



Tenerife,
una **naturaleza**
sorprendente





Turismo de Tenerife

C/ Alcalde José Emilio García Gómez, 9
38005, Santa Cruz de Tenerife

Islas Canarias, España

Tel.: 00 34 902 32 13 31

Fax: 00 34 922 23 78 72

info@webtenerife.com

Diseño y maquetación

As Publicidad

Fotografía

Alfonso Bravo

Joaquín Ponce de León

Banco de Imágenes de Turismo de Tenerife

Impresión

Estudios Gráficos Europeos S.A.

Depósito Legal

TF 838-2019





ÍNDICE

1. La Isla prodigiosa	04	4. Actividades en la naturaleza	65
2. Una naturaleza sorprendente	08	Senderismo	67
Espacios naturales protegidos	13	Avistamiento de cetáceos	80
Teide	14	Observación de estrellas	84
Corona Forestal	19	Espeleología	86
Anaga	22	Observación de aves	88
Teno	25		
Otros espacios naturales	28		
Miradores	32		
Especies únicas: flora y fauna de Tenerife	36		
Gastronomía y vinos	40		
5. Alojarse en Tenerife	95		
6. Turismo accesible en la naturaleza	104		
7. Datos prácticos	106		

Isla
prodigiosa

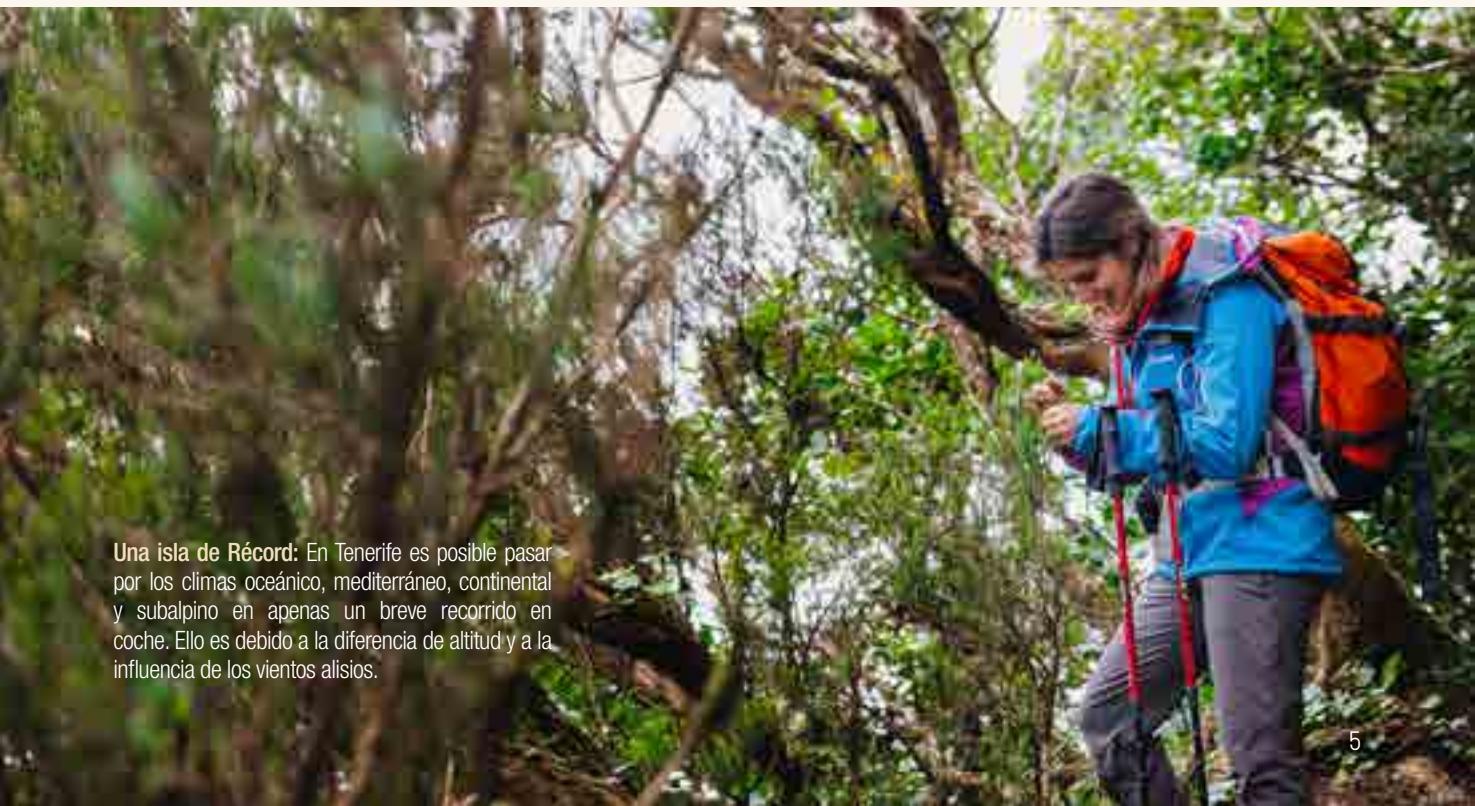
Tenerife Natural



Microclimas

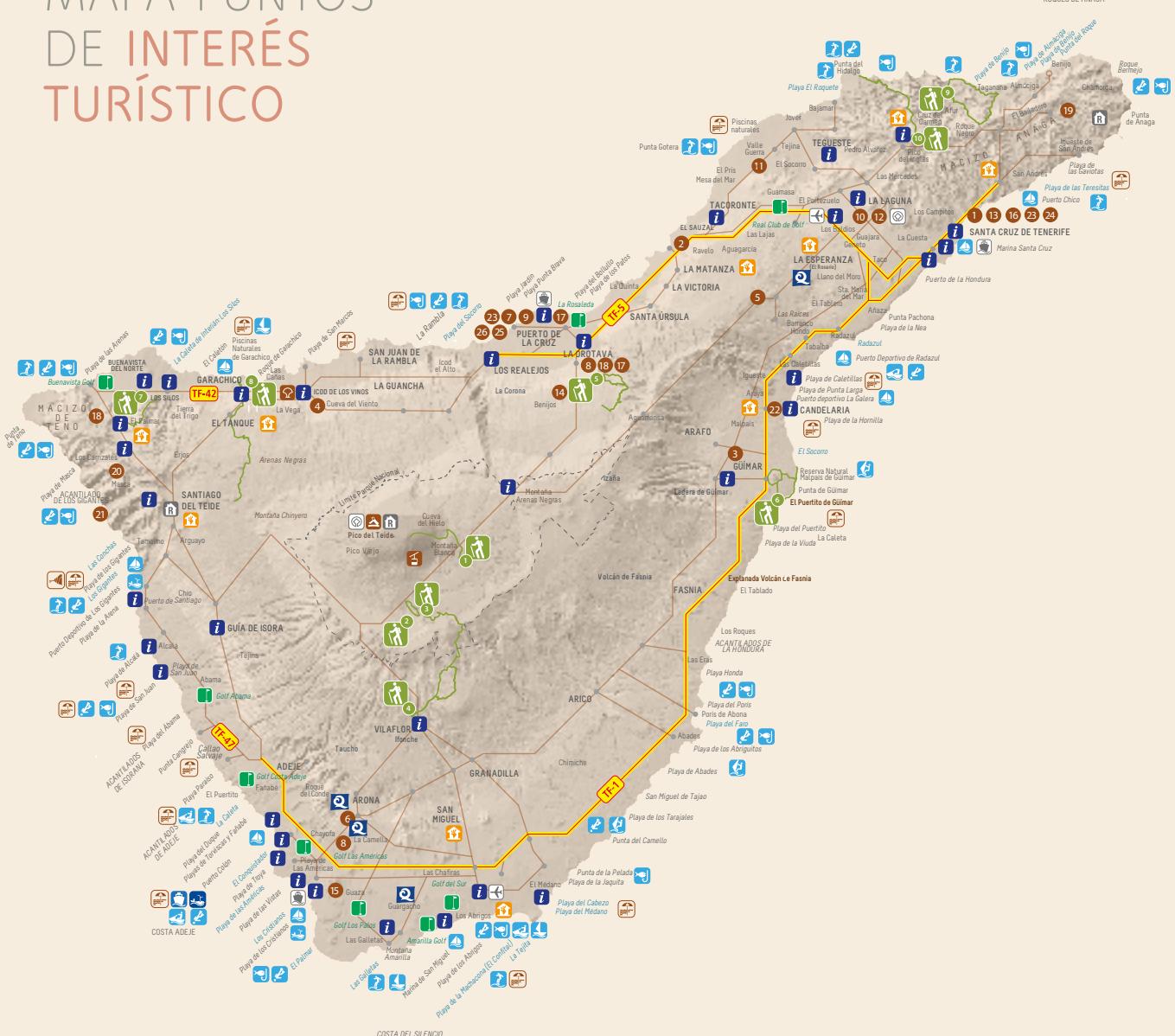
■ Bienvenido a Tenerife, la isla donde la **temperatura media es de 22 grados centígrados durante los 365 días del año**. ¿No crees que sólo con esto ya merecería la pena el viaje? Pues, además, tienes la suerte de estar pisando un territorio lleno de postales de ensueño y que te ofrece la posibilidad de realizar increíbles

actividades al aire libre en cualquier época. Si a eso le añadimos la diversidad de microclimas presentes en la isla, te garantizamos que no importa que sea invierno o verano, en tu mochila siempre tienes que llevar botas de montaña, bañador y muchas, muchísimas, ganas de disfrutar de una naturaleza fascinante.



Una isla de Récord: En Tenerife es posible pasar por los clímas oceánico, mediterráneo, continental y subalpino en apenas un breve recorrido en coche. Ello es debido a la diferencia de altitud y a la influencia de los vientos alisios.

MAPA PUNTOS DE INTERÉS TURÍSTICO



 Oficina de Turismo

 Patrimonio de la Humanidad

 Teleférico del Teide

 Drago Milenario

 Parque Nacional del Teide

 Los Gigantes

 Playas

 Certificación de Calidad Turística

 Winsurfing / Kite surfing

 Surfing

 Motos de agua

 Pesca deportiva

 Buceo

 Marinas

 Aeropuertos

 Puertos

 Observación de cetáceos

 Albergues y refugios

 Senderos recomendados

 Mercado del agricultor

 Campos de Golf

 Puntos de interés turístico

 1 Auditorio

 2 Casa del Vino

 3 Pirámides de Güímar

 4 Cueva del Viento

 5 Forestal Park

 6 Jungle Park

 7 Loro Parque

 8 Casa de los Balcones

 9 Museo Arqueológico Puerto de la Cruz

 10 Museo de Historia

 11 Museo de Antropología de Tenerife

 12 Museo de la Ciencia y el Cosmos

 13 Museo de la Naturaleza y el Hombre

 14 Museo Pinolere Proyecto Cultural

 15 Siam Park

 16 TEA. Tenerife Espacio de las Artes

 17 Museo de Artesanía Iberoamericana de Tenerife

 18 Parque Rural de Teno

 19 Parque Rural de Anaga

 20 Caserío de Masca

 21 Acantilados de los Gigantes

 22 Basílica de Candelaria

 23 Centro de Interpretación Castillo de San Cristóbal

 24 El Palmetum

 25 Jardín Botánico

 26 Jardines de Sitio Litre



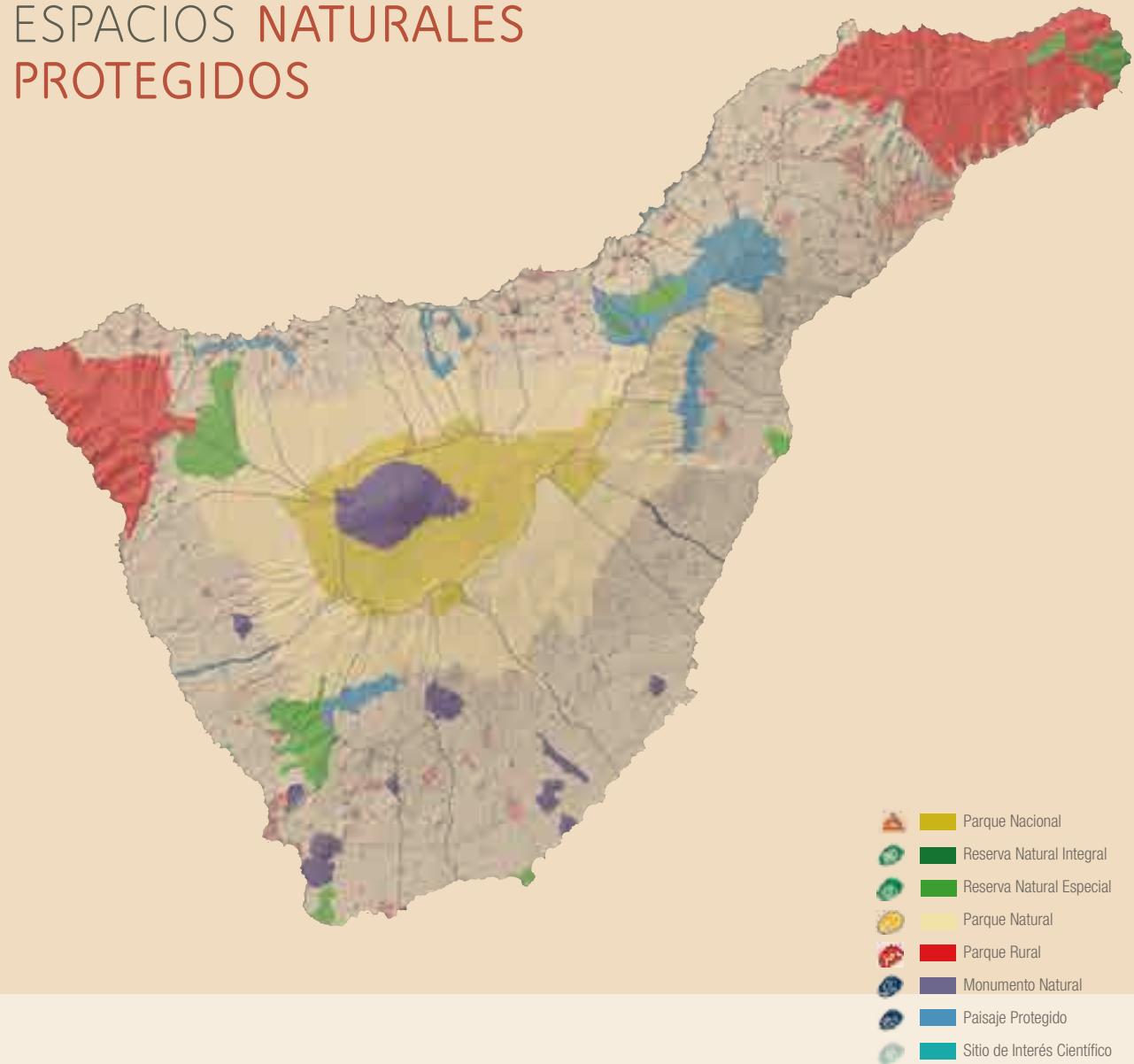


Una naturaleza
sorprendente

Tenerife Natural

2

MAPA ESPACIOS NATURALES PROTEGIDOS



Naturaleza

■ Por la mañana una brisa húmeda y fresca te acaricia la cara mientras apartas **helechos gigantes** de tu camino. Al mediodía disfrutas del cosquilleo de la espuma del mar por todo tu cuerpo. Y al atardecer contemplas el ocaso en un desértico paisaje que parece sacado de otro mundo. Tenerife te va a sorprender por su

variedad. Variedad que está muy bien conservada gracias a una red de espacios naturales protegidos. Nada menos que el 48% de la isla presenta algún tipo de protección ambiental. En resumen, pisas un trozo de tierra privilegiado en mitad del océano. ¿A qué esperas para descubrir todos sus secretos?





Espacios naturales PROTEGIDOS



Descubre el “Top 4” de nuestros grandes espacios protegidos. Recorriéndolos podrás experimentar la naturaleza más salvaje y espectacular de Tenerife.

- 1. Parque Nacional del Teide**
- 2. Parque Natural de Corona Forestal**
- 3. Parque Rural de Anaga**
- 4. Parque Rural de Teno**



1 PARQUE NACIONAL DEL TEIDE

En el centro de la isla tenemos uno de los platos fuertes de nuestra visita. El Parque Nacional del Teide es la única zona de alta montaña subtropical de Europa. Esto hace que muchas de las especies animales y vegetales que viven aquí sean exclusivas. Sus impresionantes paisajes lo han convertido en el Parque Nacional más visitado de Europa y el segundo del mundo. En 2007, la zona fue declarada **Patrimonio Natural de la Humanidad por la Unesco**.



¿CÓMO LLEGAR?

Guagua (autobús): Desde el Puerto de la Cruz, línea 348. Desde Costa Adeje, línea 342.

Coche: desde el norte por la carretera TF-21 La Orotava-Granadilla o por la carretera TF-24 La Laguna-El Portillo. Desde el sur, por carretera TF-21 Vilaflor-Boca de Tauce. Desde el oeste, a través de la carretera TF-38 Boca Tauce-Chío.

Si pasas la noche en el Refugio de Altavista, no necesitarás tramitar el permiso de acceso al Pico del Teide para ver el amanecer. Eso sí, deberás haber abandonado el sendero antes de las nueve de la mañana. Es decir, ¡madruga, sube y vuelve a bajar cuanto antes! Te aseguramos que merece la pena.

Tickets Teleférico:

Si usted los compra por internet, no devuelven el importe en caso de que el Teleférico esté cerrado. Si se compran en la propia estación, hoteles o rent a cars, sí se devuelve.



¿QUÉ VER?

Recorrer la zona, incluso en coche, es todo un espectáculo. El paisaje es sobrecogedor se mire por donde se mire. Para conocerlo con mayor profundidad, lo mejor es que subas por una carretera y bajes por otra. El mayor contraste se da entre las que llegan por el norte y las que lo hacen por el sur. Las Cañadas del Teide forman una gigantesca Caldera de unos 17 km de diámetro sobre la que se asienta el Pico del Teide, de **3.718 metros, que supone la mayor altura de España y el tercer volcán más alto del mundo.** La nieve del pico junto a las coladas de lava que se derraman por sus laderas forman una combinación única que no te cansarás de admirar.

Si acudes en primavera **no te puedes perder el maravilloso tajinaste rojo**, que puede llegar a medir 3 metros de altura y que presenta miles de minúsculas flores de un rojo intenso. Otro tesoro único en el mundo es **la violeta del Teide**, emblema y orgullo del Parque, que sólo se encuentra por encima de los 2.500 m de altitud. Si consigues verla, siéntete muy, muy afortunado.

Si el paisaje y la vegetación son como de otro planeta, la fauna no se queda atrás. Fíjate bien en los animales más pequeños. Gran parte de los insectos que veas no lo encontrarás en ningún otro lugar. También **te tropezarás con reptiles únicos**, como **el lagarto tizón, el perenquén o la lisa**. Si eres un amante de los pájaros, aquí **podrás avistar al cernícalo, al alaudón real** y a algunas especies endémicas como **el pinzón azul**.

¿QUÉ HACER?

Una de las experiencias más excitantes que puedes hacer en el Parque Nacional de manera cómoda **es subir en el teleférico**. La estación base está a 2.356m de altitud y la estación superior a 3.555m. El tránsito entre estaciones dura unos 8 minutos y la sensación es electrizante. Una vez finalizado el recorrido disfrutarás de unas vistas extraordinarias desde el mirador. Una vez aquí tienes dos posibilidades para bajar, en el teleférico o caminando por el sendero que llega hasta Cañada Blanca (no a la base del teleférico), aunque debes estar en muy buena forma para hacerlo. Los tickets se compran en las estaciones. El **horario** es de **09:00 a 16:00 horas**. La última subida es a

las 16:00 horas y la última bajada, a las 16:50 horas. Si se adquieren a través de la web **www.telefericoteide.com** se obtiene un 10% de descuento para horarios determinados.

Aunque hayas subido en el teleférico hasta la estación superior, aún no puedes decir que has estado en el punto más alto de España. **Desde aquí parte un sendero para ascender al cráter a pie.** Se tardan unos 40 minutos y la dificultad es alta pero podrás presumir ante tus amigos de que has llegado al techo del país a golpe de calcetín. Si tienes la suerte de encontrar un día despejado, podrás embelesarte con la vista de hasta 4 islas desde la cima de esta mole impresionante: Gran Canaria, La Palma, El Hierro y La Gomera, además de la propia isla de Tenerife que se mostrará a tus pies orgullosa de su belleza. Para disfrutar de esta inolvidable experiencia **es necesario obtener un permiso especial que se solicita en la web** **www.reservasparquesnacionales.es**. Es aconsejable reservar con uno o dos meses de antelación según la época del año. El permiso es gratuito y es sólo válido para la fecha seleccionada. Si por causas meteorológicas o de otra índole no se puede realizar la visita, el permiso caduca.

INFORMACIÓN ÚTIL SOBRE ALGUNO DE LOS MEJORES SENDEROS DEL PARQUE

Desde la Oficina del Portillo

- Arenas Negras: 2 h. 30 min.
 - La Fortaleza: 3 h. 30 min.
 - El Jardín Botánico: 1 h. 30 min.
- Salidas a las 9:15 y 13:30 h.
(Salvo La Fortaleza, que sólo tiene salida a primera hora)

Desde el Centro de Visitantes de Cañada Blanca

- Roques de García: 2 h. - 2 h. 30 min.
- Degollada de Guajara: 3 h 30 min.
- Guajara: 5-6 h. Salidas a las 9:30 y 13:00 h.

Desde ambos puntos

- Siete Cañadas (un sentido): 4-5 h.
(solo ida).
- Salidas a las 9:15 horas o a las 9:30 h.

Oficina del Parque Nacional

C/ Doctor Sixto Perera González, nº 25
38300 – El Mayorazgo. La Orotava
Tel. 00 34 922 922 371
Horario: Lunes a Viernes de 9 a 14 h.

+ INFO EN:

www.webtenerife.com/que-hacer/naturaleza/senderismo



Rutas Guiadas

Mantener un contacto pleno con la naturaleza salvaje del Parque Nacional es posible gracias una **Red de Senderos** que te permitirá realizar rutas por tu cuenta o con el acompañamiento de guías interpretadores del patrimonio (todos los días del año excepto el 1 y 6 de enero y 25 de diciembre). Los itinerarios varían en longitud, tiempo de recorrido y grado de dificultad. **En el caso de que optes por una ruta guiada, es necesario que la solicites en la oficina del Parque Nacional** en horario de lunes a viernes (de 9 a 14 h.), en el teléfono 00 34 922 922 371.

Si decides hacer una ruta por tu cuenta para ir a tu ritmo, escuchar el silencio y sentirte minúsculo ante la inmensidad que te rodea, **la encontrarás perfectamente indicada y señalizada**. En cualquier caso, en la oficina y centros de visitantes te podrán facilitar toda la información extra que necesites e informarte sobre el estado de cada uno de estos.

En pocos lugares del mundo se da la circunstancia de que un paisaje extraordinario acoge también instalaciones científicas de primerísimo orden. Las **instalaciones del IAC (Instituto Astrofísico de Canarias)** se encuentran entre las más importantes del planeta. Puedes visitarlas y conocer de cerca los secretos del Universo entre los meses de abril y diciembre. Para hacerlo, envía el formulario disponible en la web de IAC: www.iac.es.



Si la visita al Parque ya te hizo sentir pequeño, adentrarte en los misterios del cosmos te revelará nuestra verdadera dimensión en el Cosmos.

Este Observatorio se instaló en Tenerife porque, junto a La Palma, Chile y Hawaii, cuenta con **el mejor cielo del mundo para observar las estrellas**. Una ley autonómica, conocida con el poético nombre de Ley del Cielo, controla la contaminación lumínica y evita que el "progreso" le robe a los tinerfeños uno de esos maravillosos pequeños placeres que proporciona la naturaleza: la contemplación de la bóveda celeste. **Además, el Teide y sus cumbres poseen la certificación internacional de reserva y destino Starlight**. Existen instituciones y empresas especializadas en el **"turismo de las estrellas"** que ofrecen información y rutas guiadas. Más adelante, en la sección **"Observación de Estrellas"** te mostramos información más detallada.

Como ya sabes, las maravillas del Parque no están sólo en el cielo sino también en el suelo. **Situado junto al Centro de Visitantes del Portillo, encontrarás el Jardín Botánico**, que ofrece la posibilidad de contemplar especies de plantas de alta montaña canaria difíciles de ver en su medio natural y muchas de ellas endémicas del Parque o de la isla.

Si quieras que tu contacto con el entorno sea aún más profundo, **te recomendamos alojarte en el Refugio de Altavista**. Situado a **3.270m de altitud**, pernoctar en él supone toda una experiencia, aunque sólo está permitido hacerlo por una noche. Lo habitual es dormir aquí para acceder muy temprano al cráter sin necesidad de permiso y contemplar, desde la cima, **un amanecer absolutamente inolvidable**. Al llegar al refugio, los usuarios reciben la ropa de cama y pueden calentar alimentos líquidos en la cocina. Las tarifas oscilan entre los **20 y los 24 euros** y puedes efectuar la reserva en la web del teleférico www.teleferico-teide.com/altavista

En el Parque Nacional existe el **Centro de Visitantes del Portillo**, abierto todos los días (excepto el 25 de diciembre y 1 de enero). Muestra la historia geológica del Parque y las relaciones entre los seres vivos que lo habitan y su entorno.





¿QUÉ LLEVAR?

En alta montaña cualquier esfuerzo físico prolongado es agotador, por lo que deberás dosificar tus energías para no cansarte antes de tiempo.

Lleva agua o bebida isotónica y alimentos energéticos como fruta o frutos secos. Utiliza un **calzado adecuado** para el terreno suelto y pedregoso de montaña. En invierno, extrema las precauciones, especialmente si ha nevado; y en verano, no te olvides de que la radiación solar es muy fuerte y puede provocar graves quemaduras por lo que es muy recomendable usar **protector solar y gorra**. En todo caso, es aconsejable llevar **ropa de abrigo y chubasquero en cualquier época del año** porque la climatología puede llegar a ser muy cambiante. Por último, no te olvides de poner el teléfono móvil en tu mochila.

¿QUÉ NO LLEVARSE?

Piedras. Aunque resulte muy tentador coger algunas piedras volcánicas de extrañas formas, supone un grave atentado paisajístico y está totalmente prohibido, al igual que la flora. Recuerda que el mejor souvenir es el que te llevas en la retina y el corazón.

2 PARQUE NATURAL Corona FORESTAL

Pasear entre bosques centenarios, sobrevolar paisajes escalofriantes, que tu bicicleta se pierda en la frondosidad mientras tus ojos miran el azul del mar... Todo esto está al alcance de tu mano en la zona forestal que rodea el Parque Nacional del Teide. Se trata de la **zona protegida más extensa de Canarias**, refugio de las mejores muestras de pinar y vegetación de alta montaña de Tenerife. Desde estas alturas parten muchos de los impresionantes barrancos que se abren paso por toda la isla. Visitar y, sobre todo, disfrutar al máximo de las infinitas posibilidades de la zona es algo que no te debes perder.



¿CÓMO LLEGAR?

Guagua (autobús): Desde Costa Adeje, línea 342. Desde el Puerto de la Cruz, línea 348.

Coche: Desde La Esperanza, a través de la TF-24 (carretera Dorsal). Desde Arafo, por la TF- 523 (carretera de Los Loros). Desde La Orotava, por la TF-21. Desde Guía de Isora, por la TF-38. Desde Vilaflor, por la TF-21.

¿QUÉ VER?

La visión del paisaje que forma la enorme masa forestal desde los numerosos miradores es impresionante. Si eres un estudioso de la geología, seguro que no pasarán desapercibidos para ti barrancos, pitones o lavas recientes. En esta zona también podrás encontrar **un barranco con curso de agua continuo** (el del Río en Arico) y **dos enclaves habitados**: Las Dehesas y Los Pelados. En ellos se mantienen actividades agrícolas tradicionales y, vinculadas a éstas, cuartos de aperos y las tradicionales bodegas. Es posible que escuches como, en su interior, los vecinos pasan buena parte de su tiempo libre comiendo, conversando, cantando y, por supuesto, degustando el vino de la tierra que allí conservan. **También es muy recomendable que te acerques hasta rincones singulares como el Paisaje Lunar de los altos de Granadilla y las Cuevas Negras**, al norte de Pico Viejo.

Todo el Parque Natural está ocupado por una de las mejores masas forestales de Canarias. Predomina el “ignífugo” pino canario, pero también se encuentran buenas muestras de otros tipos de flora como el fayal-brezal, e incluso algunos reductos de laurisilva, que podrás encontrar en el barranco de Badajoz, en el valle de Guímar. En las zonas más altas, sobre los 2.000m, observarás un matorral de alta montaña similar al del Parque Nacional del Teide. Asimismo, es habitual toparse con castaños, eucaliptos o cupresos en diversos puntos. Todo el espacio natural, sobre todo las laderas Sur y Norte, cuenta con abundantes especies amenazadas y protegidas.

En cuanto a la fauna, de nuevo los invertebrados forman el grupo más numeroso con un gran número de especies, muchas de ellas endémicas. A las aves también les encanta vivir en el Parque. Podrás avistar 37 especies nidificantes, a las que se añaden otras especies migratorias y visitantes ocasionales (los “turistas” del mundo alado). Cuatro de las aves exclusivas del archipiélago pueden ser contempladas en esta zona: el pinzón azul del Teide, el mosquitero canario. Entre las aves de mayor porte, destacan el gavilán y el cernícalo. Aunque los reptiles no sean de tu agrado, quizás te anime a acercarte a estos animales el hecho de saber que 3 de las 4 especies autóctonas (la lisa, el perenquén y el lagarto tizón) se encuentran en el Parque. En cuanto a los mamíferos, lo más interesante es la presencia de murciélagos, algunos de ellos endémicos, que viven en las numerosas cuevas o tubos volcánicos de la zona. Por último, entre las especies introducidas podemos destacar al conejo y al muflón de Córcega. El primero se deja ver con facilidad, el segundo es mucho más tímido.



¿QUÉ HACER?

Las posibilidades son casi infinitas. De momento, te contamos el “menú” de opciones para te vayas decidiendo y, más adelante te indicamos a dónde dirigirte para lanzarte a la aventura. En el Parque Natural de la Corona Forestal puedes realizar senderismo, parapente, bike, escalada, paseos a caballo, espeleología, acampada... estas actividades las puedes hacer por tu cuenta o a través de alguna empresa, encuéntrelas en la sección de actividades en la naturaleza. Si después de todo eso sigues teniendo el cuerpo listo para emociones fuertes, te animamos a que te lances al vacío en la tirolina más larga de Canarias. La encontrarás en:

Forestal Park

Ctra. TF-24 Km 16, Las Lagunetas.
Tel.: 0034 630 38 57 42
Web: www.forestalpark.com/tenerife

Para quienes prefieren una jornada más relajada, existen distintas áreas recreativas, como el campamento de Madre del Agua (en el término de Granadilla de Abona), el de Arenas Negras (Garachico), el del Contador (en los altos de Arico) y el de Chanajiga (altos de Los Realejos) en los que poder preparar una comida al aire libre, pasear o, simplemente, tumbarse bajo un árbol y disfrutar tranquilamente de los sonidos de la naturaleza.

Actividades
en la naturaleza





3 PARQUE RURAL DEL ANAGA

Pese a estar a escasos minutos en coche de la capital (Sta. Cruz de Tenerife), Anaga ha conseguido conservar sus valores naturales de manera excepcional. Sentimos defraudarte, pero no serás el primero que cae rendido ante la vista de su bellísima y abrupta cordillera de cumbres recortadas. Los profundos valles y barrancos que descienden de ella llegan hasta el mar y forman numerosas playas en las que podrás darte un refrescante chapuzón. Esta zona alberga, además, una fauna y una flora rica en endemismos.

¿CÓMO LLEGAR?

Guagua (autobús): Desde Sta. Cruz, líneas 945, 946 y 947. Desde La Laguna, líneas 076, 077, 273, 274 y 275.

Coche: Desde La Laguna, por la TF-12, que une La Laguna con El Bailadero y San Andrés.





¿QUÉ VER?

La vista de **las montañas** es magnífica, aunque tampoco debes perderte la de alguna de **las encantadoras calas de arena negra** (como la de Benijo) que salpican esta costa. Si contemplarlas es un placer, pasear descalzo sobre la arena volcánica y darte un baño en sus aguas cristalinas provoca un cúmulo de sensaciones difícil de describir con palabras. Tener en cuenta que estas playas tienen muchas corrientes y no disponen de servicios de socorrismo. **En el paisaje de la zona también destacan** las formaciones geológicas como **los roques** (antiguas chimeneas volcánicas), **los diques** (fisuras llenas de magma solidificado que identificarás como "muros" en medio del paisaje), **los acantilados y los escarpadísimos barrancos**. Otra de las estampas más inolvidables es, sin duda, la del Mar de nubes. Si tienes la suerte de llegar a algún mirador y encontrártelo bajo tus pies, te costará resistir las ganas de lanzarte sobre esa mullida cama de nubes.

Una de las grandes joyas del Parque está en su zona más alta. **La mejor representación de laurisilva** de todo Tenerife se encuentra aquí. Se trata, nada menos, que de un fósil viviente, una reliquia que ha sobrevivido desde hace 40 millones de años. La cuenca mediterránea estaba cubierta por este tipo de bosque hasta que las glaciaciones acabaron con él. Pasear por entre los troncos retorcidos

y llenos de musgo de esta húmeda selva equivale a ver dinosaurios botánicos con vida. Por si esto no fuera suficiente, **el macizo de Anaga es una de las áreas geológicamente más antiguas de Tenerife** y eso, junto a las diferencias de altitud, de clima y de suelo, permiten una enorme variedad biológica pese a lo reducido de su superficie. Están representados prácticamente todos los ecosistemas de la isla, salvo el de alta montaña. Así, podemos encontrar vegetación costera, zonas de cardonal-tabaibal, dragos y palmeras canarias.

Si la flora es rica y diversa, puede decirse lo mismo de la fauna. Los protagonistas indiscutibles son los invertebrados. Sería un error que te pasasen desapercibidas las **más de 95 especies únicas en el mundo** que podrás observar. El grupo de las aves cuenta con animales tan emblemáticos como **la pardela cenicienta, el cernícalo, el búho o las palomas rabiche y turqué** (ambas consideradas reliquias vivientes y especies endémicas de Canarias). De hecho, la abundante presencia de avifauna ha dado lugar a que Anaga sea una Zona de Especial Protección para las Aves. Más adelante encontrarás toda la información para su avistamiento. También es importante la presencia de la fauna marina, con especies destacadas como **el chucho** (una especie de manta), **la merluza canaria, la vieja o una anguila autóctona** que se encuentra en peligro de extinción.



¿QUÉ LLEVAR?

Siempre depende de las actividades que vayas a realizar pero, si decides embarcarte en alguna ruta por los senderos de la zona te recomendamos que lleves teléfono móvil para cualquier imprevisto o emergencia, protector solar y gorra para protegerte del sol, abrigo y chubasquero porque aquí la meteorología también puede darte alguna sorpresa, agua y comida para reponer fuerzas y, por supuesto, calzado deportivo para caminar sin problemas por las zonas más escarpadas. Por último, un elemento fundamental: el bañador. Nada mejor para recuperarnos de una intensa caminata que un refrescante chapuzón en alguna de las encantadoras calas generalmente desiertas de la zona.



Actividades
en la naturaleza

www.webtenerife.com/que-hacer/deportes/

¿QUÉ HACER?

De nuevo, te recomendamos que empieces a decidirte entre las múltiples opciones que te ofrece el Parque: **senderismo, bike, paseos a caballo...** Sin salirte del parque pero muy cerca de la capital y si tienes espíritu marinero, quizás prefieras zambullirte en sus aguas cristalinas para practicar la vela, sumergirte en las profundidades en una jornada de buceo, atreverte con el **surf**, navegar en **kayak** o probar el **esquí náutico** y el **wakeboard**. En las páginas de actividades de naturaleza te contamos a dónde dirigirte para practicar estos deportes.

Dentro del Parque existen varias zonas de especial protección cuyo acceso está regulado. Para conocer qué esconden debes consultar las condiciones a través del **Área de Medio Ambiente del Cabildo Insular de Tenerife**, en el teléfono 00 34 922 843 097 o mediante el correo: coordinacionmam@tenerife.es

Una buena opción para acceder de manera cómoda a todas las actividades que ofrece el

Parque es alojarse en el **Albergue de Anaga**. Situado en la localidad de El Bailadero, es un balcón a las dos vertientes del Macizo de Anaga. Está a corta distancia de las mejores playas de la zona y dispone de todas las comodidades.

Albergue Montes de Anaga

Carretera El Bailadero - Chamorga, 38125
Santa Cruz de Tenerife
Tel. 00 34 922 823 225
www.alberguestenerife.net

Orientado a las labores de investigación, conservación, divulgación y puesta en valor de las características del Parque, también merece una visita el **Centro de Visitantes Cruz del Carmen**, que organiza visitas especiales para grupos.

Centro de Visitantes Cruz del Carmen

Ctra. Las Mercedes, Km. 6 - 38294
San Cristóbal de La Laguna
Tel. 00 34 922 63 35 76 · cvisitantes@tenerife.es
Horario: De Lun. a Dom. 09.30h-16.00h

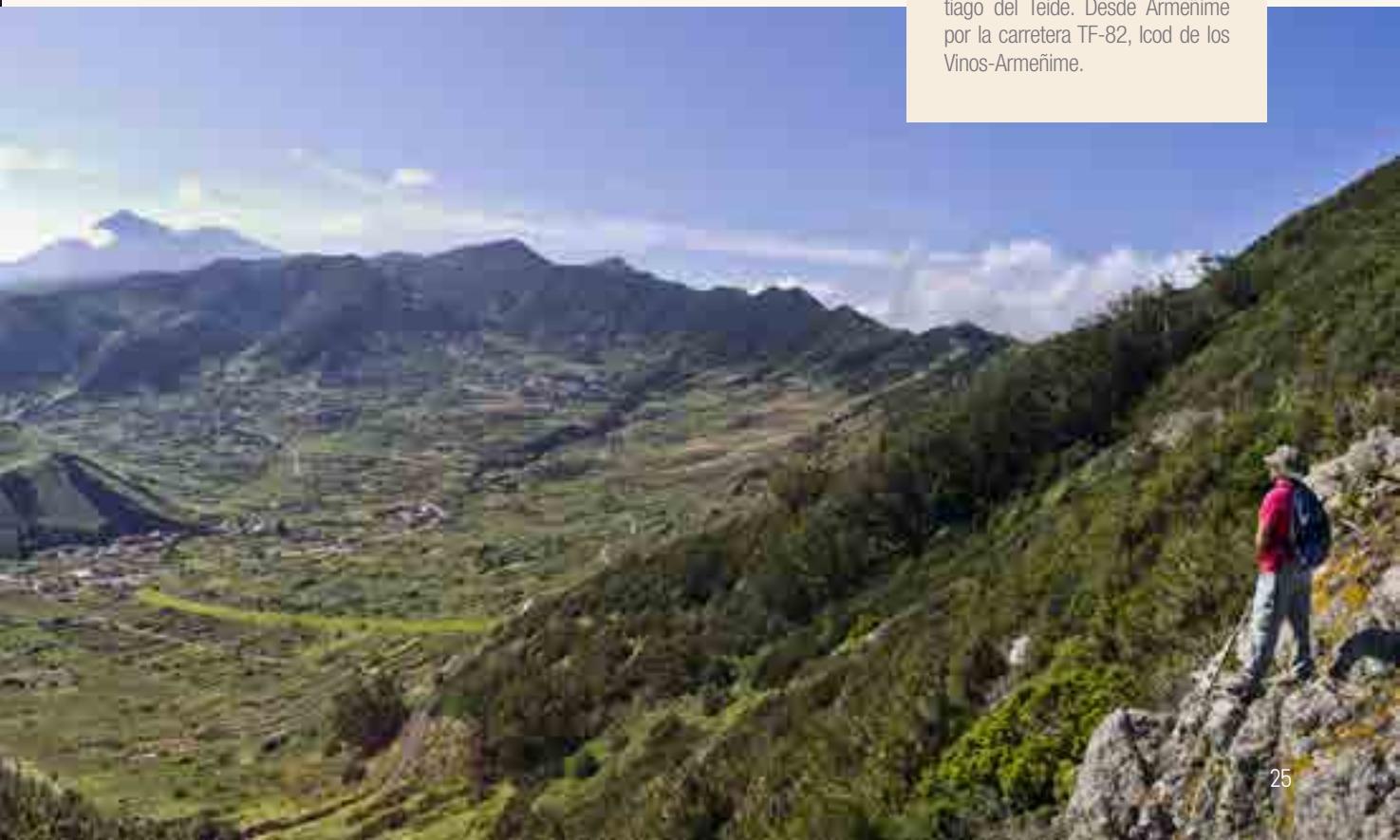
4 PARQUE RURAL DE TENO

Uno de los espacios naturales más bellos de Tenerife ha conservado sus grandes valores ecológicos, paisajísticos y culturales gracias a su aislamiento. Cuando veas con tus propios ojos la complicadísima orografía de esta zona, te resultará increíble pensar cómo se podía vivir aquí en épocas pasadas. La variedad también sorprende y podemos encontrar desde zonas boscosas y de laurisilva a magníficas muestras de arquitectura tradicional.

¿CÓMO LLEGAR?

Guagua (autobús): Desde Buenavista o Santiago del Teide, línea 355 y 366.

Coche: Desde Buenavista por la carretera TF-436 Buenavista-Santiago del Teide. Desde Armeñime por la carretera TF-82, Icod de los Vinos-Armeñime.



¿QUÉ VER?

En las zonas más altas, las bendecidas por los vientos alisios (los responsables de que la isla tenga su maravilloso clima), encontrarás monteverde (laurisilva). Si te acercas hasta el Monte del Agua podrás pasear entre fayas, palos blancos, acebiños y madroños. En la vertiente meridional del Parque, la vegetación cambia y te parecerá que te encuentras prácticamente en otro mundo pese a que apenas te hayas movido unos cientos de metros. Los elementos vegetales más destacados aquí son las retamas y las tabaibas. En los taludes de la vertiente norte, el panorama vuelve a cambiar y hallamos las imponentes palmeras y los mágicos dragos. En Teno se encuentra una de las mayores y mejor conservadas representaciones de tabaibas y cardones de la Isla, cuya espectacularidad radica en su abundancia y el porte que alcanzan algunos ejemplares. Sitúate junto a ellos para que tengas una referencia de su tamaño.

Teno también es un tesoro por su gran diversidad biológica. Constituye un importante refugio para algunas especies amenazadas, como las palomas de la laurisilva o los lagartos endémicos. La presencia de especies como el águila pescadora (la rapaz más escasa de la isla) ha provocado la declaración de esta zona como área de especial protección para las aves. Contemplar su vuelo majestuoso y sus técnicas de caza son un verdadero regalo de la naturaleza.

¿QUÉ HACER?

El hecho de haber llegado hasta aquí ya es toda una "actividad" en sí misma ya que habrás disfrutado de vistas espectaculares durante todo el trayecto. Una vez en la zona, no puedes marcharte sin practicar algo de senderismo, kayak, paddle surf, buceo o bike. Tienes toda la información sobre cómo hacerlo en las páginas sobre estas actividades.



Aunque los barrancos más profundos de Tenerife se encuentran en esta zona. Se ve que los primeros habitantes de Masca no padecían de vértigo y construyeron su caserío entre impresionantes paredes. Este pintoresco enclave es una de las mejores muestras de arquitectura tradicional de Canarias. Hasta hace apenas unas décadas, se encontraba prácticamente aislado del resto de la isla por las complicadísimas comunicaciones y ello permitió su conservación. Una magnífica manera de afrontar una jornada en este lugar es comenzar recorriendo sus edificios más singulares y luego aventurarse a descender el barranco de Masca hasta el mar. Después de un baño reparador (el descenso es duro y hay que tener mucho cuidado) una embarcación recoge a los senderistas y los lleva a tierra firme. Si no queremos vernos forzados a regresar por donde habíamos venido es recomendable contratar la excursión con alguna de las empresas que se dedican a ello. Ten en cuenta además que, si pretendes llegar a Masca en coche, deberás volver para recogerlo. Ten en cuenta que el barranco de Masca está actualmente cerrado por mejoras hasta nuevo aviso. Para conocer toda la información sobre las empresas que te pueden realizar esta excursión dirígete al apartado de senderismo.

Marítima Acantilados

Tel. 00 34 922 861 918
www.maritimaacantilados.com
reservas@maritimaacantilados.com

Clipper uno

Tel. 0034 607 16 98 86 / 0034 922 86 21 20
reservas@clipperuno.com
www.clipperuno.com

Teno también cuenta con un albergue, el de Bolico, por si lo que estás deseando es disfrutar de unos días de sosiego en este espléndido rincón de la isla. Dispone de todas las comodidades y en él puedes obtener más información sobre senderos, productos locales y artesanía.

Albergue de Bolico (barrio de Las Portelas)

Buenavista del Norte
Finca de Bolico. Las Portelas
Tel. 00 34 922 12 79 38
www.alberguebolico.com

Actividades en la
naturaleza
www.webtenerife.com/que-hacer/deportes/





Aún hay un sentido al que le puedes hacer un regalo en esta zona: el del gusto. Para comprobar la importancia y riqueza agrícola de Teno, lo mejor es acercarse hasta el Mercadillo del Agricultor de El Palmar. Encontrarás papas del país (Tenerife cuenta con variedades exclusivas), queso, vino, el azafrán de la tierra, fruta y miel. Dependiendo de la época del año en que lo visites, Teno puede sorprenderte con festividades interesantes. Las que se celebran en los distintos caseríos están relacionadas con el final de las cosechas, en los meses de septiembre y octubre. Destacan por su interés histórico y cultural las fiestas de El Palmar, conocidas por el baile de Las Libreas y su peculiar danza del Tajarastr.

Te recomendamos contactar con la oficina de turismo de Buenavista para obtener más información.

¿QUÉ LLEVAR?

En función de cuál sea tu plan (visita a zonas pobladas, recorrido en coche, senderos a pie, etc) debes equiparte adecuadamente. Para el caso más problemático, las excursiones a pie, recomendamos como siempre teléfono móvil para los imprevistos y emergencias, protector solar y gorra para evitar los perjudiciales efectos del astro rey, abrigo y chubasquero por si, repentinamente cambia el tiempo (algo relativamente habitual en la zona), agua y comida para recargar las pilas y calzado deportivo. Si decides acercarte a la costa, no debes olvidarte del bañador. Y si has contratado la excursión que incluye barco, algún producto para evitar el mareo (si eres propenso a padecerlo).



OTROS ESPACIOS Naturales PROTEGIDOS

Acantilado de la Honduras

Municipio: Fasnia.

Impone ver el abrazo que da al mar con sus 2.500 metros de longitud y 30 metros de altura. Coladas y piroclastos pobladas por la vegetación le dan un aspecto remoto. Alberga ejemplares en peligro de extinción como la piña de mar.

Acantilados de Isorana

Municipio: Adeje y Guía de Isora.

Los escarpados acantilados se elevan hasta una gran altura sobre el mar. Es un espacio de interés volcánico en el que podrás ver alguna de las aves que, como el petrel de Bulwer, utilizan sus inaccesibles riscos para crear sus nidos.

Acantilados de la Culata

Municipios: Garachico, El Tanque, Los Silos e Icod de los Vinos.

Se alzan como un auténtico fósil marino. Disfruta de sus bosques termófilos y abre bien los ojos por si ves algún cabezón, una especie muy amenazada.

Barranco de Erques

Municipios: Adeje y Guía de Isora.

Descubrirás una abrupta grieta que recorre longitudinalmente esta zona de la isla. En el barranco encontrarás una rica fauna adaptada a las condiciones del medio.

Barranco de Fasnia y Güímar

Municipios: Fasnia y Güímar.

Contemplarás un paisaje típico del sur de la Isla. Encontrarás una valiosa flora creciendo entre los huecos de las rocas. Siente el aire puro del pinar y descubre las especies endémicas que viven dentro de sus fronteras.

Barranco de Ruíz

Municipios:

San Juan de la Rambla y Los Realejos. Adéntrate en su maravilloso bosque de transición entre tabaibal-cardonal y laurisilva, y deja que todo ese aire puro se adentre en tus pulmones.

Barranco del Infierno

Municipio: Adeje.

Disfruta del espectacular cauce de agua que recorre las laderas escarpadas dando enormes saltos de más de 150 metros. Sus paredes protegen numerosos endemismos. Solo se permite el acceso a 300 personas al día, así que recuerda reservar antes de ir. (www.barrancodelinfierno.es).

Caldera del Rey

Municipio: Adeje.

Te impresionará el intenso verde de las plateras que esconde en su interior. Descubrirás los restos de las cuevas donde vivían las gentes que cultivaban la zona. (Acceso privado)

Campeches, Tigaiga y Ruiz

Municipios:

Los Realejos y San Juan de la Rambla. Conviven comunidades de laurisilva y bosques termófilos con las zonas de cultivo y viviendas agrarias. Las palmeras, los tarajales y tajinastes son algunas de las especies que te encontrarás en tu visita. (Acceso privado)

Chinyero

Municipios:

Santiago del Teide, El Tanque y Garachico. Disfrutarás de una visión detallada del vulcanismo histórico de Canarias. Con sus 1.560 metros de altitud, el volcán Chinyero, combina el verde encendido de su vegetación y el negro de su lava retorcida.

Costa de Acentejo

Municipios: La Orotava, Santa Úrsula, La Victoria, La Matanza, El Sauzal y Tacoronte. La costa se rompe en una sucesión de enormes acantilados. Déjate sorprender y contempla las numerosas especies de flora y fauna protegidas.

El Pijaral

Municipio: Santa Cruz de Tenerife.

Es una de las mayores representaciones de laurisilva de Tenerife. Su paisaje remoto punteado por los Roques de Anambro y Chinobre no te dejará indiferente. Siquieres disfrutar de esta maravilla natural será necesaria una autorización previa: (http://www.tenerife.es/wps/PA_1_CD5HD-FH20GDU201QT35B584U84/documentos/2331/031AutorizaSenderoPijaral.pdf).

Icod de los Vinos

Municipios: Adeje y Vilaflor.

Los caseríos dispersos y los cultivos abandonados contrastan con los salvajes paisajes naturales.

Icod de los Vinos

Municipio: Santa Cruz de Tenerife

No es de fácil acceso, pero merece la pena que contemples toda esa naturaleza en tan buen estado de conservación. Debes pedir autorización para acceder a este sendero tan único y especial: (http://www.tenerife.es/wps/PA_1_CD5HDFH20GDU201QT-35B584U84/documentos/1730/030AutorizaSenderoAguirre.pdf).

Interior

Municipios: Garachico, Los Silos y El Tanque.

Tendrás unas vistas impresionantes de la costa norte de la Isla. Vale la pena pasear por este abrupto acantilado donde viven extrañas especies vegetales como las termófilas.

La Caleta. Bahía

Municipio: Adeje

Disfrutarás de un espectacular acantilado mientras te das un chapuzón en una bonita bahía. Numerosas aves protegidas habitan la zona.

La Resbala

Municipio: La Orotava.

Podrás apreciar tabaibas salvajes, castaños y eucaliptos. No es raro que encuentres gallinas o palomas endémicas de la laurisilva; la rabiche y la turqué.

Las Lagunetas

Municipios: El Rosario, Candelaria, El Sauzal, La Matanza, La Victoria, Santa Úrsula y Tacoronte. Te espera un bosque lleno de suaves laderas y barrancos profundos. La vegetación exuberante te envolverá con su humedad, fruto de la acción de los vientos alisios.

Las Palomas

Municipios: Santa Úrsula y La Victoria

Dentro de Las Lagunetas encontrarás un espeso bosque en el que se mezclan el pinar el fayal-brezal y la laurisilva. Disfruta de los verdes atlánticos, de toda esa humedad que se agarra con todas sus fuerzas a las hojas.

Los Deriscaderos

Municipio: Granadilla de Abona

Varios barrancos van a morir en esta zona volcánica de gran interés científico, geológico y geomorfológico. Los tonos claros de la piedra pómex se alinean formando las más variopintas formas.

Malpaís de Güímar

Municipio: Güímar.

Es un paisaje de otro mundo, las lavas se retuercen creando formas inverosímiles hasta formar un auténtico tesoro biológico y geográfico. Encontrarás una de las mejores evidencias de cardonal-tabaibal del Archipiélago y algunas muestras de fauna endémica. No te pierdas Montaña Grande con ese color rojo apagado que no te dejará indiferente o las antiguas salinas perfectamente conservadas.



Malpaís de Rasca

Municipio: Arona

Verás lavas áridas que conforman un malpaís llegado de planetas lejanos. Disfruta de los endemismos y siente el perfume peculiar del incienso canario que tiene aquí sus mejores poblaciones.

Montaña Amarilla

Municipio: San Miguel de Abona

Descubrirás volcanes perfectamente alineados y una montaña amarilla creada gracias a una erupción volcánica bajo el mar. Abundan las taibas dulces, y en el mar las piñas y lechugas de mar. Suelen sobrevolar la zona cernícalos y curruca.

Montaña Centinela

Municipio: Arico

Es un cono volcánico que se alza entre el paisaje habitual del sur de la Isla. Las lavas de antiguas erupciones dan un toque de color característico.

Montaña Colorada

Municipios: Granadilla de Abona y Vilaflor

El conjunto de edificios volcánicos se ha rendido a la vegetación para pintar un bello lienzo de contrastes. Disfruta del viejo cráter de Lomo Simón que tras 500.000 años ha quedado al descubierto.

Montaña Guaza

Municipio: Arona

El vulcanismo impera en esta zona dotándola de una innegable importancia geológica y paisajística. Caminarás entre cuevas y viejos cementerios guanches. Con 400 metros y dos cráteres concéntricos adquiere un aspecto imponente.

Montaña de los Frailes

Municipio: Los Realejos

Es un pequeño cono volcánico que data del siglo XIII. En lo alto se alza una ermita pequeña donde se celebra con pasión el día 3 de mayo, la Fiesta de la Cruz.

Montaña de Tejina

Municipio: Guía de Isora

Colada tras colada se ha alzado este monumento natural. A ambos lados se hunden los profundos barrancos de Guaría y Cuéscara marcando los lindes de una zona propicia para que aniden las aves y extrañas plantas.

Montaña Pelada

Municipio: Granadilla de Abona

Es un cono volcánico fruto de una antigua erupción submarina. Podrás maravillarte con toda la fauna adaptada a vivir en terrenos arenosos. Te sorprenderás con la duna fósil, donde apreciarás las fluctuaciones del nivel marino con el paso del tiempo.

Montaña Roja

Municipio: Granadilla de Abona.

La arenas y humedales hacen de esta zona un paraje único donde viven algunas aves protegidas. El volcán de Montaña Roja se alza como resquicio de una antigua erupción litoral que quedó totalmente unida a la línea de costa.



Montaña de Ifara y Los Riscos

Municipio: Granadilla de Abona.

Dos conos volcánicos se alzan en esta zona; Ifara y Los Riscos. Contempla el cielo en busca de escurridizas aves o el suelo donde vive el extraño escarabajo longicorio.

Pinoleris

Municipio: La Orotava.

Dentro del paisaje protegido de la Resbalá encontrarás este maravilloso rincón lleno de plantas que crecen entre las duras rocas y especies amenazadas como el hermoso tajinaste o la hierbabuena.

Rambla de Castro

Municipio: Los Realejos.

No sabrás dónde mirar entre los exuberantes palmerales, dragos y tabaibales que se alzan majestuosos sobre el mar. Recórrela mientras curiosas aves como la pardela cenicienta sobrevuelan la zona.

Roque de Garachico

Municipio: San Miguel de Abona.

El pueblo de Garachico está marcado por la presencia inalterable de este roque. Es común ver como anidan numerosas especies amenazadas como la Pardela chica o el Petrel de Bulwer junto a otras aves de paso.

Roque de Jama

Municipio: San Miguel de Abona

Es una estructura de gran belleza colmada de plantas que crecen en los resquicios de las rocas.

Roques de Anaga

Municipio: Santa Cruz de Tenerife

Plantados en mitad del océano se elevan desafiando las olas del Atlántico. Tanto el Roque de Tierra como el Roque de Fueras constituyen uno de los sistemas ecológicos más característicos y destacados de Canarias. Accesibles solo por mar, guardan en sus dominios especies que no se conocen en ningún otro lugar del mundo.

Siete Lomas

Municipios: Güímar, Candelaria y Arafo.

Es un paisaje de gran valor moldeado por las lavas salidas del Volcán de Arafo. Los inaccesibles riscos y cauces de barrancos son aprovechados por especies amenazadas como refugio.

Tabaibal del Porís

Municipio: Arico

Las lavas abruptas se retuerzan creando un paisaje de una belleza árida y singular. Disfrutarás del contraste del azul del mar, los acantilados y las pequeñas playas de grava.



Para más información consulta la web

www.webtenerife.com

MIRADORES

Mirador Altos de Baracán

Te parecerá que el mirador tiene vida propia. Está ubicado justo en la cumbre y verás los contrastes propios de la vertiente norte y sur. Disfrutarás de una panorámica del barranco de Los Carrizales, la montaña de El Palmar y su espectacular valle.

Mirador de Archipenque

Disfrutarás de unas vistas magníficas del acantilado de Los Gigantes. No pierdas la oportunidad de contemplar uno de los espectaculares atardeceres, donde el sol realza la silueta de la vecina isla de La Gomera.

Mirador de Ayosa

Oculto entre la frondosa vegetación y situado a 2.000 metros, nos regala vistas únicas del Valle de La Orotava, del barranco de La Madre y del pinar de los altos de Aguamansa. Al fondo verás el Teide y un poco más allá la isla de La Palma.





Mirador de Chivisaya

Sumérgete en un paisaje de épocas remotas contemplando el Valle de Güímar y sus tres espacios naturales protegidos: Malpaís de Güímar, las Siete Lomas y la Corona Forestal.

Mirador de Cruz de Hilda

Encontrarás un establecimiento hostelero desde cuya azotea podrás ver una panorámica del caserío de Masca y su espectacular barranco. Cultivos, palmerales y un retamar-tabaibal te dejarán boquiabierto.

Mirador de Cruz del Carmen

Apreciarás una vista impresionante de la Isla. Contemplarás la vega lagunera y la ciudad de La Laguna, patrimonio de la humanidad por la UNESCO. De fondo vislumbrarás el perfil imponente de El Teide.

Mirador de Cumbres del Norte o Chipeque

Disfrutarás del verdor intenso del valle de la Orotava en todo su esplendor. Si el espectacular mar de nubes te impide verlo, solo tendrás que mirar hacia el cielo para encontrar la mirada inalterable de El Teide.

Mirador de El Boquerón

Disfrutarás de la maravillosa vista de toda la zona agrícola de Valle Guerra, la Mesa de Tejina, Tejina, Tegueste y también el Macizo de Anaga, los Roques del Boquerón, así como La Punta del Hidalgo y su faro imperturbable.

Mirador de El Guincho

Contemplarás una panorámica de Garachico y su escarpada costa, divisarás el Roque, el acantilado de El Guincho y el nuevo puerto deportivo y pesquero.

Mirador de El Lance

Te esperan impresionantes vistas del valle de la Orotava, dominadas por la escultura de bronce del Mencey Bentor, un rey guanche que decidió lanzarse al vacío antes de ser atrapado por la tropas castellanas durante la conquista.

Mirador de Humboldt

El valle de la Orotava se despliega majestuoso ante ti. Distinguirás entre el inmenso verde los volcanes de El Fraile y Las Arenas, y en lo más alto, El Teide.

Mirador de Jardina

Te ofrecerá unas bonitas vistas de La Laguna. En días claros podrás ver al fondo al omnipresente Teide, además de infinidad de tierras de cultivos y pequeños pueblos rodeados de una rica vegetación.

Mirador de La Centinela

Disfrutarás de una bella panorámica desde San Miguel hasta el Roque del Conde. Descubre las numerosas estructuras volcánicas que pueblan el paisaje.

Mirador de La Corona

Es uno de los más espectaculares de la Isla. Divisarás el Valle de la Orotava y el fértil noroeste. Asómate y siéntete como un pájaro.



Mirador de La Crucita

Es un balcón natural que hará que casi puedas tocar con las manos la Caldera de Pedro Gil. Verás elevarse el Volcán de Arafo y el de Las Arenas. Debajo, como un mantel de lavas secas, disfrutarás del Valle de Güímar y al fondo, dibujada sobre el cielo, la isla de Gran Canaria.

Mirador de La Garañona

Te brindará unas excepcionales vistas de los acantilados de la costa de Acentejo y de la playa de Garañona. Es accesible y está muy bien señalizado.

Mirador de La Grimona

Divisarás desde aquí el litoral de la Punta del Guindaste y de la cuenca que va desde Acentejo hasta la Isla Baja. No olvides pasear por la playa del Socorro que podrás ver con detalle desde aquí.

Mirador de Lomo Molino

Te regalará vistas únicas de la Caleta de Intrián, del Roque de Garachico y de la Isla Baja. Y si el día es claro podrás deleitarte con el Teide y la isla de La Palma.

Mirador de Los Campitos

Es el mejor sitio para contemplar la capital de Tenerife. Se abrirán ante ti las cumbres

de Anaga a la izquierda, luego los diques angulosos del Muelle Norte y más a la derecha la zona de Cabo Llanos con toda la majestuosidad arquitectónica de sus emblemáticos edificios como el Auditorio o el Recinto Ferial.

Mirador de Mataznos

Verás una amplia panorámica del valle de la Orotava. Disfrutarás de las maravillosas vistas que van desde El Rincón hasta la ladera de Tigaiga y como colofón el omnipresente Teide.

Mirador de Montaña Colorada

Ubicado dentro de el Parque Natural de la Corona Forestal te conquistará con las vistas del pinar del sur. Verás la sugerente panorámica de Montaña Bermeja y de las laderas de Arafo.

Mirador de Montaña Grande

Divisarás unas preciosas vistas de Santa Cruz, de la zona agrícola de El Rosario y de los angulosos montes de Anaga. Al sur te encontrarás con el impresionante Malpás de Güímar.

Mirador de Ortuño

Verás impresionantes panorámicas del Parque Nacional y del noroeste de la Isla. En días

claros también aparece en escena la isla de La Palma. Pero el verdadero espectáculo viene de la mano del mar de nubes que hará de tu visión algo inolvidable.

Mirador Pico del Inglés

Lo encontrarás excavado en la misma roca. Las vistas abarcan desde los Roques de Anaga hasta Santa Cruz. Disfrutarás de El Teide, el barranco de Tahodio con su presa al fondo y el barranco de Afur. En segundo plano verás Santa Cruz y La Laguna. Lejanos, casi desdibujados, te encontrarás con el Valle de Güímar y la dorsal de Pedro Gil.

Mirador de San Pedro

Podrás ver la espectacular costa norte junto a la maravillosa Rambla de Castro. Palmerales, plataneras y antiguas edificaciones en muy buen estado de conservación se desplegarán ante ti.

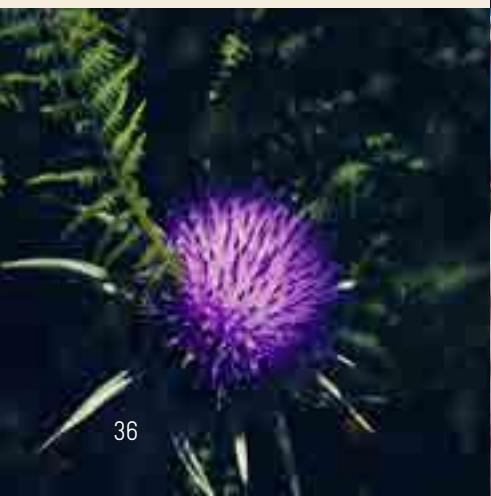
Mirador Piedra de La Rosa

Disfrutarás de dos vistas distintas. Una, con orientación al oeste, te regala el semblante señorial del Teide y la silueta de la isla de La Palma. La otra es la curiosa visión de una rosa esculpida por las caprichosas lavas.

MAPA DE MIRADORES

Si quieras conocer más miradores de la Isla y apreciar sus vistas, puedes consultar otras direcciones en las oficinas de información turística o en el mapa turístico de Tenerife.





Medicina natural.

La savia de las tabaibas fue utilizada antiguamente por los habitantes de la zona para bajar las inflamaciones y fortalecer las encías. Los aborígenes usaban la del cardón para una técnica de pesca conocida como "embarbascar" mediante la que se diluía la savia en charcos y ésta actuaba como un tóxico que aletargaba a los peces para facilitar su captura con las manos.

ESPECIES ÚNICAS

Flora y Fauna

DE TENERIFE

Al ser la isla más elevada y extensa, Tenerife posee la mayor diversidad biológica de todo el archipiélago canario. Aunque te resulte difícil de creer, este trocito de tierra acoge más de 800 especies de fauna y flora únicas en el mundo. Ten en cuenta que, aunque Canarias representa sólo el 1,5% del territorio español, posee más de la mitad de los endemismos del país. Impresionante, ¿no?.

Algo que siempre sorprende al visitante es la manera en que la vegetación cambia de manera radical en apenas unos cientos de metros. Esto se debe a las diferencias de altura existentes, que son capaces de crear microclimas. Así, en zonas próximas a la costa podrás ver magníficos ejemplares de tabaibales y cardinales, que nos trasladan visualmente hasta exóticos desiertos y zonas áridas. A cotas más elevadas, hace su aparición una vegetación

que nos recuerda al Mediterráneo, formada por matorrales, bosques termófilos y amplias zonas de pinar. Podrás pasear entre estos árboles y también entre sabinas, acebuches y palmeras. Con un poco de suerte te encontrarás con algún drago, uno de los grandes símbolos de Canarias. En la vertiente norte, los vientos alisios hacen que la humedad sea mucho mayor y, por lo tanto, también la frondosidad de los bosques. En esta zona podrás disfrutar de una de las experiencias más intensas que ofrece la isla: caminar entre árboles que son auténticos fósiles vivientes. Como ya sabes, la laurisilva canaria representa un tipo de vegetación que durante el Terciario ocupó amplias áreas de la cuenca del Mediterráneo hasta que desapareció hace ya varios centenares de miles de años. Por encima del Monteverde (como también se conoce a este tipo de bosque) aparece el pino canario, sobre todo por la parte sur de la isla.

¿Que no llevarse?

Flora. Aunque resulte muy tentador cojer alguna de nuestras especies, recuerda que son especies protegidas y está totalmente prohibido.

FLORA

EL ÁRBOL INDESTRUCTIBLE

A lo largo de los milenios, las continuas erupciones volcánicas provocaron que el pino canario haya desarrollado una gran resistencia al fuego. Es capaz de sobrevivir a los incendios y así, pese a haber sido quemadas, sus ramas vuelven a brotar al poco tiempo. En unos 2 años apenas queda rastro de lo que en cualquier otro lugar hubiese sido tragedia medioambiental.

EL LEGENDARIO DRAGO MILENARIO

Si hablamos de flora, es obligatorio hacer una mención especial a una de las maravillas naturales de Tenerife: el Drago Milenario. Se encuentra en el municipio de Icod de los Vinos y es un enorme ejemplar de drago declarado Monumento Nacional en 1917. Es el más grande y longevo que se conoce en el mundo, mide unos 18 metros de altura y tiene un perímetro en la base del tronco de veinte metros. La edad de este drago ha sido muy discutida y se ha llegado a afirmar que podía tener más de cinco milenios, sin embargo, estimaciones recientes creen que su edad está estimada entre 800 y 1000 años. Vamos, que se comporta como la estrella que es y no quiere revelar su secreto mejor guardado.

Parque del Drago

Pza. de la Constitución, 1 (Casa de los Cáceres) 38430
Icod de los Vinos

Tel. 0034 922 81 56 85
<http://turismoicoddelosvinos.com/>





FAUNA

La fauna de Tenerife tiene afinidades, al igual que la del resto de las islas, con la existente al norte de África y el sur de Europa. Sin embargo, un rasgo la diferencia: el elevado porcentaje de endemismos; es decir, de especies únicas en el mundo. Esto es consecuencia directa de las condiciones de aislamiento genético que afectan a los animales al instalarse en una isla. Los endemismos se concentran principalmente en algunas zonas como son Teno, Anaga y las Cañadas del Teide. Es frecuente que cada piso de vegetación lleve asociado su tipo de fauna y así se puede hablar de fauna de los cardinales, de fauna de la laurisilva, de fauna de los pinares, etc.

Si hablamos de invertebrados, nada menos que 3 mil especies forman este grupo. Si a ello le añadimos que el 40% de ellas son endémicas, el balance es espectacular. Es decir, que no te dediques a matar "bichos" por mucho asco que siempre te hayan dado. Podrías estar acabando con una especie única. La aves también destacan entre la fauna isleña. Tenerife tiene el privilegio de acoger más de 200 especies durante el año. Algunas como las garzas o los patos se comportan como los turistas y pasan por aquí buscando el buen tiempo en sus viajes migratorios. Otras, como la paloma turqué, la rabiche y el pinzón azul son especies únicas en el planeta y viven

permanentemente en Canarias. En la costa, la pardela cenicienta o el águila pescadora también hacen las delicias de los aficionados a los "safaris de prismáticos". Para la observación de aves puede ser necesario solicitar permisos. Te aconsejamos que lo hagas a través de empresas especializadas que, además, te informarán sobre los mejores lugares donde avistar estos animales.



GASTRONOMÍA Y VINOS

MERCADILLOS DEL AGRICULTOR

Muchos de los municipios isleños cuentan con mercados o mercadillos del agricultor donde encontrar y/o degustar los productos más típicos. Visitarlos es toda una delicia para los sentidos (sobre todo el del gusto, como te podrás imaginar).

Para más información pregunta en las oficinas de información turística.

Vete haciéndole un agujero más al cinto porque la variedad climática y paisajística de la isla también se refleja en su deliciosa gastronomía. Se trata de una cocina sencilla pero sabrosa, elaborada con productos de la tierra. Abundan las frutas, muchas de ellas tropicales, las verduras, con algunas variedades exóticas a ojos del foráneo, el pescado fresco, la carne y las papas. Papas que con la salsa canaria más internacional, el mojo (verde o rojo) no puedes dejar de probar. Otro de los platos estrella es el puchero canario, un caldo elaborado con distintas verduras y carne que está considerado como unos de los más nutritivos y saludables de la cocina española. De procedencia aborigen es el gofio. Consiste en cereales tostados y molidos que los canarios comen con casi todo, desde la leche, hasta las frutas, pasando por el puchero o

las lentejas. No te asustes si te lo sirven en una de aquellas antiguas cajas metálicas de galletas. Significará que estás en un local de auténtica comida casera. El queso también se ha hecho un hueco en la mesa. Sólo o con mojo, este producto es uno de los entrantes más típicos. Recientemente, algunos de los quesos de Tenerife han sido premiados a nivel internacional. Como no podía ser de otra manera, Tenerife cuenta con un gran surtido de pescados: samas, merluzas, viejas, atunes, sardinas, meros... Degustarlos a la orilla del mar es una experiencia imprescindible durante tu vista. Como siempre hay un hueco para el postre, te hablamos de uno natural y especialísimo: la miel. En la isla existen algunas variedades únicas en el mundo ya que se elaboran con especies endémicas tanto de abejas como de flores. Una de las más singulares es la miel de retama del Teide.

MERCADOS DEL AGRICULTOR

Agromercado de Adeje

Adeje, Calle Archajara s/n
Tel. 00 34 922 75 62 00
www.adeje.es/agromercado
Mie. 15:00 - 19:00
Sab. y Dom. 08:00 - 13:30

Mercadillo y Mercado agro-tradicional de Playa San Juan

Guía de Isora.
Paseo El Bufadero, Playa San Juan
guiadeisora.travel/turismo/que-hacer/compras-y-artesanias
Mié. 08:00 - 13:00

Mercado La Abejera

Santa Cruz de Tenerife
Rambla General García Escámez, 1.
Tel. 922 07 74 25
mercadoinforma@mercadodelabejera.com
Miércoles - Domingo
07:00 - 15:00

Mercado del agricultor de Arafo

Arafo. Plza. José Antonio
Tel. 00 34 922 51 17 11
www.araf.es
Jueves de 08:00 - 14:00

Mercado del agricultor de Arico

Arico. Plaza del Poris, s/n. Poris de Abona
Tel. 00 34 922 76 82 42
alcaldia.arico@cabtfe.es
agricultura_arico@hotmail.com
Dom. 08:00 - 13:00

Mercado del agricultor de Arona

Bahía de Los Cristianos.
Jueves alternos de 09:00 a 13:00

Mercado del Agricultor Buenavista

Buenavista del Norte
Plaza Los Remedios
mercadodelagricultorbuenavista@gmail.com
Sábado: 08:30 a 14:00

Mercado del agricultor de Candelaria

Candelaria. Avda. de la Constitución, s/n
(frente parking Ayto)
Tel. 00 34 922 50 50 14
Tel. 00 34 922 50 52 13
www.candelaria.es
Mie. 08:00 a 14:00 (al lado del Ayto)
Sab. 09:00 a 14:00 (Plza. C.C. de Punta Larga)

Mercado del agricultor de El Médano

Granadilla de Abona
Plaza El Médano
Tel. 00 34 922 75 81 11
www.granadilladeabona.org
aedl@granadilladeabona.org
Mie. 08:00 - 14:00

Mercado del agricultor de El Palmar

Buenavista del Norte.
Finca Los Pedregales.
Ctra. de acceso a Teno Alto,
TF-436 km. 6. El Palmar
Tel. 00 34 922 12 90 30
(Ext.140/141/142)
mercadodelagricultor.com
aedl@buenavistadelnorte.com
Dom. 09:30 - 13:30

Mercado del agricultor Granadilla

Calle Pedro González Gómez
Granadilla de Abona
Tel. 00 34 922 75 99 00
www.granadilladeabona.org
aedl@granadilladeabona.org
Jue. 08:00 - 14:00

Mercadillo del Agricultor de El Rosario

C/ Camino de Peñafiel, Ctra. La Esperanza. Km 7,8
Tel. 922 54 80 12
Sáb., Dom. y Festivos 08:00 - 16:00

Mercado del agricultor de La Laguna

San Cristóbal de La Laguna.
Plaza del Cristo (Nombre Popular)
Plaza San Francisco, s/n
Tel. 00 34 922 25 39 03
www.aytolalaguna.es
mercadolalaguna@hotmail.es
Lun. a dom. de 07:00 a 14:00

Mercado del agricultor, el vino y la artesanía de La Matanza

Matanza de Acentejo (La).
Ctra. Cnrl. del Norte, TF-217 s/n
Tel. 00 34 922 57 71 20 / Ext. 311 - 312
mercadillodelamatanza.com
sociedaddesarrollo@matanzeros.com
Sab. 08:00 - 15:00
Dom. 08:00 - 14:00

Mercadillo del Agricultor de Garachico

Garachico
Plaza de La Libertad
Domingos y festivos de 9:00 a 14:00

Mercado del agricultor de La Orotava

Orotava (La). Junto al Centro de Usos Múltiples de La Torrita
Tel. 00 34 922 32 32 16
www.villadelaorotava.org
alcaldia@villadelaorotava.org
Sab. y Dom. 08:30 - 13:30

Mercado del Agricultor La Guancha

La Guancha
Ctra. Gral. TF-5, km. 49,1
Tel. 922 36 07 88
mercadodelagricultor@laguancha.es
Sab. y Dom. 08:00 - 15:00

Mercado del agricultor de La Victoria

Victoria de Acentejo (La)
C/ Añate, s/n
Tel. 00 34 922 58 00 31
De Sab. a Dom. 08:00 a 14:00h

Mercado del agricultor de Los Realejos

Realejos (Los). Ctra. Vieja de San Benito.
Finca el Llano, s/n. Realejo Alto
Tel. 00 34 922 34 62 34
www.aytorealejos.es
agricultura@ayto-realejos.es
Sab. y Dom. 09:00 - 14:00

Mercado del agricultor de San Miguel

San Miguel de Abona.
C/ Modesto Hernández González, s/n Ctra. Polígono Industrial Las Chafiras
Tel. 00 34 922 16 73 71
mercadodelagricultor.com
mercadodelagricultor@sanmigueldeabona.org
Mie. 16:00 - 20:00
Sab. y Dom. 08:00 - 14:00

Mercadillo del Agricultor de Tacoronte

Ctra. Tacoronte-Tejina, Km. 3,5.
Barrio de San Juan
Tel. 922 56 38 05
Sábados y domingos de 08:00 a 14:00

Mercado del agricultor de Ravelo

Sauzal (El). C/ Hoya de la Viuda, 14
Tel. 00 34 608 29 04 48
agricultura@elsauzal.es
Vie. 08:00 - 15:00;
Sab. y Dom. 08:00 - 14:00
Verano: del 4 de Jul. al 7 de Sept.
Dom. 08:00 - 14:00

Mercado del agricultor de San Isidro

Granadilla de Abona.
Ctra. Granadilla de Abona,
TF-64 km. 7,5
Tel. 00 34 922 75 99 00
mercadodelagricultor.com
mercadodelagricultor@granadilladeabona.org
Sab. y Dom. 08:00 - 14:00

Mercado del agricultor de Santa Úrsula

Santa Úrsula. Ctra. España, 2
Tel. 00 34 922 30 16 40
www.santaurtula.es
Sab. 08:00 - 13:00

Mercado del agricultor de Tegueste

Tegueste. C/ Asuncionistas, 6
Tel. 00 34 922 54 23 05
mercadillodetegueste.es/
mercadillodetegueste@yahoo.es
Sab. 08:00 - 14:00

Mercado del Agricultor Valle de San Lorenzo Arona

Calle Cooperativa 2,
Valle de San Lorenzo
Tel. 922 76 16 00
Tel. 686 76 15 11
Tel. 669 18 15 59
mercadodelagricultor@arona.org
Sábados y Domingos de 08:00 a 14:00

Casa del Vino

Autopista general del Norte, Km 21
C/ San Simón, 49.
38360 El Sauzal
Tel. 00 34 922 572 535/42
www.casadelvintenerife.com

Bodegas Monje

Camino Cruz de Leandro, 36
38359 El Sauzal
Tel. 00 34 922 585 027
www.bodegasmonje.com

Bodegas Insulares de Tenerife

C/ Vereda del Medio, 8B
38350 Tacoronte
Tel. 00 34 922 570 617
www.bodegasinsulares.es

Bodega Frontos

Lomo Grande, 1. Los Blanquitos.
38594 Granadilla de Abona
Tel. 00 34 922 777 253
www.tierradefrontos.com

Bodega El Lomo

Ctra. El Lomo nº 18.
38280 Tegueste
Tel. 00 34 922 545 254
www.bodegaelromo.com

Bodega Comarcal Valle de Güímar

Carretera Los Loros km 4,5.
38500 Arafo
Tel. 00 34 922 51 30 55
www.bodegavalledegumar.com

Bodega Altos de Trevejos

C/ La Iglesia, 1
38620 San Miguel de Abona
0034 607 11 20 40
www.altosdetrevejos.com



UVA Y viñedos

Desde hace siglos la vid ha sido también uno de los cultivos principales de la Isla. La viña llegó a Tenerife con los primeros europeos (en el siglo XV), y desde entonces se ha convertido en parte principal de la agricultura. En Tenerife hay cinco denominaciones de origen: Tacoronte-Acentejo, Ycoden- Dáute-Isora, Valle de La Orotava, Valle de Güímar y Abona. Hay que destacar el vino elaborado con la uva malvasía. Su demanda durante los siglos XVI y XVII era

incessante desde parte de Europa y las principales casas reales europeas lo degustaban con asiduidad. Incluso William Shakespeare alabó las cualidades de la malvasía canaria en sus obras.

Para empaparte de información sobre los preciados caldos de la isla visita la web www.webtenerife.com/sobre-tenerife/gastronomia/vinos-de-tenerife/denominaciones-de-origen o pásate por la Casa del Vino.

La auténtica gastronomía tinerfeña

Aunque en Tenerife encontrarás restaurantes de cocina más vanguardista, existe una arraigada tradición de buenos locales de trato familiar y buen precio. Para los isleños es una tradición ir a comer fuera los domingos. Imitarlos es fácil: simplemente coge el coche, piérdete por alguna de esas carreteras secundarias y detente cuando encuentres un restaurante que te resulte atractivo. Rara vez te equivocarás en tu elección. En ellos podrás degustar la gastronomía

más tradicional. Te recomendamos satisfacer tus papilas gustativas con unas buenas garbanzas, un coñeo en salmorejo, unas costillas con papas y piña de millo (como se llama aquí a la mazorca de maíz), una típica carne de fiesta, el sabroso baifo (cabrito), la estupenda ropa vieja o un pescado a la plancha con mojo de cilantro (sin duda, una de las recetas más simples y maravillosas de la cocina canaria). Todo ello regado con, por supuesto, caldos de la tierra.



Pastelería El Aderno

C/ La Alhóndiga, 8
38480 Buenavista del Norte
Tel. 00 34 922 127 368
www.eladerno.com

Pastelería Díaz

C/ San Salvador, 88
38108, La Laguna
Tel. 00 34 922 626 202
www.pasteleriadiaz.com

Lava, chocolate de canarias

C/ Mencey de Zebenzuy, 10
38108 Taco (La Laguna)
Tel. 00 34 822 011 847
www.chocolatedecanarias.es

Fundación Tenerife Rural

C/ San Simón, nº 49 (La Baranda)
38360. El Sauzal
Tel. 00 34 922 531 013
www.productosdetenerife.info

Quesería Montesdeoca

Km 44, TF-82, Tijoco Bajo
38677 Adeje
visitas@quesosmontesdeoca.com
<http://www.quesosmontesdeoca.com>



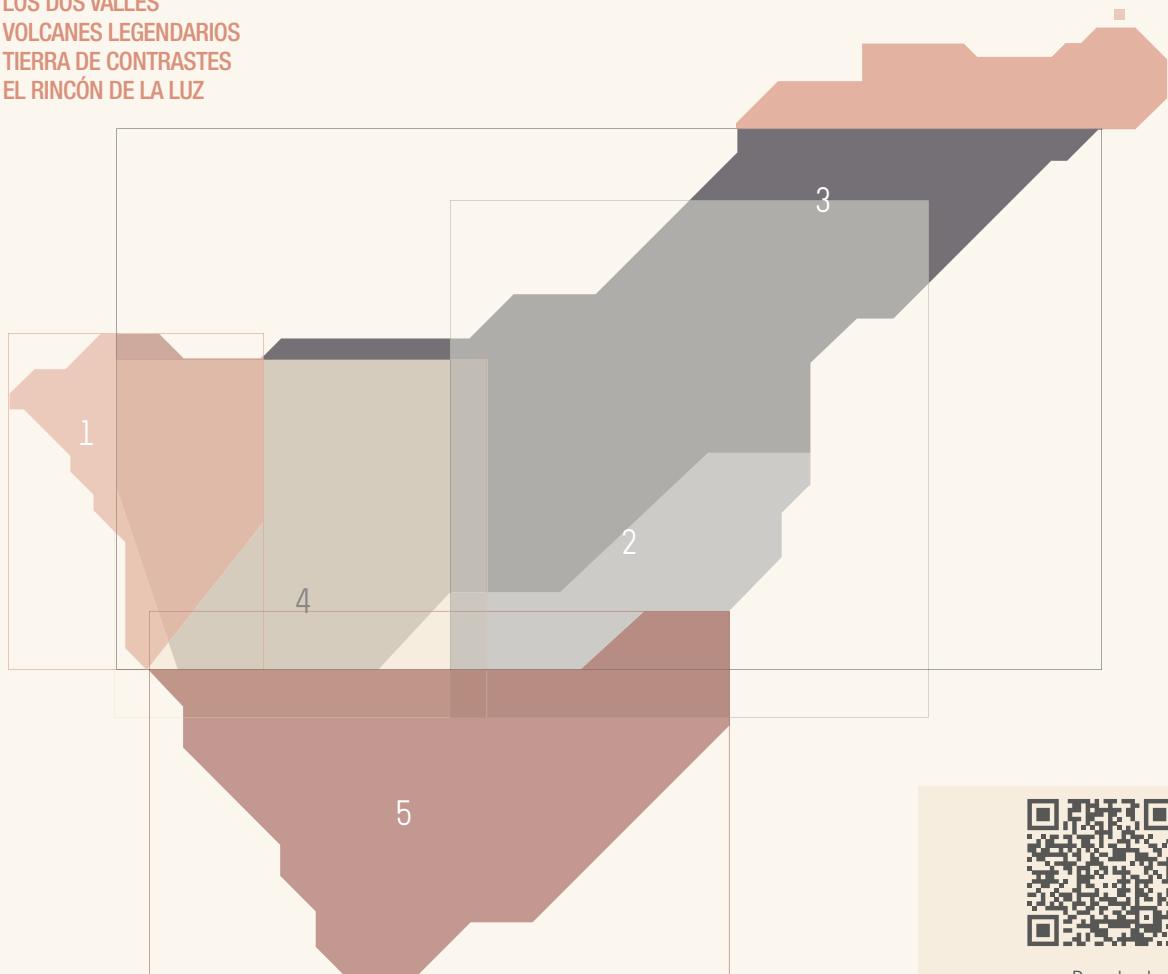
La Isla donde se esconden los volcanes

Tenerife Natural

3

TERRITORIOS VOLCÁNICOS

1. TERRITORIO ANTIGUO
2. LOS DOS VALLES
3. VOLCANES LEGENDARIOS
4. TIERRA DE CONTRASTES
5. EL RINCÓN DE LA LUZ



Descubre las
experiencias volcánicas

VACACIONES VOLCÁNICAS

5 mundos en uno

Los volcanes son la esencia de Tenerife y en todas partes encuentras pruebas de ello. En esta isla es posible acercarse a toda la variedad de manifestaciones volcánicas que existen en el mundo, con infinidad de paisajes diferentes. Para poder conocer toda esta riqueza, la isla se ha dividido en 5 territorios volcánicos. Cada uno de ellos es único por su identidad y sus paisajes, oferta gastronómica, de ocio, de turismo activo y de cultura. Es tu genial excusa para practicar senderismo entre lava, degustar comidas de evocación volcánica o bucear plácidamente en medio de cráteres submarinos. Decide qué es lo que más te motiva y lánzate a la aventura.





1 Territorio ANTIGUO

Aquí empezó todo.

Esta zona es la más antigua de la isla, con más de siete millones de años. Eruptiones como las del volcán de Taco han ido dejando tierra adentro a los acantilados de La Culata. Hunde tus pies en el picón que rodea al cono volcánico de El Palmar. Y sobre todo, disfruta del impresionante acantilado de Los Gigantes, con sus 600 metros de roca recortada en vertical sobre el mar.

No te pierdas:

- Haz senderismo en un bosque de laurisilva.
- Disfruta de una ruta teatralizada por las calles de Garachico.
- Date un chapuzón en los charcos de lava petrificada.
- Contempla los acantilados de más 600 metros de altura y contempla los cetáceos que nadan cerca de la costa.



Naturaleza volcánica:

Descubre el Parque Rural de Teno, un reino de naturaleza volcánica salpicado de acantilados, bosques y caseríos. Sumérgete en el Macizo de Teno y píerde-te entre la laurisilva, un bosque de la era terciaria. Abundan los acebiños, laureles o viñátigos, además de musgos y líquenes.

La lluvia caída en los últimos cinco millones de años ha horadado los barrancos de Carrizales y Masca hasta convertirlos en los más profundos de Tenerife. El de Masca, con sus preciosas casas bajas de teja roja, es la mejor muestra de arquitectura rural de Canarias.

Viviendo entre volcanes:

Apúntate a una ruta teatralizada y conoce cómo resurgió el pueblo de las cenizas, después de la erupción del volcán Trevejo que lo arrasó en 1706. Disfruta de los Fuegos del Risco, una representación que se celebra cada cinco años con bolas incandescentes que ruedan ladera abajo.

La Ruta de las Tradiciones ofrece un paseo por las costumbres más arraigadas de la isla. Los Silos, El Tanque, Buenavista y Santiago del Teide te permitirán apreciar el encanto de sus centros históricos. Además, merece la pena que disfrutes del festival de internacional de cuentos de Los Silos, los conciertos de música clásica de los Caprichos Musicales y el

Festival Boreal, que fusiona entretenimiento con conciencia ambiental y marina.

Llévate de recuerdo un trozo de naturaleza volcánica, comprando los bellos productos de artesanía que se encuentran entre los productos más solicitados de la zona.

Mar, viento, tierra:

Tienes muchas opciones para disfrutar al aire libre. Si te gusta el senderismo, tienes a tu disposición recorridos en los que te adentrarás en espacios naturales increíbles.

Si lo tuyo es el cicloturismo dispones de una gran variedad de trazados. Si practicas parapente cuentas con algunos de los mejores puntos de despegue en esta parte de la isla.

El avistamiento de cetáceos desde Puerto de Los Gigantes es una de las actividades estrella y la puedes realizar cualquier día del año. Haz una inmersión submarina y nada entre jureles, salemas, mantas o estrellas de mar. Zambúllete en piscinas y charcos naturales junto al mar. En Garachico, Los Silos, Santiago del Teide y Buenavista encontrarás algunos de los mejores de la isla.

Gastronomía volcánica:

Descubre nuevos sabores en los restaurantes y tascas de la zona, donde las especias y los quesos son los productos más populares.

Ventanas a los volcanes:

Te quedarás boquiabierto con la panorámica que te ofrecerán los miradores de esta zona. Asomarte a ellos te ayudará a tener una visión diferente del paisaje y podrás comprender mejor los procesos volcánicos de cada parte de la isla.



Actividades en la naturaleza
www.webtenerife.com/que-hacer/deportes/



Avistamiento de cetáceos
www.webtenerife.com/que-hacer/naturaleza/avistamiento-cetaceos/



Los dos VALLES

Renacer de las cenizas.

Median hasta 5.000 metros de altura pero un día, las enormes montañas de material volcánico acumulado durante años, se derrumbaron y formaron los extensos valles de La Orotava y Güímar , uno hacia el norte y otro hacia el sur de la isla.

Salvo por su origen, los valles son muy diferentes. En el Valle de La Orotava, dominan las temperaturas suaves, el ambiente húmedo y los tonos verdes. El de Güímar, al sur, es mucho más seco y árido. Imperan los ocres de la pumita y la ceniza volcánica.

Además gracias a las exportaciones agrícolas, se fueron creando núcleos urbanos de gran valor histórico en el valle de La Orotava. En cambio, en el sur las viviendas se asociaban a las tierras de cultivo, y por eso se encuentran dispersas por el paisaje.

No te pierdas:

- Conoce la historia de las pirámides de Güímar.
- Contagiate de la magia de la noche de San Juan.
- Date un chapuzón en los charcos de lava petrificada.
- Haz senderismo en paisajes alucinantes y disfruta de un paseo agradable por La Orotava y el Puerto de la Cruz.





Naturaleza volcánica:

Viajeros ilustres han constatado la belleza de los valles. Agatha Christie visitó en varias ocasiones el Puerto de la Cruz, donde hallaba inspiración para sus novelas. El naturalista Alexander Von Humboldt también quedó prendado por la isla constatándolo en muchos de sus escritos.

Te atrapará su extensa muestra de lavas rugosas y ásperas. Estarás en un paisaje de otro planeta donde viven especies vegetales como las tabaibas y los cardones, además de pequeños animales como pájaro bisbita y el lagarto tizón.

Podrás contemplar numerosos cultivos de plátano, papaya, aguacate, papas, caña de azúcar y uva. Estos valles son muy fértiles debido a las galerías excavadas en la roca. Debido a la escasez de agua, los tinerfeños idearon un sistema para extraer el agua que se filtraba a través de las montañas.

Viviendo entre volcanes:

Con la llegada del solsticio de verano, el 23 de junio, los isleños se reúnen alrededor de las hogueras de San Juan. Esa noche celebran la alegría de la vida y los momentos entrañables junto a familiares y amigos hasta altas horas de la madrugada.

Las romerías de La Orotava y Los Realejos son muy conocidas. Lo celebran vestidos con trajes de magos,

la vestimenta tradicional. Reina la música folclórica de las pequeñas parrandas, las carretas tiradas por

bueyes ocupan las calles y se degustan productos de la tierra. En junio llega el Corpus Christi a La Orotava, y la ciudad se transforma. Sus calles se decoran con minuciosas alfombras de flores y arena volcánica del Parque Nacional del Teide.

El 16 de julio, en el Puerto de la Cruz son las fiestas del Carmen con la multitudinaria embarcación de la virgen desde el muelle pesquero. Cientos de pequeños barcos decorados la acompañan en su festivo recorrido por la costa portuense. Y en septiembre en el Valle de Güímar, se celebra la antiquísima romería del Socorro, con su tradicional subida y bajada de la virgen.

El 15 de agosto es la cita religiosa más importante del año, el día de la Virgen de Candelaria, patrona de Canarias. El pueblo de Candelaria se llena de peregrinos que llegan de todas partes de la isla.

Otra forma de disfrutar de los volcanes es recorriendo las calles de sus localidades. En La Orotava visita el Museo de Artesanía Iberoamericana, los Jardines del Marquesado de la Quinta Roja (o Jardines de Victoria), las Casas Consistoriales o la Hija de la Botánico, con especies vegetales de todo el mundo.

Puerto de la Cruz es uno de los núcleos turísticos más destacados de la isla. Los Realejos, Arafo y Güímar te esperan para callejear y deleitarte con sus históricas edificaciones.

En el Parque Etnográfico Pirámides de Güímar te aguardan intrigantes construcciones piramidales de piedra volcánica ordenadas astronómicamente, y un jardín venenoso con más de 70 especies vegetales de todo el mundo.

El Museo Arqueológico de Puerto de la Cruz, con vestigios de los primeros habitantes de la isla, y el Centro Alfarero de Las Miquelas, en Candelaria, con los artesanos trabajando el barro en directo, son experiencias que no te debes perder.

Mar, viento, tierra:

El senderismo es una de las actividades preferidas por los más aventureros en este territorio. Encontrarás terrenos escarpados, para los más experimentados y zonas llanas para un paseo más tranquilo.

Las actividades en el mar como el buceo o el surf, son una alternativa muy divertida. Si practicas mountain bike, tienes recorridos para todos los niveles, y si haces parapente, cuentas con varios de los mejores lugares de la isla para tu despegue.

Gastronomía volcánica:

Disfruta de las sugerencias volcánicas de la cocina isleña en cualquier restaurante de la zona, con carnes, pescados frescos, verduras y gofio, así como los ricos vinos tan característicos de esta parte de la isla.

Ventanas a los volcanes:

En tu recorrido no dejes de visitar algunos de los miradores que te encontrarás por el camino, apreciarás en todo su esplendor la belleza del paisaje que se desplegará ante tus ojos.



Senderismo
www.webtenerife.com/que-hacer/naturaleza/senderismo/



Actividades en el mar
www.webtenerife.com/que-hacer/deportes/agua/





3 Volcanes LEGENDARIOS

Territorio de diversidad.

Descubrirás en este territorio, casi todos los paisajes que se dan en la isla, desde los más secos a los más húmedos. Comprobarás su gran concentración de especies animales y vegetales, y visitarás pueblos de diferentes estilos arquitectónicos.

En este territorio se dieron las erupciones más recientes de la isla. La última fue la del Chinyero, que hace 100 años estuvo expulsando lava durante 10 días.

No te pierdas:

- Adéntrate en El Teide.
- Conoce a fondo dos Patrimonios de la Humanidad.
- Contempla el mar de nubes en todo su esplendor.
- Descansa bajo la luz de las estrellas y degusta los ricos vinos de la tierra.



Naturaleza volcánica:

Te presentamos el espectacular y mágico Parque Nacional del Teide, Patrimonio de la Humanidad por la Unesco. Estás ante el tercer cono volcánico a mayor altura del mundo, el parque nacional más visitado de Europa y el punto más elevado de España gracias a sus 3.718 metros.

Tienes la posibilidad de conocer el pico del Teide de varias maneras. Bien en teleférico, o bien ascendiendo a pie a la cima, pasando la noche en el Refugio de Altavista. Ten en cuenta que para acceder al cráter o dormir en el refugio has de solicitar un permiso.

Cuentas con una veintena de senderos para elegir en el interior del parque. El de Siete Cañadas es uno de los más recomendables. Dispones además de los centros de visitantes de Cañada Blanca y el Portillo, en los que conocer más profundamente lo que esconde este entorno. En La Orotava está la oficina del Parque Nacional del Teide, con un museo en el que te explican el origen de este increíble volcán.

Viviendo entre volcanes:

El mejor ejemplo de cómo el ímpetu volcánico trasciende a las personas que habitan en él es La Laguna, una ciudad fascinante y animada repleta de estudiantes gracias a su universidad.

En 1999 se la declaró Patrimonio de la Humanidad por su trazado de ciudad colonial no amurallada, en lo que fue pionera. El casco histórico está peatonalizado, lo que invita a una exploración sosegada de sus suntuosas y muy bien cuidadas casonas y edificios.

Puedes comprar vinos de esencia volcánica, artesanía y moda en las coquetas tiendas del centro.

Luego, instálate en sus cafés y tascas impregnados de acogedor carácter bohemio.

Los museos de la zona albergan muestras de la realidad volcánica que te ayudarán a comprender mucho mejor la naturaleza de la isla.

Caminando entre volcanes

Al igual que en toda la isla, aquí puedes encontrar cientos de senderos. Una estupenda opción la ofrece el GR-131, que forma parte del E-7, uno de los 11 senderos europeos de gran recorrido.

En su tramo isleño atraviesa la parte alta de Tenerife de norte a sur. Parte desde Anaga, pasa por La Esperanza y llega hasta Arona. Con sus 83 kilómetros de longitud es el más largo de todos los que vas a encontrar en la isla.

Puedes explorar el sendero de los Guardianes Centenarios, en Tacoronte. Te ofrece posibilidades de una caminata sin prisas entre viñátigos.

Mar, viento, tierra:

Los más aventureros cuentan cada año con la opción de participar en una carrera deportiva de gran prestigio, la Tenerife Bluetrail, que atraviesa la isla desde la costa hasta la montaña.

Tenerife se encuentra entre los lugares de referencia internacional por la calidad de sus cielos. En el mismo corazón del Parque Nacional del Teide se encuentran los telescopios del Observatorio de Izaña, pertenecientes al prestigioso Instituto de Astrofísica de Canarias. Son un hervidero de científicos procedentes de todo el mundo, y durante el día puedes visitar algunas de sus instalaciones si lo solicitas con antelación.

Si deseas observar las estrellas, los mejores puntos dentro del Parque son Montaña de Guajara o los alrededores del Parador de Turismo. También puedes hacerlo mediante una visita guiada, con cena y subida en el teleférico al pico del Teide.

Además, no te puedes perder el precioso espectáculo del mar de nubes, uno de los fenómenos más característicos de Tenerife. Los vientos alisios empujan las nubes, que suavemente son detenidas por las montañas de la cara norte de la isla, a una altura de entre 600 y 1.800 metros. Así se forma un manto blanco que recuerda a un mullido edredón de plumas. Basta con que asciendas a las partes más altas de la isla para apreciarlo en toda su plenitud.

Gastronomía volcánica:

La zona norte de Tenerife se caracteriza por una gran oferta gastronómica. Sus restaurantes, tascas y guachinches ofrecen comida casera con gran variedad en platos tradicionales. Sus vinos gozan de muy buena reputación.

En esta parte de la isla destacan productos como la castaña, la almendra o la manzana reineta, que dan color a los campos de cultivo de la zona.

Ventanas a los volcanes:

Te asombrarás con las increíbles panorámicas de los miradores de esta zona. Además, te ayudarán a entender mejor los procesos volcánicos que generaron este tipo de paisaje tan característico en la isla.







4 Tierra de CONTRASTES

Contraste de forma y vida.

Toda la isla es un continuo contraste de paisajes y formas de vida, pero en este territorio es donde más claramente se aprecia.

Aquí se asientan las dorsales de Adeje y de Abeque, y es una de las zonas geológicas más activas de Tenerife. Algunos de los episodios de reciente vulcanismo isleño se han registrado aquí, entre ellos el del volcán Chinyero, hace un siglo.

Estamos ante uno de los rincones más fértiles de la isla a causa de la variada composición química de estos terrenos. Te esperan los viñedos cultivados a mayor altura de Europa y el paisaje espectacular del verde intenso de los pinos sobre la lava negra.

No te pierdas:

- Descubre los viñedos cultivados a mayor altura de Europa.
- Camina por la cueva volcánica más extensa del continente y contempla un paisaje lunar.



Naturaleza volcánica:

Cueva del Viento, en Icod de los Vinos es, con 17 km de longitud, el túnel volcánico más largo de Europa. Lo creó el paso de un torrente de lava cuyas capas exteriores se enfriaron antes que las del interior. Si quieres más información entra en: www.cuevadelviento.net

En el Parque Natural de la Corona Forestal, en el municipio de Vilaflor, está el llamado "Pino Gordo". Su nombre no es casual: el tronco mide más de tres metros de ancho. Muchos intentan rodearlo con sus brazos extendidos, para lo que se necesita un buen número de personas, media docena como mínimo.

Los pinares, que a cada erupción volcánica eran arrasados, desarrollaron una asombrosa capacidad de regeneración. Poseen una gran resistencia contra el fuego gracias a la gruesa capa de corcho de su tronco. Por eso, cuando un incendio quema los montes tenerfeños, el pino canario sobrevive.

El Parque Natural de la Corona Forestal concentra una excelente muestra de pinos canarios con muchas áreas recreativas en las que podrás de su agradable sombra.

Viviendo entre volcanes:

En Santiago del Teide, Garachico y El Tanque se desarrolla cada año la representación denominada Al Paso de la Cumbre. Es una escenificación del sistema tradicional de trueque.

Otras celebraciones importantes son las relacionadas con la apertura del vino nuevo en las bodegas, que es especialmente animada en el norte de la isla.

Icod de los Vinos hace coincidir esa fecha con la festividad de Las Tablas, en la que los jóvenes del municipio descenden subidos en tablas de madera por las empinadas calles del municipio.

Mar, viento y tierra:

El sendero de los Escurriales te lleva al borde del Paisaje Lunar, en el Parque Natural de la Corona Forestal. Está entre los más espectaculares de la isla por sus montañas delgadas y afiladas por la acción del viento y el agua.

Cuentas con otros recorridos igual de recomendables como el itinerario alrededor del viejo volcán de Montaña Las Lajas.

Diferentes actividades para mantenerte activo y disfrutar de estos paisajes volcánicos están también a tu alcance. Desde el mountain bike, con las pistas de Erjos, al parapente, donde el Mirador de Lomo Molino, en El Tanque, es el punto de despegue preferido por los expertos.



Actividades
en la naturaleza
www.webtenerife.com/que-hacer/deportes/

Gastronomía volcánica:

En ningún otro sitio se cultivan los viñedos a tanta altitud como en la zona de Vilaflor, a 1.200 metros. Esta particularidad da a los vinos un sabor original reconocido en concursos nacionales e internacionales. Este territorio cuenta con dos denominaciones de origen: Icoden Daute Isora y Abona.

Delíitate con los platos tradicionales de este territorio, como potajes y pucheros. La miel es un producto estrella. Prueba las de plantas y flores endémicas como la retama, el tajinaste o la chahorra. Los frutos secos y los productos de secano también son importantes como los higos y las almendras.

El vino es muy característico en esta zona, donde abundan blancos y tintos de gran prestigio.

Ventanas a los volcanes:

En tu recorrido por este territorio no debería faltar la visita a sus miradores.

5 El rincón la LA LUZ

Claridad y azul del mar.

Este rincón abarca la punta sur de Tenerife, un campo volcánico que ha registrado cientos de erupciones especialmente intensas y violentas. Es un lugar árido y seco de belleza extraña y sugerente. Todo resplandece multiplicado por la claridad de un terreno dominado por los tonos ocres debido a la pumita, el material volcánico dominante. La tierra volcánica de la zona es muy rica para el cultivo, es llamada jable, y también es un material perfecto para construir cuando se le da forma de bloque: la tosca, que verás en muchos muros y casas.



No te pierdas:

- Contempla los cetáceos en su hábitat natural.
- Descansa bajo el sol en la playa.
- Viaja en el tiempo en San Blas y déjate llevar por el viento haciendo windsurf.



Naturaleza volcánica:

Si quieras entender qué significan los volcanes para Tenerife debes visitar la Reserva Ambiental de San Blas. El montaje incluye elementos audiovisuales y recreaciones exactas, una cueva guanche o un barco que va rumbo a América.

No te puedes perder la Cueva del Hermano Pedro, una cueva volcánica situada en Granadilla de Abona, que se ha convertido en un auténtico centro de culto religioso. El Hermano Pedro, un pastor del siglo XVII la utilizaba habitualmente para refugiarse con sus cabras cuando sintió la llamada de la fe con 23 años. Tras entregarse a cuidar de los más débiles en Guatemala, fue declarado santo en 2002.

Viviendo entre volcanes:

El Archipiélago fue un punto de paso de los barcos que venían de América cargados con tesoros y especias, y por eso los temibles piratas atacaban la zona durante el siglo XV. Los isleños acabaron por construir castillos y fortalezas para enfrentarlos mejor, y todavía quedan algunas de ellas en pie.

Reserva Ambiental de San Blas Sandos San Blas Nature Resort & Golf

Avd. Greñamora, 1. Urb. San Blas
38639 Golf del Sur - San Miguel de Abona
Tel. 00 34 922 749 010
reservas.sanblas@sandos.com
www.sandos.com

Destacan las fiestas en honor del Cristo del Valle de Arriba, en Santiago del Teide. Se celebra cada mes de mayo desde 1909, y en ella los vecinos sacan simbólicamente la imagen del Cristo para que medie y mantenga calmado al volcán Chinyero, que hace un siglo amenazó con alcanzar al pueblo tras su última erupción.

Mar, viento, tierra:

El ambiente soleado y seco de la zona es perfecto para que disfrutes de jornadas de descanso. Esta zona acoge algunas de las playas más famosas de la isla. La mayoría se extienden varios cientos de metros y cuentan con paseos agradables, frecuentados por locales y turistas como el litoral de Arona y Adeje.

Este es un territorio en el que el mar juega un papel fundamental, por eso son tan importantes las actividades acuáticas, en especial el surf, kitesurf y windsurf.

Si te gusta el windsurf, tu lugar preferido será El Médano. Las condiciones de viento son perfectas todo el año y disfrutarás de la hospitalidad de un lugar lleno de servicios, con tiendas surf y restaurantes donde pasarás momentos inolvidables.



Actividades en el mar
www.webtenerife.com/que-hacer/deportes/agua/



Si lo tuyo es el surf, no puedes perderte la Playa de las Américas, uno de los mejores lugares para practicar este deporte. Las playas de Los Balos, El Médano y La Tejita, todas en Granadilla de Abona, son indispensables si te gusta el Kitesurf. Y si lo tuyo es el bodyboard, tu playas preferidas serán El Confital, La Caleta o Alcalá.

Puedes optar por paseos náuticos en cualquiera de las marinas de San Miguel, Arona o Adeje.



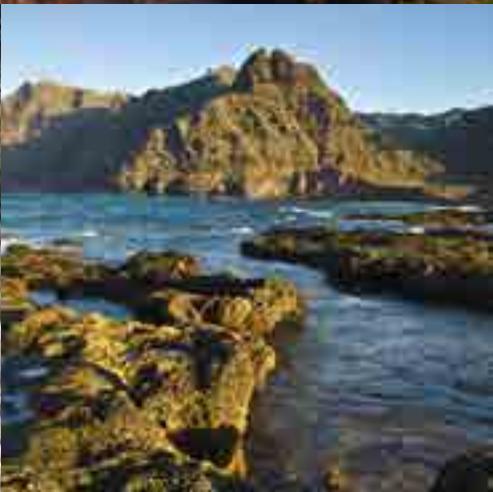




Actividades en la naturaleza

Tenerife Natural

4



SENDERISMO

Son tantas la posibilidades que ofrece este continente en miniatura que comprendemos tu indecisión. Puedes “patear” por bosques, por playas, por alta montaña... Puedes, incluso, hacer recorridos que pasen por estos 3 tipos de paisaje y por muchos otros en apenas un par de horas. Si existiese un récord Guinness de la variedad, Tenerife sería un clarísimo aspirante.

¿Qué es eso de estar en Tenerife y limitarse a recorrer la isla en coche o no moverse de la piscina de tu hotel? Ahí fuera te está esperando todo un mundo de sensaciones. La deslumbrante naturaleza y el estupendo clima te permiten realizar multitud de actividades al aire libre durante todo el año.

TOP 9

Existe una importante red de senderos que abarca más de 1500 km, tenemos senderos homologados y en proceso de homologación. A continuación, te indicamos el “Top Nine” (Tenerife es original hasta en eso).



1 Arona-Roque del Conde-Arona

"Atalaya natural sobre el sur de Tenerife"

Plaza del Cristo de la Salud (Arona) → Vento → Barranco del Rey → La Centinela → Roque del Conde → La Centinela → Barranco del Rey → Vento → Plaza del Cristo de la Salud (Arona)

Dificultad: Media

A pesar de que es un recorrido corto, hay que salvar una pronunciada pendiente en el último tramo de ascenso al Roque del Conde.

Descripción del recorrido:

El sendero comienza en la plaza del Cristo de la Salud, en el núcleo urbano de Arona. Desde aquí deberás dirigirte al barrio de Vento y continuar por una vereda estrecha que cruza los barrancos de Las Casas, del Ancón y, por último, el del Rey, límite entre los términos municipales de Arona y Adeje. Una vez atravesado este barranco, el sendero se ensancha ascendiendo hacia la cima entre muros de piedra y bancales abandonados. El último tramo es una estrecha vereda que culmina en la cima del Roque de Conde, una meseta cuya superficie se aprovechaba antiguamente para el cultivo de cereal. Las vistas abarcan una amplia panorámica del sur de la isla. Desde aquí deberás regresar por el mismo camino, hasta el punto de inicio.

Punto de partida y llegada:

Plaza del Cristo de la Salud

Municipio: Arona y Adeje

Transporte público: Sí

Líneas guagua (autobús): 342 y 480

Radio Taxi Adeje: 00 34 922 714 462

Radio Taxi Arona: 00 34 922 790 352

Longitud: 7 Km (ida y vuelta)

Duración aproximada: 5 h

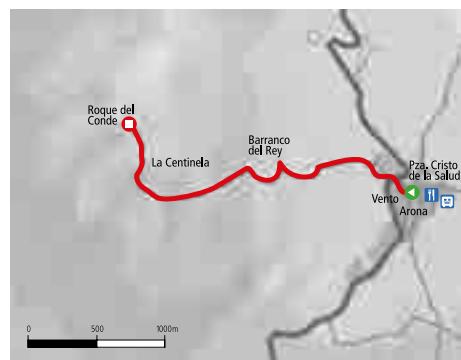
Cotas:

Máxima: 1000 m

Mínima: 600 m

Inicial: 665 m

Final: 665 m





2 Callejón de Teno

“Un camino por el mundo rural”

PR-TF-57 / El palmar → Los Bailaderos (Teno Alto) de Teno

Dificultad: Media

Su dificultad deriva del fuerte desnivel al comienzo del itinerario desde El Palmar, con zonas que pueden resultar resbaladizas si están húmedas. Son frecuentes los cambios bruscos de temperatura y las lluvias.

Descripción del recorrido:

El camino comienza en el cruce de la carretera TF-436 con la carretera que sube a Teno Alto. Rápidamente gana altura, ofreciendo una amplia panorámica del Valle de El Palmar. Al culminar el acentuado ascenso, el paisaje cambia: zonas de monteverde se entremezclan con pequeñas huertas de cultivos hasta alcanzar el núcleo de La Abejera, un grupo de casas que se apiñan sobre la cresta rocosa. A partir de este punto el sendero discurre cómodamente hasta llegar a Los Bailaderos, un caserío que representa la esencia del mundo rural tenerfeño donde se localiza el final del recorrido.

Punto de partida:
Finca Los Pedregales (El Palmar)
Municipio: Buenavista del Norte

Transporte público: Sí
Líneas guagua (autobús): 355 y 366
Radio Taxi Buenavista: 00 34 922 127 130

Punto de llegada:
Los Bailaderos
Municipio: Buenavista del Norte

Transporte público: No
Se recomienda concertar la recogida en taxi o dejar un vehículo al final de la ruta antes de comenzar a andar.
00 34 616 804 942 / 00 34 696 568 775
00 34 630 639 86

Longitud: 4,8 Km
Duración aproximada: 3,15 h

Cotas:
Máxima: 830 m
Mínima: 540 m
Inicial: 540 m
Final: 775 m





3 Ladera de Tigaiga

“Un camino por el mundo rural”

Iglesia de Santiago Apóstol → Mirador del Asomadero → Iglesia Santiago Apóstol

Dificultad: Media

A pesar de que el trazado del sendero es claro y dispone de un firme regular, cuenta con una considerable longitud y desnivel.

Descripción del recorrido:

El sendero comienza en la plaza de la iglesia de Santiago Apóstol en el Realejo Alto (T.M. de Los Realejos) siguiendo el trazado del Barranco de La Lora. Desde allí asciende atravesando tramos de monteverde, pasando por el exuberante Til de Los Pavos, hasta llegar al Área Recreativa de Chanajiga. El sendero continúa por el frondoso Camino del Guarda y llegará al mirador de El Asomadero, donde comienza el descenso hasta llegar al Barranco de La Lora. A partir de este punto regresará por el trazado inicial hasta la plaza de Santiago Apóstol.

Punto de partida y llegada:
Iglesia de Santiago Apóstol en el Realejo Alto.
Municipio: Los Realejos

Transporte público: Sí
Líneas guagua (autobús): 354
Radio Taxi Los Realejos: 00 34 922 34 60 45

Longitud: 14,4 Km
Duración aproximada: 7,30 h

Cotas:
Máxima: 1269 m
Mínima: 350 m





4 Cruz del Carmen-El Batán-Punta del Hidalgo

“Descubriendo los contrastes de la vieja anaga”

PR-TF-11 / Cruz del Carmen → El batán → Punta del Hidalgo

Dificultad: Media

El sendero cuenta con una longitud considerable y con pendientes intermedias a lo largo del recorrido.

Descripción del recorrido:

El inicio del sendero se sitúa en el restaurante Cruz del Carmen, desde donde deberás tomar por el ancho cortafuego a la izquierda. Poco antes de la Casa Forestal has de tomar un sendero a la derecha que se adentra en el monteverde. Desciende por él cruzando las pistas de Las Hiedras y del Lomo de Los Dragos hasta el cauce del Barranco del Río o del Batán. A partir de aquí, el sendero asciende hasta Bejía, cruzando previamente el Caserío de El Batán, para descender a continuación hasta el núcleo de El Peladero. Aquí, toma el desvío que sale a la izquierda de la carretera. Continúa por el sendero cruzando barranquillos en ligero ascenso, hasta llegar al Lomo del Morro, desde donde podrás disfrutar de una amplia panorámica. El monteverde ya ha quedado atrás y, a medida que se acerca a la costa, los brezos que aún llegan hasta estas cotas irán dando paso a una vegetación adaptada a la escasez de agua, como las tabaibas y cardones. Desde este punto, el sendero desciende hasta el final del recorrido en Punta del Hidalgo, salvando aún alguna pendiente intermedia.

Punto de partida:
Restaurante Cruz del Carmen
Municipio: La Laguna

Transporte público: Sí
Líneas guagua (autobús): 076 y 077
Radio Taxi Adeje: 00 34 922 714 462
Radio Taxi La Laguna: 00 34 922 621 313 / 00 34 922 255 555

Punto de llegada:
Punta del Hidalgo
Municipio: La Laguna

Transporte público: Sí
Líneas guagua (autobús): 050 y 105

Longitud: 9,7 Km
Duración aproximada: 4 h

Cotas:
Máxima: 950 m
Mínima: 35 m
Inicial: 950 m
Final: 35 m





5 Parador-Alto de Guajara Parador

“Un balcón con vistas al Teide”

Centro de Visitantes de Cañada Blanca → Alto de Guajara →
Centro de Visitantes de Cañada Blanca

Dificultad: Media

Este recorrido cuenta con un fuerte desnivel que se suma a la escasez de oxígeno derivada de la altitud por la que discurre.

Descripción del recorrido:

El itinerario comienza en el centro de visitantes de Cañada Blanca. Toma la pista de Siete Cañadas, (sendero 4 en la nomenclatura de la red de senderos del Parque Nacional). Continúa en dirección a la Cañada del Capricho, que deberás dejar atrás y continuar hasta la Cañada del Montón de Trigo. Aquí, toma un sendero señalizado con el número 5 a tu derecha. Una vez en la Degollada de Guajara, encontrarás un cruce a la derecha. Toma el sendero marcado con el número 15 y sigue de frente por él hasta el siguiente cruce. Continúa a la derecha para comenzar la ascensión a la parte final de la Montaña de Guajara. Su cima, con 2.715 m., es el tercer punto más alto de la isla. En este lugar, podrás disfrutar de amplias vistas del Teide, el Barranco del Río, Pico Viejo, Llano de Ucánca, Las Cañadas y Sur de la isla. Desde aquí deberás desandar el camino para volver nuevamente hasta el centro de visitantes de Cañada Blanca.

Punto de partida y llegada:
Centro de Visitantes de Cañada Blanca,
P.N. del Teide
Municipio: La Orotava y Granadilla

Transporte público: Sí
Líneas guagua (autobús): 342 y 348
Radio Taxi Granadilla: 00 34 922 397 475

Longitud: 13,8 Km
Duración aproximada: 5 h

Cotas:
Máxima: 2715 m
Mínima: 2150 m
Inicial: 2150 m
Final: 2150 m





6 Rambla de Castro

“Oasis en la costa norte de Tenerife”

Hotel Marítim → Playa de los Roques → Urbanización La Romántica II → Rambla de Castro → Mirador de San Pedro

Dificultad: Media

Se trata de un sendero corto y suave, con un trazado bien delimitado.

Descripción del recorrido:

El sendero comienza en la trasera del Hotel Marítim (Los Realejos), deja atrás la Playa de Los Roques y se dirige hacia la urbanización La Romántica II. Crúzala y retoma nuevamente el sendero en dirección a La Romántica I. Bordea esta segunda urbanización y desciende hasta encontrar un puente de madera. Desde aquí se observan las ruinas del antiguo elevador de aguas de Gordejuela una construcción que cuenta con más de un siglo de antigüedad y que albergó la primera máquina de vapor que se instaló en la Isla. El sendero continúa adentrándose en el espacio natural protegido de la Rambla de Castro. Durante el recorrido por esta zona podrá apreciar: la Hacienda de los Castro, la Ermita de San Pedro, una construcción que data del siglo XVIII y desde cuya terraza se observa otra espectacular vista del litoral, y el Fortín de San Fernando. El último tramo del recorrido es el ascenso hasta el mirador de San Pedro, junto a la TF-15.

Punto de partida:

Trasera del Hotel Marítim

Municipio: Los Realejos

Transporte público: Sí

Líneas guagua (autobús): 339, 353 y 354

(Parada Camino Burgado)

Radio Taxi Los Realejos: 00 34 922 346 096

Punto de llegada:

Mirador de San Pedro

Municipio: Los Realejos

Transporte público: Sí

Líneas guagua (autobús): 107, 108, 325 y 363

(Parada Túnel)

Longitud: 4 Km

Duración aproximada: 2 h

Cotas:

Máxima: 150 m

Minima: 40 m

Inicial: 40 m

Final: 150 m





7 Malpaís de Güímar

“Entre las lavas y el mar”

Puertito de Güímar → Malpaís → Puertito de Güímar

Dificultad: Media

Descripción del recorrido:

Este sendero es circular, comienza en el Puertito de Güímar y te permite volver hasta tu lugar de salida. El Malpaís de Güímar es una Reserva Natural Especial de gran importancia ecológica, declarada zona protegida desde 1987. Es un paisaje volcánico único que se extiende desde Montaña Grande hasta el litoral. Gracias al clima suave de la zona, se reúnen en este entorno multitud de especies endémicas. Abundan los cardonales y tabaibales; en la zonas costeras dominan la lechuga y la siempreviva de mar; aulagas y cerilllos, en los arenales, y más de 60 especies de líquenes repartidas por todo el Malpaís. El interior del Malpaís está atravesado por gran cantidad de tubos y cuevas volcánicas. La cueva más espectacular es Cueva Honda o Cueva de los Burros, con más de 100 metros de largo y hasta 5 metros de altura en algunos de sus tramos. Para adentrarte en el Malpaís, la mejor opción es recorrer sus senderos y detenerte en los miradores, donde las coladas, cardones y tabaibas, dominan el paisaje. Podrás descubrirlo, poco a poco, disfrutando de un agradable paseo.

Punto de partida y llegada:

Puertito de Güímar

Municipio: Güímar

Transporte público: Sí

Líneas guagua (autobús): 120, 122, 124

Radio Taxi Candelaria: 00 34 922 503 880

Transporte público: Sí

Líneas guagua (autobús): 120, 122, 124

Longitud: 6,11 Km

Duración aproximada: 3 h

Cotas:

Máxima: 122 m

Mínima: 1 m





8 Garachico-San Juan del Reparo

“Siguiendo los pasos de la lava”

Garachico → San Juan del Reparo → Garachico

Dificultad: Baja

A pesar de que el sendero discurre por una pronunciada pendiente, el camino es un continuo descenso por un sendero ancho y sin pérdida.

Descripción del recorrido:

El itinerario comienza en la Iglesia de San Juan del Reparo. Poco a poco dejarás atrás las construcciones para entrar en el paisaje protegido de los acantilados de La Culata a través de un camino que aún conserva su antiguo empedrado en algunos tramos, y que tiene su origen en un camino de herradura que baja en zig-zag y desde el que es posible contemplar unas maravillosas vistas de la Villa y Puerto de Garachico. El descenso está protagonizado por las coladas del volcán Arenas Negras, que en 1706 destruyó gran parte del próspero núcleo urbano de Garachico y sepultó su puerto. Sobre la lava crece el pinar, que te acompañará hasta prácticamente la entrada del pueblo. Allí, el sendero desemboca en la calle El Volcán. Sigue a la izquierda hasta encontrar unas escaleras que te conducirán a la calle Alcalde Perlaza para acceder posteriormente a la plaza de Juan González de la Torre, donde se encuentra la Puerta de Tierra, único vestigio del Puerto de Garachico, y que marca el final del recorrido.

Punto de partida:
Iglesia de San Juan Bautista (El Reparo)
Municipio: Garachico

Transporte público: Sí
Líneas guagua (autobús): 325, 392 y 460
Radio Taxi Garachico: 00 34 922 830 056

Punto de llegada:
Plaza de Juan González de la Torre
Municipio: Garachico

Transporte público: Sí
Líneas guagua (autobús): 107 y 363
Radio Taxi Garachico: 00 34 922 830 056

Longitud: 2,7 Km
Duración aproximada: 1,30 h

Cotas:
Máxima: 500 m
Mínima: 20 m
Inicial: 500 m
Final: 20 m





9 Camino de Chasna- Paisaje Lunar

“Un camino repleto de historias que contar”

PR-TF-72 / Plaza de Vilaflor → Casa Galindo → Casa Marrubial → Paisaje Lunar → Los Llanitos → Plaza de Vilaflor

Dificultad: Media - Alta

La mayor dificultad radica en la longitud del tramo de ascenso, aunque, en general, es un itinerario cómodo y bien delimitado.

Descripción del recorrido:

El recorrido comienza en la plaza de Vilaflor. A partir de aquí, siguiendo la señalización, deberás abandonar el pueblo y alcanzar el cauce de un barranco que tendrás que cruzar para continuar hasta encontrar el desvío hacia el Camino del Atajo. Pronto pasarás cerca de una extensa finca aún en cultivo conocida como Casa Galindo. El sendero asciende por un camino con más de 500 años de antigüedad, dejando atrás varias pistas y bifurcaciones, hasta pasar junto a una antigua tanquilla de agua. Poco después de esta infraestructura, llegarás a un cruce de caminos, donde comenzará el descenso hacia el mirador de Paisaje Lunar, situado a unos 500 m. Desde allí deberás continuar por el camino marcado hasta confluir con el sendero por el que ascendiste, que te llevará de vuelta al pueblo de Vilaflor.

Punto de partida y llegada:

Plaza de Vilaflor

Municipio: Vilaflor-Granadilla

Transporte público: Sí

Líneas guagua (autobús): 342, 474 y 482

Radio Taxi Vilaflor: 00 34 922 709 047

Radio Taxi Granadilla: 00 34 922 397 074

Longitud: 13 Km

Duración aproximada: 7 h

Cotas:

Máxima: 1.950 m

Mínima: 1.420 m

Inicial: 1.420 m

Final: 1.420 m



¿Cuándo?

Los 365 días del año. Salvo en el caso de ocasionales nevadas de invierno que afecten a las rutas que transcurran por las cotas más altas o días concretos de mal tiempo, el senderismo es una actividad que puede practicarse en cualquier estación. En cualquier caso, consulta siempre la previsión meteorológica antes de afrontar una ruta.

¿Qué necesito?

El equipo para practicar el senderismo depende del recorrido y de las condiciones climatológicas pero, en general, siempre debemos llevar una serie de elementos básicos. En primer lugar, unas buenas botas de montaña, pantalones y camisa de manga larga (para protegernos de los rayos solares, de las plantas y de picaduras de insectos), ropa de abrigo y chubasquero (en algunas zonas el tiempo puede cambiar rápidamente), sombrero (para protegernos de los rayos del sol) y mochila. Para reponer fuerzas, lo mejor es que lleves bebida isotónica y algo de comida (los frutos secos son muy energéticos). Tampoco está de más que incorpores un teléfono móvil y un bastón de caminata de aluminio.

¿Hacen falta permisos?

Depende de la zona. Si el sendero transcurre por algún espacio protegido, puede que se exija un permiso. Pero no te preocupes, como es evidente que no tienes por qué saberlo todo, en las oficinas de información turística te indicarán en qué casos has de realizar la solicitud correspondiente: www.webtenerife.com/informacion-util/oficinas-de-informacion-turistica/

Estas no son, ni mucho menos, todas las posibilidades que ofrece la isla a los amantes de calzarse las botas de montaña.

Para conocer otras rutas, consulta la web:
www.webtenerife.com/que-hacer/naturaleza/senderismo

o pide el folleto de senderos en las oficinas de información turística



Consejos prácticos

El decálogo del senderista



1. Transita siempre acompañado y por los caminos señalizados y respeta el modo de vida, la intimidad y las propiedades de los habitantes del lugar.
2. Si evitas los ruidos, podrás descubrir mucha más vida a tu alrededor.
3. Llévate toda la basura, incluso la orgánica. Así contribuirás a mantener la belleza del paisaje y evitarás la proliferación de roedores. Ten especial cuidado con las colillas.
4. La recolección de plantas, animales u otros objetos del medio puede acarrear la pérdida de recursos insustituibles y sanciones económicas.
5. Los responsables de estos Espacios Naturales Protegidos te agradecerán que les adviertas de las incidencias que hayas podido observar.
6. Te recordamos que la naturaleza de la isla es tan peculiar como imprevisible. El disfrute de la misma se debe hacer de una manera responsable y prudente; ten especial cuidado en cualquier zona natural y no olvides que el riesgo de accidente siempre podría estar presente.
7. Respeta las señales.
8. Consulta la previsión meteorológica para asegurarte que es la adecuada: www.webtenerife.com/eltiempo.htm
9. Lleva ropa y calzado adecuado para senderismo y en la mochila no te olvides de poner teléfono móvil, protector solar, sombrero, abrigo, chubasquero, suficiente agua y comida.
10. Informa a tus familiares o amigos de la ruta que vas a realizar y ten en cuenta las horas de luz que necesitarás para completar tu recorrido.

Para ello puedes dirigirte a:
Área de Medio Ambiente del
Cabildo Insular de Tenerife
Tel. 00 34 922 239 090
Email: coordinacionmam@tenerife.es



¿Quién puede ayudarme?

Las siguientes empresas pueden orientarte y/u organizar tu ruta:

Adventoure

Tel. 00 34 686 474 604
adventouregroup@gmail.com
www.adventoure.com

Anaga Atrapiés

Tel. 00 34 676 526 605
info@anagaatrapies.com
www.anagaatrapies.com

Anaga Experience

Tel. 00 34 690 369 089
info@anagaexperience.com
www.anagaexperience.com

El Cardón Natureexperience

Tel. 00 34 922 127 938
info@elcardon.com
www.elcardon.com

Gaiatours Senderismo y Excursiones

Tel. 00 34 922 355 272
info@gaiatours.es
www.gaiatours.es

Canarias Nature Guides

Tel. 0034 626 40 48 99
info@canariasnatureguides.com
www.canariasnatureguides.com

Teno activo - Actividades en la Naturaleza

Tel. 00 34 618 000 972
info@tenoactivo.com
www.tenoactivo.com

Volcano Teide Experience

Tel. 00 34 922 010 440
info@volcanoteide.com
www.volcanoteide.com

Xwander Adventure Center Te- nerife

Tel. 00 34 518 88 02 32
info@xwander.com
www.xwander.com

Agencias de contratación:

CanariasViaja.com

Tel. 00 34 922 248 161
info@canariasviaja.com
www.canariasviaja.com

Avistamiento de Cetáceos

¿A qué estás esperando para hacerte amigo de los delfines y ballenas canarios? El canal que separa Tenerife de La Gomera está considerado como uno de los mejores lugares del mundo para la observación de cetáceos. Durante los 365 días del año podemos encontrar a escasa distancia de la costa hasta **21 especies diferentes**, entre los que destacan el calderón tropical, el delfín muñar, el moteado y el común, así como especies menos frecuentes en otras aguas como los zifios. En ocasiones podemos, incluso, avistar la gigantesca ballena azul o las temibles orcas.





¿Dónde?

Existen numerosas empresas que organizan excursiones para contemplar estos animales. Los barcos zarpan del Puerto de Los Cristianos, Los Gigantes y Puerto Colón.

¿Cuándo?

A los cetáceos también les encanta Tenerife y existen poblaciones residentes de delfín mular y de calderón tropical. Es decir, que son visibles durante todo el año. Podrás encontrarlos el 80% de los días, con un porcentaje de avistamientos cercano al 100%. Otras especies son más abundantes en función de la época del año, especialmente entre mayo y junio.

¿Qué necesito?

No podemos dejar en el hotel nuestra crema protectora, la gorra, los prismáticos y, si somos propensos al mareo, algún producto para combatirlo. Además, es conveniente que llevemos algo de abrigo porque en el mar y en movimiento la sensación térmica desciende.

¿Hacen falta permisos?

No, siempre y cuando realicemos nuestra excursión con una empresa que disponga de la bandera "Barco Azul". Un poco más adelante te contamos qué indica este distintivo.

Consejos prácticos

Contrata tu excursión únicamente con los barcos que cuentan con la distinta bandera amarilla que los certifica como "Barco Azul". Solo estos cumplen con la normativa exigible y aseguran que la actividad se desarrolle con las máximas garantías, tanto para el turista como para los animales.



¿Quién puede ayudarme?

La oferta de precios, horarios y duración de las excursiones es amplia. En muchas de ellas se ofrece la posibilidad de baño cerca de la costa y comida a bordo. Lo más recomendable es elegir bien en función del tiempo de que dispongamos. Debemos equiparnos adecuadamente y comprobar el tiempo previsto para la jornada.

Puerto Colón

Tenerife Dolphin Excursiones Marítimas

Tel. 00 34 922 750 085
info@tenerifedolphin.com
www.tenerifedolphin.com

Catamarán Bonadea II

Tel. 00 34 922 714 500
bonadea2@telefonica.net
www.bonadea2catamaran.com

Atlantic Eco Experience

Tel. 00 34 638 770 306
info@atlanticecoexperience.com
www.atlanticecoexperience.com

Big Smile Luxury Charters

Tel. 00 34 695 328 691
bigsmilecharters@gmail.com
bigsmilecharters.com/the-luxury-travel-guide/

Sea Passion

0034 686 47 65 34
tenerifecharterexcursion@gmail.com
www.seapassion.es

Roulette Charters

0034 670 96 02 61
roulettecharters@gmail.com
www.roulettecharters.com

Catamaranes Freebird

0034 922 71 68 64
webbookings@freebirdone.com
www.freebirdone.com

Ocean Blue Tenerife

0034 626 00 22 05
info@oceanbluetenerife.com
www.oceanbluetenerife.com

White Tenerife

0034 822 10 91 37
hola@tenerifeseacharter.com
www.whitetenerife.com

Puerto de los Cristianos

Mar de Ons

Tel. 00 34 922 751 576
info@mardeons-tenerife.com
www.mardeons-tenerife.com

Los Gigantes

Marítima Acantilados

Tel. 00 34 922 861 918
info@maritimAACANTILADOS.com
www.maritimAACANTILADOS.com

Fliper Uno

Tel. 00 34 607 169 886
jendub56@hotmail.com
www.fliperuno.com

Marina del Sur Las Galletas

Picarus Sailing Club

0034 630 32 62 46
infopicarussailingclub@gmail.com
www.picarussailingclub.com

Con la finalidad de garantizar las condiciones en las que se presta el servicio de avistamiento de cetáceos, las empresas que desarrollan esta actividad han suscrito una carta de calidad por la que se comprometen a observar unos estandares dirigidos a salvaguardar tanto a los usuarios como el respeto a las especies que han hecho de las aguas del sur de la Isla su hogar.



Más información sobre
la carta de calidad:



Normativa:

Las poblaciones de calderones y delfines mularos se encuentran protegidas por diversas leyes y normas de carácter nacional e internacional, por lo que hay que prestar un interés especial a todas las actividades humanas que puedan afectar a estos mamíferos marinos. La observación de cetáceos es una de ellas y debe realizarse en las condiciones adecuadas, compaginando el respeto a los animales con el disfrute de los visitantes.

Las embarcaciones que se dedican profesionalmente a esta actividad, se identifican con la bandera "barco azul". Significa que tienen personal a bordo que conoce el comportamiento de los animales que nos ayudará a interpretar su conducta.

Cuando nos encontramos en presencia de cetáceos hay que observar una serie de normas:

Obligatorio

- No acercarse a menos de 60m
- Tiempo máximo de observación: 30 minutos
- Navegar a velocidad reducida
- Evitar la concentración de barcos
- Abandonar la zona si se molesta a los animales

Prohibido

- Bañarse con los animales
- Alimentarlos
- Tocarlos
- Arrojar desperdicios al agua
- Molestarlos con ruidos

Observación de las estrellas

Consejos prácticos

El primer consejo es que te sitúes en un lugar alejado de toda fuente importante de luz. Eso incluye, por supuesto, evitar las ciudades pero también la luna, especialmente cuando está llena.

El ojo humano requiere un tiempo de adaptación a la oscuridad de entre 15 y 30 minutos. Un rayo luminoso intenso (los faros de un coche o una linterna) arruina esa adaptación y aunque la fuente luminosa ya se haya apagado tendremos que volver a esperar los 15 minutos. Por tanto, te recomendamos alejarte de las carreteras y poner una banda adhesiva roja sobre tu linterna, que no dará más que la cantidad de luz estrictamente necesaria para permitir la lectura de un mapa celeste, por ejemplo. Observar el cielo requiere espacio y por eso lo mejor es que elijas un lugar abierto que proporcione un campo de visión lo más amplio posible.

Algunos de los astrofísicos más importantes del mundo trabajan en Tenerife. El Instituto de Astrofísica de Canarias, está entre los más prestigiosos del planeta gracias a la calidad de los cielos y las instalaciones de Tenerife y La Palma. Aunque tú no pretendas obtener el Premio Nobel por descubrir una galaxia, siempre puedes animarte a practicar la observación nocturna de estrellas. Puedes hacerlo por tu cuenta o a través de alguna empresa

¿Dónde?

Los mejores puntos dentro del Parque Nacional del Teide son Montaña de Guajara o los alrededores del Parador de Turismo.

¿Cuándo?

Gracias a su clima privilegiado, la transparencia de su cielo y el elevado número de horas de observación útil, Tenerife es uno de los mejores enclaves del planeta para la observación del universo. Estos factores permiten que las estrellas puedan observarse de forma óptima prácticamente durante todo el año.



¿Qué necesito?

El equipo necesario para esta actividad puede ir desde unos **simples prismáticos** (ajustados a un trípode) a costosos y sofisticados **telescopios**. Los aficionados suelen llevar también, **linternas, mapas celestes y ordenadores portátiles**. Si no dispones de nada de eso, algunas empresas te lo facilitan. No está de más recordarte que por las noches, y especialmente en invierno, la temperatura en las zonas altas de la isla puede descender mucho, por lo que te recomendamos **ropa de abrigo** (el termómetro puede bajar de 0 grados), **un termo con bebida caliente y algo de comida**.

¿Hacen falta permisos?

Depende de la zona en la que quieras observar. Si se trata de un área protegida es posible que tengas que solicitarlo. Por eso, volvemos a recomendarte que contactes con empresas especializadas en esta actividad. A continuación te contamos qué indica este distintivo.

Empresas que realizan esta actividad:

Discover Experience

Tel. 00 34 683 529 350
info@discoverexperience.com
www.discoverexperience.com

Observación de las Estrellas

Tel. 00 34 922 236 299
astroexcusiones@yahoo.com
www.astroamigos.com

Volcano Teide Experience

0034 922 010 440
info@volcanoteide.com
www.volcanoteide.com

Star Excursions

0034 609 58 92 66
info@starexursions.com
www.starexursions.com

¿Quién puede ayudarme?

Síntetete como los protagonistas de la novela de Julio Verne y adéntrate en las profundidades del planeta. La Cueva del Viento, en Icod de los Vinos, es el túnel volcánico más largo de la Unión Europea gracias a sus 17 kilómetros de longitud. Lo creó el paso de un torrente de lava cuyas capas exteriores se enfriaron antes que las del interior. Fue hace 27.000 años durante la erupción del volcán Pico Viejo, situado a los pies del Teide. Un guía te muestra, en una caminata subterránea, lo que esconde esta cueva laberíntica de tres niveles diferentes llena de pasadizos.

Centro de Visitantes

Tel. 00 34 922 815 339

www.cuevadelviento.net

info@cuevadelviento.net

Horario: martes a sábado
de 9:00 a 16:00 h

Necesaria reserva previa

Se requiere calzado de senderismo,
preferentemente botas.

Dificultad:

media / Niños mayores de 5 años

Duración:

2h, incluido el trayecto en vehículo

Tenerife puede ofrecerte otras muchas experiencias subterráneas. Lo mejor es que contactes con alguna empresa especializada para que puedas asesorarte.

El Cardón Naturexperience

Tel. /Fax 00 34 922 127 938

www.elcardon.com

info@elcardon.co



Espeleología

Cueva del Viento

A photograph showing two cavers in a volcanic tunnel. They are wearing white helmets and safety gear. The tunnel walls are rough and dark, with a bright opening on the left. The cavers are looking towards the right. A large shadow of a person is cast on the wall to the right of the cavers.

Las entrañas de la isla son un verdadero espectáculo. Es una experiencia muy excitante recorrer tubos volcánicos por donde un día fluyó la lava procedente del centro de la Tierra.



Observación de aves



¿Qué necesito?

Puedes hacerlo con unos simples prismáticos o equiparte como todo un profesional. Si optas por lo segundo, lo más habitual es llevar **binoculares**, un **telescopio portátil** con **trípode** y una **libreta**. Si, además quieres sacar fotografías o registrar los cantos de las aves, puedes llevar una **cámara** y una **grabadora** con un **buen micrófono**.

¿Hacen falta permisos?

Sólo si vas a acceder a algún espacio protegido. Te aconsejamos que te asesores en una empresa especializada en esta actividad antes de practicarla. Te informarán sobre los mejores sitios donde avistar estos animales.

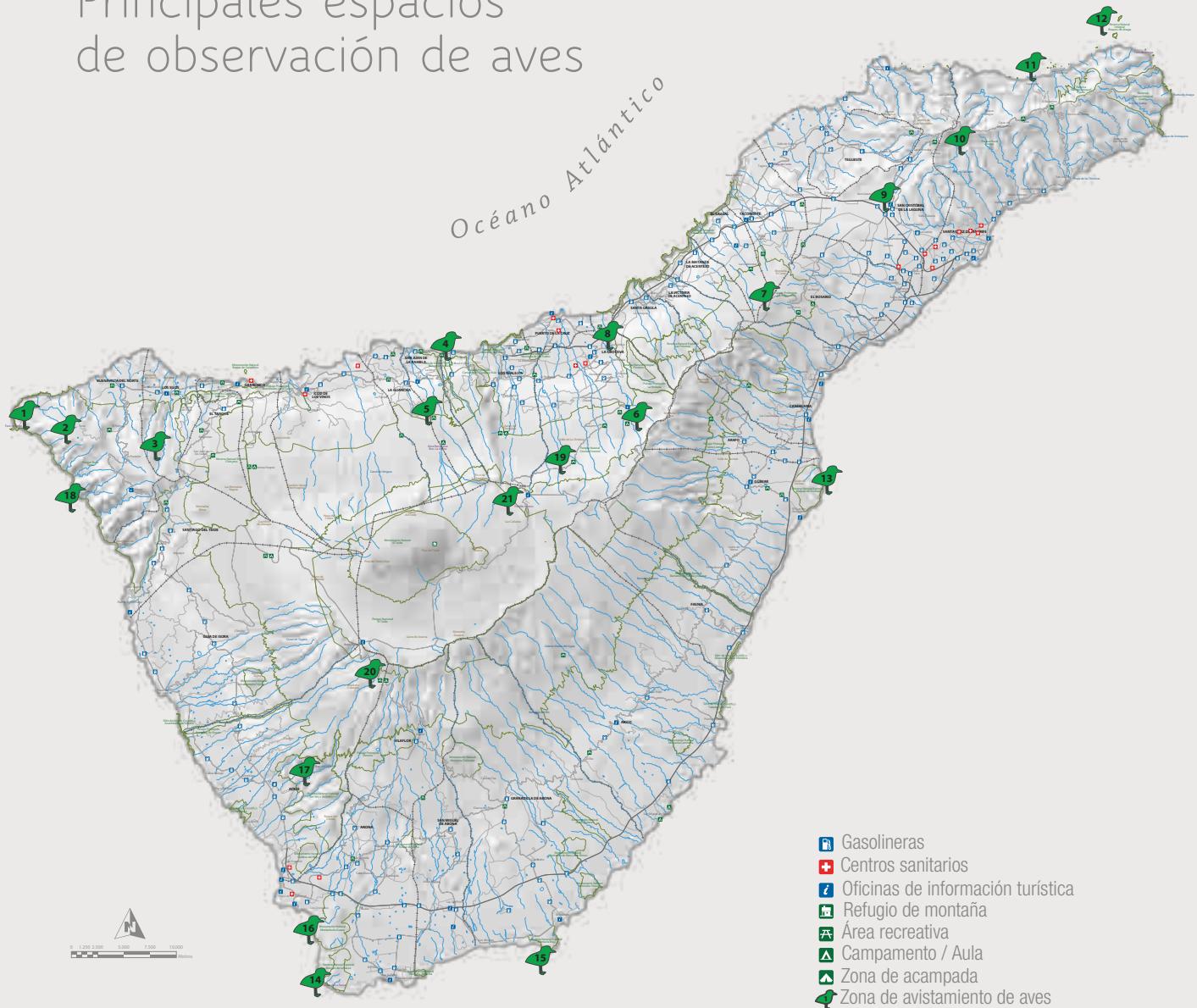
Empresas que realizan esta actividad:

El Cardón Naturexperience
Tel. y Fax 00 34 922 127 938
www.elcardon.com
info@elcardon.com

Teno Activo-Actividades en la Naturaleza
Tel. 00 34 618 000 972
www.tenoactivo.com
info@tenoactivo.com

Birding Canarias
0034 651 32 02 81
info@birdingcanarias.com
www.birdingcanarias.com

Principales espacios de observación de aves



1. Teno Bajo

Amplia plataforma costera al pie de los acantilados del Macizo de Teno. Poblada por cardones y tabaibales bien conservados. Es un excelente lugar para la observación de rapaces y aves marinas.

2. Teno Alto

Zonas de pastos de ganado cabrío intercaladas con brezales y zonas de cultivo de secano. Se pueden observar abundantes bandos de aves agrícolas.

3. Monte del Agua

Constituye una de las formaciones boscosas de monteverde mejor conservadas de la isla. Sus profundos barrancos albergan importantes poblaciones de palomas de laurisilva y rapaces forestales.

4. Sitio de Interés Científico de Barranco de Ruiz

Profundo barranco poblado de laurisilva y rapaces forestales. dragos, palmeras, sabinas y de gran cantidad de plantas endémicas de las islas. Excelente lugar para la observación de rapaces, palomas rabiche y pájaros del sotobosque.

5. Zona recreativa de El Lagar

Situada a los pies del Teide, se encuentra rodeada de un denso bosque de pinos canarios con un rico sotobosque de arbustos del monteverde. Se pueden observar con facilidad un importante número de aves forestales.

6. La Caldera de La Orotava

Zona recreativa desde donde parten diferentes itinerarios a pie. Poblada por un denso bosque de pinar húmedo al borde del monteverde. Interesante lugar para la observación de paseriformes forestales.

7. Paisaje Protegido de Las Lagunetas

En las cumbres de La Esperanza se localiza esta amplia formación boscosa, poblada en su mayoría por plantaciones de diversas especies de pinos y eucaliptos. Muy recomendado para la observación de aves forestales.

8. Villa de La Orotava

Uno de las ciudades más pintorescas de la isla. Los tejados de las antiguas casas que forman el casco histórico son el refugio de cientos de vencejos. En sus plazas y jardines además podemos observar varias especies de aves urbanas.

9. San Cristóbal de La Laguna, Ciudad Patrimonio de la Humanidad

El casco antiguo de San Cristóbal de La Laguna alberga algunas de las edificaciones más antiguas de Canarias. Sus parques y jardines son excelentes lugares para la observación de vencejos, tortolitas y gorriones entre otros.

10. Mirador Pico del Inglés

En las cumbres del macizo de Anaga y rodeado de un frondoso bosque de laurisilva, se encuentra el mirador de Pico del Inglés, desde donde se domina buena parte del Parque Rural de Anaga. Se pueden observar varias especies de rapaces, aves forestales y palomas de la laurisilva.

11. Taganana

En el interior del Parque Rural de Anaga, se localiza el caserío de Taganana, al pie de grandes paredes y bancales de cultivos de viña, verduras y frutales. Es un buen lugar para la observación de aves de zonas agrícolas y rapaces.

12. Reserva Natural Integral Roques de Anaga

Situados a escasos metros de la costa norte del macizo de Anaga, se encuentran poblados por dragos y arbustos leñosos. Su visita está prohibida por albergar importantes colonias de aves marinas, aunque se pueden observar con facilidad desde la costa tras realizar un recorrido a pie o navegando desde el puerto de Santa Cruz de Tenerife.

13. Reserva Natural Especial del Malpaís de Güímar

Formado por un amplio campo de coladas volcánicas rodeado de tierras de cultivo, urbanizaciones y zonas industriales, se encuentra poblado por un rico y variado cardonal tabaibal, que alberga varias especies de aves cantoras.

14. Reserva Natural Especial del Malpaís de Rasca

En el extremo sur de la isla se encuentran los restos de un antiguo volcán y sus coladas petrificadas en dirección al océano. Desde la franja costera se pueden observar diversas especies de aves marinas, limícolas y garzas.

15. Reserva Natural Especial de Montaña Roja

Zona costera al sur de la isla formada por playas de arena y bajíos, al pie de un imponente cono volcánico de lavas rojizas poblado de achaparradas tabaibas modeladas por los fuertes vientos dominantes. Excelente lugar para la observación de aves marinas y acuáticas migratorias.

16. Monumento Natural Montaña de Guaza

Montaña volcánica, ampliamente erosionada por el paso del tiempo, localizada al borde de la zona turística de Los Cristianos, se encuentra poblada por vegetación propia de ambientes desérticos, y da refugio a varias especies de aves esteparias, como el alcaraván, el alaudón real y el camachuelo trompetero.

17. Reserva Natural Especial Barranco del Infierno

Profundo barranco con abruptas paredes, enclavado en el macizo de Adeje. Su cauce posee un frondoso bosque de sauces canarios y desde sus paredes cuelgan caprichosos dragos y sabinas. Buen lugar para la observación de rapaces y aves de observación de rapaces y aves de montaña. www.barrancodelinfierno.es

18. Acantilado de Los Gigantes

En la costa oeste del macizo de Teno, se encuentra esta imponente pared de roca, fruto de la erosión de miles de años. Sus playas y barrancos albergan especies amenazadas como el guincho, el halcón tagarote y el cuervo.



19. Zona Recreativa de Ramón Caminero

En la cabecera del Valle de La Orotava y al borde de Las Cañadas del Teide, se localiza esta zona recreativa. Durante las primeras horas de la mañana y últimas de la tarde se puede observar algunas de las especies más singulares de nuestros bosques.



20. Zona Recreativa de Las Lajas

Al borde de la vertiente sur de Las Cañadas del Teide, se encuentra esta amplia zona recreativa, enclavada en un pinar claro y pobre en sotobosque. Sus viejos árboles dan cobijo a pinzones, gavilanes y picapinos.



21. El Portillo

En los límites del Parque Nacional del Teide se encuentra el Área de Servicios de El Portillo, rodeado de retamas, codesos y vegetación exclusiva de este lugar. Desde el Centro de Visitantes parten varios senderos que nos permitirán conocer la biodiversidad de la alta montaña canaria.



Alojarse en Tenerife

Tenerife Natural

5

A photograph of a couple sitting on a balcony. The man is on the left, wearing a light-colored shirt and jeans, with his arm around the woman. The woman is on the right, wearing a white dress, looking towards the camera with a smile. They are sitting on a dark wooden railing. In the background, there is a large window looking out onto a town with buildings, trees, and a palm tree. The overall atmosphere is romantic and scenic.

Casas y hoteles rurales



Tenerife cuenta con una de las plantas alojativas más completas del mundo. Algunos de sus hoteles se encuentran entre los mejores del planeta, otros son menos exclusivos pero aún así cuentan con comodidades extraordinarias y también existe una amplísima oferta de hoteles y apartamentos más modestos pero de gran calidad. Sin embargo, si eres de los que dan más importancia al número de estrellas que puedes ver en el cielo que a las que figuran a la entrada de tu hotel, también estás de enhorabuena. La isla cuenta con una gran variedad en alojamientos rurales, albergues y zonas de acampada.

Buscando lo auténtico

Con todas las comodidades de un gran hotel pero sin la masificación de los enclaves más turísticos, los alojamientos rurales han experimentado un gran auge en los últimos años. Muchos se encuentran en enclaves estratégicos desde donde afrontar una sabrosa ruta gastronómica, un apacible sendero o un paseo por edificios llenos de historia.



Casas y hoteles rurales

NORTE

Nombre	Categoría	Municipio	Teléfono	Web
Casa Rural Montiel	Casa Rural	Icod de Los Vinos	00 34 629 579 650	www.piedraredonda.com
Casa Rural Piedra Redonda	Casa Rural	Icod de Los Vinos	00 34 629 579 650	www.piedraredonda.com
Casonas de Marengo	Casa Rural	Icod de Los Vinos	00 34 607 891 978	www.casonasdemarengo.es
Hotel Emblemático San Marcos	Casa Rural	Icod de Los Vinos	00 34 922 816 509	www.sanmarcos-hotel.es
Casa Rural El Patio de Tita	Casa Rural	Los Realejos	00 34 669 028 677	www.fincaelpatio.com
Casa Rural Las Llanadas	Casa Rural	Los Realejos	00 34 650 862 691	www.rurallasllanadas.com
Hotel Rural Bentor	Casa Rural	Los Realejos	0034 922 35 34 58	www.hotelruralbentor.com
Hotel Rural Casablanca	Casa Rural	Los Realejos	0034 922 35 96 21	www.hotelruralcasablanca.es

SUR

Nombre	Categoría	Municipio	Teléfono	Web
Casa Rural Mamá Lola	Casa Rural	Arico	00 34 687 453 902	www.teneriferural.com
Casa Rural Las Pérez	Casa Rural	Granadilla de Abona	00 34 650 085 712	www.canarirural.com
Hotel Rural El Navío	Hotel Rural	Guía de Isora	00 34 922 865 680	www.elnavio.es
Hotel Rural Finca Salamanca	Hotel Rural	Güímar	00 34 922 514 530	www.hotel-fincasalamanca.com
Casa Rural Tamaide	Casa Rural	San Miguel	00 34 922 700 108	-

OTROS MUNICIPIOS

Nombre	Categoría	Municipio	Teléfono	Web
Albergue Bolico	Albergue	Buenavista del Norte	00 34 922 127 938	www.alberguebolico.com
Hotel Rural Ohana	Hotel Rural	El Rosario	00 34 922 306 886	www.hotelruralohana.com
Gara Hotel	Hotel Rural	Garachico	00 34 922 831 168	www.garahotel.com
Hotel Rural El Patio	Hotel Rural	Garachico	00 34 922 133 280	www.hotelpatio.com
Hotel Rural La Quinta Roja	Hotel Rural	Garachico	00 34 922 133 377	www.quintaroja.com
Casa Rural Finca El Picacho	Casa Rural	La Laguna	00 34 670 805 253	www.fincaelpicacho.com
Casa Rural San Miguel	Casa Rural	La Laguna	00 34 922 545 298	www.haciendasdelvalle.es
Hotel Rural Costa Salada	Hotel Rural	La Laguna	00 34 922 546 062	www.costasalada.com
Hotel Rural Victoria	Hotel Rural	La Orotava	00 34 922 331 683	www.hotelruralvictoria.com
Finca Casa Amarilla	Casa Rural	Los Silos	00 34 696 987 601	www.fincacasamarilla.com
Albergue Montes de Anaga	Albergue	Santa Cruz de Tenerife	00 34 922 823 225	www.alberguestenerife.net
Casa Rural Alenes de Mar	Casa Rural	San Juan de la Rambla	00 34 650 862 691	www.rurallasllanadas.com
Casa Rural El Aljibe	Casa Rural	Tacoronte	00 34 610 051 285	www.casaelaljibe.blogspot.com

Albergues



Si buscas un contacto aún más cercano con la naturaleza y no te importa compartir habitación con otros montañeros, tu elección está clara. Los albergues son una forma muy económica y cómoda de instalarse en medio de los principales parajes de la isla. Además, el intercambio de experiencias con otros excursionistas siempre supone un interesante plus a tus días de vacaciones. Y, ¡quién sabe!, incluso puede surgir algo más que una amistad...

Albergue Montes de Anaga

Zona: Parque Rural de Anaga

Reservas: IDECO, S.A.

www.alberguestenerife.net

info@idecogestion.net

albergueanaga@idecogestion.net

Horario: L-V de 08:00 a 15:00 h

Tel. 00 34 922 823 225

El Bailadero - Chamorga s/n. 38125

Santa Cruz de Tenerife



Albergue de Bólico

Zona: Parque Rural de Teno

Reservas: Albergue de Bólico

www.alberguebolico.com

info@alberguebolico.com

Horario: L-V de 08:00 a 15:00 h

Tel. 00 34 922 127 192



Refugio de Altavista

Zona: Parque Nacional del Teide

Reservas: solo se realizan por Internet

www.volcanoteide.com

Zonas de Acampada

Por último, tenemos la opción para los más intrépidos, para quienes el lujo es el contacto pleno con la naturaleza. Un saco de dormir y una tienda de campaña son suficientes para ti. La recompensa de que te despierte el canto de los pájaros te hace olvidarlo todo. Aunque si lo de dormir en el suelo no va contigo, también puedes decantarte por la caravana, una opción extendida en Canarias pese a que pudiera parecer lo contrario por las reducidas dimensiones del territorio.

Acampada en zona específica para su práctica

El periodo de estancia máxima es de 7 días. Estas zonas se encuentran generalmente junto a áreas recreativas, por lo que disponen de algunos servicios. Es necesario utilizar el sistema de reservas online disponible en la web.

Acampada en travesía

Si estás haciendo una ruta por senderos y necesitas montar tu tienda para dormir junto al camino, debes saber que el periodo máximo de permanencia en cada punto es de 24 horas. Para solicitarlo deberás llenar un formulario disponible en la dirección web anterior.



Zonas habilitadas para practicar la acampada

Arenas Negras (Garachico)
Las Hayas (Icod de los Vinos)
Chío (Guía de Isora)
Las Lajas (Vilaflor)
El Lagar (Icod de los Vinos)
Las Raíces (El Rosario)
Fuente del Llano (Arico)
Los Pedregales (Buenavista)
Fuente Pedro (San Juan de la Rambla)
San José de Los Llanos (El Tanque)
La Caldera (La Orotava)
Ramón El Caminero (La Orotava)
La Tahona (San Juan de la Rambla)

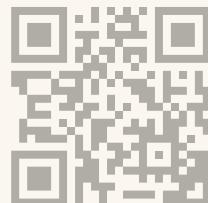
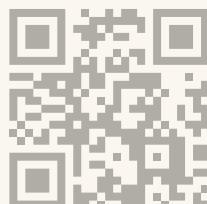
Para conocer las características de cada una, ponte en contacto con la Consejería de Medio Ambiente del Cabildo Insular:

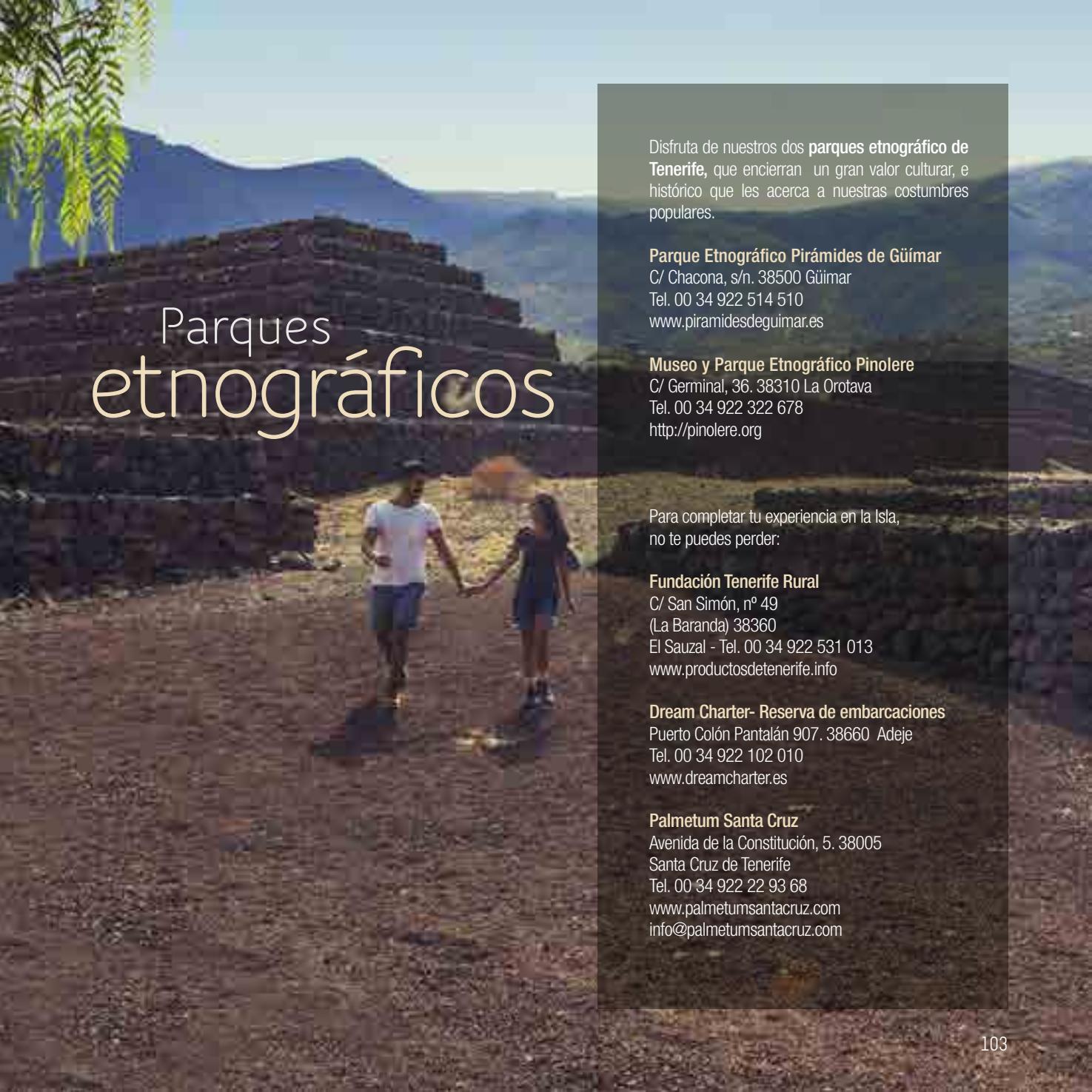
Medio Ambiente:

Pabellón Insular de Tenerife
"Santiago Martín"
C/ Mercedes, s/n. Los Majuelos
38108 - San Cristóbal de La Laguna
Tel. 00 34 922 239 199

En la web encontrarás también toda la información y los formularios para efectuar las reservas (obligatorios):

Sistema de reservas online
para acampadas:





Parques etnográficos

Disfruta de nuestros dos **parques etnográfico de Tenerife**, que encierran un gran valor cultural, e histórico que les acerca a nuestras costumbres populares.

Parque Etnográfico Pirámides de Güímar

C/ Chacona, s/n. 38500 Güímar

Tel. 00 34 922 514 510

www.piramidesdeguimara.es

Museo y Parque Etnográfico Pinolere

C/ Germinal, 36. 38310 La Orotava

Tel. 00 34 922 322 678

<http://pinolere.org>

Para completar tu experiencia en la Isla,
no te puedes perder:

Fundación Tenerife Rural

C/ San Simón, nº 49

(La Baranda) 38360

El Sauzal - Tel. 00 34 922 531 013

www.productosdetenerife.info

Dream Charter- Reserva de embarcaciones

Puerto Colón Pantalán 907. 38660 Adeje

Tel. 00 34 922 102 010

www.dreamcharter.es

Palmetum Santa Cruz

Avenida de la Constitución, 5. 38005

Santa Cruz de Tenerife

Tel. 00 34 922 22 93 68

www.palmetumsantacruz.com

info@palmetumsantacruz.com

Turismo accesible en la naturaleza

Tenerife Natural

6





Si tienes algún tipo de discapacidad o dificultades de movilidad no te preocupes, la isla también es para ti. Dispones de muchos recursos accesibles y de interés como alojamientos, transporte, ocio o venta y alquiler de productos de apoyo... Puedes consultar las posibilidades en www.tenerife-accesible.org. La web está gestionada por SINPROMI, la Sociedad Insular para la Promoción de las Personas con Discapacidad.

Sinpromi, S.I.

C/ Góngora, s/n.
38005 Santa Cruz de Tenerife
Tel. 00 34 922 249 199
Fax 00 34 922 244 658
www.sinpromi.es
sinpromi@tenerife.es





Datos prácticos

Tenerife Natural

Cualquier duda o pregunta, y toda la información sobre la Isla, la puedes encontrar en los siguientes canales que hemos puesto a disposición del turista.

Oficinas de Información Turística

Nombre	Dirección	Teléfono	E-mail
Centro de Visitantes Los Silos	Plaza de la Luz, 9. Los Silos	00 34 922 841 086	turismo@lossilos.es
Centro de Visitantes Parque Rural de Teno	Finca los Pedregales. El Palmar Buenavista del Norte	00 34 922 447 970	tenoparque@tenerife.es
Oficina de Arico	C/ Benítez de Lugo, 1 38580 Arico	00 34 922 768 242 ext 301	turismo@ayuntamientodearico.com
Oficina Arona Los Cristianos	Centro Cultural Los Cristianos Plza. del Pescador, 1	00 34 922 757 130	info-cristianos@arona.travel
Oficina Arona Playa de las Américas	Plza. del "City Center" Avda. Rafael Puig, 19 - Las Américas- Arona	00 34 922 797 668	info-americas@arona.travel
Oficina Arona Playa de las Galletas	Paseo Marítimo Dionisio González Delgado - Las Galletas- Arona	00 34 922 730 133	info-galletas@arona.travel
Oficina Arona Playa de las Vistas	Paseo Marítimo Playa de Las Vistas , s/n Los Cristianos - Arona	00 34 922 787 011	info-vistas@arona.travel
Oficina Buenavista del Norte	C/ Plaza de los Remedios, s/n. Casa Matula. 38480	00 34 922 128 080	turismo@buenavistadelnorte.com

Oficinas de Información Turística

Nombre	Dirección	Teléfono	E-mail
Oficina C.I.T. Icod de los Vinos	C/ San Sebastián, 6 Icod de los Vinos	00 34 922 812 123	citicod@hotmail.com
Oficina Aeropuerto Tenerife Norte	Aeropuerto Tenerife Norte Los Rodeos. Los Rodeos, s/n	00 34 922 255 433	tenerifenorte@cityexpert.es
Oficina Aeropuerto Tenerife Sur	Aeropuerto Tenerife Sur Reina Sofía Granadilla de Abona	00 34 922 392 037	tenerifesur@cityexpert.es
Oficina Candelaria	Avda. de la Constitución, s/n Candelaria	00 34 922 032 230	oit@candelaria.es
Oficina CIT Alameda Santa Cruz de Tenerife	Avda. Francisco la Roche, s/n.	00 34 922 010 444 ext.1401	livingsc@livingsantacruz.es
Oficina Costa Adeje Playa Fañabé	Avda. Litoral, s/n. Costa Adeje	00 34 922 716 539	turismo@adeje.es
Oficina Costa Adeje. Troya	Avda. Rafael Puig Lluvina, 1. Playa de Troya, Costa Adeje	00 34 922 750 633	turismo@adeje.es
Oficina del Cabildo Puerto de la Cruz	La Casa de la Aduana C/ Las Lonjas, s/n - Puerto de la Cruz	00 34 922 386 000	manuelp@tenerife.es
Oficina El Médano	Plaza. de los Príncipes de España Granadilla de Abona	00 34 922 176 002	turismo@granadilladeabona.org
Oficina Guía de Isora Casco	Avenida Isora, Guía de Isora	00 34 922 851 222	info.guiadeisora.org
Oficina La Laguna - Casa Alvarado-Bracamonte (Capitanes Generales)	C/ La Carrera, 7 Bajo. Casa Alvarado-Bracamonte. (Capitanes Generales). La Laguna	00 34 922 631 194	infoturismolaguna@aytolalaguna.es
Oficina La Laguna-Punta del Hidalgo	Ctra. Gral., rotonda San Mateo, s/n. Bajos Plza. García Ramos	00 34 922 157 832	oit.ptahidalgo@turismolalaguna.org
Oficina La Orotava	C/ Calvario, 4 Villa de La Orotava	00 34 922 323 041	turismo@villadelatortava.org

Nombre	Dirección	Teléfono	E-mail
Oficina Los Realejos	Plaza de la Unión, s/n. Los Realejos	00 34 922 346 181	info@losrealejos.travel
Oficina Playa Álcala	Paseo Las Jaquita, s/n Playa Álcala, Guía de Isora	00 34 922 865 151	info.alcala@guiadeisora.org
Oficina Playa de San Juan	Avda. Juan Carlos I, s/n Playa San Juan, Guía de Isora	00 34 922 138 987	info.playasanjuan@guiadeisora.org
Oficina Santiago del Teide Playa de La Arena	Avda. Marítima. CC. Seguro de Sol Local 34 Playa La Arena Puerto Santiago	00 34 922 860 348	turismo@santiagodelteide.es
Oficina Golf del Sur-San Miguel de Abona	Oficina de turismo "El Caracol" Avda. Galván Bello, s/n Golf del Sur San Miguel de Abona	00 34 922 738 664	turismosanmiguel@sanmigueldeabona.org
Oficina Santa Cruz de Tenerife Plaza España	Plaza de España s/n	00 34 922 892 903 00 34 922 533 275	tenerife@cityexpert.es
Oficina Tacoronte	Ctra. General Tacoronte- Tejina (La Estación) Tacoronte	00 34 922 570 015	turismo@aytotacoronte.org
Oficina Tegueste	Plaza de San Marcos, 20 Tegueste	00 34 922 316 102	turismo@tegueste.org
Oficina Vilaflor	Plza. Obispo Pérez Cáceres, 1	00 34 922 709 002 ext 23	senderismo@vilaflordechasna.es
Oficina La Laguna Intercambiador	Intercambiador TITSA Padre Anchieta, Avda. Ángel Guimerá Jorge San Cristóbal de la Laguna	-	infoturismolalaguna@aytolaguna.es
Oficina Costa Adeje Playa Fañabé	Avda. Litoral, s/n. Playa de Fañabé Costa Adeje	00 34 922 716 539	turismo@adeje.es
Oficina San Miguel (casco) "El Puente"	Ctra. a Los Abrigos, 16 San Miguel de Abona	00 34 922 167 791	turismosanmiguel@sanmigueldeabona.org
Oficina Playa de San Juan	Avda. Juan Carlos I, s/n Playa San Juan, Guía de Isora	00 34 922 138 987	info.playasanjuan@guiadeisora.org

Rent a car

Nombre	Teléfono	Tipo	Web
Autos Mertens	00 34 696 10 10 62	Coches	www.autosmertens.com
Autos Plaza	00 34 922 38 58 27	Coches	www.teneriferentacar.com
Auto Reisen	00 34 922 26 02 00	Coches	www.autoreisen.es
Autos Torat	00 34 670 82 77 61	Coches	www.autostorat.com
Canarias.com	00 34 922 79 29 19	Coches	www.canarias.com
Cicar	00 34 900 10 02 23	Coches	www.cicar.com
Flecha Car	0034 822 77 18 90	Coches	www.flechacar.com
Jocar	00 34 922 24 52 22	Coches	www.autosjocar.com
Oasis Rent a Car	00 34 922 79 34 54	Coches	www.oasisrentacar.com
Orcar Canarias	00 34 922 26 02 00	Coches	www.orcarcanarias.com
Rent a car Las Rosas	00 34 922 86 18 72	Coches	www.rentacarlasrosas.com
TopCar	0034 922 39 70 24	Coches	www.topcar.es
Volcanic Rent a Car	00 34 922 79 47 57	Coches	www.volcanicrentacar.com
Transfers Canarias.com	00 34 922 79 29 19	Coches con conductor	www.canarias.com
Comauto Rent a Car	00 34 922 10 80 50	Coches eléctricos	www.comautorentacar.com
Tamaran Routes	00 34 902 15 18 07	Jeep Safari. Vip Tour	www.tamaran.com
Cooltra Motos Canarias	00 34 610 14 18 90	Motos	www.cooltra.com
Más que motos	00 34 922 86 26 03	Motos	www.masquemotostenerife.com
Motostyle	00 34 922 37 11 31	Motos	www.losgigantesbikes.com

Teléfonos de interés

SEGURIDAD

Emergencias 112

Descárgate la aplicación móvil
Press 112



Policía Nacional 091

Policía Local 092

Guardia Civil 062

Guardia Civil de Tráfico 00 34 922 662 441

Protección Civil 00 34 922 606 060

SERVICIOS SANITARIOS

Clínicas Vida 00 34 922 38 23 17

Hospital Quirón Tenerife 00 34 922 270 700

Hospital Quirón Costa Adeje 00 34 922 752 626

Hospital Universitario de Canarias, en La Laguna 00 34 922 678 000

Hospital Nuestra Sra. de Candelaria, en Santa Cruz de Tenerife. 00 34 922 602 000

Hospiten Bellevue Puerto de la Cruz 00 34 922 383 551

Hospiten Sur, en Arona 00 34 922 750 022

Hospiten Rambla,
Santa Cruz de Tenerife
00 34 922 291 600

Hospiten Tamaragua,
Puerto de la Cruz.
00 34 922 380 512

AEROPUERTOS Y PUERTOS

Aeropuerto Tenerife
Sur Reina Sofía
00 34 922 759 000

Aeropuerto
Tenerife Norte
00 34 922 635 998

Puerto de Santa Cruz
de Tenerife
00 34 922 605 400

Puerto de Los Cristianos,
en Arona
00 34 922 790 827

ESTACIONES DE GUAGUA

TITSA (autobuses)
00 34 922 531 300

Santa Cruz de Tenerife
00 34 922 219 399

La Laguna
00 34 922 259 412

Playa de las Américas
00 34 922 795 427
www.titsa.com

Puerto de la Cruz
00 34 922 381 807

Los Cristianos
00 34 922 795 590

LÍNEAS AÉREAS REGIONALES

Binter Canarias
00 34 902 391 392
www.binternet.com

LÍNEAS MARÍTIMAS REGIONALES

Fred Olsen
00 34 902 100 107
www.fredolsen.es

Naviera Armas
00 34 902 456 500
www.navieraarmas.com

RADIO TAXI

Isla de Tenerife
00 34 922 621 313

Los Cristianos
00 34 922 795 459 /
00 34 922 747 511

Adeje
00 34 922 714 456

San Marcos
00 34 922 641 112

Ucánca
00 34 922 255 555

Eurotaxi (discapacitados)
00 34 656 280 929 /
00 34 659 431 238

Aeropuerto del Sur
00 34 922 759 193

Aeropuerto del Norte
00 34 922 635 114

OBJETOS PERDIDOS

Contacta con la policía local del
ayuntamiento correspondiente.

MÁS INFORMACIÓN

En el hotel

En tu hotel pide la agenda de even-
tos en recepción.

En el móvil

Descárgate la aplicación de Tenerife
en tu app Store para que puedas
acceder desde tu móvil a gran va-
riedad de material audiovisual: guía,
audioguías, etc

Más info en:

www.webtenerife.mobi

En la web:

www.webtenerife.com

¿Quieres información durante tu viaje?

Pregúntale a Goio!

Visita webtenerife.com/goio
y pregúntame lo que necesites
durante tu viaje



Tu compañero de viaje en Tenerife

webtenerife.com