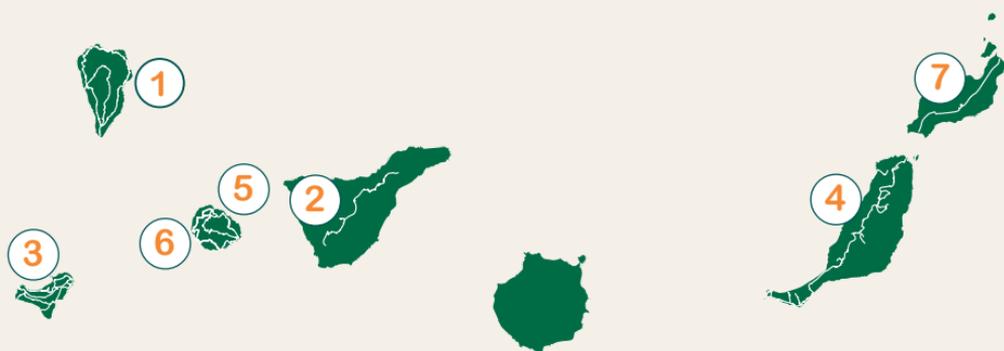


VII. SECTOR CANARIO



VII. SECTOR CANARIO

PÁG.

● CAMINO NATURAL DE ANAGA - CHASNA (2)	713
● CAMINO NATURAL COSTAS DE LA GOMERA (6)	723
● CAMINO NATURAL CUMBRES DE LA GOMERA (5)	729
● CAMINO NATURAL DE FUERTEVENTURA (4)	733
● CAMINO NATURAL DE LA PALMA (1)	739
● CAMINO NATURAL DE ÓRZOLA A PLAYA BLANCA (7)	747
● CAMINO NATURAL POR LOS SENDEROS TRADICIONALES DE EL HIERRO (3)	751



Pino canario

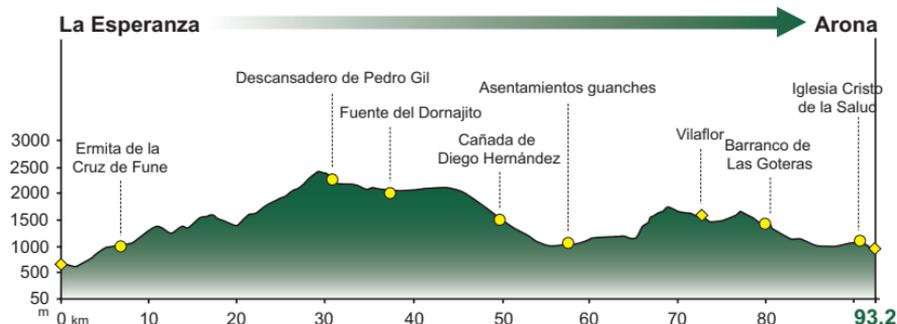
CAMINO NATURAL DE ANAGA - CHASNA

MIDE

Severidad del medio natural	2	⚠️	Desnivel subida	3.630 m	⬆️
Orientación en el itinerario	1	🗺️	Desnivel bajada	3.340 m	⬆️
Dificultad en el desplazamiento	2	👉	Longitud ruta	93,2 km	➡️
Cantidad de esfuerzo necesario	5	👤	Horario**	27 h	🕒

◆ Población ● Punto de interés

**Siete jornadas de 4-5 horas cada una



LA EXPLOSIÓN DE LA NATURALEZA TINERFEÑA

El Camino Natural de Anaga-Chasna es uno de los dos senderos de gran recorrido de Tenerife, una ruta que atraviesa los espacios forestales y las cumbres de la isla para deleite del viajero, que durante el camino tendrá el privilegio de admirar los grandes contrastes del paisaje tinerfeño, desde la exuberancia de la vegetación hasta las caprichosas formaciones volcánicas, coronadas por el imponente Pico del Teide.

La isla de Tenerife es la mayor y más alta de las siete islas del archipiélago canario. Cuenta con 43 espacios naturales protegidos distribuidos por toda la isla, lo que supone un 45% de su superficie total. Este alto grado de protección del territorio da una idea de la variedad y singularidad de los ecosistemas y paisajes que se pueden encontrar en un espacio menor que cualquiera de las provincias españolas.

Lo que llama poderosamente la atención del visitante es la calidad y cantidad de contrastes que ofrece Tenerife: desde las exuberantes formaciones vegetales de laurisilva en medianías y cumbres hasta los paisajes volcánicos, especialmente el del Parque Nacional del Teide y su cono volcánico, que permanece activo, y que constituye el pico más alto de España, con 3.718 m de altura. La isla, además, combina playas de arena negra con altos acantilados y pueblos que conservan una arquitectura típicamente colonial.

El carácter insular, unido a su origen volcánico y a un clima suave, carente de cambios bruscos de temperaturas y de condiciones meteorológicas, ha generado nume-

rosos endemismos animales y vegetales. Estas características únicas han convertido a Tenerife en un importante centro de atención para los amantes de la naturaleza y de los estudiosos de todo el mundo.

El Camino Natural de Anaga-Chasna o GR-131 es uno de los dos senderos de gran recorrido de la isla. Comenzando en el noreste tinerfeño, en el macizo de Anaga, atraviesa la zona central de la isla en dirección suroeste, desde la población de La Esperanza hasta el casco histórico de Arona.

El sendero transcurre dentro de los espacios forestales de la isla, pasando por las líneas de cumbre, y cubre buena parte del camino forestal y el Camino Real de Chasna, una de las vías más utilizadas en el pasado por los habitantes de Tenerife para comunicar el norte y el sur.

Debido a su longitud, en torno a los 93 km, la descripción del camino se divide en etapas, cada una de las cuales posee su propia personalidad, caracterizada sobre todo por la vegetación dominante, el grado de intervención del ser humano o la climatología.

DESDE LA ESPERANZA A LA CALDERA

Este tramo, a pesar de que es el tercero del GR-131, se considera la primera etapa del Camino Natural de Anaga-Chasna, ya que los dos primeros tramos no forman parte del Programa de Caminos Naturales. Esta etapa de unos 30 km de longitud discurre casi enteramente sobre pistas forestales, con desniveles de subida suaves, que nos acercarán



El camino comienza en el parque del Adelantado, en La Esperanza



La ruta transcurre entre pinos y brezos

al viajero a alguno de los mejores ejemplos de pinar histórico tinerfeño y bosques de laurisilva, un tipo de bosque húmedo que antiguamente poblaba gran parte de la isla.

El punto de partida se inicia en la plaza del Adelantado de La Esperanza, una población de marcado corte tradicional, capital del municipio de El Rosario. Desde allí el camino se adentrará en el emblemático bosque del Adelantado, vestigio de un milenar bosque de laurisilva, convertido ahora en parque urbano.

Prácticamente los primeros 23 km de esta etapa discurren por el denominado Paisaje Protegido de Las Lagunetas, que constituye la estribación nororiental de la compleja estructura de la cordillera dorsal de Pedro Gil que recorre con disposición NE-SO longitudinalmente esta parte de la isla. Dicha cordillera es la más importante de todo el archipiélago canario en extensión y desarrollo vertical.

El protagonista de este paisaje es el pinar formado en su mayor parte por pinares de pino radiata (*Pinus radiata*) y canario (*Pinus canariensis*), bajo los cuales crecen habitualmente especies propias de la laurisilva.

Tras el primer kilómetro de recorrido, se llega a un desvío que nos conduce hasta el área recreativa y mirador de La Vica, en el cual se podrá disfrutar de unas amplias panorámicas de la costa occidental de Tenerife. A continuación del mirador de La Vica, el Camino alterna la amplitud de las pistas forestales con el cobijo de las sen-

das hasta llegar al área de descanso de Siete Fuentes, donde comenzará el tramo de ascenso más duro, por un sendero zigzagante que discurre bajo un dosel de pinos y brezos (*Erica arborea*).

Una vez alcanzadas las cotas de mayor altitud de este tramo, el sendero bordea numerosos barrancos en dirección sureste, donde el entorno traslada al caminante a bosques encantados en los que el musgo pende de las ramas de los pinos y los brezos y las frecuentes nieblas se cuelan por las laderas y crestas de los lomos. Si las nieblas nos lo permiten, se tendrá la ocasión de disfrutar de magníficas vistas del aparentemente lejano Pico del Teide.

El descenso por la senda nos devuelve a una pista forestal, cuyo trazado nos lleva, en primer lugar, a la Casa del Agua, un lugar donde antiguamente llegaba el agua canalizada procedente de varios manantiales y ejemplo de las infraestructuras hidráulicas de la zona, que tuvieron gran importancia en el pasado. Más tarde, llegaremos al área de descanso de Pedro Gil y, finalmente, sin salir de la pista, al área recreativa de La Caldera, que cuenta con servicios y transporte público, y que se encuentra muy próxima a Aguamansa, en el municipio de La Orotava.

DESDE LA CALDERA A EL PORTILLO

Esta etapa de unos 14 km. de longitud discurre entre el área recreativa de La Caldera y el centro de visitantes de El Portillo, en el Parque Nacional del Teide. Desde la zona



Vista del Pico del Teide desde El Portillo

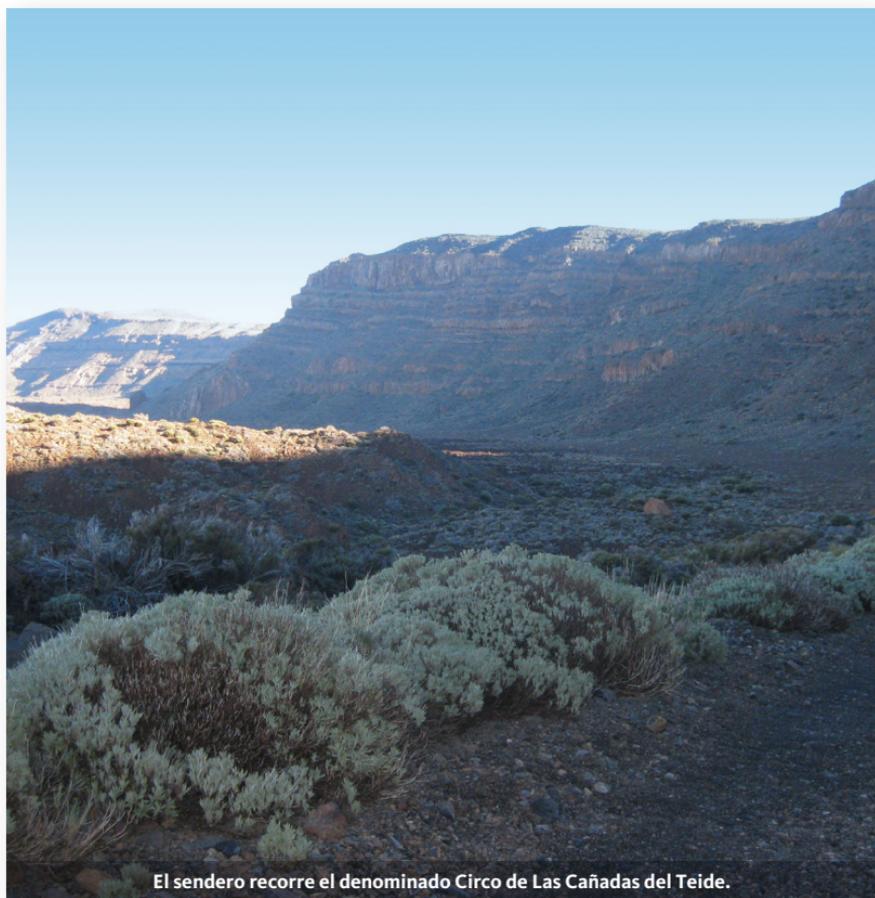
de La Caldera se tendrá la oportunidad de contemplar unas espectaculares panorámicas del Valle de La Orotava y de la isla de La Palma, que se podrá divisar incluso cuando está nublado, bajo el denominado mar de nubes característico de la isla.

Al igual que sucederá con la cuarta etapa de este camino natural, la mayor parte de este tramo discurre por el Parque Natural de la Corona Forestal, zona eminentemente forestal que circunda el Parque Nacional del Teide, y donde se ubican las mejores muestras de pinar y vegetación de alta montaña de Tenerife.

Este tramo del Camino va atravesando varios barrancos, que forman la red de drenaje del norte de Tenerife. La Corona Forestal ejerce un destacadísimo papel en la captación de aguas y en la conservación de suelos ante la erosión.

A partir de allí, coincidiendo inicialmente con el PR-TF-35, el sendero se adentra en un bosque de pinar con denso sotobosque de brezos de gran porte, que en ocasiones impiden ver el cielo. En este primer tramo de la segunda etapa, los mojones indicarán el límite de monte público junto al vallado de fincas particulares, guiando un camino alfombrado en ocasiones por infinidad de helechos.

Se llegará así hasta el lugar conocido como el Pino o Fuente del Dornajito, que ha sido tradicionalmente un área de descanso objeto de numerosas descripciones por



El sendero recorre el denominado Circo de Las Cañadas del Teide.



Pinos canarios (*Pinus canariensis*) entre la niebla

parte de naturalistas históricos que visitaron la isla. La Fuente del Dornajito fue descrita por primera vez por el británico J. Edens, cuyo relato de su ascensión al Teide, realizada en 1715, fue publicado en la célebre revista de la *Royal Society* londinense, *Philosophical Transactions*.

Poco a poco, el bosque se va transformando en monteverde canario, donde predominan la faya (*Myrica faya*), el brezo (*Erica arborea*) y otras especies características de la laurisilva, como el madroño canario (*Arbutus canariensis*). A medida que asciende, el Camino se adentra en un pinar cada vez más denso, acompañado de las

especies de matorral más características de estas altitudes, como son la retama del Teide (*Spartocytisus supranubius*) y el codeso (*Adenocarpus viscosus*). Bruscamente, el bosque se termina y comienza la subida hasta el centro de visitantes de El Portillo, en el Parque Nacional del Teide.

DESDE EL PORTILLO AL PARADOR DE LAS CAÑADAS DEL TEIDE

Este tramo del Camino, de aproximadamente 16 km, lleva desde el centro de visitantes de El Portillo hasta el Parador de las Cañadas del Teide.

Esta parte de la ruta discurre por el Camino Real de Chasna, una vía utilizada durante siglos para los trueques comerciales desde tiempos de los guanches, los antiguos pobladores anteriores a la conquista hispana. Desde El Portillo se sigue la pista de las Siete Cañadas (Camino Real de Chasna), adentrándonos en un paisaje singular y una flora endémica dominada por la retama y el alhelí del Teide (*Erysimum scoparium*), la hierba pajonera (*Descurainia bourgeauana*) y el tajinaste rojo (*Echium wildpretii*).

El sendero recorre el denominado Circo de Las Cañadas en su base, que queda siempre a la izquierda del camino, pudiendo admirar durante todo el recorrido la inmensidad del Teide al lado derecho. Con el nombre de Las Cañadas se conoce a una gigantesca caldera de unos 17 km de diámetro sobre la que se asienta el Pico del Teide, de 3.718 m, que supone la mayor altura de España y el tercer volcán más alto del mundo.

Durante esta etapa se observan singulares formaciones rocosas de origen volcánico, como La Papelera y El Palomar, que se alternan con diversas cañadas que dan nombre a este sendero. La primera cañada es la de Diego Hernández, donde se localiza una cueva que sirvió de refugio al último pastor de Las Cañadas, y que recibe el nombre del mismo.

A lo largo de la senda y, especialmente en la Cañada del Topo de la Grieta, también se localizan asentamientos guanches, posteriormente utilizados por pastores. El sendero termina con la Cañada del Montón de Trigo, un llano que se extiende bajo el frente de lava donde se forma una gran charca en invierno. Llegados a este punto, se puede optar por seguir por la pista hasta el Parador Nacional de Turismo o bien continuar por la siguiente etapa del Camino Natural, hacia la Degollada (collado) de Guajara. Junto al Parador se puede también encontrar la ermita de Las Nieves.

DESDE EL PARADOR DE LAS CAÑADAS DEL TEIDE A VILAFLORES

La ruta parte del Parador Nacional hasta conectar con la pista de las Siete Cañadas. El tramo que discurre hasta el sendero que asciende a la Degollada de Guajara es muy cómodo, pues no existe apenas desnivel.

Desde la parte del Camino que transita por las Siete Cañadas se podrá disfrutar de la visión de la formación rocosa de El Capricho, lugar donde se permite realizar escalada.

Al llegar a la Cañada del Montón de Trigo, tomaremos un sendero que asciende en pendiente constante hasta la Degollada de Guajara, emplazamiento que permite una panorámica del Circo de Las Cañadas del Teide, de Pico Viejo, Montaña Blanca y del propio Pico del Teide. En este punto hay unas magníficas vistas de ambas vertientes.

Una vez superado el collado, se inicia el descenso, pasando por una pared de toba volcánica blanca. Hasta aquí, la vegetación que se va a encontrar a nuestro paso es la propia de las cumbres del Teide, destacando especies como la retama, el rosalillo (*Pteroccephalus lasiospermus*) y el codeso de cumbre, el alhelí del Teide y la hierba pajonera, anteriormente mencionadas.

Durante la bajada se alternarán los terrenos poblados de pinar y de matorral de cumbre, hasta que el camino se adentra en un pinar de escasa densidad y baja altura, para pasar a otro con mayor grado de desarrollo. En esta parte del sendero se encuentran las ruinas de la Casa de Marrubial y, más adelante, una zona de descanso bajo la sombra de un pino de grandes dimensiones, con un diámetro superior a los cuatro metros.



Vistas desde el pinar hasta la costa, en la última etapa del camino

El camino continúa dirigiéndose hacia Vilaflor, el pueblo de mayor altitud de Canarias, situado a 1.400 m de altura. En este último tramo de la etapa, el Camino Real de Chasna está trazado entre muros de piedra en seco y su firme se encuentra perfectamente conservado. Cuenta con numerosos tramos empedrados, en ocasiones con piedras de grandes dimensiones que llaman poderosamente la atención. Este mismo municipio cuenta con el pinar más longevo de Canarias, el único que no es exclusivamente de repoblación en la isla.

Una vez en Vilaflor, las señales del Camino conducirán al viajero a la plaza de San Pedro, donde se encuentra la iglesia del mismo nombre, uno de los edificios religiosos más antiguos de la isla.

DE VILAFLOR A ARONA

Partiendo de la iglesia de San Pedro, en Vilaflor, se continúa en ascenso por carretera hasta la ermita de San Roque, desde donde se tendrán unas espléndidas vistas del pueblo y de la costa sur de la isla. Un poco más arriba el sendero se adentra en un bosque de pinar seco.

Al ir ascendiendo, el itinerario se adentrará en el Parque Natural de La Corona Forestal, pasando junto al depósito municipal de aguas, hasta llegar a una zona denominada Las Corujas, un lugar donde antiguamente se transformaba la leña en carbón, y desde donde se puede contemplar de nuevo la amplitud del paisaje del pinar hasta la costa.

A partir de aquí, el sendero desciende penetrando en el Paisaje Protegido de Ifonche, donde el pinar se alterna con algunas terrazas de cultivo, pasando por el puente del Guayero, que atraviesa el barranco de Las Goteras, considerado la zona de mayor interés florístico del paisaje. A medida que el camino se acerca al caserío de Ifonche y hasta el final del sendero, se pueden observar antiguas eras de trilla circulares, donde se trillaban los cereales y posteriormente se aventaban para obtener el grano, una zona ideal para hacer un alto en el camino.

Una vez llegados a la base del Roque Imoque, el sendero se adentra en la Reserva Natural Especial del Barranco del Infierno, desde donde se divisa el pueblo de Adeje y Los Cristianos, así como las islas de La Gomera y La Palma.

En este último tramo del Camino también destaca la presencia del Roque del Conde, en cuya cima se encuentran algunos restos de grabados aborígenes, y de la vegetación característica de la zona, dominada por el cardonal-taibaibál.

Continuando por el barranco de El Rey se alcanza el barrio de Vento de Arona y, después de atravesar sus calles, se llega al casco histórico de esta localidad. Allí, en la plaza de la Salud, donde se encuentran la iglesia y el ayuntamiento, se da por concluido el recorrido.

PARQUE NACIONAL DEL TEIDE

Declarado Patrimonio Mundial por la UNESCO en 2007, el Parque Nacional del Teide, situado en el centro de Tenerife, es una visita obligada en la isla. Con una altitud media superior a los 2.000 m, este Parque Nacional alberga una de las muestras mundiales más espectaculares de un ecosistema volcánico de alta montaña, cuya máxima expresión es el mítico Pico del Teide.

El teleférico del Teide salva un desnivel de 1.199 m hasta la base del Pico, situada a 3.555 m de altitud. Desde la estación del teleférico de La Rambleta, antiguo cráter de 850 m de diámetro, hasta la cumbre del Teide, a 3.718 m, sólo se puede acceder por el sendero de "Telesforo Bravo". Para ello es imprescindible disponer de un permiso que se puede solicitar online o en las oficinas del Parque Nacional, en Santa Cruz de Tenerife.

Bajo la sombra del Pico se encuentran los caminos al Mirador de La Fortaleza y al Mirador del Pico Viejo. Desde el camino del Mirador de La Fortaleza se eleva el sendero por la empinada ladera del Teide que conduce hasta su mítico cráter, de 80 m de diámetro, desde donde se pueden divisar todas las islas del archipiélago canario.

El Parque Nacional del Teide destaca por su singularidad volcánica y biológica, con una flora rica en endemismos y monumentos geológicos asombrosos, como la grandiosa caldera de forma elíptica, una de las más grandes del mundo, con 16 km de eje mayor, en cuyo interior se formó el estratovolcán, y que marca el límite natural del Parque.

Las distintas erupciones del volcán marcaron el relieve del suelo. A los pies de la pared del circo se encuentran las denominadas Cañadas del Teide, planicies sedimentarias de color amarillo claro que sorprenden por sus enormes ríos de lava petrificada y donde se acumula gran cantidad de material erosionado.

La variedad de conos volcánicos, cráteres, chimeneas, roques, cenizas y coladas de lava se extienden por las más de 18.900 ha del Parque Nacional del Teide y constituyen un extraordinario paisaje de colores y formas que no deja indiferente a ningún visitante.



Vista del Pico del Teide y el Parador a su pie

CAMINO NATURAL COSTAS DE LA GOMERA

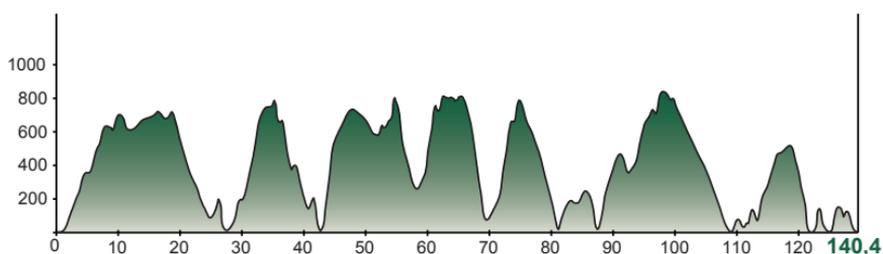
MIDE

Severidad del medio natural	2		Desnivel subida	6.540 m	
Orientación en el itinerario	2		Desnivel bajada	6.540 m	
Dificultad en el desplazamiento	3		Longitud ruta*	140,4 km	
Cantidad de esfuerzo necesario	5		Horario	48 h 35 min	

◆ Población ● Punto de interés

*Incluye ramal 3.1

San Sebastián de la Gomera  San Sebastián de la Gomera



UNA ISLA MODELADA POR EL TIEMPO

Dentro del archipiélago canario, La Gomera es la segunda isla más pequeña después de la isla de El Hierro. Fue declarada Reserva Mundial de la Biosfera por la UNESCO el 11 de julio de 2012 en la categoría de “excelente”, convirtiéndose así en la sexta que hay en Canarias con esta distinción.



La ermita de Coromoto, enclavada en una zona de materiales muy antiguos y erosionados

La seña de identidad del paisaje gomero son sus profundos barrancos e imponentes acantilados. Este paisaje, agreste y singular, es fruto de la erosión producida sobre los antiquísimos materiales acumulados en diferentes periodos eruptivos pues desde hace más de dos millones de años las entrañas de la isla permanecen en calma.

SAN SEBASTIÁN DE LA GOMERA-HERMIGUA

La primera etapa del Camino, de 26,7 km de longitud, comienza con un agradable paseo por la capital, San Sebastián de la Gomera. Una vez fuera de la ciudad, el sendero asciende para adentrarse en el Parque Natural de Majona, espacio de gran belleza y abrupta orografía. Sobre la mitad de esta etapa se atraviesa un denso fayal-brezal, y más adelante se deja a la derecha el Roque Garaballo. Llegando a los últimos kilómetros de la etapa, el cardonal-tabaibal protagoniza la vegetación alrededor del camino, y el senderista deja, otra vez a su derecha el sendero de La Caleta a Punta de San Lorenzo, para finalizar entre plataneras en la playa de Hermigua.

HERMIGUA-PLAYA DE VALLEHERMOSO

Los 15,3 km de esta segunda etapa comienzan en Hermigua. El Camino asciende ladera arriba entre bosques de pino canario y brezales, hasta llegar a la zona más alta de la etapa en la que la laurisilva se convierte en la vegetación habitual. Así se llega al Centro de Visitantes del Parque Nacional de Garajonay, Juego de Bolas. Tras recorrer algunos kilómetros, el caminante se encuentra con Las Rosas y el embalse homónimo. Tras cruzar la presa, se deja a la izquierda el inicio de la alternativa que va desde Las Rosas hasta los Chorros de Epina. A partir de aquí, el recorrido alterna subidas y bajadas para, en términos generales, descender hasta la playa de Vallehermoso, punto final de esta etapa.



Un denso fayal-brezal sombrea el camino en algunos tramos



El Camino ofrece bonitas vistas del barranco de la Negra

PLAYA DE VALLEHERMOSO-ALOJERA

Esta etapa, de 15,5 km, une el Parque Marítimo de la Playa de Vallehermoso con Alojera. El sendero transita por paisajes con predominio de los materiales más antiguos de la isla, el denominado complejo basal. La erosión de estos antiguos materiales ha originado unos increíbles paisajes, que junto a las espectaculares vistas que ofrece la costa norte de la isla, hacen de esta etapa un auténtico placer para los sentidos.

LAS ROSAS-CHORROS DE EPINA

Esta etapa tiene una longitud de 11,9 km, y se trata de una ruta alternativa a las etapas que llegan a Playa de Vallehermoso y Alojera. Tiene su inicio en la presa de Las Rosas y finaliza en los Chorros de Epina. Su recorrido atraviesa el núcleo de Vallehermoso donde conecta con el Camino Natural Cumbres de La Gomera. El sendero pasa cerca del Monumento Natural de Roque Cano, por lo que el caminante puede contemplar este pitón volcánico, así como las formaciones botánicas de sabinar canario y, a mayor altitud, el denominado monteverde, compuesto de especies como brezo, faya, acebiño, etc.

ALOJERA- VALLE GRAN REY

Esta etapa, de 11,1 km que une Alojera con Valle Gran Rey, atraviesa dos importantes espacios naturales, el Monumento Natural del Lomo del Carretón, imponente farallón basáltico que separa la altiplanicie de la meseta central de las cotas más bajas, y el Parque Rural de Valle Gran Rey, único espacio natural con esta figura de protección de la isla. El Camino recorre la majestuosidad de los paisajes formados por riscos casi verticales y por profundos barrancos modelados a lo largo de millones de años.



Cabecera del barranco de las Cinco Palmas

LA CALERA (VALLE GRAN REY)-LA DAMA

La ruta continúa a lo largo de los 16,5 km de esta etapa, entre La Calera y La Dama. El Camino atraviesa grandes desniveles como el lomo del Harinero o el barranco de Argaga, y suaves lomas que separan los barrancos en la parte sur de la isla, hasta alcanzar la población de La Dama, que acoge una de las mayores superficies de cultivo de plataneras de la isla.

LA DAMA-ALAJERÓ

Desde La Dama hasta Alajeró, el Camino atraviesa, durante 12,2 km varios barrancos y anchas lomadas, surcadas de bancales y salpicadas de pequeños núcleos rurales de gran acervo tradicional y cultural. Este conjunto de elementos conforman un armonioso y bello paisaje, característico del sur de La Gomera.

ALAJERÓ-PLAYA DE SANTIAGO

Los 10,5 km de esta etapa transcurren entre las localidades de Alajeró y Playa de Santiago, entre valles y lomas donde, no hace mucho tiempo, se desarrollaron extensas zonas de cultivo. El abandono de la mayor parte de estos cultivos ha cambiado el paisaje de esta parte de la isla, pero el encanto de este entorno modelado por el hombre aún se mantiene.

PLAYA DE SANTIAGO-SAN SEBASTIÁN DE LA GOMERA

Esta última etapa, de 20,1 km comienza en Playa de Santiago. En su recorrido, se atraviesan numerosos barrancos y se accede a playas de gran valor paisajístico, como la de El Cabrito (Monumento Natural) y la de la Guancha. El Camino en esta etapa es testigo del abandono de la agricultura en los numerosos bancales y la posterior proliferación del cardonal-tabaibal. San Sebastián de La Gomera, capital de la isla, es el punto final de esta última etapa del Camino Natural.



Paisaje típico de fondo de barranco

EL ORIGEN DEL PLÁTANO EN CANARIAS

Las plataneras son plantas del género *Musa*, propias de climas tropicales de temperaturas suaves y abundancia de agua. Originarias de Asia tropical (Sudeste Asiático, India y Malasia), están presentes en los cinco continentes. La llegada de este género al continente africano se remonta al siglo V, produciéndose a través de Madagascar, y estableciéndose en las costas del Mediterráneo en el siglo VI. La presencia del plátano de Canarias fue más tardía, produciéndose a través de Guinea, provocada por las conquistas africanas de los portugueses. Desde las Islas Canarias el plátano se introdujo en América en los viajes de colonización al Nuevo Mundo.

El cultivo del plátano en las Islas Canarias fue promovido por comerciantes ingleses de finales del siglo XIX, cultivándose en todas las islas excepto en Fuerteventura y Lanzarote, debido a la escasez hídrica. Su cultivo a gran escala en las Canarias comenzó a principios del siglo XX, momento en el que se produjeron fuertes inversiones de compañías principalmente británicas, a lo que contribuyó decisivamente la modernización de los sistemas de regadío, y propició el desarrollo de una floreciente actividad agrícola, basada inicialmente en el cultivo de tomate, y posteriormente en el del plátano.

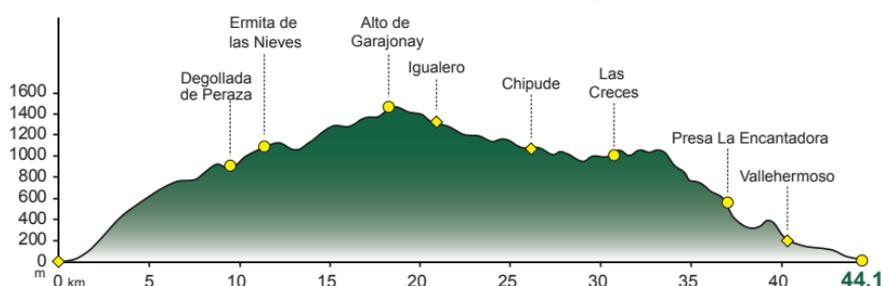
CAMINO NATURAL CUMBRES DE LA GOMERA

MIDE

Severidad del medio natural	2		Desnivel subida	2.025 m	
Orientación en el itinerario	2		Desnivel bajada	2.010 m	
Dificultad en el desplazamiento	3		Longitud ruta	44,1 km	
Cantidad de esfuerzo necesario	5		Horario	15 h 12 min	

◆ Población ● Punto de interés

San Sebastián de La Gomera → Playa de Vallehermoso



ENTRE VALLES, ROQUES Y BOSQUES MILENARIOS

Este camino natural enlaza San Sebastián de La Gomera con la playa de Vallehermoso, coincidiendo en casi toda su longitud con el sendero GR-131. A lo largo de las 3 etapas (más un ramal que une Vallehermoso con su playa) en las que se puede completar el recorrido, el viajero atraviesa gran parte de los ecosistemas de la isla (las costas y el cardonal-tabaibal en el piso basal; el bosque termófilo; la laurisilva y el fayal-brezal formando el monte-verde; y el pinar canario), pudiendo contemplar la variada orografía insular, salpicada de roques de formas caprichosas, así como de profundos y encajados barrancos sobre los que habita una rica vegetación con numerosos endemismos. La magnífica representación del monte-verde canario en la altiplanicie central, con su máximo exponente en el Parque Nacional de Garajonay, hace que este camino sea un auténtico regalo para los sentidos.



Tapizado vegetal

DE SAN SEBASTIÁN DE LA GOMERA A LA DEGOLLADA DE PERAZA

La primera etapa parte de San Sebastián de La Gomera, realizando 1,5 km por el casco urbano. Fuera del pueblo, el sendero comienza una fuerte ascensión zigzagueante por la ladera de El Lomo de las Vueltas, entre tabaibas y balos, hasta llegar al paraje La Sabina o El Higueral. Tras pasar Ayamosna, el Camino alterna sendas empedradas y pistas asfaltadas hasta llegar al Monumento Natural del Barranco del Cabrito. Más adelante se puede contemplar el barranco de Las Lajas y divisar los núcleos de La Laja y de Chejelipes. Y finalmente, tras un recorrido de 9,6 km desde el inicio de esta etapa, un sendero conduce hasta el mirador de la Degollada de Peraza.

DE DEGOLLADA DE PERAZA A CHIPUDE

Este tramo, de 16,3 km, atraviesa una de las zonas de mayor valor natural de la isla, el Parque Nacional de Garajonay. Partiendo del mirador de la Degollada de Peraza, el Camino llega hasta Los Campos de Las Nieves y el área de descanso de la ermita de Las Nieves, para continuar luego entre pinos canarios y densos brezales, atravesando pasarelas metálicas y de madera para cruzar en diversas ocasiones la carretera GM-2. Desde el mirador de los Roques se puede contemplar el barranco de Benchijigua. Más adelante, desde el mirador del Morro de Agando, se contempla en conjunto el Monumento Natural de los Roques, y desde el mirador de Tajaqué, siempre que las habituales nieblas transportadas por los vientos alisios lo permitan, se puede contemplar una vez más la caldera de Benchijigua. El Camino continúa ofreciendo vistas al lomo de La Mulata, con el roque de Agando en el horizonte, hasta alcanzar la rotonda de Pajarito. Se continúa por un sendero ascendente hasta el Alto de Garajonay, que con sus 1.487 m de altitud es la cumbre más elevada de la isla, pudiendo observar en días claros las vecinas islas de Tenerife, La Palma, El Hierro, e incluso Gran Canaria. Llegados a este punto, comienza el descenso hasta el pueblo de Igualero, pasando antes por su mirador, que cuenta con un monumento al silbo gomero y con una ermita, y desde donde se puede observar una panorámica completa del barranco de Erque, dentro del Paisaje Protegido de Orone, con el Monumento Natural de la Fortaleza de Chipude como fondo. Esta etapa finaliza en Chipude, una vez pasada la presa China, el núcleo rural de Pavón.



El camino permite disfrutar de bellos bosques de laurisilva



Monumento Natural de los Roques (Roque de Agando)

DE CHIPUDE A VALLEHERMOSO

Con una longitud de 14 km, y partiendo de la plaza de Chipude, esta tercera etapa comienza atravesando el barranco de Los Manantiales hasta El Cercado. Tras atravesar este núcleo urbano, un sendero conduce al barranco del Agua, perteneciente a Valle Gran Rey, donde se encuentra el Parque Rural del mismo nombre, sin duda, el más impresionante de los barrancos de La Gomera. Tras un corto ascenso se alcanza el núcleo rural de Las Hayas, donde tomando el camino del Coromoto, se llega a la ermita de la localidad y su área de descanso, antes de adentrarse de nuevo en el Parque Nacional de Garajonay.

Tras cruzar la carretera GM-2, comienza el descenso por la montaña de Araña, entre un atractivo bosque de laurisilva, hasta el mirador Risquillo del Corgo. La ruta continúa entre pistas hasta la ermita del Carmen, donde comienza un descenso serpenteante, flanqueado por el Roque Cano, hasta el pequeño núcleo rural de La Rosa de las Piedras, situado en el barranco del Ingenio, y el área recreativa de la presa de La Encantadora.

Tras una subida hacia el Roque Cano, a cuyos pies se encuentra Vallehermoso, el Camino desciende hasta alcanzar dicha localidad proporcionando bellas panorámicas del barranco del Ingenio y su valle moteado de palmeras canarias y banales. En la plaza del Ayuntamiento de Vallehermoso finaliza esta etapa y se puede enlazar con una de las etapas del Camino Natural Costas de La Gomera.

DE VALLEHERMOSO A LA PLAYA DE VALLEHERMOSO

Desde el centro urbano de Vallehermoso se tiene la posibilidad de continuar el Camino siguiendo el ramal de 3,7 km que lleva a la playa de Vallehermoso. Saliendo del casco urbano y siguiendo la carretera hacia la playa, la ruta cruza el cauce del barranco del Valle, pasa por el núcleo rural de Valle Abajo, hasta llegar al Parque Marítimo de Vallehermoso y su playa.

PARQUE NACIONAL DE GARAJONAY

El Parque Nacional de Garajonay fue creado en 1981 con el fin de proteger la mejor muestra conservada de laurisilva canaria, y fue incluido en 1986 en la lista del Patrimonio Mundial por la UNESCO como reconocimiento a sus valores naturales, consiguiendo así la máxima categoría que puede alcanzar un Espacio Natural Protegido. Ocupa una extensión de 3,984 ha, localizándose en la altiplanicie central de la isla de La Gomera.

La presencia durante todo el año del mar de nubes provocado por el choque de aire húmedo transportado por los vientos alisios del noreste con las cumbres de las islas hace que el aire se eleve y se condense formando una zona de nieblas, indispensable para la existencia del monteverde canario, formación vegetal dominante y característica del Parque.

Bajo el término de monteverde se engloban los dos tipos de bosque que ocupan el 85% de la superficie del Parque: por un lado la laurisilva, bosque nuboso subtropical con árboles cuyas hojas se parecen a las del laurel, característica de la que toma el nombre, como el viñatigo (*Persea indica*), el tilo (*Ocotea foetens*), el laurel (*Laurus azorica*), el palo blanco (*Picconia excelsa*), el acebiño (*Ilex canariensis*) o el sanquino o sanguinero (*Rhamnus glandulosa*), con una gran cantidad de musgos, helechos y plantas herbáceas que ocupan los enclaves más húmedos y umbrosos; y por otro lado el fayal-brezal, formaciones con elevada presencia de brezos de porte arbóreo (siendo el Parque uno de los lugares del mundo donde estas plantas alcanzan mayor tamaño) y fayas, que aparecen en lugares más secos, con peores suelos –por ello suelen aparecer en los límites superiores de la laurisilva y en las zonas escarpadas y expuestas al viento– o como resultado de la degradación de la laurisilva por la acción antrópica.

En el Parque Nacional de Garajonay habitan multitud de especies de flora y fauna, contando con unos 120 endemismos vegetales y más de 150 animales, lo que le convierte en el lugar de Europa con mayor número de endemismos por unidad de superficie.



Playa de Vallehermoso

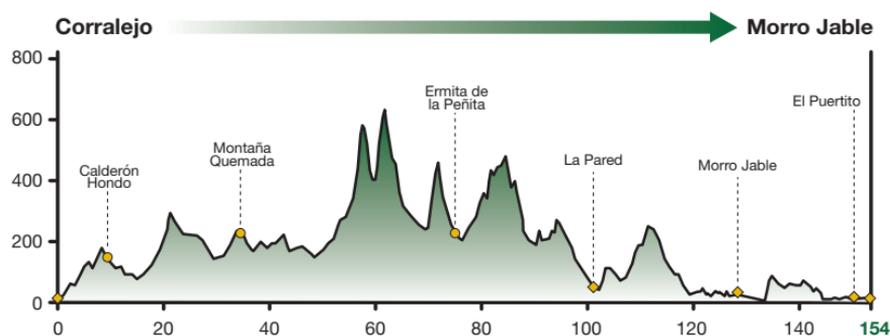
CAMINO NATURAL DE FUERTEVENTURA

MIDE

Severidad del medio natural	2 	Desnivel subida	2.685 m 
Orientación en el itinerario	3 	Desnivel bajada	2.700 m 
Dificultad en el desplazamiento	3 	Longitud ruta*	260 km* 
Cantidad de esfuerzo necesario	3 	Horario	52 h 30 min** 

◆ Población ● Punto de interés

*Longitud total incluyendo los ramales
**9 etapas de aprox. 6 h cada una



ARENAS DORADAS, PLAYAS DE AGUAS TURQUESAS Y MALPAÍSES VOLCÁNICOS EN LA ISLA MAJORERA

Fuerteventura es la segunda isla más extensa del archipiélago canario y fue declarada en su totalidad Reserva de la Biosfera por la UNESCO el 26 de mayo de 2009. La geomorfología representa el factor paisajístico dominante y sus amplias playas su mayor atractivo turístico.

El Camino Natural discurre por senderos de perfil suave, salvo excepciones, como la subida al Pico de la Zarza o a la degollada de Cofete, ya que la orografía de Fuerteventura está marcada por un acentuado efecto de la erosión, con elevaciones



Panorámica de la Caleta de La Madera y de la Punta del Pesebre, al fondo



Mesa informativa sobre las montañas que se dibujan en el horizonte

suavizadas por los vientos y las lluvias a lo largo de los siglos. Durante el trayecto se puede disfrutar de la mayoría de los espacios naturales protegidos que comprenden casi el 30% de la isla.

Recorrer las nueve etapas en que se divide el Camino Natural implica atravesar el islote de Lobos y la isla de Fuerteventura de norte a sur por un característico paisaje semidesértico, ausente de cobertura arbolada en casi la totalidad del recorrido. Esto, junto a la escasez de lluvias y temperaturas casi constantes por encima de los 20°, aconseja al caminante de proveerse de protección solar y de abundante agua antes de afrontar cualquier etapa, y si se encuentra en los meses estivales, evitar caminar en las horas centrales del día.

A través del Camino Natural también se conocerá la historia de Fuerteventura, su cultura aborígen anterior a la conquista normanda y su pasado señorial, además de los distintos sistemas de cultivo tradicionales, con los que el pueblo majorero ha luchado frente a la hostilidad del terreno y la falta de agua para desarrollar su actividad agraria.

GR-131: LA ISLA DE LOBOS Y DE CORRALEJO A PUNTA JANDÍA

El Camino Natural comienza recorriendo la isla de Lobos, situada al nordeste de Fuerteventura, un pequeño islote que en siglos pasados fue morada de una nutrida colonia de focas monje (*Monachus monachus*), a las que debe su nombre (lobos marinos). La ruta atraviesa la mítica isla de sur a norte, desde El Muelle hasta el faro de Martiño.

Desde el casco urbano de Corralejo, el Camino continúa adentrándose en la naturaleza volcánica de Fuerteventura, pasando por calderas, conos volcánicos y otros restos originados por las distintas erupciones, entre los que destaca el Monumento Natural del Malpaís de la Arena, un bello campo de lava que se extiende hacia Lajares y La Oliva.

El trayecto toma dirección hacia la emblemática y legendaria Montaña de Tindaya, un lugar sagrado para los aborígenes de la isla, cuya imagen acompaña al caminante durante buena parte del trayecto.

Tras atravesar el pueblo de Tindaya, el camino alcanza la Montaña Quemada y cruza las llanuras del Tablero Blanco y el Tablero de las Avutardas, finalizando en la ermita de San Agustín de Tefía.



Faro de la playa de El Matorral

LOS CULTIVOS MAJOREROS TRADICIONALES

Fuerteventura ha tenido una fuerte tradición agraria que se especializó en distintas técnicas de cultivo para aprovechar al máximo las escasas lluvias que se descargan en la isla, haciendo aptos para el cultivo terrenos en los que antes hubiera sido imposible. Dentro de estas técnicas, las más representativas son los nateros, las gavias y las cadenas.

Los nateros consisten en cortar el cauce de un barranquillo mediante muros de piedra seca para retener el agua de lluvia y los sedimentos y nutrientes que arrastra, recreando zonas fértiles. Las gavias son parcelas de tierra que suelen estar escalonadas y delimitadas por muros de tierra (trastones) hacia las que se canaliza el agua de lluvia. El agua va siendo filtrada por la tierra, que la dota de las cualidades óptimas para el cultivo.

Las cadenas son una variante de los nateros y, a diferencia de éstos, se encuentran a mitad de las laderas de las montañas, por lo que sus dimensiones difieren. Son construcciones de muros de piedra seca que retienen los sedimentos arrastrados por la erosión del agua que, con el paso de los años, van creando las zonas de cultivo. Este tipo de estructuras juegan un papel importantísimo en la lucha contra la desertización.



Alto del Morro del Morralito

Desde la ermita de San Agustín de Tefía, el Camino se dirige hacia la capital histórica de la isla, Betancuria, villa fundada en el siglo XV durante la conquista normanda de Fuerteventura, a la que se llega después de bordear la inconfundible Montaña Bermeja y de atravesar el valle de Santa Inés.

Después de atravesar las estrechas calles de Betancuria, el sendero continúa por el Morrete de Tegetuno hacia el sur, pasando por un pinar de repoblación que contrasta con la vegetación del sendero, y por zonas de cultivos tradicionales en la zona de la Vega de Río Palmas y el valle de Los Granadillos, para alcanzar después la población de Toto y poner rumbo hacia Pájara, donde concluye la etapa.

El siguiente tramo transita en su mayor parte por un sistema montañoso casi desprovisto de vegetación, alcanzando su cota más alta en el Filo de Tejeda. Posteriormente, el sendero baja hasta El Cardón y deja atrás las escarpadas montañas para terminar en La Pared, un pueblo que debe su nombre a la muralla que separaba los reinos de Guise y Ayose en tiempos aborígenes.

El Camino Natural atraviesa la zona urbana de La Pared y se adentra en el Parque Natural de Jandía, que comprende la mayor parte de la península del mismo nombre, recorriendo el agreste y arenoso paraje de El Jable en dirección a la costa este de la isla, donde concluye en la hermosa playa de Sotavento.

La ruta sigue por dicha playa de Sotavento y continúa su recorrido por la costa sureste de la isla por un terreno ondulado muy próximo a las playas de esta parte del litoral, cruzando una de ellas, la del Mal Nombre, hasta que llega a la playa del Matorral, donde se encuentra el Saladar de Jandía, un espacio protegido de alto valor natural y científico.

El Camino se aproxima a la Punta de Jandía, el extremo más meridional de la isla, a través de las extensas llanuras de los Tableros que conforman la terraza costera que queda al oeste del Camino Natural y el valle de los Mosquitos, pasando por



Faro de la Punta de Jandía



Monumento Natural de Montaña Cardón

pequeños acantilados y algunos barrancos, hasta alcanzar una pista de tierra que conduce hasta el faro.

SENDEROS LOCALES Y DE PEQUEÑO RECORRIDO

El sendero local SL-FV-2 permite llegar hasta las faldas de Calderón Hondo, un solitario cono volcánico que es uno de los más espectaculares de la zona norte de Fuerteventura.

Desde la playa de Esquinzo, el sendero PR-FV-1 recorre el litoral hasta la localidad de El Cotillo, adentrándose después en el interior por llanos semidesérticos, hasta las montañetas de los Frailes y los Corraletes para descender después al barranco de la Cañada de Melián.

El sendero PR-FV-9 se adentra en el Paisaje Protegido de Vallebrón, una zona de alto valor natural donde se podrán ver además las formas de cultivo tradicionales con las que los majoreros han luchado contra la hostilidad del medio.

El sendero PR-FV-15 parte de la ermita de San Agustín de Tefía, donde coincide con el camino principal, del que se separa en un cruce en dirección a la Montaña de la Fortaleza y al pueblito de Casillas del Ángel, desde el cual alcanza el valle de Tetir.

El sendero de pequeño recorrido PR-FV-15.1 comienza en la ermita de San Agustín de Tefía y sube a la degollada de Facay para descender a través del valle de Tetir a La Solana, donde conecta con el PR-FV-15 hasta el pueblo de Tetir.

El sendero local SL-FV-29 comienza en el tramo del GR-131 que va desde Betancuria a Pájara, a la altura de la Degollada de Tegetuno. A partir de este punto, el sendero

asciende suavemente por la cara oeste de la montaña hasta llegar a la Degollada Vieja donde desciende por la cara este hasta Antigua.

El sendero local SL-FV-28 acompaña durante el inicio de su trayecto al SL-FV-31, hasta llegar al pico del Morro Rincón del Atajo, desde donde tras un suave descenso, alcanza las afueras del pueblo Agua de Bueyes.

Con la Caldera de Gairía en el horizonte, la ruta SL-FV-31 parte del pueblo de Tiscamanita y asciende hasta la cresta de Morro Jorjado, donde ofrece magníficas panorámicas de la zona, para descender después al pueblo de Agua de Bueyes y continuar desde allí hasta Vega de Río Palmas.

El sendero SL-FV-27 se desvía del camino principal a la altura de Vega de Río Palmas y atraviesa un magnífico desfiladero de granito por el cauce del barranco hasta la presa y la ermita de Las Peñitas.

El sendero SL-FV-53 parte del pueblo de El Cardón y sube hasta la montaña del mismo nombre, declarada Monumento Natural, en cuya cima se encuentra la ermita de la Virgen del Tanquito, que cada año protagoniza una popular romería a principios del mes de mayo.

Desde el núcleo urbano de Morro Jable, el PR-FV-54 emprende la subida hasta el Pico de La Zarza, la cota más alta de la isla, cuya cumbre es un excelente mirador hacia las costas de Cofete y las montañas de su entorno, dentro del Parque Natural de Jandía.

El sendero PR-FV-55 arranca a los pies del Gran Valle y realiza un recorrido espectacular de gran interés natural hasta el pueblo de Cofete, ofreciendo durante el trayecto unas espectaculares panorámicas de la costa y de los macizos montañosos de esta parte de la isla.

Comenzando y terminando en la pequeña población de El Puertito, el sendero circular PR-FV-56 transita primero por un terreno volcánico y después por otro arenoso, realizando un trayecto con magníficas panorámicas del litoral mayorero.

LA MONTAÑA DE TINDAYA

La Montaña de Tindaya está declarada Monumento Natural de la Red Canaria de Espacios Protegidos y Bien de Interés Cultural. Tindaya es algo más que una montaña que destaca por la belleza de su perfil; es parte de los mitos de Fuerteventura desde los albores de su cultura. Esta montaña era sagrada para los aborígenes de la isla, los majos, que dejaron su impronta en la roca con más de trescientas siluetas de pies humanos, denominados podomorfos. La importancia histórica y arqueológica de este lugar también se vio aumentada al descubrirse varios enterramientos en túmulos.

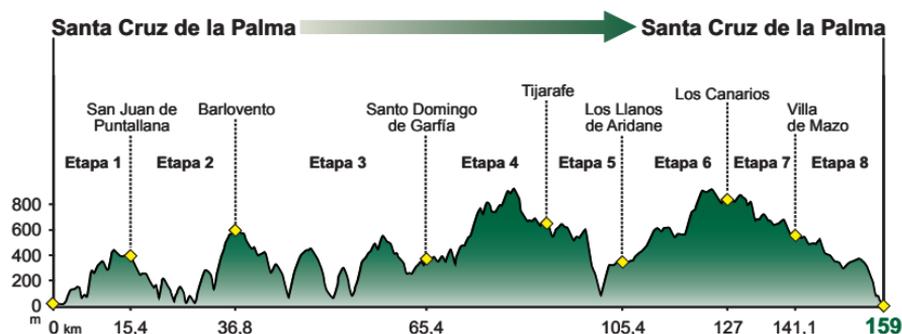
CAMINO NATURAL DE LA PALMA

MIDE

CAMINO NATURAL DE LA PALMA. GR-130

Severidad del medio natural	2 	Desnivel subida	5-750 m 
Orientación en el itinerario	2 	Desnivel bajada	5-745 m 
Dificultad en el desplazamiento	2 	Longitud ruta*	159 km 
Cantidad de esfuerzo necesario	5 	Horario	46 h 

◆ Población ● Punto de interés



POR TIERRAS BENAHORITAS

GR-130: CAMINO REAL DE LA COSTA Y MEDIANÍAS

Tradicionalmente, las principales localidades de la isla de La Palma se han unido entre sí a través del llamado Camino Real de La Costa y Medianías. El GR-130 es un sendero basado en estos antiguos caminos de comunicación entre poblados, utilizado para distancias a realizar en media jornada.

Los 159 km de longitud de este camino natural bordean la isla de manera circular en ocho etapas, comenzando en Santa Cruz de La Palma y continuando en sentido contrario a las agujas del reloj.



SANTA CRUZ DE LA PALMA-SAN JUAN DE PUNTALLANA

Discurre entre los municipios de Santa Cruz de La Palma y de Puntallana, en una zona de fuerte presión urbana. Al recorrer esta etapa se puede disfrutar del barrio histórico de Santa Cruz, conocer el Barranco del Agua, de 355 m de profundidad, declarado Sitio de Interés Científico, con una de las más importantes muestras de cardonales de la isla, y visitar la ermita de Santa Lucía.

SAN JUAN DE PUNTALLANA-BARLOVENTO

Desde Puntallana a Barlovento se atraviesan las tierras más fértiles y mejor acondicionadas para la agricultura de la isla. Se trata de una etapa con un desnivel acumulado de 1.110 m debido a los cinco profundos barrancos que se atraviesan.

Los barrancos de esta zona son fuente de numerosas leyendas como la del “Salto del enamorado” que perdió la vida por hacer equilibrios en el barranco para conquistar a su dama.

El casco histórico de San Andrés y el Barranco de Nogales son parada obligatoria de este tramo.

BARLOVENTO-SANTO DOMINGO DE GARAFÍA

Recorre el norte de la isla, donde las tierras están más aisladas y los barrancos son más profundos. En invierno, el viento alisio y el frío acompañan al camino. La laurisilva llega al nivel del mar, un mar que en esta zona de la isla es bravo. Parte de estos barrancos y acantilados conforman la Reserva Natural Especial de Guelguén.

Además de la Reserva, destacan en esta etapa el Barrio de la Tosca, donde los vecinos vivían de la comercialización de las hojas del abundante drago empleadas en la cestería; el impresionante mirador, pasada la localidad de Franceses, y las casas cuevas habitadas hasta mediados del siglo XX.

Los últimos ocho kilómetros de la etapa ofrecen un paisaje más suavizado y un clima más cálido.



Vistas desde el Barranco de Nogales



Reserva Natural Especial de Guelguén

SANTO DOMINGO DE GARAFÍA-PUNTAGORDA-TIJARAFE

Este tramo presenta un ascenso continuado pero muy cómodo que ofrece bellos paisajes rurales entre las agrestes laderas de los barrancos, como los dragonales de Buracas y las coquetas casas de Las Tricias.

En Buracas sale una variante del Camino de unos 20 minutos que permitirá visitar los dragos (*Dracaena draco*) más antiguos y de mejor porte. Tras visitar la ermita del Sagrado Corazón de Jesús de Tinizara, muy próximo a Puntagorda, hay que acercarse a conocer El Fayal, un reducto de bosques con ejemplares centenarios de pino (*Pinus canariensis*), con un sotobosque de brezos (*Erica arborea*) y fayas (*Myrica faya*) que le dan nombre al lugar.

TIJARAFE-LOS LLANOS DE ARIDANE

Se trata de uno de los tramos más cortos del GR, aunque esconde amplios paisajes como el que se abre sobre el valle de Aridane, mezclado con un final de etapa en donde se llega a una de las zonas urbanas más grandes de la isla.

Esta etapa también ofrece el impresionante precipicio de las Laderas de Amagar, cuyo camino es llamado de las Vueltas de Amagar, por sus 73 vueltas, que llevan hasta el Paisaje Protegido del Barranco de las Angustias. Antes de llegar a su fondo se encuentra la ermita de la Virgen de las Angustias.

Muy próximo al recorrido se halla el Monumento Natural de Los Volcanes de Aridane, formado por los conos de Argual, Triana, La Laguna y Todoque, que se disponen paralelos a la costa del valle de Aridane.

LOS LLANOS DE ARIDANE-FUENCALIENTE

Etapa con dos sectores bien diferenciados. El primero, por ser zona habitada, y el segundo presidido por los campos de lava del paisaje protegido de Tamanca y los pinares de Fuencaliente.

Se puede contemplar la hornacina de la Virgen de Fátima, donde en 1949 la lava paró su avance hacia el barrio de San Nicolás, salvándolo de su destrucción.

El último tramo de este recorrido llega al cono sur de la isla. El mar se hace presente al este y al oeste y, enfrente, la isla de El Hierro. Mientras, el Camino bordea antiguas calderas de suelo plano.

LOS CANARIOS-VILLA DE MAZO

En esta etapa el paisaje va cambiando desde los campos de cultivo y los solitarios pinares de la zona alta de Fuencaliente, hacia zonas más urbanizadas, como Villa de Mazo. En Tigalate y Tiguerorte sopla continuamente el alisio, acelerado y seco debido a su recorrido por la isla.

En su avance hacia el sur, el Camino gira hacia el este y permite divisar las islas de Tenerife y La Gomera. Destaca la fuente de Los Roques y el camino empedrado del barrio de Montes de Luna en Villa de Mazo.

VILLA DE MAZO-SANTA CRUZ DE LA PALMA

Este último tramo recorre una de las zonas más urbanizadas de la isla. Las numerosas cruces en todo el recorrido, y en mayor medida en esta última etapa, son un reflejo del fervor popular a las tradicionales Cruces de mayo.



Drago (*Dracaena draco*), árbol característico de Canarias

Toda la etapa transcurre por carreteras secundarias que llevan al Lugar de Interés Científico de Juan Mayor. Este espacio protegido engloba los barrancos de los Pájaros y de Juan Mayor, que destacan por su bosque termófilo, cada vez más escaso en esta zona de la isla.

Muy próximo a la ruta se encuentra el Monumento Natural del Risco de la Concepción, espectacular edificio volcánico que permite disfrutar de una excelente panorámica.



Barrancos y formaciones de sotobosque características de El Fayal

ISLA DE LA PALMA

La Palma es una de las siete islas que forman el archipiélago canario. Es conocida como “Isla Bonita” tanto por su espectacular naturaleza, en la que destacan sus bosques de laurisilva y de pino canario, como por sus pueblos y ciudades coloniales.

Los primitivos habitantes de La Palma llamaban a la isla “Benahoare” (mi tierra), y estaba dividida en 12 cantones o señoríos, gobernados cada uno por un mencey. Los aborígenes vivían fundamentalmente del pastoreo de cabras, ovejas y cerdos. En la actualidad, la ganadería se mantiene de forma minoritaria y ha dejado paso al turismo.

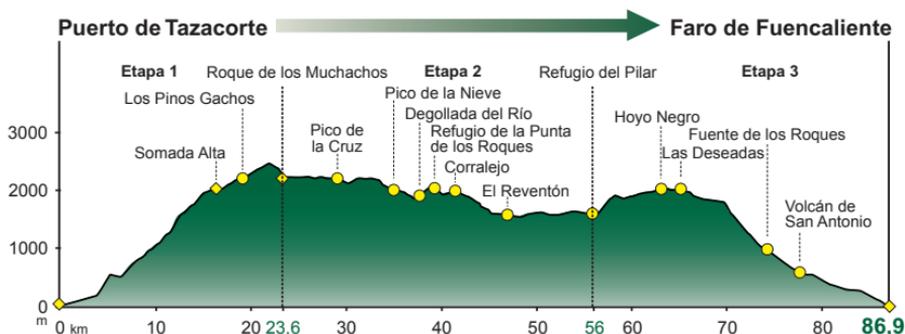
La isla de La Palma fue declarada Reserva de la Biosfera en 2002, pues alberga dos parques naturales y el Parque Nacional de la Caldera de Taburiente. Estos espacios se mantienen muy bien conservados gracias al desarrollo de un modelo de agricultura tradicional y un turismo sostenible.

MIDE

CAMINO NATURAL DE LA PALMA GR-131

Severidad del medio natural	4	⚠️	Desnivel subida	3.455 m	⬆️
Orientación en el itinerario	2	📍	Desnivel bajada	3.460 m	⬆️
Dificultad en el desplazamiento	3	👣	Longitud ruta	86,9 km	📏
Cantidad de esfuerzo necesario	5	🏃	Horario	31 h	🕒

◆ Población ● Punto de interés



GR-131 “EL BASTÓN”

El sendero conocido coloquialmente como “El Bastón” surge de la unión de dos rutas: la Ruta de los Volcanes, entre el refugio de El Pilar y Fuencaliente, y la Ruta de la Crestería, que recorre toda la cresta del Parque Nacional de la Caldera de Taburiente. Al alargar estas dos rutas hasta el mar surge el GR-131, que recibe su nombre de la forma de bastón de su trazado, y que continúa recorriendo el resto de las Islas Canarias en sentido transversal.

PUERTO DE TAZACORTE-ROQUE DE LOS MUCHACHOS

Este primer tramo consiste en un duro ascenso desde el nivel del mar hasta el punto más alto de la isla, con 2.426 m de altitud, dentro del Parque Nacional de la Caldera de Taburiente. A lo largo del ascenso se suceden los miradores del Time y de Hoya Grande, desde donde contemplar el valle de Aridane y la Caldera respectivamente.

Posteriormente se alcanza la degollada superior a 1.344 m altura, que ofrece unas inmejorables vistas sobre el Valle de Aridane, Los Llanos de Aridane y el Lomo de los Caballos. A estas alturas, los cultivos han desaparecido por completo, dejando paso al pinar.

Pasado el risco de Las Pareditas y los de Somada Alta se llega a Los Pinos Gachos, uno de los lugares más espectaculares de toda la ruta. Su nombre hace referencia al porte tortuoso de los pinos debido a los incendios que han soportado. Desde aquí se contempla la Caldera en toda su amplitud.

En las cimas, el pino da paso a matorrales de retamón (*Genista benehoavensis*) y codeso (*Adenocarpus viscosus*), antesala del Roque de los Muchachos, donde finaliza esta etapa.

ROQUE DE LOS MUCHACHOS-REFUGIO DE EL PILAR

La segunda etapa se podría dividir en tres tramos diferentes. El primero recorre todo el borde de La Caldera de Taburiente, desde el Roque de los Muchachos hasta el refugio de la Punta de los Roques, evitando las zonas más altas y manteniéndose siempre por encima de los 2.000 m entre matorrales y pinar.

El segundo tramo desciende rápidamente desde el refugio de la Punta de los Roques hasta la pista de La Hilera, divisándose Santa Cruz de La Palma, al este, y el Valle de Aridane, al oeste, durante todo el trayecto.

El tercer y último tramo de esta etapa llega hasta el refugio de El Pilar, y muestra la gran variedad de formas del relieve y la transición a las zonas cultivadas.

REFUGIO DE EL PILAR-FARO DE FUENCALIENTE

La tercera etapa lleva a la Ruta de los Volcanes que discurre por la zona alta del Parque Natural de Cumbre Vieja.

Comenzando en el refugio y manteniendo la dirección hacia el sur, se pasa por algunos de los cráteres volcánicos más espectaculares del parque como son Hoyo Negro, Duraznero, Cabrito o Montaña de Fuego.

El pinar se hace abundante en las proximidades del área recreativa de la Fuente de los Roques, antesala de Fuencaliente, donde el Camino bordea el volcán de San Antonio y llega al Faro de Fuencaliente, donde finaliza.

Una vez llegados a este punto, merece la pena acercarse a visitar su playa y sus salinas declaradas Sitio de Interés Científico.



Mar de nubes desde Roque de los Muchachos

Los caminos de La Palma GR-130 y GR-131, están descritos con todo detalle en la topografía de la isla de La Palma titulada "Red de senderos de La Palma", editada por el Cabildo Insular de La Palma.



Detalle de las paredes de la Caldera de Taburiente

PARQUE NACIONAL DE LA CALDERA DE TABURIENTE

La Caldera de Taburiente fue declarado Parque Nacional el 6 de octubre de 1954 y abarca una superficie de 4.690 ha. Está formado por un enorme circo de 8 km de diámetro con aspecto de caldera, creado por erupciones volcánicas, grandes deslizamientos, y los efectos erosivos del viento y, sobre todo, del agua.

La Caldera tiene desniveles de hasta 2.000 m, y una importante red de arroyos y torrentes que se mantiene prácticamente intacta gracias a la buena conservación de la cubierta vegetal.

Entre las numerosas especies vegetales que alberga, las más importantes son la laurisilva, compuesta por la faya o haya de Canarias (*Myrica faya*) y el brezo (*Erica arborea*); y el pino canario (*Pinus canariensis*), principal especie vegetal del Parque, que destaca por su adaptación al fuego.

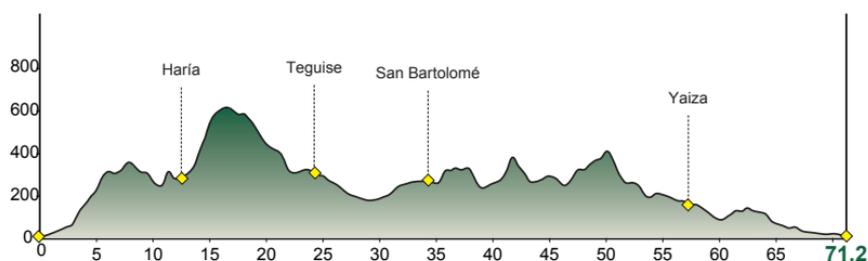
CAMINO NATURAL DE ÓRZOLA A PLAYA BLANCA

MIDE

Severidad del medio natural	1		Desnivel subida	1.400 m	
Orientación en el itinerario	2		Desnivel bajada	1.395 m	
Dificultad en el desplazamiento	2		Longitud ruta	71,2 km	
Cantidad de esfuerzo necesario	5		Horario	19 h 30 min	

◆ Población ● Punto de interés

Órzo—————→ Playa Blanca



CAMINANDO ENTRE VOLCANES DORMIDOS

Este camino natural de 71 km de longitud está distribuido en 5 etapas que recorren la isla de Lanzarote de norte a sur desde Órzo a Playa Blanca. El itinerario se puede realizar a pie y en bicicleta, siendo ciclable en la mayor parte del trazado.

En su caminar el viajero transita por espectaculares paisajes como el Volcán de La Corona y los cultivos tradicionales de La Geria. Se visitan numerosos pueblos como Haría, Teguisse y Yaiza, entre otros, donde poder conocer, con las gentes del lugar, tradiciones y compartir experiencias enriquecedoras.



Puerto de Órzo



Panorámica de Haría

ÓRZOLA-HARÍA

Esta etapa, de unos 12 km, comienza en Órzola, cuyo puerto comunica la isla de Lanzarote con la isla de La Graciosa. Poco a poco el viajero se adentra en el Monumento Natural de La Corona disfrutando de su malpaís y el Volcán de La Corona. Tras 10 km de etapa, se visita la localidad de Máguez y una vez superado el paso entre La Atalaya y Peña de María Herrera finaliza esta primera etapa en el pueblo de Haría.

HARÍA-TEGUISE

Con algo más de 12,5 km la segunda etapa parte de la localidad de Haría, dejando atrás la Casa-Museo de César Manrique. Discurre por el valle de Malpaso con tramos de exigente subida que compensan al viajero con excelentes vistas del este de la isla, divisándose los pueblos de Tabayesco y Arrieta. Finalizado el ascenso en las cercanías de las Peñas del Chache, se accede al paraje en el cual se erige la ermita de las Nieves, lugar privilegiado desde donde disfrutar de bellas panorámicas de las playas de Famara. La etapa concluye descendiendo en la monumental localidad de Tegüise.



Cordada de dromedarios

TEGUISE-SAN BARTOLOMÉ

La etapa más corta del Camino Natural de Órzola a Playa Blanca, de poco más de 9 km, parte del pueblo de Tegui. Cultivos en enarenado de picón despiden al viajero de la localidad, que poco después se realizan sobre arenas orgánicas con barreras vegetales en las llanuras de El Jable. La suave etapa finaliza en el núcleo urbano de San Bartolomé, localidad situada en el punto medio del Camino Natural de Órzola a Playa Blanca y en el centro de la isla de Lanzarote.

SAN BARTOLOMÉ-YAIZA

La cuarta etapa del Camino Natural de Órzola a Playa Blanca es, con sus más de 22 km, la más larga del recorrido. El itinerario comienza en el núcleo urbano de San Bartolomé, disfrutando de su rico patrimonio arquitectónico. El Camino transita rodeando la Caldera Honda y el Monte Guatisea, llegando al pueblo de Montaña Blanca, ascendiendo después por el paso entre los picos de Los Morretes y Montaña Blanca. Tras pasar los pueblos de Conil y La Asomada, el viajero se adentra en los cultivos tradicionales de viñedos pertenecientes al Paisaje Protegido de La Geria. La localidad de Uga y Yaiza están unidas por la senda que atraviesa el malpaís, que es utilizada también por las cordadas de dromedarios que pasean a numerosos turistas por el Parque Nacional de Timanfaya.

YAIZA-PLAYA BLANCA

La quinta y última etapa del Camino Natural de Órzola a Playa Blanca se inicia en Yaiza. El recorrido va perdiendo altura, transita por el pueblo de Las Breñas desde el que comienza un divertido descenso por senda durante varios kilómetros. En este caminar el viajero pasa por el yacimiento arqueológico conocido como Poblado del Terminillo. Poco después alcanza el núcleo urbano de Playa Blanca, finalizando esta quinta etapa y el Camino Natural de Órzola a Playa Blanca en las cercanías de la playa del mismo nombre de la localidad.



Playa Blanca

PAISAJE PROTEGIDO DE LA GERIA

Espacio Natural Protegido declarado como Parque Natural por la Ley 12/1987, de 19 de junio y reclasificado como Paisaje Protegido por la Ley 12/1994, de 19 de diciembre.

Además, es Zona de Especial Protección para las Aves (ZEPA). En su interior se encuentra el Monumento Natural de La Cueva de Los Naturalistas. Presenta una superficie de más de 5.000 ha, incluyendo 7 núcleos urbanos en su interior con escaso impacto sobre el espacio, debido al reducido número de habitantes. Destacan en su interior lagos de lava, conos volcánicos y otros elementos geomorfológicos de interés, pero sin duda el gran protagonista de este espacio es el cultivo tradicional de viñedo que representa un claro ejemplo de coexistencia armónica del hombre con el medio, creando además un espacio de una riqueza paisajística sin igual.



Paisaje Protegido de La Geria

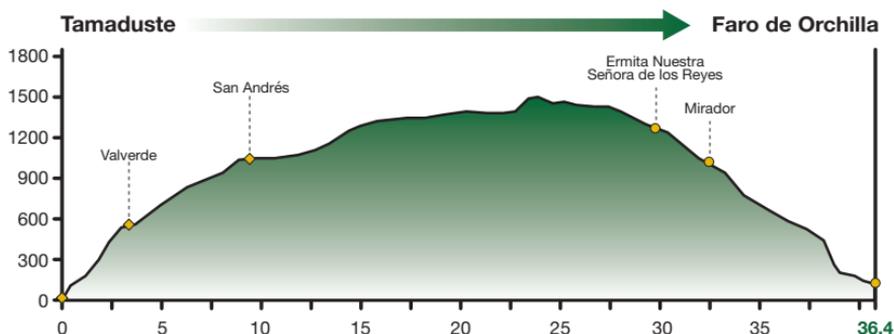
CAMINO NATURAL POR LOS SENDEROS TRADICIONALES DE EL HIERRO

MIDE SENDERO GR-131

Severidad del medio natural	2 	Desnivel subida	1.552 m 
Orientación en el itinerario	1 	Desnivel bajada	1.464 m 
Dificultad en el desplazamiento	2 	Longitud ruta*	41,4 km 
Cantidad de esfuerzo necesario	5 	Horario**	16 h** 

◆ Población ● Punto de interés

*Longitud total incluyendo los ramales
**9 tramos de duración variable



POR TIERRA DE BIMBACHES

El Hierro es la más pequeña y occidental de las siete islas que conforman el archipiélago canario. Con apenas 278 km² de superficie, El Hierro alberga un rico patrimonio natural y una gran diversidad de ecosistemas, cuya preservación ha llevado a que el 60% de su territorio se encuentre protegido por ley. En el año 2000, la UNESCO declaraba a la menor de las Islas Canarias Reserva de la Biosfera.

Los paisajes de El Hierro poseen, además, importantes vestigios de su pasado histórico, como cuevas y recintos de sus primitivos pobladores, los bimbaches, que dejaron su impronta sobre el territorio en numerosos yacimientos arqueológicos distribuidos por toda la isla, poniendo de manifiesto los distintos modos de vida desarrollados a lo largo de los siglos por el hombre en su interacción con el medio natural.



Panorámica de El Valle de El Golfo en el entorno del Mirador de Bascos

El Hierro se ha convertido en los últimos años en un destino inigualable para la práctica de deportes relacionados con la naturaleza. El senderismo se practica por decenas de caminos tradicionales que enlazan las poblaciones entre sí. Este camino natural recoge parte de estas sendas y veredas tradicionales mediante dos rutas de gran recorrido: el GR-131 que atraviesa la isla por su centro de norte a sur, y un sendero circular que comprende el recorrido perimetral de la totalidad de la isla.

SENDERO GR-131

El GR-131 es un sendero de largo recorrido que atraviesa el centro de la isla de El Hierro, desde el extremo norte hasta el sur, y que coincide en su etapa principal con el tradicional Camino de la Virgen, columna vertebral de la isla, adquiriendo así un simbolismo cultural y religioso como pocos senderos de Canarias.

La ruta, dividida en cuatro tramos, parte de la costa nororiental, desde Tamaduste y el Puerto de la Estaca, hasta el extremo sur más occidental, la punta de la Orchilla, donde se erigen el faro del mismo nombre, punto final del trayecto, y, a poco más de dos kilómetros, el monumento al Meridiano Cero.

A lo largo de sus 42 km, el Camino Natural pasa por los lugares más importantes y emblemáticos de El Hierro, como Valverde, la capital, y la ermita de la Virgen de los Reyes, donde comienza la denominada Bajada de la Virgen, la principal festividad de la isla que se celebra cada cuatro años en honor a la patrona insular.

El primero de los tramos del sendero GR-131 comienza en la zona norte de la isla, en el pequeño pueblo de Tamaduste, un rincón tranquilo rodeado de naturaleza que poco a poco se va convirtiendo en lugar de veraneo, y finaliza en Valverde, la capital de El Hierro, donde se podrá pasear por su acogedor casco histórico.

El segundo tramo del sendero GR-131 es en realidad una derivación del mismo y también conecta la capital de la isla con la costa oriental. La ruta parte del Puerto de La Estaca, enclave principal de las comunicaciones marítimas de El Hierro, y situado dentro del mismo municipio de Valverde.

En su etapa tercera, el sendero GR-131 se conoce popularmente como Camino de la Virgen, que sigue los pasos de los romeros que, desde la villa de Valverde, acompañan a la patrona de la isla de regreso hasta La Dehesa, tierra austera de pastores donde la Virgen de los Reyes tiene su santuario. Se trata del más largo y exigente de los tramos de este sendero, que crestea por las zonas más altas de la isla.

Desde el santuario, el último tramo de este sendero abandona las tierras del interior y camina hacia el mar por un paisaje de grandes contrastes y lugares emblemáticos, bifurcándose el Camino, para terminar, por un lado, en el Faro de Orchilla, y por otro, en el monumento al Meridiano Cero hasta que fue reemplazado por el Meridiano de Greenwich.

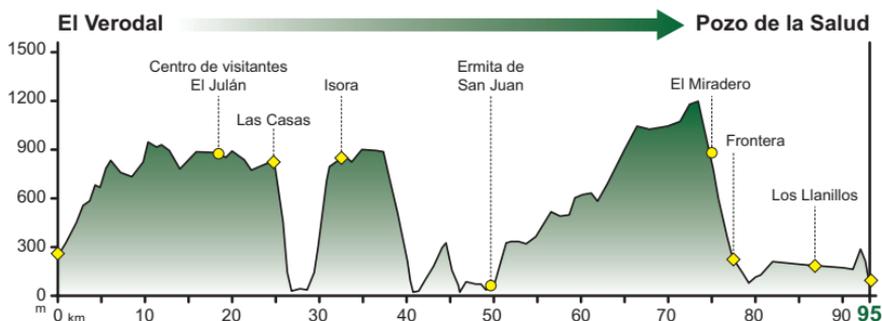
MIDE

SENDERO CIRCULAR

Severidad del medio natural	2		Desnivel subida	4.272 m	
Orientación en el itinerario	2		Desnivel bajada	4.493 m	
Dificultad en el desplazamiento	3		Longitud ruta*	104 km*	
Cantidad de esfuerzo necesario	5		Horario	55 h**	

◆ Población ● Punto de interés

*Longitud total incluyendo los ramales
**15 tramos de 3,5 h aproximadamente



El sendero circular por la isla de El Hierro discurre por los denominados “caminos tradicionales” de la isla, aquellos que fueron usados antiguamente por sus pobladores en sus desplazamientos por el territorio, permitiendo conocer la forma de relacionarse que tuvieron los isleños antes y después de la colonización por la corona de Castilla.

Los caminos del sendero circular recorren la isla en toda su amplitud, desde zonas de cumbre hasta puntos del litoral, descubriendo a su paso una gran cantidad y calidad de contrastes que *a priori* no parece contener un enclave de reducidas dimensiones como El Hierro.

En sus sucesivos tramos, el sendero se esconde bajo bosques de laurisilva y atraviesa cultivos en el Valle de El Golfo, se desliza por amplios prados destinados al ganado en las mesetas superiores, cruza barrancos, atraviesa zonas



Faro de la Orchilla, en el extremo más occidental de la isla

volcánicas, transita por áreas en las que el capricho del viento retuerce los portes de las sabinas (*Juniperus turbinata ssp. canariensis*), se empapa de la cultura tradicional herreña al pasear por sus pueblos y permite el disfrute de la permanente presencia del mar que lo acompaña.

La ruta se encuentra dividida en 15 tramos, durante más de 112 km en los que se atraviesan distintos espacios naturales protegidos, como el Parque Rural de Frontera, la Reserva Marina Punta de La Restinga-Mar de las Calmas, la Reserva Natural Especial del Tibataje, el Paisaje Protegido de Timijiraque o el Monumento Natural de Las Playas.

El comienzo del sendero circular discurre en su totalidad por el Parque Rural de Frontera, dejando detrás los asombrosos paisajes de El Lajial y continuando hasta El Sabinar, donde la naturaleza ha modelado caprichosas y estrambóticas figuras sobre el suelo de lava y el bosque de sabinas. Desde el emblemático paraje de El Sabinar, el sendero transita por verdes prados hasta el Mirador de Bascos, con impresionantes vistas sobre el Valle de El Golfo, para bajar en leve descenso hasta coincidir con el popular Camino de la Virgen, en dirección a la ermita de la patrona de El Hierro.

Siguiendo una ruta utilizada por los pastores para comunicarse con sus ganados en La Dehesa, el sendero desciende por la pendiente de El Julán y cruza todo el valle del mismo nombre hasta el municipio de El Pinar, una zona de gran riqueza forestal poblada de pino canario (*Pinus canariensis*), a la que se llega después de pasar por el Centro de Interpretación del Parque Cultural de El Julán y su importante yacimiento arqueológico.

Desde la pequeña cala de Tacorón, donde apenas corre la brisa al abrigo de las rocas, el sendero se eleva sobre la Reserva Marina Punta de La Restinga-Mar de las Calmas, de alto valor biológico, para continuar por el entorno de las montañas de El Julán hasta la pequeña población de Taibique, en el municipio de El Pinar. Continuando por el municipio, el sendero transita entre Taibique y Las Casas, para alcanzar la parte superior del Monumento Natural de Las Playas, desde el cual se inicia el descenso por una vertiginosa cuesta hasta la costa oriental de la isla, donde se encuentra el famoso Roque de la Bonanza, uno de los símbolos representativos de la isla.



Paisaje de la zona de costa y de los escarpes que conforman el Monumento Natural de Las Playas

Desde el Parador Nacional de El Hierro, el sendero sube por el lado derecho del barranco del Abra y cruza el Monumento Natural de Las Playas, siguiendo una ruta que asciende por las escarpadas paredes que separan la playa de la Bonanza de la bonita localidad de Isora, donde concluye la siguiente etapa del Camino.

Tras abandonar la localidad de Isora hacia Los Llanos, el sendero transcurre entre fincas y herbazales hasta la parte superior del barranco de Tiñor, dentro del Paisaje Protegido de Timijiraque, desde el cual desciende por una fuerte pendiente hasta el paseo marítimo del Puerto de La Estaca. El sendero continúa su trayecto por el noreste de la isla en dirección a Valverde, descendiendo después hacia la población costera de La Caleta, en cuyas inmediaciones al mar se conservan importantes petroglifos atribuidos a los primitivos pobladores de la isla.

Desde las piscinas de agua marina de la población costera de La Caleta, el sendero circular se dirige a la población de Tamaduste, discurriendo paralelo a la pista de aterrizaje del aeropuerto de Los Cangrejos.

Continuando este sendero que bordea la isla de El Hierro desde la localidad costera de Tamaduste, la ruta bordea la Montaña de La Candia y termina en Echedo, un pintoresco pueblo situado en una importante zona vitivinícola, donde las cepas se cultivan sobre cenizas volcánicas.

Dejando atrás la localidad de Echedo y sus cultivos de vid, el sendero prosigue entre pastos y tierras de cultivo por las proximidades de Jarales, atravesando la población de El Mocanal, hasta la ermita de la Virgen de la Peña, protectora de los caminantes de la zona, cuyo entorno ofrece unas magníficas vistas para los amantes de la naturaleza desde el Mirador de la Peña, obra del arquitecto canario César Manrique. A continuación, el camino se adentra en los verdes prados de la meseta de Nisdafe, una gran llanura de clima húmedo que domina el interior de la isla, y asciende hasta el mirador de Jinama, un lugar privilegiado a cuyos pies se extienden unas espectaculares vistas del Valle de El Golfo.

El siguiente tramo del sendero discurre por el Camino de Jinama, una antigua ruta trashumante que los habitantes de la isla utilizaban para realizar las “mudadas”, desde las poblaciones del interior hasta el Valle de El Golfo cuando las condiciones climáticas se endurecían en la meseta. El camino por las tierras llanas y fértiles del Valle de El Golfo, donde se cultivan gran variedad de frutas exóticas, atraviesa el municipio de Frontera y se aproxima a lugares de gran interés, como el Ecomuseo de Guinea y el centro de recuperación del lagarto gigante de El Hierro (*Gallotia simonyi*), uno de los reptiles más amenazados de Europa.

Desde las pintorescas casas de Sabinosa, al más puro estilo herreño, el Camino Natural finaliza en el Pozo de la Salud, en la línea de costa, un lugar conocido por las propiedades curativas de sus aguas que se ha convertido en uno de los enclaves turísticos más visitados de El Hierro.

EL PAISAJE PROTEGIDO DE TIMIJIRIQUE

El Paisaje Protegido de Timijirique se localiza al nordeste de El Hierro, ocupando un sector de la ladera de Azofa, que se extiende paralela a la costa con dirección noreste-suroeste. En su conjunto, constituye el flanco escénico al oeste de la carretera litoral que une el Puerto de La Estaca con Las Playas.

Declarado en 1994, los valores más importantes de este espacio natural protegido de Canarias radican en la agrietada estructura de los profundos barrancos que lo conforman, de los que deriva su nombre, que etimológicamente viene a significar “ceño fruncido” o “frente de enojo”. En Timijirique se encuentran formaciones que muestran los sectores más antiguos de la historia geológica de la isla.

La práctica totalidad de los materiales geológicos que constituyen este Paisaje Protegido se encuadran en la Serie Antigua A (de entre 0,8 y 0,5 millones de años). Esta serie volcánica se compone de coladas basálticas apiladas que afloran en los barrancos de Tiñor, Honduras y Del Balón. Entre los barrancos de Tiñor y de Honduras se encuentra una de las muestras geológicas de la llamada Serie Intermedia: el Volcán de Las Tijeretas.

A esta importancia geológica se suman elementos biológicos y ecosistemas de gran interés, destacando las comunidades de sabinar, retamar o cardonal (*Euphorbia canariensis*), poco frecuentes en El Hierro. En las laderas y algunos escarpes interiores del Paisaje Protegido de Timijirique sobreviven restos de cardonales desaparecidos en otras zonas, así como una variedad interesante de hábitat, donde se encuentran algunas rarezas vegetales como la lengua de pájaro (*Polycarpha smithii*).



Guía de los
CAMINOS NATURALES
de España



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE AGRICULTURA, PESCA
Y ALIMENTACIÓN



Desde 1993 el Programa de Caminos Naturales del Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación, tiene como principal objetivo la adecuación de antiguas infraestructuras en desuso (líneas de ferrocarril, vías pecuarias o caminos tradicionales), recuperándolas como nuevos espacios para el uso y disfrute del ciudadano.

Esta guía ofrece, mediante textos detallados que cuentan con la ayuda de cartografía complementaria, los caminos naturales habilitados hasta la actualidad, que constituyen una de las mejores formas para acercarse a la naturaleza, y conocer la cultura y las tradiciones de nuestro territorio.