

LA PALMA

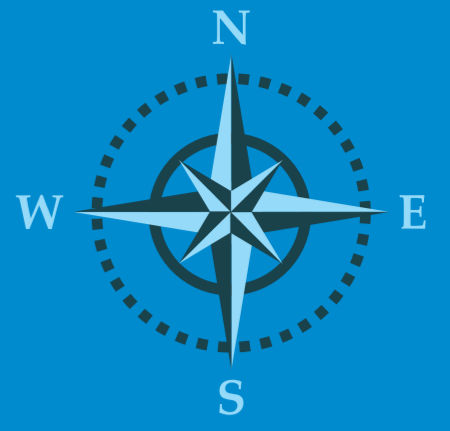
RED DE SENDEROS

RED DE SENDEROS

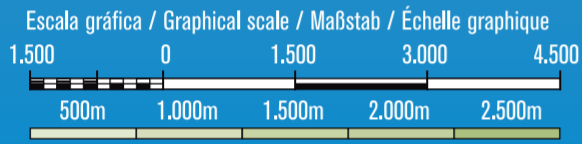
HIKING PATHS

DIE WANDERWEGE DER INSEL

SENTIERS DE RANDONNÉE PÉDESTRE



- Carretera principal
Main road
Hauptstraße
Route principale
- Carretera secundaria
Secondary road
Nebenstraße
Route secondaire
- Casco Urbano
Town, village
Ortschaft
Centre-Ville
- ▲ Montaña
Mountain
Berg
Montagne
- Centro de visitantes
Visitor Center
Besucherzentrum
Centre de visiteurs
- ▲ Volcán
Volcano
Vulkan
Volcan
- i Información turística
Tourist information
Touristeninformation
Information Touristique
- i Información medioambiental
Environmental information
Umwelthinformation
Information environnemental
- A Área recreativa
Leisure area
Rastplatz
Aire de Loisirs
- ▲ Zona de acampada
Camping site
Campingplatz
Camping
- i Refugio
Refuge
Schutzhütte
Réfuge
- i Faro
Lighthouse
Leuchtturm
Phare
- A Puerto
Harbour
Hafen
Port
- A Playa
Beach
Badestrand
Plage
- i Mirador
Viewpoint
Aussichtspunkt
Belvédère
- A Aeropuerto
Airport
Flughafen
Aéroport
- B Sendero compartido
Walking and cycling route
Bike-und Wandertour
Sentier partagé VTT
- H Hospital
Hospital
Krankenhaus
Hôpital
- 112 Emergencias
Emergencies
Emergency Notrufnummer
Urgences



Senderos Gran Recorrido GR

Long-distance hiking paths

Große Routen

Sentier de Grande Randonnée

GR 130: Camino Real de la Costa y Medianías
GR 131: El Bastón

Senderos Pequeño Recorrido PR

Short-distance hiking paths

Kleine Routen

Sentier de Promenade et Randonnée

- PR LP 1: Santa Cruz de La Palma-Puerto de Tazacorte
- PR LP 2: Camino del Lomo del Lance: La Tabladita (GR 131)-Santa Cruz de La Palma
- PR LP 2.1: Camino de El Corchete: Pico de Las Uvejas (GR 131)-La Crucillada (PR LP 1)
- PR LP 2.2: Ruta de los Molinos: Santa Cruz de La Palma
- PR LP 2.3: Barranco de La Madera: Santuario de Nuestra Señora de las Nieves
- PR LP 3: Pico de La Nieve (GR 131)-Santa Cruz de La Palma
- PR LP 3.1: Montaña de Tagoja (PR LP 3)-Mirca (GR 130)
- PR LP 3.2: Fuente de Olén (PR LP 3)-Casa del Monte (PR LP 6)
- PR LP 4: Carretera Pico de la Nieve (PR LP 3) - San Juan de Puntallana
- PR LP 4.1: PRLP4-Tenagua
- PR LP 5: Fuente Vizcaina-La Galga
- PR LP 5.1: Cubo de La Galga - La Galga (GR 130)
- PR LP 6: Sendero Marcos y Cordero: Los Sauces - Centro de Visitantes de la Reserva de la Biosfera
- PR LP 7: Pico de la Cruz-Los Sauces
- PR LP 7.1: Las Cabezas-Laguna de Barlovento-Centro de Visitantes de la Reserva de la Biosfera
- PR LP 8: Pico de la Cruz-Barlovento
- PR LP 9: Roque de los Muchachos-Santo Domingo de Garafía
- PR LP 9.1: Roque del Faro-El Tablado-Roque del Faro
- PR LP 9.2: La Caldera del Agua: La Zarza-Don Pedro-La Zarza
- PR LP 10: La Traviesa: La Mata-Mirador de Hoya Grande o Torre del Time
- PR LP 11: Roque de los Muchachos-Puntagorda
- PR LP 12: Roque de los Muchachos-Tijarafe
- PR LP 12.1: Lomo de las Piedras Altas (PR LP 12)-Tinizara
- PR LP 12.2: Tijarafe-Playa del Jurado-Tijarafe
- PR LP 13: Los Llanos de Aridane-Zona de acampada de Taburiente-Los Llanos de Aridane
- PR LP 13.3: Centro de Visitantes-Pico Bejenado-Centro de Visitantes del Parque Nacional de La Caldera de Taburiente
- PR LP 14: Refugio de El Pilar-El Paso
- PR LP 14.1: Lavas de San Juan: San Nicolás-Lavas de San Juan-San Nicolás
- PR LP 15: Tigalate-Jedey
- PR LP 16: Refugio de El Pilar-Playa del Hoyo
- PR LP 16.1: PR LP 16-La Salemera
- PR LP 17: Camino de la Faya: Refugio de El Pilar-Playa del Hoyo
- PR LP 18: Refugio de El Pilar-Los Guinchos-Santa Cruz de La Palma
- PR LP 18.1: Los Cancajos-Cruz de La Pavona (PR LP 18)
- PR LP 18.2: La Calafata-Pista de El Carbonero (PR LP 18)
- PR LP 19: Las Fuentes de Las Breñas: San Pedro-La Calafata
- PR LP 20: La Traviesa del Norte: Briesta-Barlovento

Senderos Locales SL

Local paths

Lokale Wege

Sentier Local

- SL SC 14: Llano de Las Vacas - PR LP 4
- SL PL 20: PR LP 3.1 - PR LP 4
- SL BL 40: Barlovento - Barlovento
- SL BL 41: Barlovento - Piscinas de La Fajana
- SL VG 51: El Bailadero - Santo Domingo de Garafía
- SL VG 55: Las Tricias - La Traviesa
- SL TJ 70: Montaña Bermeja - PR LP 10
- SL TJ 71: Las Pareditas - Fuente del Toro
- SL EP 100: Tacande - Pista de Piedras Blancas
- SL EP 101: Tacande - Llanos del Jabale
- SL EP 103: Llanos del Jabale - Lavas de San Juan
- SL EP 104: Mirador de Los Llanos del Jabale - Pista de la Barquita
- SL EP 105: Lavas de San Juan - Pista de la Barquita
- SL EP 107: San Nicolás - Hoyo de la Sima
- SL FU 110: Montaña de los Faros - Pista general del Este
- SL FU 111: Pie del Volcán Martín - Fuente de El Tión
- SL FU 112: Los Quemados - El Puertito
- SL VM 122: Camino de La Ratona - Camino de La Faya
- SL VM 123: SL VM 126 - PR LP 16
- SL VM 124: Camino de La Faya - PR LP 16
- SL VM 125: Llanos de Las Moscas - Lomo del Volcán de Hoyo Negro
- SL VM 126: Cruz del Monte - Camino de La Faya
- SL BB 131: Camino de La Ratona - Camino de La Faya
- SL BB 132: A. R. La Pared Vieja - Camino de La Faya

Las caminatas top de La Palma

Top walks on La Palma

Top Wanderungen auf La Palma

Le top 10 des randonnées à La Palma

- PR LP 5.1: Cubo de La Galga
- PR LP 6: Casa del Monte - Marcos y Cordero-Los Tilos
- PR LP 9.2: La Zarza - Cruz del Gallo - La Zarza
- GR 130: Barlovento - Gallegos
- PR LP 11: Roque Muchachos-Puntagorda
- GR 130: El Tablado - Santo Domingo de Garafía
- GR 131: Ruta de los Volcanes
- GR 131: La Crestería (Roque de los Muchachos - Refugio de El Pilar)
- GR 131: Roque de los Muchachos - Tazacorte
- PR LP 13: Parque Nacional de la Caldera de Taburiente
- PR LP 13.3: Pico Bejenado (Valencia - Pico Bejenado)
- PR LP 3: Pico de la Nieve (Carretera LP 4 - Pico de la Nieve)
- PR LP 12.2: Al Poris de Candelaria
- PR LP 16 - PR LP 16.1: Refugio del Pilar - Playa de la Salemera
- GR 130: Las Tricias - Buracas



www.senderosdelapalma.es

▲ Volcán Tajogaite (Eruption 2021)
Volcán Tajogaite (2021 Eruption)
Volcán Tajogaite (2021 Vulkanausbruch)
Volcán Tajogaite (Eruption 2021)

■ Campo de coladas
Lava fields
Lavaströme
Champ de lave

— Carretera a través de las coladas de lava
Road crossing the lava flows
Strasse über das Lavafeld
Route traversant la lave

— Sendero al Volcán Tajogaite
No incluido en red insular de senderos.
Solo con empresas autorizadas. Prohibido de manera independiente.
Not official trail. Only with authorized tourguides and firms. Never on your own.
Kein offizieller Wanderweg. Nur mit einem autorisierten Unternehmen, nicht allein.
Non-officiel. Uniquement avec l'une des entreprises autorisées, et jamais de façon autonome.





ISLA DE LA PALMA

RED DE SENDEROS
HIKING PATHS
WANDERWEGE
SENTIERS DE RANDONNÉE



LA PALMA, LA ISLA DE LOS SENDERISTAS

La Red de Senderos de La Palma recorre todo el territorio insular aprovechando los caminos tradicionales utilizados durante siglos por los habitantes de esta isla. En La Palma el senderista encontrará una enorme variedad de climas, relieves y paisajes, tanto naturales como culturales.



LA PALMA, THE ISLAND OF WALKERS

The Footpath Network of La Palma interconnects the entire island territory by using the traditional paths trodden over the centuries by the island's inhabitants. Hikers will discover a huge variety of climates, relief and both natural and cultural landscapes on La Palma.

WANDERWEGE DER INSEL LA PALMA

Das Wanderwegnetz der Insel La Palma basiert auf den alten Wegen, die während Jahrhunderten die wichtigste Verkehrsverbindung darstellten, und überzieht die Inseloberfläche wie ein Spinnennetz. La Palma bietet eine unwahrscheinliche Vielfalt an Klimas, Geländeformen, Naturräumen und Kulturlandschaften.

LA PALMA, L'ÎLE DES RANDONNEURS

Le Réseau des Sentiers de La Palma s'étend sur tout le territoire insulaire et exploite les chemins traditionnels utilisés pendant des siècles par les habitants de cette île. A La Palma le randonneur profitera d'une grande variété de climats, de reliefs et de paysages, aussi bien naturels que culturels.



Isla de La Palma
la isla bonita

visitlapalma.es

LAS CAMINATAS TOP DE LA PALMA

TOP WALKS ON LA PALMA

TOP WANDERUNGEN AUF LA PALMA

LE TOP DES RANDONNÉES À LA PALMA

<p>PR LP 5.1 Cubo de La Galga</p> <p>9 km → Baja 3.45 h ☉</p>	<p>PR LP 6 Casa del Monte - Marcos y Cordero - Los Tilos</p> <p>13.5 km → Alta ~ 6.30 h ☉</p>	<p>PR LP 9.2 La Zarza - Cruz del Gallo - La Zarza</p> <p>7.5 km → Media ~ 4 h ☉</p>	<p>GR 130 Barlovento - Gallegos</p> <p>6.2 km → Media ~ 2.30 h ☉</p>	<p>PR LP 11 Roque Muchachos - Puntagorda</p> <p>17.1 km → Media ~ 5 h ☉</p>	<p>GR 130 El Tablado - Santo Domingo de Garafía</p> <p>13.6 km → Alta ~ 6.30 h ☉</p>	<p>GR 131 Ruta de los Volcanes</p> <p>24.3 km → Alta ~ 8.30 h ☉</p>	<p>GR 131 La Crestera - (Roque de los Muchachos - Refugio del Pilar)</p> <p>26.4 km → Alta ~ 11 h ☉</p>
<p>GR 131 Roque de los Muchachos - Tazacorte</p> <p>18.1 km → Alta ~ 9.30 h ☉</p>	<p>PR LP 13 Parque Nacional de la Caldera de Taburiente (Los Brechitos - Caldera de Taburiente - Barranco de las Angustias)</p> <p>13.4 km → Media ~ 6 h ☉</p>	<p>PR LP 13.3 Pico Bejenado (Valencia - Pico Bejenado)</p> <p>7 km → Media ~ 6 h ☉</p>	<p>PR LP 3 Pico de la Nieve (Carretera LP 4 - Pico de la Nieve)</p> <p>5.2 km → Baja ~ 4 h ☉</p>	<p>Nuevo volcán de La Palma Solo con empresa autorizada Only with an authorized firm Nur mit einem autorisierten Unternehmen Uniquement avec l'une des entreprises autorisées</p> <p>5.2 km → Baja ~ 2.30 h ☉</p>	<p>PR LP 12.2 Al Porís de Candelaria (Tijarafe - Porís de Candelaria - Porís del Jurado - El Jesús - Tijarafe)</p> <p>10 km → Media - alta ~ 4 h ☉</p>	<p>PR LP 16 - PR LP 16.1 Refugio del Pilar - Playa de la Salemera</p> <p>15.40 km → Media ~ 5 h ☉</p>	<p>GR 130 Las Tricias - Buracas</p> <p>6 km → Media ~ 3.30 h ☉</p>

- ☉ Circular
- Sólo ida
- ↔ Ida y vuelta
- ☉ Duración
- Dificultad baja
- Media
- ~ Alta

- ☉ Round walk
- One-way
- ↔ Return
- ☉ Duration
- Easy
- Middle
- ~ Demanding

- ☉ Rundweg
- Nur hin
- ↔ Hin und zurück
- ☉ Gehzeit
- Einfach
- Mittel
- ~ Anspruchsvoll

- ☉ Circulaire
- Aller seulement
- ↔ Aller-retour
- ☉ Durée
- Facile
- Moyen
- ~ Difficile

RED DE SENDEROS

La Palma ofrece a los caminantes la posibilidad de recorrerla a pie, de manera sencilla y segura. Los senderos se reconocen por unas iniciales y un número. Hay tres tipos principales de senderos:

- GR** SENDERO DE GRAN RECORRIDO
Su recorrido dura más de una jornada
- PR** SENDERO DE PEQUEÑO RECORRIDO
Puede realizarse íntegramente en un día
- SL** SENDERO LOCAL
Inferior a 10 Km

Los senderos han sido señalizados mediante flechas direccionales, paneles informativos y balizas de pintura.

- Dirección correcta
- ↔ Cambio dirección
- ✗ Dirección incorrecta

POR SU SEGURIDAD

Consulte la información meteorológica y el estado del sendero antes de hacerlo. En caso de alerta, la red de senderos queda automáticamente cerrada. Por favor, no abandone el sendero. No recolecte ni dañe plantas, animales, rocas o restos arqueológicos. No haga fuego. No se apoye ni se suba a las barandas. No se detenga en zonas inestables y esté atento a posibles desprendimientos. Camine siempre en compañía. Informe de su ruta antes de partir. Lleve agua, crema solar, gafas de sol, gorro, comida y móvil. Use ropa y calzado adecuado para senderismo. No deje basura. En caso de emergencia, llame al **112**.

HIKING PATHS

La Palma offers hikers the chance to hike all around the island in an easy and safe manner. Hiking paths are clearly distinguished by means of initials and a number. Basically, there are three types:

- GR** LONG-DISTANCE HIKING PATHS
Long, several-day hiking paths
- PR** SHORT-DISTANCE HIKING PATHS
Short, one-day routes
- SL** LOCAL PATHS
Less than 10 kilometres in length

In order to make hiking on the island simpler and safer, hikers will find vertical indicators consisting of an arrow-shaped sign, panels and, finally, small painted stripes which are easily understood.

- Go this way
- ↔ Change of direction
- ✗ Wrong way

FOR YOUR OWN SAFETY

Check weather forecasts and trail conditions before setting off to hike. In case of bad weather warning, the La Palma's hiking path network remains closed to the public. Do not stray from the sign-posted path. Do not take plants, animals, rocks or archaeological remains with you. Do not light fires. Do not lean on or climb the rails. Do not stop in unstable areas and keep an eye out for possible landslides. Go always accompanied. Give details of your intended route to someone before setting off. Carry plenty of water, food, a sun hat, protective cream, sun glasses and a fully charged mobile phone. Wear suitable gear, especially footwear. Do not leave any rubbish. In case of emergency, please, call **112**.

DIE WANDERWEGE DER INSEL

La Palma zu Fuß zu erkunden, ist weder schwierig noch gefährlich. Die Wege sind mit einer Reihe von Buchstaben und einer Zahl gekennzeichnet. Es gibt drei Kategorien:

- GR** GROBE ROUTEN
Sie setzen sich aus mehreren Tagesetappen zusammen
- PR** KLEINE ROUTEN
Sie sind problemlos an einem Tag zu schaffen
- SL** LOKALE WEGE
Sie sind weniger als 10 km lang

Damit diese Wege möglichst einfach und sicher begehbar sind, wurden sie wie folgt signalisiert: mit Wegweisern, Infotafeln und Farbmarken.

- Weg weitergehen
- ↔ Richtungswechsel
- ✗ Falsche Richtung

SICHERHEITSTIPPS

Informieren Sie sich, bevor Sie losgehen, über den Wetterbericht und den Zustand der Wanderwege. Verlassen Sie die Wege bitte nicht. Sammeln oder beschädigen Sie keine Pflanzen, Tiere, Steine oder archaischen Reste. Machen Sie kein Feuer. Nicht anlehnen oder auf das Gelände klettern. Halten Sie nicht in instabilen Gebieten an und halten Sie Ausschau nach Erdbeben. Wandern Sie nicht alleine. Informieren Sie jemanden über die geplante Route. Nehmen Sie Nahrungsmittel, ein aufgeladenes Handy, genügend Wasser, eine Mütze, Sonnencreme und Sonnenbrille mit. Tragen Sie geeignete Kleidung und vor allem Schuhwerk. Nehmen Sie Ihren Müll wieder mit. Hilfe im Notfall: ruf **112** an.

SENTIERS DE RANDONNÉE PÉDESTRE

La Palma offre aux randonneurs la possibilité de parcourir l'île à pied d'une façon simple et sûre. Il existe trois types de sentiers balisés:

- GR** SENTIER DE GRANDE RANDONNÉE
Dont le parcours prend plus d'une journée.
- PR** SENTIER DE PROMENADE ET RANDONNÉE
Durée inférieure à une journée de marche
- SL** SENTIER LOCAL
Inférieur à 10 km

Pour un plus grand confort et sécurité, les sentiers sont balisés par des flèches directionnelles, des panneaux d'information et des balises peintes.

- Bonne direction
- ↔ Changement de direction
- ✗ Mauvaise direction

POUR VOTRE SÉCURITÉ

Avant de partir, consultez la météo et l'état des sentiers. En cas d'alerte, le réseau des sentiers reste automatiquement fermé. Ne vous écartez pas des sentiers balisés. Respectez le milieu naturel, la végétation, les animaux, les rochers et les restes archéologiques. N'allumez pas de feu. Ne pas se pencher ou grimper sur les barrières. Ne vous arrêtez pas dans des zones instables et surveillez les éventuels glissements de terrain. Évitez de partir seul(e). Signalez votre itinéraire à quelqu'un avant de partir. Emportez de l'eau, une crème solaire, des lunettes de soleil, un bonnet, de la nourriture et un portable. Portez des chaussures et des vêtements appropriés. Ne laissez pas des ordures après votre passage. En cas d'urgence, appelez le **112**.

SERVICIO DE TURISMO
DEL CABILDO DE LA PALMA
Avenida Marítima, 34, Santa Cruz de La Palma
La Palma, Islas Canarias
Tel. +34 922 42 31 00 (Ext. 2340)
info.turismo@cabilpalma.es

SERVICIO DE MEDIO AMBIENTE Y EMERGENCIAS
Avda. de los Indios, 20 2ª planta
38700 Santa Cruz de La Palma
Tel. +34 922 42 31 00 (Ext. 6820)

CENTRO DE COORDINACIÓN
Operativa Insular (CECOPIN)
Tel. +34 922 43 76 50

EMERGENCIAS / EMERGENCY /
NOTRUFNUMMER / URGENCE
112

ISLAS CANARIAS
CANARY ISLANDS
KANARISCHE INSELN
ÎLES CANARIENNES



visitlapalma.es
senderosdelapalma.es
Duplicado Legal TF 889-0216

www.senderosdelapalma.es

