

La Palma aktiv

Beeindruckende Wander- und Radtouren auf „La Isla Bonita“

München, 23. Mai 2019. La Palma gilt als die grünste Insel der Kanaren und bietet Naturliebhabern eine sehr vielseitige Landschaft, von grünen Loorbeerwäldern über karges Vulkanland bis hin zu steilen Felsküsten und hohen Bergen. Durch das ganzjährig milde Klima und ein gut ausgebautes Wanderwegenetz finden Aktiv-Urlauber hier ideale Bedingungen, ob zu Fuß oder per Fahrrad. Hier einige der schönsten Wander- und Radwege:

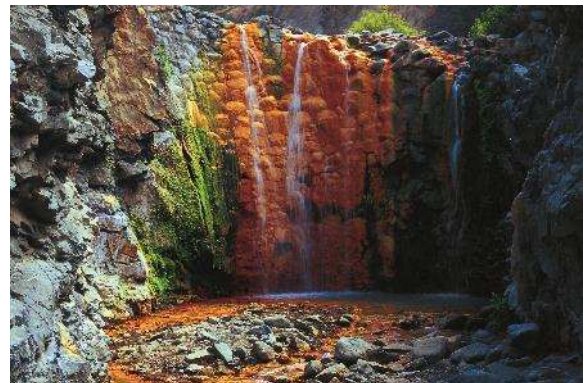
Nationalpark Caldera de Taburiente



Der Nationalpark **Caldera de Taburiente** liegt im nördlichen Zentrum der Insel und bildet mit dem halbkreisförmigen Erosionskrater das Herzstück La Palmas. Der Kraterkessel misst rund acht Kilometer im Durchmesser und ist bis zu 2.000 Meter tief. Am Kraterrand ragen die höchsten Gipfel der Insel auf, wie der *Roque de los Muchachos* mit 2.426 Metern Höhe. Einen guten Zugang in die Caldera bietet der Aussichtspunkt **Mirador de Los Brecitos**. Wer mag, kann auf markierten Wegen etwas in den Krater

hinabsteigen oder am oberen Rand der Caldera entlangwandern. Dafür empfiehlt sich die [Ruta de la Crestería](#). Sie verläuft entlang der Gipfel und bietet atemberaubende Ausblicke auf beide Seiten. Die Tour beginnt am *Roque de los Muchachos* und endet am Erholungsgebiet *Refugio del Pilar* in *El Paso*.

Die Strecke von *Los Brecitos* führt ebenfalls durch die *Caldera de Taburiente*. Diese rund 15 Kilometer lange Tagestour ist ein Erlebnis und wird mit spektakulären Ausblicken belohnt. Wanderer passieren Wasserläufe, die erstaunliche Farbspiele aufweisen. Von *Brecitos* lässt es sich wunderbar zum Campingplatz des Nationalparks *der Caldera de Taburiente* wandern sowie durch den *Barranco de las Angustias*, zu Deutsch „Schlucht der Ängste“. Der Pfad verläuft durch eine Schlucht mit himmelshohen Felswänden. Das Flussbett ist mal weit und offen, mal nur wenige Meter breit. Einige Engstellen und Felsstufen müssen überklettert werden. Ziel dieser Tour ist der orangefarbige Wasserfall *Cascada de Los Colores*.



Vulkanroute Cumbre Vieja



Die Vulkanroute auf La Palma gehört zur Paradetour der Insel und ist tagsüber sowie nachts ein Erlebnis. Am Tag erleben Wanderer beeindruckende Farben und Formen der Krater und Vulkane und in der Nacht ihre eindrucksvollen Silhouetten, umrahmt vom glitzernden Sternenhimmel. Bei der [Ruta de los Volcanes](#) handelt es sich um einen Höhenweg, der über den Kamm der *Cumbre Vieja* führt. Bei gutem Wetter reicht die Sicht bis zu den Nachbarinseln La Gomera, El Hierro und Teneriffa. Die [Cumbre Vieja](#) gehört neben der *Caldera de Taburiente* zu den

beliebtesten Wandertouren auf La Palma. Beide sind anspruchsvoll und verlangen eine gute Kondition. Für weniger Ausdauernde gibt es leichtere Varianten.

Rundwanderung Cubo de Galga

Bei einer Rundtour durch den Loorbeerwald [Cubo de la Galga](#) wandern Naturliebhaber in eine von Nebelurwäldern geprägte Schlucht und bekommen dabei das Gefühl, einen Dschungel zu durchqueren. Auf schmalen Pfaden geht es vorbei an Kletterpflanzen, Lianen und Riesenfarnen. Diese Wanderung gilt als einer der eindrucksvollsten der Insel und ist auch für Kinder und ältere Menschen geeignet.



Eine **Wanderkarte** zum Download vom Fremdenverkehrsamt La Palma gibt es unter www.visitlapalma.es/wp-content/uploads/2017/11/Red-de-Senderos-12.pdf

La Palma mit dem Mountainbike entdecken



Mit 400 Kilometern geteilter Straße und abgelegenen Bergpisten eignet sich La Palma auch ideal für Radtouren. Eine der beliebtesten Strecken ist die von *Fuencaliente* nach *San Nicolás*. Die meiste Zeit geht es bergab und die Ausblicke auf den Atlantik sind einzigartig. Für Konditionsstarke bieten die Berge größere Herausforderungen. Eine Traumtour ist mitunter die Strecke, die von *Santa Cruz de la Palma* über die LP-4 zum *Roque de los Muchachos* führt und dabei fast 2.500 Höhenmeter

überwindet. Weniger anstrengend, aber landschaftlich sehr sehenswert, ist die einsame Nordroute von *Barlovento* nach *Santo Domingo*, die Wälder und imposante Schluchten passiert. Kleinbusse oder Taxis bringen Fahrer auf Wunsch zu einem hochgelegenen Ausgangspunkt einer Tour. Diverse Anbieter wie Bike'n'fun, Magic Bike La Palma oder Bike Station La Palma organisieren auch geführte Touren und vermieten Räder. Weitere Informationen unter www.bikenfun.de, www.magic-bike-lapalma.com oder www.bike-station.de.

Passendes Bildmaterial steht unter dem folgenden Link zur Verfügung, © Bildrechte Saúl Santos, JJ. Santos bzw. Eisenschink.

<https://drive.google.com/drive/folders/1wZQFxcuyfgknvptXbbUoqRz81FYhP9pg?usp=sharing>

Über La Palma

„La Isla Bonita“ gilt als eine der authentischsten und grünsten Inseln der Kanaren. Ganzjährig mildes Klima, grüne Lorbeerwälder im Norden, raues Vulkanland im Süden, der größte Senkkraater der Welt und schwarze Sandstrände machen La Palma vor allem bei Erholungssuchenden und Outdoor-Fans zu einem beliebten Reiseziel. Insbesondere Wanderer finden abwechslungsreiche sportliche Herausforderungen und können zum Beispiel Gipfel wie den Roque de los Muchachos auf 2.426 Metern erklimmen. Traditionelles Kunsthandwerk, ein breit gefächertes kulturelles Veranstaltungsangebot und kulinarische Highlights runden das Portfolio ab. Astronomen und Hobby-Sterngucker sind vor allem vom Nachthimmel der Insel beeindruckt, der auf Grund der geringen Lichtverschmutzung von der UNESCO als *Starlight Reservat* anerkannt wurde. Auch den landschaftlichen Reiz La Palmas hat die UNESCO ausgezeichnet und sie zum Biosphärenreservat erklärt. Weitere Informationen zu La Palma unter www.visitlapalma.es/de sowie auf www.facebook.com/visitlapalmakanaren, www.instagram.com/visitlapalmacanarias/ und twitter.com/Visitlapalma_de.

Kontakt Presse- und Öffentlichkeitsarbeit:

Lieb Management & Beteiligungs GmbH
Bavariaring 38
80336 München
www.lieb-management.de



Jenny Türnau
Telefon: +49 89 45 21 86-19
Fax: +49 89 45 21 86 -20
E-Mail: jenny@lieb-management.de

Kontakt Marketing:

Franziska Meier
Telefon: +49 89 689 06 38-24
Fax: +49 89 689 06 38-39
E-Mail: franziska@lieb-management.de