

Contents

INTRODUCTION

Location
Geology
Wildlife
National parks
The Fortunate Isles
Getting there
When to go
Accommodation
Health and safety
Food and drink
Language
Money
Communications

WALKING ON LA PALMA

Getting there
Getting around
What to take
Waymarking and access
Maps
Food and drink
Tourist information offices
Emergencies
Using this guide

THE WALKS

- 1 Santa Cruz and Lomo de las Nieves
- 2 Fuentes de Las Breñas
- 3 Buenavista and Pico de las Ovejas
- 4 Santa Cruz and Montaña de Tagoja
- 5 Pico de la Nieve to Santa Cruz

- 6 Santa Cruz to Puerto de Tzacorte
- 7 El Paso to Refugio del Pilar
- 8 Refugio del Pilar to Santa Cruz
- 9 Refugio del Pilar to Playa del Hoyo
- 10 Refugio del Pilar to Playa del Hoyo or La Salemera

- 11 Refugio del Pilar and Pico Nambroque
- 12 Jedey to Tigalate
- 13 San Nicolás and Coladas de San Juan
- 14 Llanos del Jable and Coladas de San Juan

CALDERA DE TABURIENTE

- 15 Pico Bejenado
- 16 La Cumbrecita to La Cancelita and Los Llanos
- 17 Barranco de las Angustias and Caldera de Taburiente
- 18 La Cumbrecita to Caldera de Taburiente
- 19 Caldera de Taburiente and Hoya Verde
- 20 Tijarafe and Porís de Candelaria
- 21 Tinizara to Piedras Altas and Tijarafe
- 22 La Traviesa: El Time to Briesta
- 23 La Traviesa: Briesta to Barlovento
- 24 La Zarza and Don Pedro
- 25 Roque del Faro to Garafía
- 26 Roque del Faro and Franceses
- 27 Roque del Faro to Roque de los Muchachos
- 28 Roque de los Muchachos to Puntagorda or Tijarafe
- 29 Pico de la Cruz to Barlovento
- 30 Pico de la Cruz to Los Sauces or Barlovento
- 31 Los Sauces and Los Tilos
- 32 Fuente de Olén to Las Lomadas
- 33 Fuente Vizcaína to La Galga
- 34 Pico de la Nieve to Puntallana or Tenagua

GR 130

- 35 GR 130: Santa Cruz de La Palma to Mazo
- 36 GR 130: Mazo to Fuencaliente
- 37 GR 130: Fuencaliente to Los Llanos
- 38 GR 130: Los Llanos to Puntagorda
- 39 GR 130: Puntagorda to Garafía
- 40 GR 130: Garafía to Franceses
- 41 GR 130: Franceses to Los Sauces
- 42 GR 130: Los Sauces to Santa Cruz de La Palma
- 43 GR 131: Puerto de Tzacorte to Roque de los Muchachos
- 44 GR 131: Roque de los Muchachos to Refugio del Pilar
- 45 GR 131: Refugio del Pilar to Faro de Fuencaliente

- Appendix A Route summary table
- Appendix B Topographical glossary
- Appendix C Useful contacts