Der bergige Osten 18

<b>San Sebastián</b>	
Monumento al Sagrado	22
Corazón de Jesús	35
Barranco de la Villa	42
Playa de Avalos	46
Ermita de Nuestra Señora de Guadalupe	47
El Cabrito	48
Degollada de Peraza	51
Vegaipala und Jerduñe	51

## Der sonnige Süden 52

<b>Playa Santiago</b>	56
Rund um Pastrana	69
Barranco de Santiago	69
Pastrana	70
Benchijigua	70
Alajeró	71
Iglesia de El Salvador	71
Ermita de San Isidro	73
Ermita de Nuestra Señora del Buen Paso	73
Imada	74
La Dama und La Rajita	76

## Der dramatische Westen

78

<b>Valle Gran Rey</b>	81
La Calera	83
La Playa	88
La Puntilla	96
Vueltas	99
Borbalán	107
Obertal	111
Mirador del Palmarejo	111
Strände	112
Arure	120
Las Hayas	122
El Cercado	122
Chipude	125
La Fortaleza	127

## Der grüne Norden 128

<b>Chorros de Epina</b>	132
Taguluche	132
Alojera	133
Tazo und Arguamul	135
<b>Vallehermoso</b>	139
Castillo del Mar	142
Tamargada	147
Las Rosas	148
Roque Blanco	148

Juego de Bolas	148	Flug- und Fährverbindungen	
Mirador de Abrante	149	zu den Nachbarinseln	265
<b>Agulo</b>	<b>150</b>	<b>Frauen</b>	<b>266</b>
La Montañeta	150	Geldfragen	266
Las Casas	151	Homosexuelle	268
Lepe	155	Informationen	268
<b>Hermigua</b>	<b>155</b>	<b>Internet</b>	<b>269</b>
		Kinder	271
		Kleidung	272
		Medizinische Versorgung	273
		Nachtleben	274
		Notfälle	274
		Öffnungszeiten	275
		Post	276
Laguna Grande	171	Routenvorschläge	276
Alto de Contadero	172	Sicherheit	277
Los Roques	172	Sport und Erholung	278
El Cedro	175	Sprachurlaub	282
Mirador de Igualero	177	Taxi	282
		Telefonieren	283
		Unterkunft	283
		Zeitungen	286

## Der Nationalpark Garajonay

**166**

## Wandern auf La Gomera

**180**

siehe Verzeichnis Seite 11 und vordere Umschlagklappe

## Urlaubsziel La Gomera

**288**

## Praktische Reisetipps von A bis Z

**244**

Anreise	246	Was bietet die Insel?	290
Kleines „Flug-Know-how“	248	Mildes Klima	
Autofahren	250	zu allen Jahreszeiten	290
Barrierefreies Reisen	254	Lavastrände	
Busfahren	254	und einsame Küsten	293
Diplomatische Vertretungen	255	Schluchten und Nebelwald,	
Einkaufen und Mitbringsel	256	Bananen und Palmen	297
Einreisebestimmungen	259	Rieseneidechsen	
Essen und Trinken	260	und Geckos	301
		Feste und Folklore	303
		Altkanarische Kultur	309
		Geschichtlicher Überblick	310

## **Anhang**

	<b>320</b>		
Literaturtipps		Register	338
Kleine Sprachhilfe		Zeichenerklärung	347
Busplan		Die Autorin	348
Entfernungstabelle	322		
	324		
	330		
	332		