

DJOSER

Wanderreise La Palma, 8 Tage



Reiseverlauf

- Tag 1 Flug Amsterdam - Santa Cruz de la Palma, Santa Cruz de la Palma - Los Llanos
- Tag 2 Los Llanos: Wanderung zum Teneguía Vulkan
- Tag 3 Los Llanos: Wanderung nach Puntagorda
- Tag 4 Los Llanos: Wanderung Los Pinos - La Cumbrecita
- Tag 5 Los Llanos
- Tag 6 Los Llanos: Wanderung Los Tilos - Barranco de la Herradura - Barlovento
- Tag 7 Los Llanos: optionale Wanderung Caldera de Taburiente Nationalpark
- Tag 8 Los Llanos - Santa Cruz de la Palma, Flug Santa Cruz de la Palma - Amsterdam



Von Tag zu Tag

Das fruchtbare Tal von Los Llanos

Tag 1 Flug Amsterdam - Santa Cruz de la Palma, Santa Cruz de la Palma - Los Llanos

Nach einem Direktflug nach Santa Cruz de la Palma fahren wir direkt zu unserem Hotel in [Los Llanos de Aridane](#). Von hier aus werden wir in den kommenden Tagen verschiedene Erkundungstouren unternehmen und die Insel erwandern. Die zweitgrößte Stadt der Insel liegt in einem fruchtbaren Tal, in dem Orangen, Bananen und Avocados angebaut werden. Um einen ersten Eindruck zu bekommen können Sie von Los Llanos aus einen leichten Spaziergang von zwei bis vier Stunden bis zum schönen lokalen Strand in der Nähe des Dorfes Tazacorte machen. Abhängig davon um welche Uhrzeit der Rückflug erfolgt, kann diese Wanderung auch zum Ende der Reise unternommen werden.



Spaziergang nach Tazacorte:

- Länge: 4 km
- Gesamtzeit: ca. 2-4 Stunden
- Gefälle: 200 m

Die beiden Feuerspucker der Südspitze

Tag 2 Los Llanos: Wanderung zum Teneguía Vulkan



Am Morgen fahren wir mit dem Bus in die Stadt Los Canarios im Süden der Insel. Hier können wir das Besucherzentrum des Vulkans San Antonio besuchen, bevor wir unsere Wanderung durch tiefschwarze Lavafelder beginnen. Vor etwa 50 Jahren spie der [Teneguía Vulkan](#) wochenlang Feuer und Lava, der bis dato letzte Ausbruch auf den Kanarischen Inseln.

Während der etwa vierstündigen Wanderung bieten sich uns fantastische Aussichten auf den Vulkan, den Leuchtturm, Salzpflanzen und eine kleine Fischerbucht im äußersten Süden der Insel.

Wanderung zum Teneguía Vulkan:

- Länge: 9 km
- Gesamtzeit: ca 4 Stunden
- Höhenunterschied: 200 m Steigung und 800 m Gefälle

Spektakuläre Aussichten von der Anhöhe La Cumbrecita

Tag 3 Los Llanos: Puntagorda

Wir steigen in den Bus nach Tijarafe im Nordwesten der Insel. Von hier aus unternehmen wir einen malerischen Spaziergang auf den Hügel hoch über dem Meer, mit herrlichem Panoramablick, vorbei an Feldern und grünen Gärten. Einige der alten Drachenbäume säumen den Weg. Der Endpunkt der Wanderung ist Puntagorda, ein freundliches Dorf. Von hier aus fahren wir mit dem Bus zurück nach Los Llanos.

Wanderung nach Puntagorda:

- Länge: 10 km
- Gesamtzeit: ca. 4 Stunden
- Höhenunterschied: 440 m Steigung und 300 m Gefälle

Tag 4 Wanderung Los Pinos - La Cumbrecita

In einem Kiefernwald in der Nähe der Einsiedelei Los Pinos beginnen wir unsere Wanderung, die uns langsam über einen Bergpfad und vulkanischen Boden bergauf führt. Wir wandern entlang der Vulkankette der Cumbre Vieja nach La Cumbrecita, einer Anhöhe in der Kraterwand mit einem atemberaubenden Panoramablick auf die sogenannte [Caldera](#), einen großen Erosionskrater. Für den Abstieg nutzen wir einen anderen Weg als wir gekommen sind und wandern vorbei an knorrigen Nadelbäumen zurück ins Tal. Unten angekommen warten Taxen auf uns und bringen uns zurück zum Hotel.



Wanderung nach La Cumbrecita:

- Länge: 13 km
- Gesamtzeit: ca. 6 Stunden
- Höhenunterschied: 700 m Steigung und 550 m Gefälle

Vielfältige Kulturelle Erlebnisse in Los Llanos und Santa Cruz de la Palma

Tag 5 Los Llanos

Für diesen Tag ist kein Programm vorgesehen und Sie haben die Gelegenheit, ihre Freizeit nach Belieben auszufüllen. Schlendern Sie zum Beispiel gemütlich über den Markt in den Hallen auf der Plaza de Mercado oder erkunden Sie das Stadtzentrum, wo ein Großteil der ursprünglichen Architektur von La Palma zu finden ist.



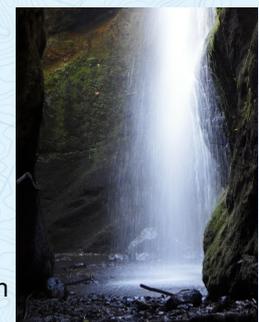
Sie können auch den öffentlichen Bus (etwa eine Stunde) in die Hauptstadt Santa Cruz de la Palma nehmen. Die Stadt wurde 1493 von [Alonso Fernández de Lugo](#) gegründet und war einst ein bedeutender Hafen auf der Route zwischen Europa und den Kolonien in Amerika. Im 16. Jahrhundert war er nach Antwerpen und Sevilla der drittgrößte Hafen Europas. Besuchen Sie das Marinemuseum der Stadt, in dem Sie herrliche Schiffsmodelle, Exponate aus der Seefahrt und andere maritime Exponate und Fragmente der Seefahrtsgeschichte besichtigen können. Die Stadt ist reich an religiöser Kunst und charakteristisch sind die

geschnitzten Holzbalkone mit Blick auf das Meer. Die ruhige Stadt mit ihren Kolonialvillen hat viele kulturelle Sehenswürdigkeiten wie das Historische Museum mit einer bemerkenswerten Kunstsammlung sowie die Theater Chico und Circo de Marte. Auch die höher gelegenen Teile der Stadt sind einen Besuch wert. Für diejenigen, die vom Wandern noch nicht müde sind, gibt die Reisebegleitung gerne entsprechende Tipps zu den verschiedenen Möglichkeiten.

Von Lorbeerbäumen und natürlich blauen Becken

Tag 6 Los Llanos: Wanderung Los Tilos - Barranco de la Herradura - Barlovento

Wir machen uns nach dem Frühstück mit dem Bus auf den Weg nach [Los Tilos](#) im Nordosten. Dies ist der grünste Teil der Insel und der Ausgangspunkt für eine wunderbare Wanderung durch den berühmten Lorbeerwald mit Bächen und Wasserfällen. Dieser Wald mit seinen uralten, riesigen Bäumen ist von der UNESCO zum geschützten Biosphärenreservat erklärt worden. Wir folgen dem Canal de Agua bis zum Aussichtspunkt La Barandas, der eine schöne Aussicht auf den Lorbeerwald eröffnet. Wir setzen unseren Weg durch die spektakuläre Schlucht Barranco de la Herradura fort, bis wir das Dorf Barlovento, den heutigen Endpunkt, erreichen. Von dort bringen uns die Taxen nach El Charco Azul, den Naturbädern im Atlantik. [El Charco Azul](#) heißt übersetzt "blaue Pfütze" und der Name könnte nicht treffender sein: Umgeben von schwarzem Vulkangestein bilden die mit Meerwasser gefüllten natürlichen Pools



fantastische blaue Kleckse, in denen man sich wunderbar von den Wanderungen erholen kann. Mit dem Taxi geht es schließlich wieder zurück ins Hotel.

Wanderung durch die Schlucht Barranco de la Herradura:

- Länge: 10 km
- Gesamtzeit: ca. 4½ Stunden
- Höhenunterschied: 500 m Steigung und 400 m Gefälle

Ein Canyon mit Regenbogenwand

Tag 7 Los Llanos: Wanderung Caldera de Taburiente Nationalpark (optional)

Am letzten Tag auf La Palma ist kein festes Programm vorgesehen, aber Wanderbegeisterte können sich für das "große Finale" entscheiden: eine Wanderung von 14 Kilometern (ca. 7 Stunden) durch den Nationalpark Caldera de Taburiente. Von Los Brecitos aus steigen wir etwa 300 Meter bergabwärts zum Fluss Taburiente. Hier befinden sich vom Bach gebildete Wasserbecken, die sich ideal für ein erfrischendes Bad eignen. Wir wandern weiter über den Roque Idafe, ein 100 m hoher Basaltmonolith, der von den Ureinwohnern als Heiligtum verehrt wurde. Der Endpunkt unserer Wanderung ist der [Barranco de las Angustias](#), eine Schlucht, in der wir von Zeit zu Zeit den kleinen Fluss überqueren, von Stein zu Stein springen und auch etwas klettern müssen. Die "Schlucht der Ängste" führt zur Cascada de Colores, eine künstliche Staustufe, deren steile Felswand je nach Wassermenge des Flusses rostrot, orange, gelb bis hin zu grün eingefärbt zu sein scheint.



Wir verbringen eine weitere Nacht in Los Llanos bevor unser Bus uns zum Flughafen von Santa Cruz bringt und wir zurück nach Amsterdam fliegen.

Wanderung nach Barranco de las Angustias (optional):

- Länge: 14 km
- Gesamtzeit: ca. 7 Stunden
- Gefälle: 300 m

Tag 8 Los Llanos - Santa Cruz de La Palma, Flug Santa Cruz de La Palma - Amsterdam

Unser Bus bringt uns zum Flughafen Santa Cruz und wir fliegen zurück nach Amsterdam. Falls ein später Rückflug gebucht wird, machen wir heute die Wanderung nach Tzacorte wie an Tag 1 beschrieben.

Praktische Info

Unterkunft

Wir wohnen die ganze Woche im Hotel Valle Aridane, das im Zentrum der Stadt Los Llanos liegt. Das gemütliche Dorf Los Llanos ist ein idealer Ausgangspunkt für die Erkundung der verschiedenen schönen Wandergebiete der Insel. Alle Zimmer des komfortablen Mittelklassehotels sind mit eigener Dusche und Toilette ausgestattet. Das Hotel verfügt zudem über eine große Terrasse, von der aus Sie einen schönen Blick auf das Tal haben. Kostenloses WLAN ist selbstverständlich verfügbar.

Hier finden Sie eine Auswahl von Hotels, die wir zum Beispiel während dieser Rundreise nutzen, mit der Hotelbewertung von:



Los Llanos: [Valle Aridane](#)

Bitte beachten Sie, dass es sich hierbei nur um eine Auswahl handelt. Die finale Hotelliste steht Ihnen ab 9 Tagen vor Abreise in Ihrem Mein Djoser-Account zur Verfügung.

Fluginformationen

Der übliche Flugplan ist wie folgt (Änderungen vorbehalten):

Fluggesellschaft	Flugstrecke	Abflug	Ankunft
Transavia	Amsterdam - La Palma	14:25	18:10
Transavia	La Palma - Amsterdam	18:55	00:10*

* Ankunft am nächsten Tag

Transavia wurde 1965 gegründet und ist seit mehr als 55 Jahren eine Tochtergesellschaft der KLM. Das Unternehmen fliegt hauptsächlich mit den neuesten und effizientesten Flugzeugen von Boeing. An Bord steht eine große Auswahl an Getränken und Snacks zur Verfügung, die Sie ganz einfach mit Ihrer Kreditkarte bezahlen können. Ein Djoser-Flug mit Transavia umfasst immer 15 Kilogramm aufgegebenes Gepäck und 10 Kilogramm Handgepäck.

Wenn Sie ab/an Amsterdam fliegen, können wir Ihnen das Djoser-Special "[Park, Sleep & Fly](#)" empfehlen.

Grundsätzlich gilt betreffend der Flüge, dass wir uns Änderungen vorbehalten. Die hier ausgewiesenen Flugzeiten wurden uns von der Fluggesellschaft entsprechend übermittelt. Änderungen der Airlines sind möglich. Die genauen Fluginformationen übermitteln wir Ihnen mit Ihren Flugtickets. Die Flugtickets werden Ihnen bis ca. 10 - 14 Tage vor Reisebeginn per E-Mail zugeschickt.

Transport

Auf La Palma wird der Transport zu und von den Wanderungen mittels Kleinbus und Taxi organisiert, die uns zum Beginn der Wanderungen bringen und am Endpunkt wieder abholen. Die Entfernungen zwischen den verschiedenen Orten sind nicht groß und die Straßen sind im Allgemeinen gut.

Leistungen

- [Co2-Flugkompensation inkludiert](#)
- internationaler Flug mit Transavia
- Transport
- Übernachtung im Hotel

- Frühstück
- geführte Wanderungen an den Tagen 2 bis 3 und 5 bis 6
- Wanderung zum Teneguía Vulkan
- Wanderung nach von Los Pinos nach La Cumbrecita
- Wanderung durch die Schlucht Barranco de la Herradura
- Besuch El Charco Azul (Naturbad im Atlantik)
- englisch- oder deutschsprachige Djoser Reisebegleitung
- Flughafensteuer und -sicherheitsgebühr

Ausflüge

Auch bei den Ausflügen kombinieren wir viel individuelle Freiheit mit dem Komfort einer Gruppenreise. Bei Djoser entscheiden Sie je nach Ihren Vorlieben, wie Sie Ihr Ausflugsprogramm gestalten möchten. Wem außer der in der Reise enthaltenen Wanderungen noch mehr Sinn nach Bewegung steht, der kann Los Llanos auf eigene Faust erkunden und weitere Touren in die Umgebung unternehmen.

Wir haben eine Reihe von Ausflügen bereits in unser Programm aufgenommen, die mit der Gruppe unternommen werden (diese können Sie der entsprechenden Programmleiste entnehmen). Unsere Reisebegleiter helfen Ihnen gerne, einen geeigneten Führer für Sehenswürdigkeiten oder Wanderungen vor Ort zu finden und optionale Ausflüge für Sie zu buchen. Weil wir die Eintrittsgelder für Sehenswürdigkeiten nicht mit einschließen, zahlen Sie vor Ort nur für die Dinge, die Sie auch wirklich anschauen möchten.

Während dieser Wanderreise haben wir für Sie die schönsten Wanderungen auf La Palma für Sie bereits ins Programm mit eingeschlossen und so unternehmen wir gemeinsam u.A. die folgenden Touren und Ausflüge:

- geführte Wanderung zum Teneguía Vulkan
- geführte Wanderung von Los Pinos nach La Cumbrecita
- geführte Wanderung durch die Schlucht Barranco de la Herradura
- Besuch El Charco Azul (Naturbad im Atlantik)

Während Ihrer Reise können Sie aus einer Vielzahl fakultativer, teilweise kostenfreier Ausflüge, je nach Ihren Vorlieben wählen. Um Ihnen einen Überblick zu verschaffen, haben wir Ihnen hier eine Auswahl zusammengestellt:

- Spaziergang nach Tzacorte
- Besuch des historischen Museums in Los Llanos
- Wanderung nach Barranco de las Angustias im Taburiente Nationalpark

Reisedokumente

Für die Einreise nach La Palma benötigen Sie einen Personalausweis oder Reisepass, der noch mindestens 3 Monate nach Ausreise gültig ist.

Sind Sie kein deutscher Staatsbürger, sollten Sie sich über eventuell abweichende Einreisebestimmungen mit der Botschaft in Verbindung setzen.

Weitere Informationen zu Einreisebestimmungen und zur Sicherheit in Ihrem Reiseland finden Sie auf der Homepage des [Auswärtigen Amtes](#).

Geld

In La Palma zahlen sie ganz bequem mit dem Euro.

Mahlzeiten

Viel individuelle Freiheit kombiniert mit dem Komfort einer Gruppenreise bedeutet bei Djoser, dass Sie die Freiheit haben, die Esskultur eines Landes bei den verschiedenen Mahlzeiten kennenzulernen. Sie entscheiden, wo und wie Sie essen möchten, also ob mit oder ohne andere Reiseteilnehmer. Die Reisebegleitung gibt Ihnen gerne Tipps für Restaurants und besondere Spezialitäten. Um Ihnen die individuelle Freiheit zu ermöglichen, sind die Mahlzeiten, bis auf das Frühstück, auch nicht im Reisepreis enthalten.



Auf La Palma gibt es viele Restaurants mit internationaler Küche. Die kanarische Küche ist sehr abwechslungsreich, deftig und nahrhaft, wobei die Kartoffel eine wichtige Rolle spielt. Aufläufe und Suppen sind sehr beliebt. Als Vorspeise isst man viel Schafs- oder Ziegenkäse. Als Snack und Zwischenmahlzeit können Sie in die Bars gehen, wo die berühmten spanischen Tapas jederzeit erhältlich sind. Während der Mahlzeit werden Bier, Wein und Wasser getrunken.

Für manche Wandertage ist es ratsam für ein gemeinsames Picknick einzukaufen, da es nicht immer Verpflegungsmöglichkeiten entlang der Wanderwege gibt.

Gesundheit

Bitte informieren Sie sich rechtzeitig vor der Abreise, welche Impfschutz- bzw. Prophylaxemaßnahmen für Ihre Reiseroute und Reisezeit sinnvoll sind und achten Sie darauf, ausreichend Medikamente für Ihren Eigenbedarf mitzunehmen und sich dies ggf., bei größeren Mengen, von Ihrem Arzt schriftlich bestätigen zu lassen.

Um Sie bei Ihrer Informationsbeschaffung im Vorfeld der Reise zu unterstützen, erhalten Sie mit Ihrer Buchungsbestätigung einen Gutschein für ein kostenloses Informationsgespräch vom Berliner Centrum für Reise- und Tropenmedizin, der in jeder [BCRT-Reisepraxis](#) eingelöst werden kann. Dabei können Sie mit ausgebildeten Fachkräften abklären, welcher Impfschutz für die von Ihnen gebuchte Reise sinnvoll erscheint. Gute Informationsmöglichkeiten bieten außerdem das [Centrum für Reisemedizin](#), das [Reisemedizinische Zentrum des Bernhard-Nocht-Instituts](#) und das [Robert Koch Institut](#).

Klima & Geografie

La Palma ist von einem subtropischen Klima geprägt, das durch den Atlantischen Ozean begünstigt wird. Die maximale Temperatur übersteigt praktisch nie 30°C. Die Durchschnittstemperatur im Winter liegt immer noch bei etwa 20°C. Im Inneren und in den höher gelegenen Teilen der Insel sind die Temperaturunterschiede extremer. Zum Beispiel kann es in den geschützten Teilen der Caldera recht warm werden, während es auf dem Gipfel des höchsten Berges, dem Roque de los Muchachos, immer kalt ist und es im Winter sogar schneit.

Sehr wichtig für das Wetter auf La Palma ist der Nordostpassat (el alisio), der sehr viel Wasserdampf enthält. Die warme Luft kühlt sich durch den Kontakt mit der kalten Meeresströmung ab und wird durch die Gebirgszüge auf La Palma zum Aufstieg. Der kondensierende Wasserdampf fällt als Nebelniederschlag. Aufgrund der in Nord-Süd-Richtung verlaufenden Bergketten auf La Palma fällt im Osten viel mehr Niederschlag als im Westen der Insel. Im Osten gibt es durchschnittlich 800 mm Niederschlag pro Jahr, im Westen nur 400 mm pro Jahr. Die meisten Niederschläge fallen in den Monaten November und Januar. Zwischen November und März kann es stürmische Nordwest- und Südwestwinde geben.

Ein besonderes Phänomen ist das fallende Wolkenmeer oder "mar de nubes". Wie ein Wasserfall fließen die Wolken mit großer Geschwindigkeit über die Spitze der Cumbres und lösen sich dann schnell wieder auf.

Anforderungsgrad der Tour

Der Schwierigkeitsgrad der Wanderungen ist sehr unterschiedlich, angesichts des gebirgigen Charakters der Insel ist eine gute Wanderkondition erforderlich. Wir unternehmen Spaziergänge/Wanderungen von 2 bis 6 Stunden. Am vorletzten Tag können Sie eine fakultative Wanderung im Nationalpark Caldera de Taburiente unternehmen. Diese Wanderung ist 14 km lang und dauert etwa 7 Stunden.

Stellen Sie sicher, dass Sie gut auf die Reise vorbereitet sind. Halten oder verbessern Sie Ihre Kondition in den Monaten vor Ihrer Reise und versuchen Sie, jede Wanderung ausgeruht zu beginnen. Auf diese Weise werden

Sie Ihren Urlaub mehr genießen. Eine gute Ausrüstung ist ebenfalls wichtig. Achten Sie immer darauf, dass Ihre Schuhe richtig eingelaufen sind und bringen Sie die richtige Kleidung mit. Nichts ist so ärgerlich wie fehlerhafte Ausrüstung. Auch Wanderstöcke können hilfreich sein.

Wanderung zum tiefsten Punkt: 345 m
Höchster Punkt der Wanderung: 1857 m
Maximaler Aufstieg: 650 m
Maximale Abstieg: 750 m
Durchschnittliche Gehzeit: 5 Stunden

Weitere Informationen der jeweiligen Wanderungen finden Sie in der ausführlicheren Tag-zu-Tag-Beschreibung.