



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.

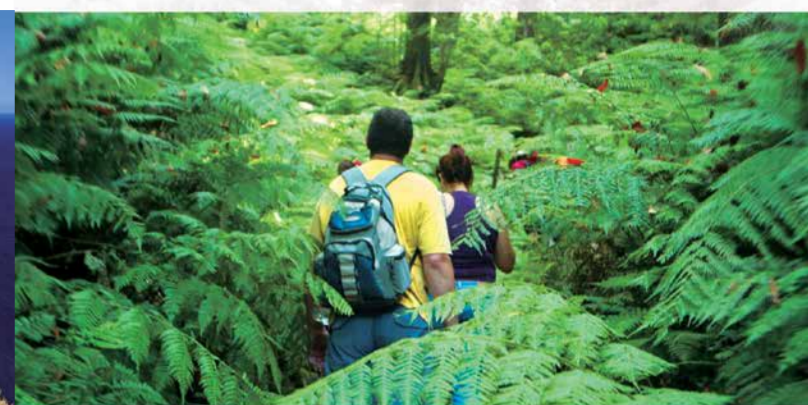


La Palma, the island of walkers

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.

La Palma

Red de senderos



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 un-wahrscheinliche Vielfalt an Klimas, Geländeformen, Natur-räumen 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 traditionaux utilisés pendant des siècles par les habitants de cette île. À La Palma le randonneur profitera d'une grande variété de climats, de reliefs et de paysages, aussi bien naturels que culturels.

Hiking paths

Die Wanderwege der Insel

Sentiers de randonnée pédestre



Las caminatas top de La Palma

Top walks on La Palma

Top Wanderungen auf La Palma

Le top 10 des randonnées à La Palma

<p>PR LP 51 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>GR 130 El Tablado - Franceses - Gallegos</p> <p>9.6 km → Media — 6 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 Breñicos - 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>PR LP 19 Fuente de las Breñas</p> <p>8.7 km ☉ Baja — 3.30 h ☉</p>	<p>PR LP 14.1 Coladas de San Juan</p> <p>16.4 km ☉ Media — 4 h ☉</p>	<p>SL EP 101 Tacande - Los Llanos del Jabbe</p> <p>4.5 km → Baja — 1.30 h ☉</p>	<p>SL VG 55 - GR 130 - GR 130.1 Las Tricias - Buracas</p> <p>4.8 km ☉ Baja — 3 h ☉</p>

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.

- Continuidad de sendero
- Mala dirección
- Cambio dirección

Por su seguridad

Por favor, no abandone el sendero. No recolecte ni dañe plantas, animales, rocas o restos arqueológicos. No haga fuego. Camine siempre en compañía. Informe de su ruta antes de partir. Lleve consigo un teléfono móvil. Lleve agua y alimentos de reserva. La ropa y el calzado deben de estar acordes con la dificultad del recorrido.

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.

- Continuidad de sendero
- Mala dirección
- Cambio dirección

For your own safety

Do not stray from the sign-posted path. Do not take plants, animals, rocks or archaeological remains with you. Do not light fires. Go always accompanied. Give details of your intended route to someone before setting off. Carry a mobile phone. Take sufficient water and food. Clothing and footwear should correspond to the degree of difficulty of the hike.

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** Große 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.

- Continuidad de sendero
- Mala dirección
- Cambio dirección

Sicherheitstipps

Verlassen Sie die Wege bitte nicht. Sammeln oder beschädigen Sie keine Pflanzen, Tiere, Steine oder archäologischen Reste. Machen Sie kein Feuer. Wandern Sie nicht alleine. Informieren Sie jemanden über die geplante Route. Nehmen Sie ein Handy sowie genügend Wasser und Verpflegung mit. Kleidung und Schuhe sollten dem Schwierigkeitsgrad der Tour entsprechen.

Sentiers de randonnée pédestre

Les randonneurs ont la possibilité de parcourir La Palma à pied d'une façon simple et sûre. On reconnaît les sentiers par des initiales et un numéro. Il en existe trois catégories principales de sentiers:

- GR** Sentier de Grande Randonnée
Dont le parcours prend plus d'une journée.
- PR** Sentier de Promenade
Et Randonnée d'une durée inférieure a une journée de marche
- SL** Sentier Local
Inferieur 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.

- Continuidad de sendero
- Mala dirección
- Cambio dirección

Pour votre sécurité

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. Evitez de partir seul(e). Signalez votre itinéraire à quelqu'un avant de partir. Amenez un téléphone portable. Apportez de l'eau et de la nourriture. Prévoyez des vêtements et des chaussures appropriés.

La Palma

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 Stadtkern Ortschaft Centre-Ville	Montaña Berg Montagne
Albergue Herberge Gîte	Volcán Vulkan Volcan
Refugio Refuge Schutzhütte Rifugio	Faro Lighthouse Leuchtturm Phare
Área recreativa Leisure area Rastplatz Aire de Loisirs	Puerto Harbour Hafen Port
Hospital Krankenhaus Hôpital	Playa Beach Strand Plage
Zona de acampada Camping site Campingplatz Camping	Aeropuerto Airport Flughafen Aéroport
Mirador View point Aussichtspunkt Belvédère	Información turística Tourist information Touristeninformation Information Touristique
	Información medioambiental Environmental information Umweltinformation Information environnemental

Escala gráfica / Graphical scale / Maßstab / Échelle graphique
1:500 0 1.500 3.000 4.500
500m 1.000m 1.500m 2.000m 2.500m

Senderos Gran Recorrido GR

Long-distance hiking paths
Große Routen
Sentier de Grande Randonnée

GR 130 - Camino Real de la Costa y Medianas
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 Ovejas (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)-Tinizará
- 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 13.1: Mirador de La Cumbre-Torre de Taburiente
- 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 Breañas: 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 Bailladero - 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 Jable
- SL EP 103. Llanos del Jable - Lavas de San Juan
- SL EP 104. Mirador de Los Llanos del Jable - 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

La 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
- GR 130. El Tablado - Franceses - Gallegos
- GR 130. El Tablado - Santo Domingo de Garafía
- GR 131. Ruta de los Volcanes
- GR 131. La Crestería (Roque de los Muchachos - Refugio del 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 19. Fuente de las Breañas
- PR LP 14.1. Coladas de San Juan
- SL EP 101. Tacande - Llanos del Jable
- SLVG 55 - GR 130 - GR 130.1. Las Tricias - Buracas

www.senderosdelapalma.es

