



La capital de la isla, Santa Cruz de Tenerife, es el sitio idóneo para comenzar una ruta ciclista debido a su llaneo, lo que te permitirá tomar mayor velocidad y tener unas vistas estupendas de todo el litoral del municipio.

Lugar perfecto para tus compras, donde se combina lo más moderno con los rincones más antiguos, lleno de relatos y leyendas que contar al viajero. Además, si quieres disfrutar de un día de relax puedes hacerlo en la playa de arena rubia de Las Teresitas, el Parque Marítimo César Manrique o pasando por el entorno del Auditorio Adán Martín o el Parque García Sanabria.



Está localizado en el interior del macizo de Anaga, perteneciente al municipio de Santa Cruz de Tenerife. Esta zona se caracteriza por pendientes suaves y serpenteantes que poco a poco se vuelven más pronunciadas y exigentes, llegando a alcanzar en torno al 6% de inclinación. Contiene varios miradores desde el que podrás disfrutar de unas vistas maravillosas de la zona. Por su variedad paisajística, disfrutará por un lado de paisajes de pueblo de pescadores como es San Andrés, como de vegetación densa y boscosa como es el bosque de laurisilva tan característico del lugar.



El Pico del Inglés está situado en el municipio de Santa Cruz de Tenerife, concretamente en el Macizo de Anaga. A este mirador se llega por medio de pendientes ascendentes muy pronunciadas. Para llegar a él se debe subir por el Monte de las Mercedes que sale de la ciudad de La Laguna o por el Bailadero que sale de Santa Cruz. Este mirador te regala unas vistas panorámicas impresionantes de todo el norte y el centro de la isla desde los Roques de Anaga hasta Santa Cruz e incluso del Teide. Es uno de los miradores más visitados porque el entorno hace que sea una parada obligatoria. Una vez que hayas cogido fuerzas ya solo te queda el descenso por zonas de bosques de laurisilva.



Si te adentras en el bosque de laurisilva del Parque rural de Anaga encontrarás este mirador, construido en 1934 en el kilómetro 31, que te permitirá ver el paisaje de la vega lagunera y en particular de la ciudad de La Laguna, Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO. A lo lejos, en lo alto, podrás deleitarte con la silueta mayúscula de El Teide. Muy recomendable hacer esta parada, tanto por las vistas como por la inabildable belleza del entorno. Junto al mirador te encontrarás con un restaurante, centro de visitantes y mercadillo en el que puedes reponer fuerzas para seguir con la ruta planeada.



La zona antigua de la ciudad fue declarada Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO en 1999 como "ejemplo único de ciudad colonial no amurallada". Fue fundada en 1497 en torno a la Iglesia de La Concepción y cuenta con 627 edificios protegidos como monumentos históricos. Te recomendamos, si la ruta y el planning te lo permite, que te bajes de la bicicleta y visites el casco histórico de La Laguna, donde podrás disfrutar de la amabilidad de sus gentes, saborear la rica gastronomía local e impregnarte de los más de 500 años de historia que encierran sus calles.



Si quieres disfrutar de una experiencia única, pensada para aquellos ciclistas que quieren conocer lo más auténtico de la isla y fuera del ruido de las ciudades, sin duda Garachico es una parada obligatoria. Se encuentra al otro lado de la isla y sentirás que el tiempo se ha parado en la época colonial. Te recomendamos que pedalees por sus calles adoquinadas de toda la vida y te deleites con las innumerables casas señoriales de esta Villa. Desde ahí salen diversas rutas de ciclismo donde la dificultad la vas a tener que decidir tú ya que tienen exigencias para todos los gustos.



La Orotava es la ciudad señorial del norte de Tenerife que ha enamorado a viajeros y lugareños, donde vas a poder disfrutar de enormes casas canarias de dos y tres plantas donde toda su madera ha sido tallada a mano por grandes carpinteros. Cuando sigas subir al Teide por el vertiente norte te recomendamos que hagas una parada en La Orotava y la recorras sobre las dos ruedas para que puedas apreciarla y empaparte de nuestra tradición canaria. Una vez que te sigas del casco antiguo te vas a encontrar cultivos de papas, árboles frutales tropicales y bosques que bañan el Valle de la Orotava desde la costa hasta las faldas del Teide, dignos de admirar debido a las espectaculares vistas que ofrece.



Muy cerca de Santa Cruz de Tenerife se encuentra la Reserva de la Biosfera de Anaga, una formación boscosa similar a las selvas tropicales. Te sorprenderán sus pendientes y fuertes desniveles que hacen que el recorrido posea una alta dificultad, pero que hacen de esta Reserva uno de los sitios más peculiares de la isla. Es uno de los puntos calientes de la biodiversidad de nuestro planeta, un lugar único que no te puedes perder si amas la naturaleza.



El drago milenario de Icod está considerado como uno de los más antiguos del archipiélago, un testigo viviente de nuestra historia. Bajo sus ramas se encuentra el Parque del Drago, uno de los jardines botánicos de flora canaria más bellos de la isla. Si te gustan las plantas y la naturaleza no te puedes perder este lugar. Es el sitio idóneo para aparcar tu bicicleta y descansar disfrutando de esta belleza milenaria.

No muy lejos está el tubo volcánico de la Cueva del Viento, con kilómetros de galerías, que son las huellas subterráneas de los antiguos rios de lava que emanaron desde el Teide, simulando un viaje al interior de la tierra.



Si te gustan los retos extremos, el Parque Nacional del Teide es uno de los recorridos más arduos, pero a la vez de los más impresionantes. Se puede llegar por distintas vías tanto de la zona norte como de la zona sur: Las Lagunetas, La Orotava, Guía de Isora y Vilaflor, cada una de ellas con unas características particulares y con paisajes diferentes, desde vistas al mar, hasta zonas frondosas. No obstante, todas ellas coinciden en las pendientes serpenteantes y en la ausencia de zonas de descenso. Es por ello por lo que la dureza de esta ruta está en los kilómetros y la altitud, por lo que es todo un reto para el ciclista que visita Tenerife.



Hacer rutas en bicicleta en este lugar es una de las mejores formas de descubrir esta, ya que posee una gran variedad de recorridos, cada una de ellas con características particulares para todos los gustos y niveles. Su espectacular naturaleza, su buen clima y su extraordinario cielo cautivaron a los científicos y botánicos del continente y se convirtió en un destino clave para los viajes de salud. La ciudad se extiende en torno al pequeño puerto y se abre en amplias avenidas, paseos peatonales y coquetos espacios ajardinados. Puedes descubrirla haciendo un recorrido por su casco histórico protegido; en el verás cómo conviven, en perfecta armonía, las antiguas casonas de madera y teja con las nuevas edificaciones.



Granadilla se encuentra en el sur de la isla y es un municipio reconocido como Destino Turístico Starlight, y para llegar tendrás que ascender en una pendiente del 6% de inclinación desde San Isidro. Granadilla es una combinación entre lo nuevo y lo antiguo, donde puedes encontrar una amplia variedad de actividades en su costa, como Windsurf y Kitesurf, y lugares para relajarse y disfrutar, así como visitar sus maravillosas construcciones históricas. En este municipio está ubicado el Aeropuerto Reina Sofía (Tenerife Sur).



Punta del Hidalgo es uno de los lugares más visitados y característicos de la costa de San Cristóbal de La Laguna. Uno de los deportes característicos de la zona, aparte del surf, es el ciclismo. Este lugar puede ser el principio, nudo o desenlace de muchas rutas de la isla, contando con pendientes reducidas en su mayoría, sin obviar las costas acantiladas. Las piscinas naturales cuentan con la distinción de Bandera Azul, lo que garantiza un excelente estado de las aguas y calidad en los servicios, y acceso adaptado a personas con movilidad reducida.



Punta de Teno es el punto más noroccidental de Tenerife y forma parte del área protegida del Parque Rural de Teno, uno de los espacios naturales más importantes de la isla. El acceso en bicicleta a Punta de Teno es impresionante, en los que, tras unos kilómetros de subida, comenzarás a descender rápidamente hasta el faro. En su recorrido encontrarás un mirador que te permitirá deleitarte de unas vistas tanto al este como al oeste, lleno de plantaciones y hierbas aromáticas. Desde su faro se puede observar tanto la costa norte de Tenerife como los acantilados de Los Gigantes. Como dato de interés, es el lugar de la isla que cuenta con más horas de sol al año, lo que te permitirá aprovechar mejor el día.



Uno de los lugares más escondidos y bonitos de la isla es Masca, situado en el municipio de Buenavista del Norte. Su exigente puerto, con un promedio de 11,2% de inclinación y sus caminos serpenteantes a través de grandes paredes volcánicas, hace que Masca sea un gran reto. Eso sí, no dejes de ver sus vistas espectaculares y el caserio del lugar que hace que pienses en como en los tiempos pasados esos lugareños vivían en dicho lugar a través de grandes paredes volcánicas.



El pueblo de Santiago del Teide, en el kilómetro 22, permite a quien lo visite obsequiarse de unas vistas espectaculares a los barrancos de la vertiente oeste de la isla, llegando por una pendiente ascendente al mirador en la cumbre del municipio. Gracias a su clima estable durante todo el año, la belleza de sus paisajes y la agradable temperatura de sus aguas, Santiago del Teide invita a disfrutar de la naturaleza y del mar, creando un contraste entre la parte volcánica y la costa. Su icono principal es el Acantilado de los Gigantes, de 600 metros de altitud, y desde su puerto salen barcos que ofrecen actividades como avistamiento de cetáceos y actividades como kayak y stand up paddle.



Situado entre los municipios de Santiago del Teide, El Tanque y Garachico, la reserva natural especial del Chinyero cuenta con coladas recientes de lava que conforman una visión única del vulcanismo histórico de Canarias. Con unas excelentes vistas del Teide, este recorrido contiene pendientes no tan abruptas y en el que poder apreciar el paisaje volcánico. Allí se encuentra el imponente encuentra el imponente volcán Chinyero, de 1560 metros de altitud con respecto al nivel del mar.



Si te gusta caminar y visitar el Parque Nacional del Teide, te encantará deleitarte con algunas de las formaciones rocosas más vistosas del lugar: los Roques de García, siendo los más espectaculares el Roque Cinchado, La Catedral y La Cascada. Sin duda, una belleza de la naturaleza digna de ver.



Desde este mirador se puede apreciar el maravilloso paisaje volcánico donde destaca el pino canario y el mar de nubes. Podrás apreciar los contrastes de colores entre las coladas de lava, y el verde de las copas de los bosques de pinos. Sabemos que una vez que estés en la bicicleta es complicado que te bajes, pero si tienes tiempo te recomendamos que disfrutes de las vistas y si la parada la haces coincidir con las horas cerca del atardecer, mejor que mejor, ya que hará que el lugar se te quede en la retina. Está situado en Guía de Isora y está dentro del espacio natural protegido del Parque Nacional del Teide. Además, cuando el cielo está despejado, se pueden tener unas preciosas vistas de las islas de La Palma, La Gomera y El Hierro.



Vilaflor de Chasna es el municipio a mayor altura de la isla y está muy próximo al Teide, es por ello por lo que se trata, también, de una de sus vías de acceso. Para llegar a Vilaflor hace falta subir una pendiente entre el 6% y el 16% de inclinación desde el municipio de Granadilla. Este municipio tiene un alto valor paisajístico, así como la presencia de casas y calles adoquinadas que transmiten un ambiente sosegado y rural. En su economía destacan el cultivo de la papa, la vid y el almendro, favorecidos por la calidad de sus tierras y unas condiciones óptimas del agua para el baño.



El Médano está situado en el municipio de Granadilla de Abona y es una de las playas con más encanto del sur de Tenerife, tanto si eres un apasionado de los deportes acuáticos (Windsurf, Kitesurf, etc.) debido a su clima ventoso, como si quieres disfrutar de un fantástico día en familia. La playa cuenta con la distinción de Bandera Azul, lo que garantiza servicios de gran calidad y unas condiciones óptimas del agua para el baño.



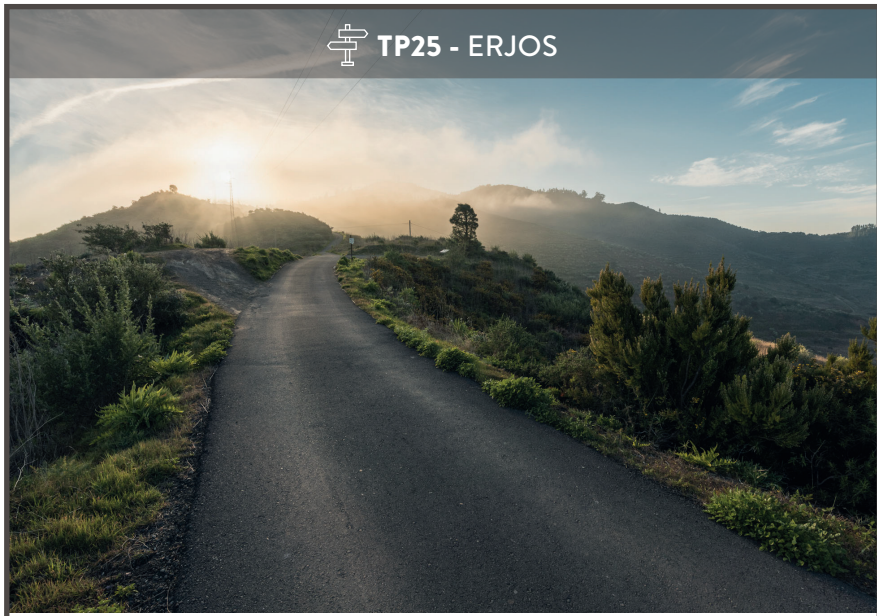
Las Raíces está situado en el municipio de El Rosario, en el monte de la Esperanza, y está considerado bien de interés cultural. Es el lugar ideal para iniciarse en el deporte de mountainbike, puesto que en gran parte de este monte hay poco desnivel, pero teniendo precaución con el terreno desigual. Este paraje contiene una zona recreativa y bosque de eucaliptos y pinos canarios. Aquí se puede pasar un día desconectando y en contacto con la naturaleza, hacer ejercicio, y disfrutar de las distintas pistas que esconde el lugar.



Las Lagunetas, perteneciente al municipio de Buenavista del Norte, esconde varias rutas de mountainbike, adentrándose en un Paisaje Protegido eminentemente boscoso en el que predominan las suaves laderas y los barrancos profundos, y al que puedes acceder desde el pueblo de La Esperanza o por Ravelo por vía asfaltada. La envolvente vegetación, compuesta en gran medida por pinar, juega un papel relevante en la conservación de los suelos. En el bosque de Aguagarcía se conserva una interesante muestra de la anciana laurisilva.



La subida de los Loros se encuentra en el municipio de Arafo, en el sur de la isla de Tenerife, y parte desde la Gasolinera de Arafo, dirección al Parque Nacional del Teide, a 18 kilómetros de distancia. Es una carretera en perfecto estado, ancha, donde el tráfico es escaso, aunque en algunos tramos tiene un pronunciado desnivel, con un promedio de 4,9% de inclinación y algunas zonas de descenso entre Izaña y El Portillo. No obstante, en la Subida de los Loros se puede apreciar una vista espectacular del valle de Güimar y su pasado volcánico.



Erjos se encuentra en el municipio de Los Silos, en el norte de la isla, siendo el núcleo de población más alto del municipio, concretamente llamado Puerto de Erjos, en el kilómetro 19. Al ser el punto más alto, una vez hayas llegado, una inclinación de 5,6%, en las que apenas hay unos metros de descenso, sus recorridos serpenteantes y las vistas al mar serán constantes, llegando a contrastar con un paisaje con mayor vegetación a medida que llegas a la cima.



Las Cruces es un núcleo de población del municipio de Garachico, al norte de la isla, aunque su área urbana es compartida también por el municipio de El Tanque. No obstante, este pueblo tan pequeño te sorprende con subidas de desgaste, con una inclinación de 5,6%, en las que apenas hay unos metros de descenso, sus recorridos serpenteantes y las vistas al mar serán constantes, llegando a contrastar con un paisaje con mayor vegetación a medida que llegas a la cima.



El Palmar es un caserio situado a unos ocho kilómetros del casco del municipio de Buenavista del Norte, entre 300 y 500 metros de altitud y al que se llega por medio de una pendiente ascendente desde el mismo municipio. Si te adentras en El Palmar, mientras pedaleas podrás apreciar el alto valor paisajístico y etnográfico del lugar. Sus 800 habitantes conviven en un paisaje salpicado de casas tradicionales y banceales de piedra.



Se encuentra en los altos del municipio de La Orotava, después de haber pasado el bario de Agumansa y es una de las áreas recreativas con más afluencia de visitantes durante todo el año. Se caracteriza por ser una zona de salida y llegada de las rutas de mountainbike, y en donde podrás hacer una parada para descansar y disfrutar de los múltiples servicios que se ofrecen.



Buenavista del Norte es un municipio que se encuentra en el noroeste de la isla de Tenerife y se caracteriza por tener tramos en suave descenso, idóneo para descansar un poco del pedaleo en pendiente. Te recomendamos una parada en la plaza del pueblo para que cojas energía y sigas la ruta que hayas elegido para ese día, el desafío de Masca o por las vistas de Teno y sus Acantilados de los Gigantes.



El mirador de Boca Tauce está situado en los cruces de las carreteras TF-21 y TF-38, dentro del Parque Nacional del Teide. Desde esta singular atalaya se puede contemplar el conjunto Teide - Pico Viejo, estratovolcán que alcanza en su parte más alta, su cono terminal, una altitud de 3.718 m. Las coladas de lava se deslizan por las laderas de este espectacular volcán adquiriendo una gran variedad de tonalidades, que dependen de la antigüedad de las emisiones lávicas. Las más viejas presentan un color oscuro, que cambiarán con el paso del tiempo hasta alcanzar tonos más rojizos debido a la oxidación de sus materiales.

despierta emociones
tenerife

TENERIFE
DESTINO
CYCLING FRIENDLY
TODO LO QUE NECESITAS PARA TUS VACACIONES CICLISTAS

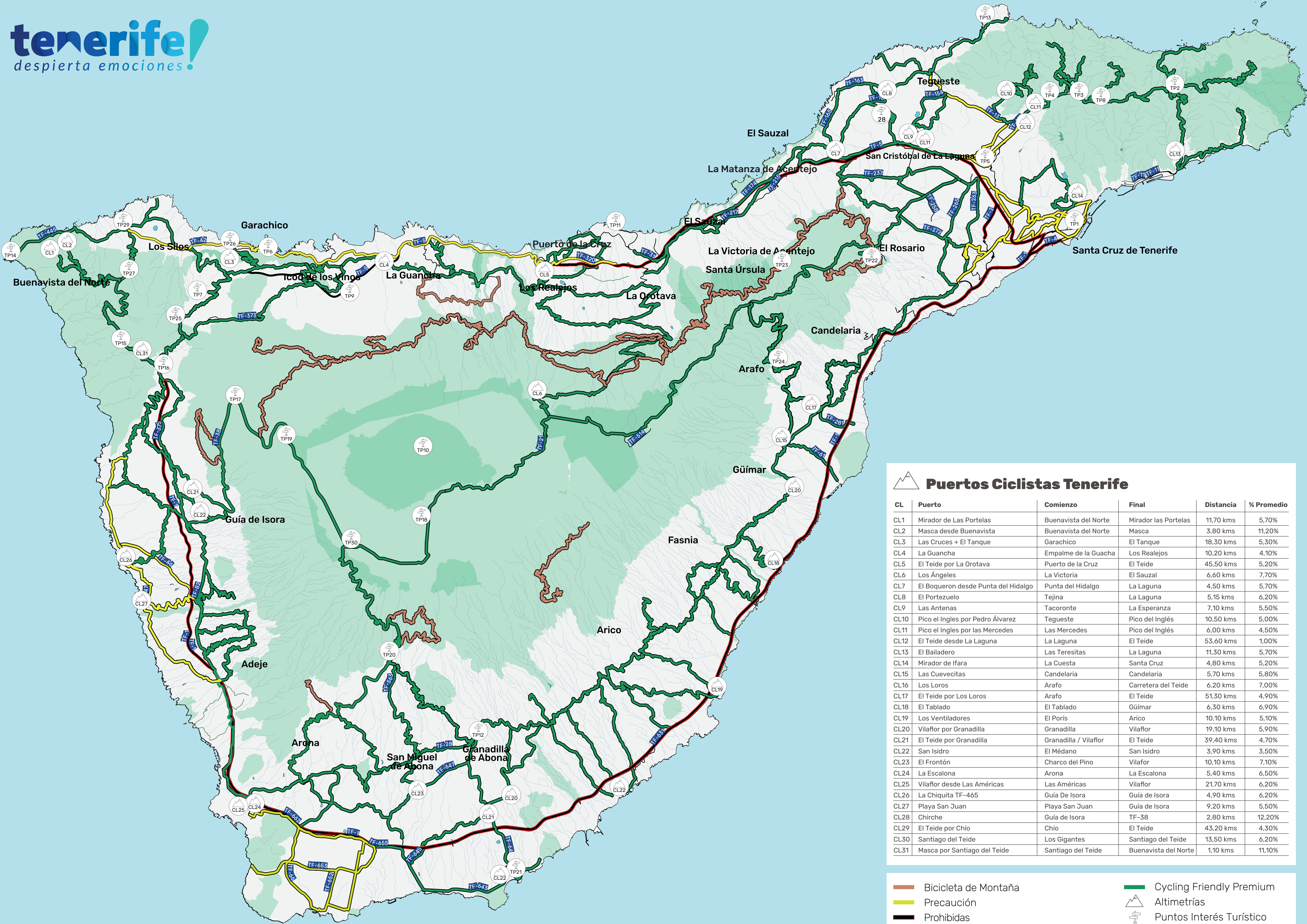
MAPA

CYCLING
FRIENDLY

TODO LO QUE NECESITAS PARA
TUS VACACIONES CICLISTAS



CYCLING-FRIENDLY.COM
Twitter Facebook Instagram YouTube
Todos los derechos reservados ©



Puertos Ciclistas Tenerife					
CL	Puerto	Comienzo	Final	Distancia	% Promedio
CL1	Mirador de Las Portelas	Buenavista del Norte	Mirador las Portelas	11,70 kms	5,70%
CL2	Masca desde Buenavista	Buenavista del Norte	Masca	3,80 kms	11,20%
CL3	Las Cruces + El Tanque	Garachico	El Tanque	18,30 kms	5,30%
CL4	La Guancha	Empalme de la Guacha	Los Realejos	10,20 kms	4,10%
CL5	El Teide por La Orotava	Puerto de la Cruz	El Teide	45,50 kms	5,20%
CL6	Los Ángeles	La Victoria	El Sauzal	6,60 kms	7,70%
CL7	El Boqueron desde Punta del Hidalgo	Punta del Hidalgo	La Laguna	4,50 kms	5,70%
CL8	El Portezuelo	Tejina	La Laguna	5,15 kms	6,20%
CL9	Las Antenas	Tacoronte	La Esperanza	7,10 kms	5,50%
CL10	Pico el Ingles por Pedro Álvarez	Tegueste	Pico del Inglés	10,50 kms	5,00%
CL11	Pico el Ingles por las Mercedes	Las Mercedes	Pico del Inglés	6,00 kms	4,50%
CL12	El Teide desde La Laguna	La Laguna	El Teide	53,60 kms	1,00%
CL13	El Bailadero	Las Teresitas	La Laguna	11,30 kms	5,70%
CL14	Mirador de Ifara	La Cuesta	Santa Cruz	4,80 kms	5,20%
CL15	Las Cuevecitas	Candelaria	Candelaria	5,70 kms	5,80%
CL16	Los Loros	Arafo	Carretera del Teide	6,20 kms	7,00%
CL17	El Teide por Los Loros	Arafo	El Teide	51,30 kms	4,90%
CL18	El Tablado	El Tablado	Güímar	6,30 kms	6,90%
CL19	Los Ventiladores	El Porís	Arico	10,10 kms	5,10%
CL20	Vilaflor por Granadilla	Granadilla	Vilaflor	19,10 kms	5,90%
CL21	El Teide por Granadilla	Granadilla / Vilaflor	El Teide	39,40 kms	4,70%
CL22	San Isidro	El Médano	San Isidro	3,90 kms	3,50%
CL23	El Frontón	Charco del Pino	Vilaflor	10,10 kms	7,10%
CL24	La Escalona	Arona	La Escalona	5,40 kms	6,50%
CL25	Vilaflor desde Las Américas	Las Américas	Vilaflor	21,70 kms	6,20%
CL26	La Chiquita TF-465	Guía De Isora	Guía de Isora	4,90 kms	6,20%
CL27	Playa San Juan	Playa San Juan	Guía de Isora	9,20 kms	5,50%
CL28	Chirche	Guía de Isora	TF-38	2,80 kms	12,20%
CL29	El Teide por Chío	Chío	El Teide	43,20 kms	4,30%
CL30	Santiago del Teide	Los Gigantes	Santiago del Teide	13,50 kms	6,20%
CL31	Masca por Santiago del Teide	Santiago del Teide	Buenavista del Norte	1,10 kms	11,10%

Bicicleta de Montaña

Precaución

Prohibidas

Cycling Friendly Premium

Altimetrías

Puntos Interés Turístico