

Le visage caché de Tenerife et La Gomera en liberté

ROAD TO
CANARIAS!



PRESENTATION DU SEJOUR

Le visage caché de Tenerife et La Gomera en liberté	3
-----------------------------------------------------------	---

INFORMATIONS DESTINATION

Géologie, climat, Faune.....	4
Paysages et végétation	5
Histoire de Tenerife	6
Histoire de La Gomera	7

RENSEIGNEMENTS PRATIQUES

Hébergement – Déplacement - Repas	8
Itinéraire – Temps de marche – Recommandations	9

ITINERAIRE

Arrivée à Tenerife	10
Tenerife : La route des volcans.....	11
Tenerife : Barranco Ruiz.....	15
Tenerife : Le parc naturel de Teno.....	20
Tenerife : Madre del Agua	25
Tenerife : Le massif d'Anaga	30
Tenerife : Le Parc naturel d'Anaga	25
Tenerife : Le Parc National du Teide	39
Tenerife : Ascension du Teide (option)	44
Ferry pour La Gomera	51
La Gomera : Le Parc National de Garajonay	52
La Gomera : Le havre de paix d'Imada.....	61
La Gomera : Le parc naturel de Majona et la plage de la Caleta	67
La Gomera : Vallehermoso / Santa Clara	72
La Gomera : Playa Santiago	75
La Gomera : Hermigua et El Cedro	78
La Gomera : Découverte de l'île depuis la mer (option)	83
Départ	86

ANNEXES

Numéros de téléphones utiles	87
Mon carnet de notes.....	89



Situé juste en face des côtes marocaines, l'archipel des Canaries surprend par sa diversité de paysages et par la douceur de son climat toute l'année.

Vivez une découverte intense de toute la diversité des Canaries. Vous partez d'abord à la découverte de Tenerife et le volcan Teide, point culminant de l'Espagne, dominant l'île en son centre. Pour la deuxième partie de votre voyage, vous prenez le ferry vous emmène ensuite sur l'île de La Gomera, aux reliefs escarpés et sa langue sifflée, reconnue patrimoine mondial culturel par l'Unesco. Ce combiné de 2 îles ne manquera pas de ravir vos yeux et vos papilles!

Bon voyage !

GEOLOGIE

L'archipel des Canaries, se situe dans l'Océan Atlantique, au large de l'Afrique, à la latitude du Maroc.

Sept îles principales le composent : Tenerife, Grande Canarie, La Palma, La Gomera, El Hierro, Fuerteventura et Lanzarote. L'archipel occupe une surface très étendue. Leurs altitudes varient de quelques mètres à plus de 3500 ! Le point culminant de l'archipel est le pic du Teide, souvent enneigé en hiver, il culmine à 3718m sur l'île de Tenerife. Les paysages, très variés (falaises, criques, cônes et cratères, calderas...) témoignent de l'héritage géologique complexe de l'archipel.

La faible pluviosité et la topographie particulière de ces îles se traduisent par l'absence de rivière et de fleuve avec toutefois quelques points d'eau.

FAUNE

Avant l'arrivée des aborigènes, les îles Canaries étaient habitées par des animaux endémiques, disparus depuis, tels que lézards géants, rats géants et tortues géantes. On y retrouve aujourd'hui des reptiles, dont certaines variétés uniques au monde. Elles abritent aussi 70 variétés d'oiseaux autochtones et 200 espèces migratoires. Les mammifères sont minoritaires dans les îles, il s'agit de chèvres, de moutons en majorité ; ou de lièvres, hérissons et gerboises.



CLIMAT

Comme sur de nombreuses îles, le climat est étonnement variable d'une zone à l'autre. On parle généralement de microclimats. Au nord-est se forment les nuages sous l'influence des alizés. Les nuages sont freinés par les reliefs provoquant une mer de nuage sur le versant nord et forment une cascade en passant sur le versant sud, bien plus aride.

En résumé, au nord la végétation est abondante, l'humidité dans l'air est forte et les températures sont plus fraîches. Au sud des îles, les paysages sont plus arides et l'air est chaud et sec. Avec l'altitude, l'air devient plus sec et froid (la neige est fréquente en hiver sur les sommets de la Palma et Tenerife). Pour les baignades, la température de l'eau atteint 19°C à 24°C presque toute l'année.

PAYSAGES ET VÉGÉTATION

Les espaces naturels sont l'un des biens les plus prisés des îles Canaries. Il en existe tant qu'il est impossible de trouver un adjectif pour tous les définir. Forêts, dunes de sable, volcans, piscines naturelles... Une nature sauvage qui remplit de contrastes les paysages des îles ! Les 4 parcs nationaux et les 6 réserves de la Biosphère en font un des écosystèmes les plus précieux au monde.

Nombreuses sont les manières de découvrir les espaces naturelles des îles Canaries. En vous promenant sur ces sentiers, en pratiquant un sport, en faisant une excursion organisée ou simplement, en vous rendant sur l'un des nombreux miradors depuis lesquels vous pouvez découvrir des vues aussi spectaculaires que l'énergie qu'elles apportent.

Les îles qui composent la Macaronésie (Canaries, Açores, Madère et îles du Cap Vert) possèdent en commun, une flore riche et originale, avec un fort taux d'endémisme. Fortement altérée par les colons, la flore locale subsiste surtout dans les falaises et les barrancos, ces vallons souvent très escarpés et inaccessibles. Dans les zones sèches près de la mer, la végétation est dominée par les euphorbes. Les pentes montagneuses, exposées à l'humidité apportée par les alizés, sont le domaine de la pinède à pins des Canaries, et de quelques lambeaux résiduels de la forêt de lauriers (laurisylve) originelle. Les éboulis sommitaux, au-dessus de 2000 m, abritent une flore originale, très menacée par le pâturage.



HISTOIRE DE TENERIFE

Tenerife, comme toutes les îles Canaries, était peuplée par les Guanches, un peuple vraisemblablement d'origine proto-berbère. Un des chefs les plus puissants de Tenerife vivait au XV^{ème} siècle et se nommait *Tinerfe*. Après sa mort, l'île fut partagée entre ses neuf fils.

Après la découverte de l'Amérique par Christophe Colomb en 1492, les îles Canaries prennent une importance stratégique en tant que dernière escale européenne avant la traversée de l'Atlantique.

Le 25 décembre 1495 les Guanches sont définitivement vaincus par les Espagnols à La Victoria d'Acentejo. Désormais tout l'archipel est soumis à la couronne espagnole. Les Guanches survivants se mélangent alors avec les conquérants et disparaissent en tant qu'ethnie. La Laguna devient la capitale de Tenerife et des îles Canaries.

En 1822, Santa Cruz de Tenerife devient la capitale de l'ensemble des îles Canaries. Elle conserve ce statut jusqu'en 1927.

En 1936 le général Franco lança son putsch depuis Tenerife. La guerre d'Espagne n'atteignit pas les îles Canaries mais l'isolement économique sous la dictature eut des conséquences très négatives. À cette époque, seules des bananes furent exportées vers le continent.

En 1975, après le retour à la démocratie, Tenerife et les autres îles de l'archipel obtiennent plus d'autonomie et le tourisme prend, alors, de plus en plus d'importance.

En 1982, les îles Canaries ont le statut de communauté autonome d'Espagne. Les villes de Santa Cruz de Tenerife et de Las Palmas de Gran Canaria se partagent le siège du gouvernement de la communauté autonome. Elles se relaient tous les quatre ans à ce poste.



HISTOIRE DE LA GOMERA

Les Guanches arrivèrent sur l'île, ainsi que dans le reste de l'archipel canarien, depuis le nord-ouest de l'Afrique. D'après les ossements retrouvés, ils étaient de race cromanoïde, petits, de teint foncé, avec une boîte crânienne très développée. Essentiellement pasteurs (chèvres et brebis) et cueilleurs (végétaux et coquillages), ils pratiquaient également une forme rudimentaire d'agriculture. Au moment de la Conquête, l'île se divisait en 4 cantons, correspondant aux 4 grandes vallées : Mulagua (Hermigua), Hipalan (San Sebastián), Orone (Valle Gran Rey) et Agana (Vallehermoso).

La conquête de La Gomera commença au début du XVe siècle avec Jean de Béthencourt, et se fit pratiquement sans lutte, car la population aborigène conserva pendant longtemps ses particularités. En 1494, l'île fut incorporée à la couronne de Castille sous la domination des Peraza. Ceux-ci instaurèrent un système autoritaire qui perdura jusqu'au premier tiers du XIXe siècle.

L'île eut une certaine importance dans la geste colombine, car c'est la dernière terre connue où s'arrêta Christophe Colomb, et où il s'approvisionna en eau et en vivres, avant de partir à la découverte de l'Amérique le 6 septembre 1492, depuis la baie de San Sebastian de La Gomera. Dans les années 1940, au plus fort de son développement démographique, on dénombrait 29 000 habitants. Mais depuis cette date, avec la limitation puis le déclin des ressources agricoles, ainsi que l'attrait exercé par une vie plus facile, commença une intense émigration vers l'Amérique latine (Cuba et Venezuela), et surtout vers Tenerife, où vivent aujourd'hui plus de gomeros que sur l'île elle-même...



HEBERGEMENT

La pension se fera en chambre double, triple ou individuelle (sur demande). Les chambres sont équipées de téléphone et TV. L'hôtel fournit les draps, couvertures et serviettes. Les types d'hébergements rencontrés sont des hôtels ou appartements ruraux.

Il est possible de dormir au refuge du Teide (en option) : dortoirs avec sanitaires et cuisine communs. Attention, il faut emmener sa propre nourriture au refuge (ils ne font pas à manger mais ont à disposition une cuisine et son équipement). Pas de douche possible.

DÉPLACEMENT

Les déplacements seront majoritairement pédestres.

Vous disposerez d'une voiture de location afin d'effectuer les différents transferts nécessaires.

N'oubliez pas votre permis de conduire !

REPAS

Aucun repas n'est compris dans notre prestation. Vous avez la possibilité de vous ravitailler facilement sur place et de vous préparer un repas froid. Si vous préférez les salades aux sandwiches, pensez à prévoir dans ce cas une boîte hermétique (type « Tupperware ») bien pratique pour les salades composées.

Il y a de nombreux commerces et restaurants à proximité des hôtels.



ITINERAIRE

Dans ce roadbook, vous trouverez un menu de randonnées, à faire dans l'ordre de votre choix. La description du parcours indiquée dans ce roadbook est actualisée 1 à 2 fois par an. Toutefois l'exploitation agricole ou forestière, les travaux routiers ou la malveillance peuvent entraîner la disparition des marques. De plus ce balisage peut être, par endroit, réduit au minimum ou peu visible du fait des conditions météo. Dans tous les cas, fiez-vous à la carte plutôt qu'à votre instinct.

L'itinéraire emprunte toujours un chemin existant, de la simple trace au tronçon de route en passant par le chemin charretier ou la simple sente.

Les itinéraires décrits ne présentent aucune difficulté particulière et sont à la portée de tout randonneur habitué à marcher plusieurs heures en terrain varié. Seul le mauvais temps avec le brouillard, la pluie ou l'orage peut apporter de la difficulté.

Par gros temps ou alerte de la météo locale, évitez les sentiers et favoriser les visites (en cas de doute, joindre notre contact local: Claudio ☎0034 691 31 70 81 / Virginia ☎0034 675 58 09 73. De plus, des bateaux peuvent être supprimés. Essayez donc d'inverser les programmes des journées. Atalante ne peut être tenu pour responsable si vous ne pouvez pas faire le programme indiqué.

TEMPS DE MARCHE

Les temps de marche indiqués correspondent aux temps de marche effectifs sans tenir compte des pauses plus ou moins importantes : récupération, ravitaillement, contemplation, photos, sieste, etc... Ces temps sont à interpréter en fonction des capacités physiques et de l'entraînement de chacun.

Nous les calculons selon la règle de 3km à l'heure et 300m de dénivelé à l'heure.

RECOMMANDATIONS

Sur tous les parcours, les points d'eau sont rares. Or, il peut faire parfois très chaud. Nous vous conseillons fortement de partir dès le matin avec une quantité d'eau suffisante. La déshydratation est la cause principale des crampes et des courbatures.

N'abandonnez aucun détritrus en chemin, même dans les éventuelles poubelles rencontrées dans des lieux isolés. La plupart du temps, ces poubelles ne sont que très peu relevées et les sacs plastiques qui y sont déposés se trouvent éventrés et dispersés par les animaux.

Enfin rappelez-vous que le feu est le principal ennemi de la forêt, il est donc interdit d'y fumer ou d'y faire du feu.

Pensez à prendre une petite poche plastique afin d'y mettre le papier toilette usagé.

Le dernier jour sur l'île de Tenerife laissez vos bagages à l'hôtel, puis en fin de randonnée repassez les chercher avant d'aller prendre le ferry.

Arrivée à Tenerife

Conseils du guide Atalante– Informations du jour

Programme de la journée

Bienvenue sur l'île de Tenerife. Nous vous souhaitons un très agréable séjour !

Récupération de votre véhicule de location

- ❖ Lieu : Aéroport Sud ou Aéroport Nord ou Port de Los Cristianos, selon votre lieu d'arrivée.
- ❖ Agence : CICAR ou VOLCANIC CAR

Présentez-vous à l'agence de location mentionnée et donnez-leur votre numéro de réservation (voir le « voucher » pour connaître l'agence, le numéro de réservation et autres informations importantes).

Chez VOLCANIC, vous devez descendre au niveau du parking 2 où quelqu'un vous attend.

Chez CICAR, en fonction de la quantité d'essence à la prise du véhicule, vous devrez fournir une caution pour le carburant (si vous la rendez avec la même quantité d'essence, l'agence vous restituera votre caution lorsque vous rendrez la voiture).





Conseils du guide Atalante – Informations du jour

Programme de la journée

Cette randonnée circulaire est parfaite pour la faire au début du séjour. Tenerife. L'itinéraire vous permettra de découvrir le dernier volcan de Tenerife : le Chinyero (1909), ainsi que le volcan Garachico (1706) qui ensevelit une partie de la ville de Garachico.

Infos pratiques

La randonnée est compatible avec un petit-déjeuner pris à l'hôtel à 9h. Le départ de la randonnée pouvant être dans les nuages le matin, prévoir des vêtements adaptés, sachant qu'il fera probablement beaucoup plus chaud dans la journée : pensez donc à prendre aussi chapeau ou casquette et crème solaire...

N'oubliez pas de prévoir suffisamment d'eau (minimum 1 litre par personne). Un point d'eau potable est accessible au départ de la randonnée.

Vous prenez la route vers la zone récréative d'Arenas Negras en direction d'Icod de Los Vinos et à proximité de la Montañeta.

Facile et souvent ombragée, cette randonnée vous permet de trouver facilement un lieu de pique-nique agréable pour votre repas de midi. Si votre premier jour de randonnée est un dimanche, vous avez la possibilité de commander la veille le pique-nique au restaurant de l'hôtel (supplément à votre charge) ou d'aller faire vos courses avant d'aller randonner.

Temps de marche

4h30

(Sans pause)

Dénivelé plus

473m

Dénivelé moins

476m

Niveau

Randonnée

balisée

12,3 km

Transfert

Voiture depuis

Icod el Alto (*hôtel Rural Casa Blanca*)

:45 min

Puerto de la Cruz :

50 min

La Laguna : 1h05

Tegueste : 1h10

Vilaflor : 1h15

El Medano : 50 min

Que visiter ?

❖ Une fois la randonnée terminée, vous pouvez vous rendre à **Garachico** (ancienne capitale de l'île avant d'être, en 1706, en partie ensevelie par l'éruption du volcan Garachico). Cette jolie petite ville coloniale offre de nombreux intérêts : artisanat, petites boutiques et bains de mer dans les piscines naturelles, si la mer le permet (lieu traditionnel de rencontres des canariens, surtout le dimanche, l'accès sous votre propre responsabilité est possible malgré les banderoles blanches et rouges. Attention à l'accès aux piscines, les marches sont TRES glissantes).

Accès au point de départ de la randonnée

1. Rejoignez la route TF-5 en direction d'El Tanque, Icod de Los Vinos, pendant 15 km.
2. Prenez sur 300m la TF-82 vers « Centro ciudad/Icod de Los Vinos/El Tanque/Guía de Isora »
3. Au rond-point, prenez la 1ère sortie sur TF-82 et suivez-la sur 4,8 km
4. Prenez complètement à gauche sur Calle Viañatico (130 m)
5. Tournez à droite vers TF-373
6. Au kilomètre 9 de la TF-373 (800m depuis La Montañeta/Ermita de San Francisco), prenez la piste à gauche en direction de « Las Arenas Negras ». Suivez-la sur 2.2 km, jusqu'à rejoindre le parking de l'aire récréative.

Balisage de la rando

Une partie du parcours de la randonnée est balisée en jaune et blanc (PR TF-43 Ruta circular Chinyero 5,7km et PR TF-43-1 Arenas Negras).



ITINERAIRE DE LA RANDONNEE

Garez-vous sur le parking de l'aire récréative (zone de pique-nique et de barbecue). Pensez à ne pas laisser d'objets de valeur dans votre véhicule.

A droite du panneau d'information sur les randonnées, prenez la piste signalisée par une croix jaune et blanche. En quelques minutes, vous arrivez à la plaine sablonneuse située au pied du volcan Garachico.

Suivez le petit sentier, ponctué de cairns.

Vous laisserez sur votre gauche de très gros rochers pointant vers le ciel au pied du volcan Garachico (ascension interdite pour sa protection).

En restant sur le sentier, contournez le volcan par la droite, jusqu'à la pinède (jeunes pins canariens). Environ 30 minutes.

Traversez la pinède, jusqu'à croiser un sentier balisé jaune et blanc. Suivez le sentier balisé sur votre gauche.

Après 15 minutes, vous arrivez vers un canal d'irrigation couvert. Longez-le pendant environ 10mn. Au croisement, traversez le canal, et prenez tout droit en suivant « PR TF-43 Chinyero ». Suivez le sentier pendant 400m jusqu'au croisement indiquant « Chinyero Circular 5,7 km ».

Prenez le sentier en face (le sentier de droite sera votre sentier de retour).

Suivez le balisage qui vous fera faire le tour du volcan Chinyero et revenez au panneau cité précédemment.

De retour à ce croisement, prenez cette fois le PR TF-43-1 en direction de « Arenas Negras » et suivez-la jusqu'à rejoindre la zone récréative où vous avez laissé votre véhicule.





Clin d'œil :

Le pin canarien (*Pinus canariensis*) est un conifère endémique des îles Canaries. Il peut atteindre 40m de haut et 2,5m de circonférence. Il a su s'adapter à son environnement en développant une résistance particulière au feu : son écorce très épaisse (parfois plus de 10 cm) lui permet de résister à des températures jusqu'à 400 degrés. Moins d'un mois après un incendie, les pins canariens reverdissent, grâce aux bourgeons dormants du tronc et aux réserves accumulées avant le sinistre. Seul le tronc noir indiquera au bout de quelques années le passage d'un incendie.

La ville de Garachico fût la première capitale de l'île de Tenerife. Son port permettait d'exporter toute la production agricole d'une grande partie l'île. Malheureusement, le 5 mai 1706, l'éruption du volcan Garachico ensevelit une partie de la cité, dont le port. Les dégâts furent immenses, mais heureusement sans faire de victimes.

La capitale a alors été transférée à Santa Cruz de Tenerife. Il faudra attendre la fin du 20ème siècle pour que Garachico recense le même nombre d'habitants, sans pourtant que la cité ne récupère jamais sa splendeur d'antan.

L'activité du Chinyero est répertoriée depuis 1393. Sa dernière éruption, le 18 novembre 1909 est la dernière à ce jour sur l'île de Tenerife, rompant 111 ans d'inactivité volcanique. De type stratovolcan, le Chinyero culmine à 1561m d'altitude. Il est actuellement réputé inactif.

Conseils du guide Atalante – Informations du jour**Programme de la journée**

Randonnée circulaire proche du logement, qui vous permettra de découvrir la très jolie petite ville de San Juan de la Rambla, ainsi que ses belles maisons coloniales, puis vous emmènera au cœur de la Gorge ou « Barranco » de Ruiz, classé site d'intérêt scientifique et aire de sensibilité écologique. Vous traverserez de petits hameaux canariens, accompagnés de leurs cultures en terrasses. Bien que sportive par moment, c'est une journée qui a tout plaire !

Infos pratiques

Afin de profiter de cette belle journée, nous vous conseillons de prendre le petit-déjeuner à 8h (pensez à le demander à la réception la veille) et de partir de l'hôtel à 9h. Vous pourrez faire plusieurs haltes très appréciables au cours du parcours, en commençant par une boisson chaude ou fraîche à l'aire de pique-nique du Barranco de Ruiz, puis au restaurant du Mirador de Mazapé (point de vue immanquable à mi-parcours et carte très variée), en terminant par une visite de San Juan de la Rambla. Aujourd'hui route vers San Juan de la Ramblavia la route TF-5.

Resto à la fin de la rando

Casa de mi madre

Tout au début du parking sur lequel se trouve la voiture.

Adresse: Calle El Cantito, 16 à Las Aguas).

Temps de marche

4h30 (sans pause)

Dénivelé plus

593m

Dénivelé moins

601m

Niveau

Randonnée balisée
8 km

Transfert

Voiture depuis :

Icod el Alto (hôtel Rural Casa Blanca) :
20 min

Puerto de la Cruz :
20 min

La Laguna : 30 min

Tegueste : 40 min

Vilaflor : 1h30

El Medano : 1h10



Que visiter ?

❖ **San Juan de la Rambla**

Ville créée au XVIème siècle par le colon portugais Martín Rodríguez. Accompagné de sa femme, ils s'installèrent dans la zone qui se dénommait autrefois Malpaís de Icode. Nombreux de ses descendants et autres familles s'installèrent autour de la chapelle qu'il a fait bâtir en l'honneur de San Juan de Bautista (saint Jean-Baptiste), auquel il voué une dévotion particulière. Cette région attira également pour ses riches terres agricoles et la douceur de son climat. Peu à peu, le village s'est créé autour du « camino real », pour finalement s'appeler San Juan de Malpaís.

Au milieu du XVI siècle, la commune devenue de plus en plus peuplée fut renommée San Juan de la Rambla, unissant les deux principaux hameaux côtiers : San Juan et La Rambla.

En 1925, le Roi Alphonse XIII accorde à la municipalité le titre de noblesse de Villa (Ville), qui se nommera officiellement Villa de San Juan de la Rambla.

Aujourd'hui la commune ou « municipio » (regroupant la petite ville de San Juan de la Rambla ou « Villa » ainsi que plusieurs villages et hameaux) compte plus de 52 000 habitants.

Cette ville est particulièrement intéressante pour son architecture coloniale qui témoigne de la richesse de son passé.

Plage del Socorro

A 15 minutes en voiture, reprendre la direction du logement, vous pourrez vous rendre à la très belle plage de sable noir du Socorro, où se retrouve canariens et surfers. Depuis la route générale du TF-5, une déviation signalée « playadel Socorro », proche du mirador San Pedro, vous conduit jusqu'à la plage. Drapeau bleu.

Accès au point de départ de la randonnée

1. Prendre la route TF-5 en direction de El Tanque, Icod de Los Vinos. Passer le bar-restaurant El Saucito (sur votre droite) (5,6km)
2. Prendre la sortie SAN JUAN DE LA RAMBLA, la première à droite après le bar El Saucito.
3. Suive légèrement à droite direction LAS AGUAS et continuer tout en bas jusqu'au le parking en face de la mer, se garer.

Balisage de la rando

Balisage jaune et blanc :

- « PR TF-57 » Callejón de Teno /Teno Alto 4,2 km
- « PR TF-51 » San Jose de Los Llanos
- « PR TF-52- 2 » Los Pedregales

ITINERAIRE DE LA RANDONNEE

Garez-vous à côté de l'ancienne piscine de San Juan de la Rambla (en bas de la ville, proche du bord de mer). Prenez le sentier empierré qui se détache sur votre gauche, parallèle à la côte, passant entre les maisons.

Après 1,2km, arrivée sur une petite place avec des vues sur la mer, se trouve une petite chapelle sur votre droite « Ermita de la Virgendel Rosario » prenez à droite une rue qui remonte avec des escaliers.

Traversez la place, continuez tout droit en montant, vous longez une bananeraie. Suivez la route à gauche, après une petite montée d'environ 60m, vous rejoindrez la route TF-5. Traversez la route (prudence car la circulation peut-être importante).

Après avoir traversé la route, vous atteindrez l'aire récréative du barranco de Ruiz, lieu traditionnel de rencontre des canariens qui viennent en famille organiser des barbecues les fins de semaines et jours fériés.

A l'entrée de l'aire, sur votre droite, se détache un escalier, suivez-la. Puis continuez sur le sentier à gauche qui vous fait rentrer dans le barranco sur son côté droit.

Vous passerez à côté de potagers (terrasses plus ou moins cultivées) et continuez à monter environ 300m sur le côté du barranco jusqu'à rejoindre la partie supérieure, où vous arrivez à une petite place (Plaza de Pedro Dominguez 1825-1899), où vous pourrez admirer toute la gorge.

Passez la petite place, suivre la route goudronnée qui part à droite. Après être descendu sur environ 700m, vous atteindrez le point de vue ou « Mirador de Mazapé » qui mérite le détour pour les très belles vues qu'il offre sur le Barranco de Ruiz et vous permet de vous restaurer.

Depuis le Mirador, suivre sur 1,3km jusqu'à passer une réserve d'eau couverte circulaire où vous prendrez à droite jusqu'à un Hôtel Rural.

Passer l'hôtel, prendre à gauche et passer à côté d'une piste de tennis, traverser une petite gorge.

Une fois la gorge passée, prendre à droite, rapidement vous rencontrez un sentier empierré qui descend jusqu'à San Juan de La Rambla.

Rejoignez la piscine où vous avez garé la voiture.



Clin d'œil :

Pensez à prendre un maillot de bain et une serviette, vous pourrez profiter d'un bon bain à la plage du Socorro. Prendre la route direction Puerto de la Cruz et après passer l'aire de Barranco de Ruiz, prendre la sortie pour Playadel Socorro.



Conseils du guide Atalante – Informations du jour
Programme de la journée

Très agréable étape dans le massif protégé de Teno, sous le signe de la diversité : la variété des paysages, de la végétation et des microclimats rencontrés vous surprendront durant toute la journée.

Niveau
 Randonnée balisée
 10 km

Temps de marche
 4h30
 (Sans pause)

Dénivelé plus
 550m
Dénivelé moins
 5506m

Infos pratiques

Le climat pouvant être très changeant au cours de cette randonnée, prévoyez des vêtements chauds et n'oubliez pas une veste ou cap de pluie et/ou un coupe-vent. Il est possible de prendre de l'eau dans le petit hameau de Teno Alto, et de rentrer en taxi depuis Teno Alto jusqu'à El Palmar, si la randonnée vous paraît trop longue ou le temps trop humide (renseignez-vous auprès du restaurant).

Pour votre pause déjeuner nous vous conseillons le petit restaurant « Los Bailaderos ». A la carte, les spécialités locales telles que la chèvre, le fromage de chèvre frais (vous avez également la possibilité d'acheter un morceau pour un futur pique-nique), potage de légumes... sont proposées à un prix plus que raisonnable (comptez environ 7€ pour un plat copieux de chèvre, 3-4€ le potage, 3-4€ une assiette pour deux de fromage frais...).

Transfert
 Voiture depuis :

Icod el Alto (*hotel Rural Casa Blanca*) :
 50 min

Puerto de la Cruz : 1h

La Laguna : 1h10

Tegueste : 1h20

Vilaflor : 1h30

El Medano : 1h15



Que visiter ?

❖ **Le Point d'Information du Parc Naturel de Teno** (Los Pedregales, où vous gardez la voiture pour commencer la randonnée) est un centre dédié au parc naturel protégé du massif de Teno. Le personnel très accueillant pourra vous donner de nombreuses informations sur Teno et Tenerife en général. Il est possible de voir une vidéo sur le parc en français (à demander au personnel). Le centre est fermé un dimanche sur deux. Proche du centre, vous pouvez vous rendre au marché local, « mercadillo del Agricultor », qui a lieu tous les dimanches matin.

❖ Après la randonnée, nous vous recommandons de vous rendre à **la Punta de Teno** (petite route de montagne à éviter en cas de pluie ou de très forts vents, risque de chutes de pierre). La Punta de Teno, est la plupart du temps abritée, elle vous permet de profiter d'une bonne baignade depuis la petite plage en contre bas du parking. Pour vous y rendre depuis El Palmar, compter 40 min (environ 15km), rejoindre Buenavista del Norte puis suivre à gauche direction « Punta de Teno ».

Accès au point de départ de la randonnée

1. **Si vous êtes logés au nord de l'île**, rejoindre la route TF-5 en direction de El Tanque, Icod de Los Vinos pendant 15 km.
2. Continuer sur la TF-42 en direction de Garachico sur environ 15 km.
3. Continuer jusqu'à Buenavista del Norte.
4. Au rond-point, prendre la 3ème sortie en direction de El Palmar.
5. A 300m, prendre à gauche la direction de El Palmar.
6. Continuer sur 6km et tourner à droite en direction de Teno Alto.
7. A 600m, prendre à droite en suivant la direction « Mercadillo del Agricultor » et aller se garer sur le parking du Centre d'Information.
8. **Si vous êtes logés au sud de l'île**, suivre la Autopista TF-1 puis, avant Santiago del Teide, sortir par la TF-82 afin de rejoindre la TF-436 en direction de Masca.

Balisage de la rando

Balisage jaune et blanc :

- « **PR TF-57** » Callejón de Teno /Teno Alto 4,2 km
- « **PR TF-51** » San Jose de Los Llanos
- « **PR TF-52-2** » Los Pedregales

ITINERAIRE DE LA RANDONNEE

Après avoir laissé votre véhicule sur le parking, retournez vers l'embranchement de la route de Teno Alto où commence le chemin de randonnée (poteau indicateur mentionnant PR TF-57 « Callejón de Teno/Teno Alto 4,2 km »).

Le sentier monte entre des murs de pierre pendant 15 min, jusqu'à croiser une route. Attention au chemin empierré (ancien camino real), très glissant en temps de pluie. Suivez le chemin bien balisé PR TF-57 jusqu'aux crêtes. Puis, vous rejoindrez la route. Le sentier est parallèle à la route.

Lorsque vous arrivez à la barrière, continuez tout droit, vous passez alors de l'autre côté de la crête pour ensuite rejoindre le fond de la vallée. Continuez à suivre le chemin balisé, jusqu'au croisement puis rejoignez la route de Teno pour atteindre l'église (« Los Bailaderos »).

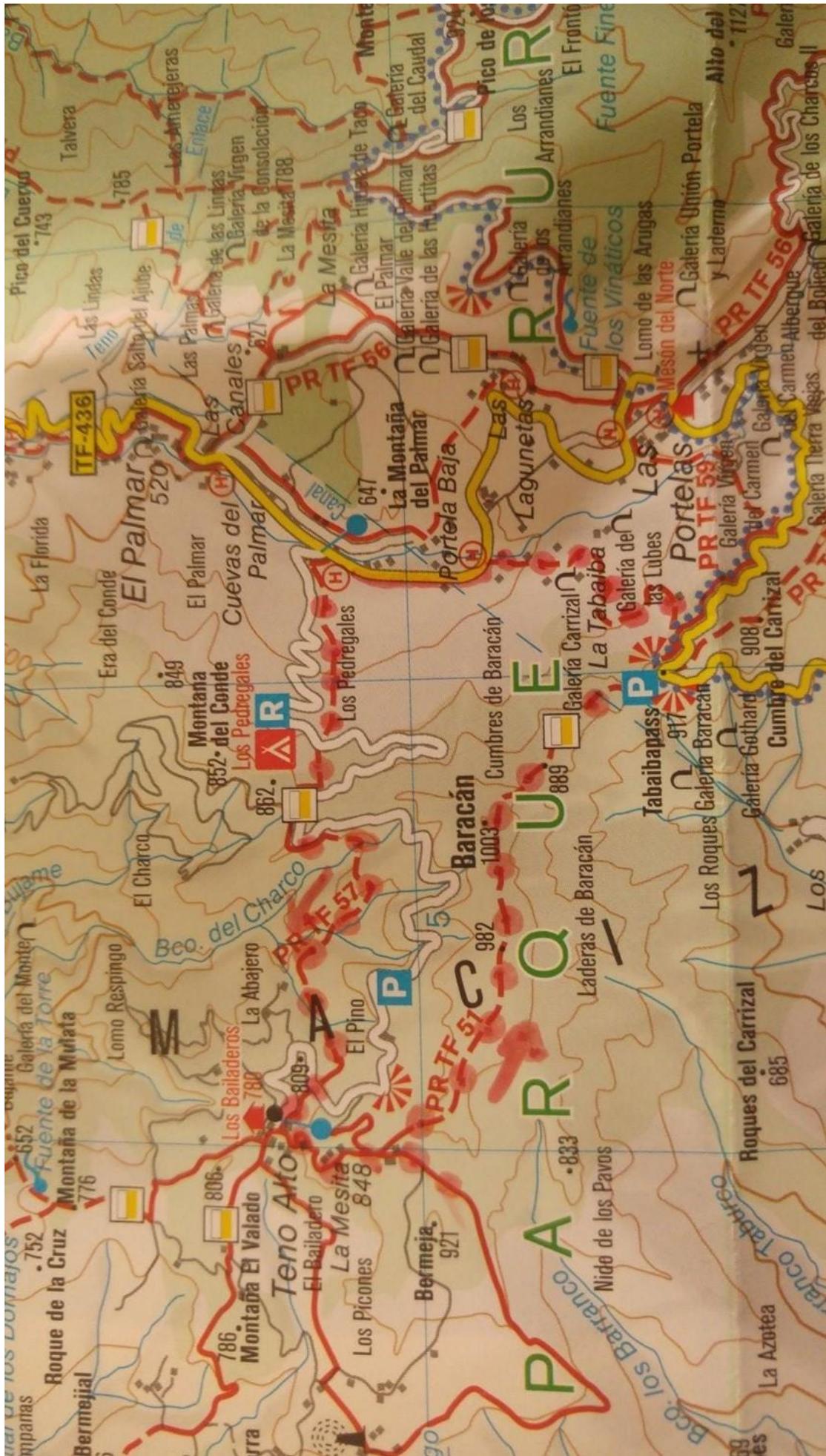
Quelques mètres plus loin, un petit bar-épicerie (en renforcement, à gauche) ou un bar-restaurant « Los Bailaderos » (à droite) vous permettent de vous restaurer.

Depuis la place de l'église, suivez le PR TF-51 en direction de San Jose de Los Llanos, la route qui monte à gauche. Suivez-la jusqu'à atteindre une barrière. Poursuivez sur la piste cimentée, vous apercevez un réservoir d'eau à droite. Suivez le sentier PR TF-51 en direction de San Jose de Los Llanos qui oblique à gauche et fait traverser une forêt de bruyères arborescentes. Ensuite, le chemin fait passer à plusieurs reprises d'un versant à l'autre de la crête.

Suivez le balisage jusqu'au Col de Tabaiba (point de vue avec un parking) et la route de Masca.

Prenez le chemin bien visible sur votre gauche, 20m avant la route. Suivez-le jusqu'à atteindre une propriété. Continuez à descendre sur la piste qui passe à côté d'une autre maison. Vous traversez une route et continuez sur un sentier en face qui vous fera croiser une autre route.

Descendez cette route (à droite) sur 500m jusqu'à rejoindre la route principale qui vous ramènera à votre point de départ (800m). Si vous ne voulez pas marcher sur la route principale, vous pouvez la suivre sur 200m, pour ensuite tourner à droite pour rejoindre le sentier balisé PR TF 52.2 en direction de « Los Pedregales » et atteindre votre point de départ.





Clin d'œil :

Le sentier PR TF-57 que vous empruntez pour rejoindre Teno Alto était, autrefois, l'unique voie de communication pour les habitants entre la fertile vallée d'El Palmar et les petits hameaux de Teno Alto. Ce « camino real » permettait aux habitants d'échanger leurs produits (tels que les céréales, pommes de terre produits dans la vallée et le bois, fromage issus des plateaux).

Autre aspect surprenant d'El Palmar : le cône volcanique au centre de la vallée (montañeta del Palmar), dans lequel on peut apercevoir de profondes carrières. Ces dernières ont servis à extraire de la terre volcanique très fertile, qui a été utilisée dans les bananeraies du bord de mer.

Conseils du guide Atalante – Informations du jour**Programme de la journée**

Petite randonnée circulaire, au-dessus de la vallée de la Orotava, qui nous rappelle le dur labeur des canariens pour aller chercher « l'or » des Canaries, à savoir l'eau ! Charmant sentier entre pins canariens et bruyères arborescentes.

Infos pratiques

Aujourd'hui, vous pouvez profiter d'un petit-déjeuner un peu plus tardif. La randonnée est de courte durée. Pensez à prendre des vêtements chauds si le temps est nuageux dans les hauteurs.

Vous vous rendez à l'aire récréative de la Caldera/ Pedro Gil, au-dessus de la Orotava, en suivant la route TF-21 qui mène au parc national du Teide.

Un restaurant canarien « Paso delTeide » très agréable vous attend à la fin de votre randonnée, à peine 10 min en voiture. Ce petit havre de paix, avec sa grande terrasse extérieure très fleurie, saura satisfaire vos papilles. A la carte, des spécialités à des prix très abordables. Le menu du jour (environ 10€) ne vous laissera pas sur votre faim.

Adresse : Calle El Velo, n°99 – Aguamansa – La Orotava ;

☎ : 0034 922 335 769 (Fermé le mardi).

Pour vous y rendre, rejoignez à droite la route principale. Après 1,3km, prenez la 1ère route à droite. Le restaurant est quelques mètres plus bas sur votre droite.

Temps de marche

2h30 (sans pause)

Dénivelé plus

521 m

Dénivelé moins

533 m

NiveauRandonnée balisée
6 km**Transfert**

Voiture depuis :

Icod el Alto (hôtel Rural Casa Blanca) :
50 min**Puerto de la Cruz** :
30 min**La Laguna** : 45 min**Tegueste** : 55 min**Vilaflor** : 1h10**El Medano** : 1h25

Que visiter ?

❖ **Le centre ancien de la Ville de la Orotava** mérite le détour ! Ville coloniale qui abrite de très beaux monuments tels que : l'église baroque San Augustin (XVIIe), l'église Nuestra Señora de la Concepción (XVIIIe), Casa de los Balcones (XVIIe) qui est très bel exemple de l'architecture coloniale avec les fameux balcons en bois de Tea (intérieur du bois de pin canarien), Musée d'artisanat Ibéro-américain (situé dans l'ancien couvent de Santo Domingo).

❖ Si vous souhaitez vous baigner, descendez jusqu'à **Puerto de la Cruz** dont le bord de mer est très bien aménagé et offre des lieux agréables de baignades. A l'Est de Puerto de la Cruz (sortie 32 sur la TF-5), la plage isolée de sable noir de El Bollullo dans la zone de El Rincón. Il s'agit d'une zone peu fréquentée puisque l'accès est à pied depuis le restaurant El Bollullo (une des plus jolies plages de Tenerife), par un sentier qui traverse les bananeraies et conduit à la plage en quelques minutes. Vous pouvez arriver jusqu'à la plage à pied depuis Puerto de la Cruz à travers un parcours d'environ 45 minutes.

A proximité se trouve également la plage de Los Patos, fréquentée par des amateurs de surf.

Accès au point de départ de la randonnée

Si vous êtes logés dans le nord de l'île : rejoindre TF-5 (5,2 km)

- Prendre la sortie 33 vers TF-211/La Orotava/TF-21

- Au rond-point, prendre la 1ère sortie (direction parc national Teide)

- A continuation passer plusieurs ronds-points et prendre toujours direction TF-21, TEIDE.

- Depuis le dernière rond-point continuer environ 10 km, traverser les villages de BARROSO, CAÑEÑO, CAMINO DE CHASNA et AGUAMANSA

- Après avoir traversé AGUAMANSA tourner à gauche dans une grand route direction La Caldera, et continuer 900m pour rejoindre l'aire récréative de la caldera/Pedro gil.

- Passez devant le parking puis tourner à gauche

- Vous aurez une aire barbecue sur votre gauche. Garez-vous sur le petit parking entre les pins canariens (à gauche, à quelques mètres se trouve un bar dans un petit bâtiment en bois)

Si vous êtes logés dans le sud de l'île, l'accès se fait par la TF-1 jusqu'à Santa Cruz de Tenerife puis prendre la sortie 6 afin de rejoindre la TF-5 en direction de La Laguna/Puerto de la Cruz. Prendre ensuite la sortie 33 et suivre les indications ci-dessus.

Balisage de la rando

Sentier Balisé Jaune et blanc PR TF-35.2 « Rutadel Agua »

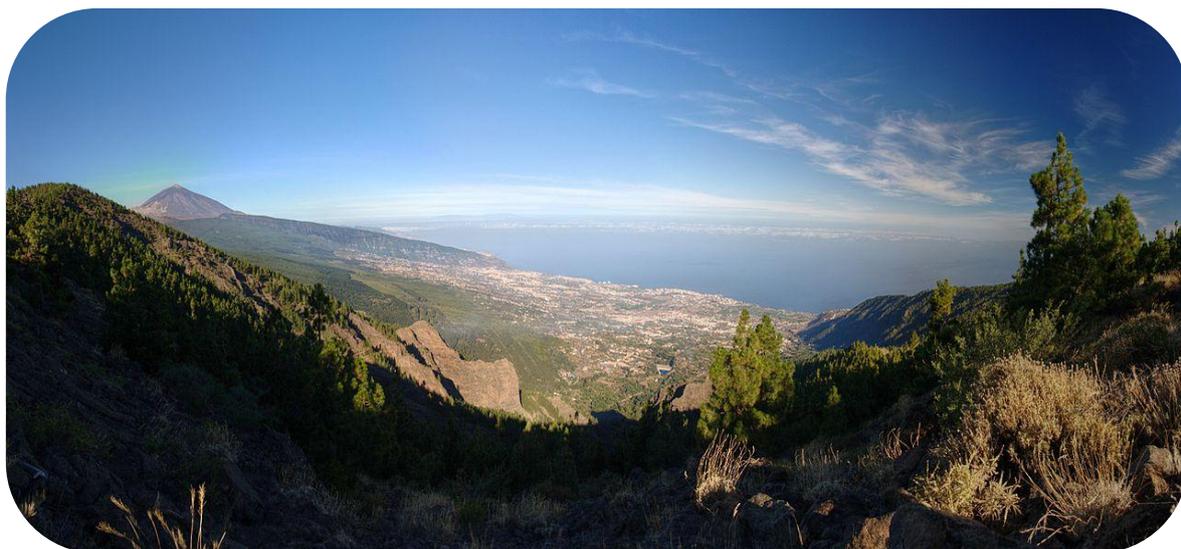
ITINERAIRE DE LA RANDONNEE

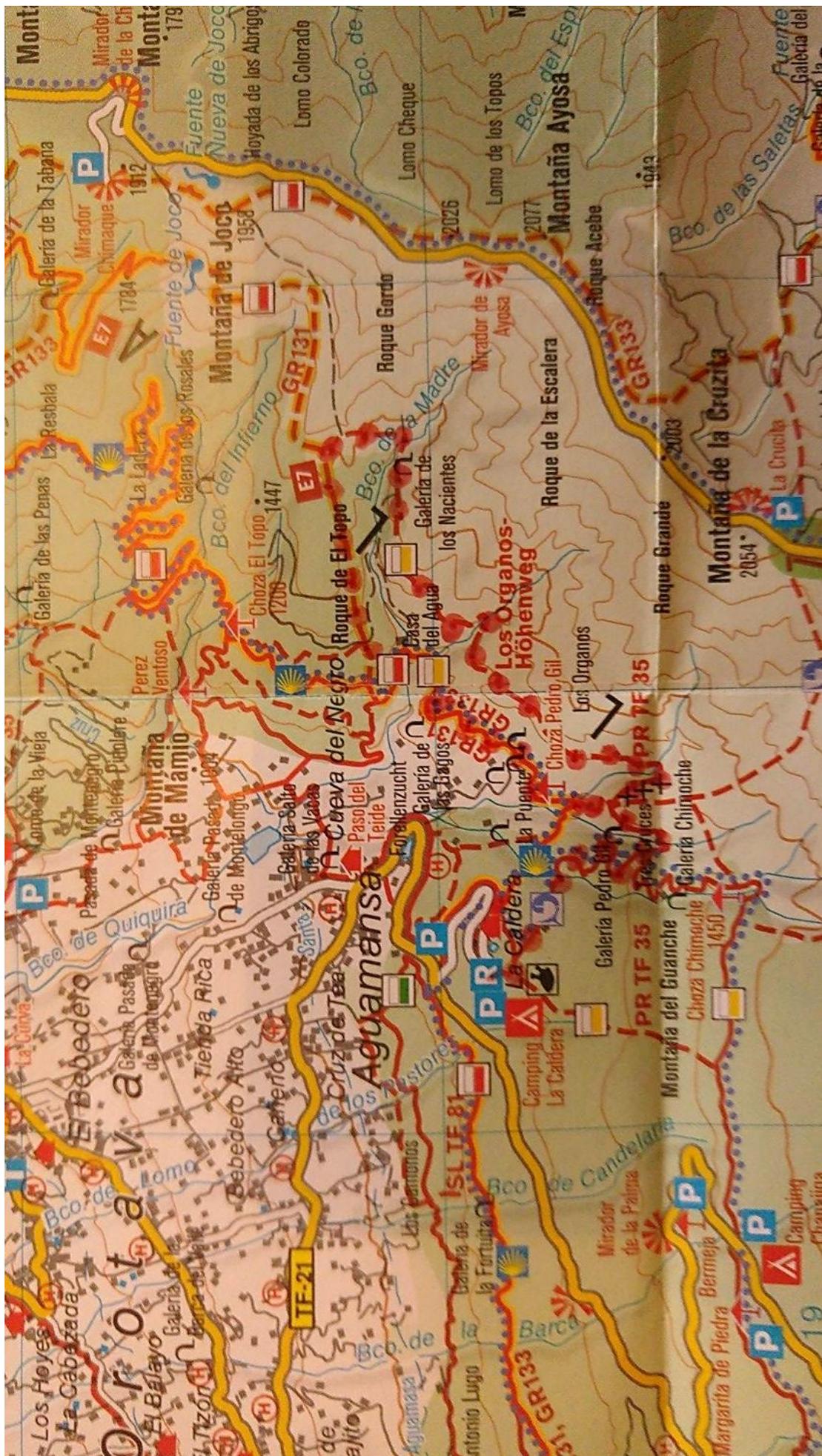
Depuis le parking, suivez la large piste en terre. Quelques minutes plus tard, vous passerez devant un abri « Pedro Gil », ignorez le sentier sur votre droite (camino de candelaria).

Poursuivez la piste pendant environ 30 min. Ignorez le sentier sur votre droite PR TF-35.2 (qui sera votre chemin de retour).

Quelques mètres plus loin, vous apercevrez un château d'eau (casa del agua) sur votre droite, prenez le sentier à droite balisé PR TF-35.2 Rutadel Agua. Suivez ce sentier escarpé qui vous conduira le long d'un ancien canal d'irrigation.

Prenez à droite en suivant le balisage jaune et blanc. Vous passerez devant deux anciens répartiteur-décanteur d'eau. Poursuivez votre descente jusqu'à rejoindre la piste forestière du départ que vous prendrez à gauche afin d'atteindre à nouveau votre voiture.





Clin d'œil :

L'eau à Tenerife ne manque pas (pour l'instant) mais faut-il encore la trouver !

La plupart de l'eau ne se trouve pas en surface comme en France mais à l'intérieur des montagnes...

Les îles Canaries bénéficient de vents frais, venant du nord est, les Alizés inférieurs. Ces vents se chargent d'humidité dans l'océan. Lorsqu'ils rencontrent les massifs (entre 500 et 1500m), ils se condensent et forment ce que l'on nomme, ici, les pluies horizontales, une brume composée de micro gouttelettes. Ces nuages, très particuliers, sont captés par une végétation spécifique (bruyères et lauriers : la laurisylva) qui s'est installée sur le versant nord des îles. L'eau, retenue par les arbres et gouttant ensuite au sol, s'infiltré dans les sols volcaniques jusqu'à rencontrer des retenues d'eau naturelles, les aquifères. L'eau est donc emprisonnée à l'intérieur des massifs des îles et ne ressort qu'à de rares endroits. Il y a une centaine d'années, les hommes ont creusé des centaines de galeries pour aller chercher cette précieuse eau, qu'ils ont ensuite canalisé afin d'irriguer leur culture et amené l'eau jusqu'aux habitations. Il y a encore quelques années tous les canaux fonctionnaient. Aujourd'hui, ils ont été en partie remplacés par des tuyaux.

Conseils du guide Atalante – Informations du jour**Programme de la journée**

En route pour le massif le plus sauvage de Tenerife, Anaga. Les efforts pour s'y rendre en valent largement la peine. Au rendez-vous, petits hameaux perdus dans la montagne, végétation extraordinaire telle que la fameuse Laurisylva (forêt primaire composée de lauriers et bruyères arborescentes) et paysages à vous couper le souffle...

Infos pratiques

Nous vous conseillons de vous lever tôt afin de profiter au maximum de cette magnifique journée.

Vous traversez, au cours de la journée, différents microclimats. Prévoyez short, chapeau, crème solaire mais également pull et veste. Dans votre sac à dos, n'oubliez pas de prendre de l'eau en quantité suffisante (mini 1,5L par personne). Vous pouvez y glisser un maillot de bain et une serviette.

En route pour l'extrême nord-est de l'île, en prenant la TF-5 en direction de Santa Cruz, puis en empruntant de petites routes de montagnes aux vues magnifiques.

L'idéal est de vous prévoir un pique-nique (que vous pouvez commander à la veille à l'hôtel – frais à votre charge).

Temps de marche

5h (sans pause)

Dénivelé plus

833m

Dénivelé moins

831m

Niveau

Randonnée balisée

8 km

Transfert

Voiture depuis :

Icod el Alto (hôtel Rural Casa Blanca) :
1h20**Puerto de la Cruz** :
1h10**La Laguna** : 45 min**Tegeste** : 40 min**Vilaflor** : 1h45**El Medano** : 1h20

Que visiter ?

❖ **Le petit village de Taganana** vaut le détour.

Charmant hameau de montagne aux rues empierrées qui conserve les habitudes et l'architecture du passé. Parmi ses rares bâtiments, un temple est dédié à Nuestra Señora de las Nieves, l'un des plus anciens de l'île, où se trouvent un authentique trésor artistique, un précieux triptyque de l'école flamande du XVIème siècle.

A quelques kilomètres, vous pourrez vous rendre à la splendide plage sauvage de Benijo (accès en quelques minutes à pied).

Accès au point de départ de la randonnée

Si vous êtes logés au Nord de l'île : rejoindre TF-5 (30,8 km)

- Prendre la sortie 8B pour TF-13 en direction de Guajara/Tegueste
- Au rond-point, prendre la 2ème sortie sur TF-13
- Traverser le rond-point (4,8 km)
- Au rond-point, prendre la 1ère sortie et continuer sur TF-13
- Au rond-point, prendre la 1ère sortie sur TF-12 (10,4 km)
- Tourner à gauche (3,2 km)
- Tourner à droite (1,0 km) - Garez-vous sur le grand parking en bas de Afur

Si vous êtes logés au Sud de l'île, rejoindre la TF-1 puis prendre la sortie 6 direction La laguna afin de rejoindre la TF-5 en direction de Puerto de la Cruz.

Prendre la sortie 8A pour rejoindre la TF-13 en direction de Tegueste.

Continuer sur la TF-13 puis prendre successivement la TF-12 et la TF-136 jusqu'à Afur.

Balisage de la rando

Sentier en partie balisé Jaune et blanc PR TF-8 direction Taganana



ITINERAIRE DE LA RANDONNEE



Attention, cette randonnée telle qu'elle est décrite est d'un niveau moyen en raison de la montée depuis la plage jusqu'à Taborno. Passages parfois un peu vertigineux, demandent un pied sûr. Si vous préférez, il est possible de faire un aller-retour sur le PR TF-8 jusqu'à la plage de Tamadite. Dans ce cas, la randonnée est facile et ne présente pas de difficulté.

Depuis le parking en bas du village, prenez sur quelques mètres la piste cimentée. Prenez le sentier balisé PR TF-8 direction Taganana à droite. Suivez-le jusqu'à rejoindre le lit de la rivière, continuez le sentier jusqu'aux premières terrasses de cultures. A la dernière terrasse, un petit sentier étroit se détache sur la gauche - marque sur le mur, inscription Taborno un peu effacée - C'est le sentier à prendre pour rejoindre le village haut-perché de Taborno.

Si vous le souhaitez, vous pouvez descendre jusqu'à la plage où vous pourrez vous baigner, si la mer le permet, et prendre votre pique-nique. Une fois remontés de la plage, prenez le petit sentier indiqué plus haut. Il sera maintenant à votre droite. Après une montée de quelques mètres, il traverse ensuite le versant sur la droite (petites montées et descentes).

Lorsque le sentier se divise, prenez à gauche. De même à la prochaine bifurcation. Le sentier se poursuit, à présent sur le côté droit de la vallée.

Quelques minutes plus tard, le chemin passe dans le lit du ruisseau, en dessous d'un gros bloc de pierre.

Il remonte du côté gauche de la vallée en pente très raide en passant par des rochers (court passage escarpé). Il passe à côté d'anciennes terrasses. Il vous fait ensuite traverser une terrasse jusqu'à une paroi rocheuse en surplomb.

Poursuivez sur la droite, puis avant la deuxième grotte, prenez à gauche par des marches dans le rocher. Vous arrivez peu après dans la vallée transversale gauche. Continuez vers la vallée. Au bout de 10 min, s'étire dans le lit du ruisseau pendant 100m pour monter de nouveau à droite en empruntant des marches dans le rocher. Vous passez bientôt devant des terrasses jusqu'à une bifurcation après un court passage plat.

Continuez à monter à droite sur le chemin principal qui s'enfonce bientôt à gauche dans le fond de la vallée et qui monte vers une bifurcation après 5min. Continuez tout droit (à gauche) vers le côté gauche de la vallée.

Traversez un versant puis montez à droite et suivez le sentier jusqu'à la crête avec les 1ères maisons.

Rejoignez la route, faites quelques mètres, puis prenez à gauche la piste/route qui descend au hameau El Frontón (environ 15 min).

Le chemin se poursuit sur l'arrête, faites quelques mètres et prenez à droite (point d'eau) en direction d' Afur.

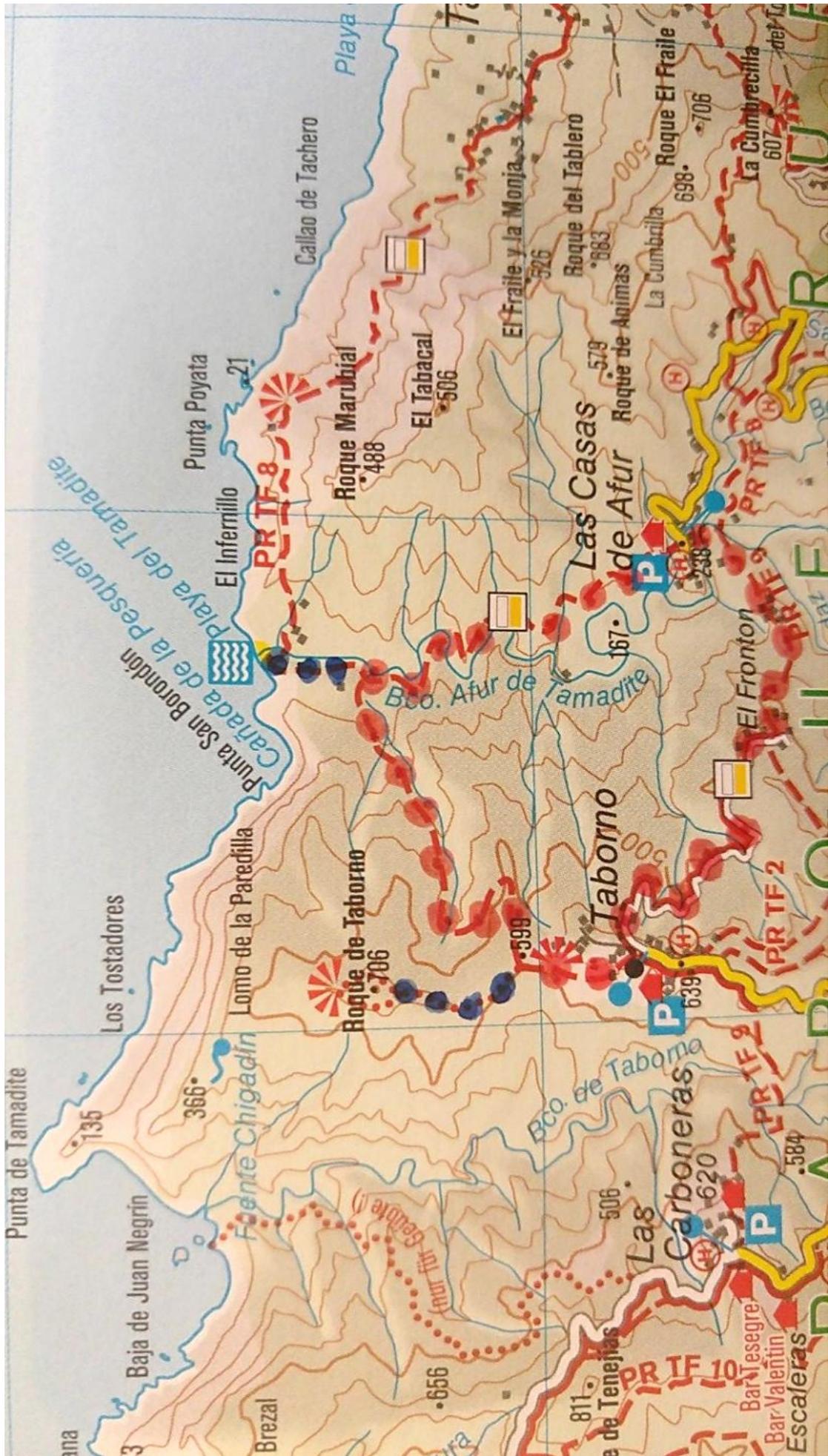
Suivez ce sentier jusqu'à rejoindre quelques maisons, prenez en face (balisage jaune et blanc) jusqu'à atteindre le fond de la vallée.

Remontez jusqu'à la place de l'église d' Afur, et poursuivez jusqu'au parking en contre bas où vous avez garé la voiture.

Clin d'œil :

Le sentier qui remonte depuis la plage de Tamadite était autrefois emprunté plusieurs fois par jour par les habitants d' Afur et Taborno afin de transporter les marchandises qu'ils troquaient entre eux. La route est apparue très tard entre ces hameaux (un peu plus d'une trentaine d'années).





Conseils du guide Atalante – Informations du jour**Programme de la journée**

De Chamorga au phare de Anaga à travers de la laurisylve et descente jusqu'à la plage Bermejo puis retour en montant à Chamorga.

Infos pratiques

-Utilisation de bâtons de marche, le sol est très glissant car sur certaines zones il est totalement recouvert de feuilles de laurier gardant l'humidité.

- Emporter suffisamment d'eau et de vêtement imperméable.

- Il n'y a pas de couverture téléphonique tous le long du sentier. Si vous vous engagez sans guide, prévoyez de bien étudier le sentier que vous voulez faire durant la journée, ne pas hésiter à faire un arrêt au bar du village, où il y aura toujours un local prêt à vous aider.

Accès depuis la route Nacional Sud

- Sortie 6 La Laguna
- Direction le centre de La Laguna Sortie 8a
- Continuer tout droit vers Anaga - Tegueste
- Puis direction Taganana
- Une fois passé l'Auberge sur votre droite, à l'intersection suivante prendre à gauche vers Chamorga et poursuivre la route jusqu'au bout afin d'atteindre le dernier village de l'extrême nord de Anaga.

Après une petite église que vous laissez sur votre droite, vous arriverez dans une zone où l'on pourra stationner facilement.

Juste au-dessus s'y trouve l'unique bar du village et unique bar que l'on trouve après l'auberge « Bar Casa Alvaro », où l'on pourra y faire un arrêt avant ou après la randonnée en bonne compagnie des paysans du village.

Temps de marche

4h (sans pause)

Dénivelé plus

600m

Dénivelé moins

500m

Transfert

Voiture depuis :

Icod el Alto (hôtel Rural Casa Blanca) :
1h50

Puerto de la Cruz :
1h40

La Laguna : 1h15 min

Tegueste : 1h10 min

Vilaflor : 2h10

El Medano : 1h45

ITINERAIRE DE LA RANDONNEE

En face de la petite église il y a un sentier de pierre avec une balustrade. Prenez ce chemin qui monte (direction le Draguillo ou Igueste de San Andrés) durant environ 30min.

Arrivés en haut, vous retrouvez des grosses pierres, prenez le sentier de droite (vous êtes face aux pierres). Continuez ainsi sur ce sentier, il est signalé par un X, ((le chemin de gauche et celui d'en face qui descend ne sont pas recommandés pour cette randonnée).

Vous restez sur cette route de Laurisylve avec quelques ouvertures vue sur mer. Après avoir parcouru une bonne partie du sentier, lorsqu'il se fera plus plat, vous verrez à votre droite l'océan. Juste avant de descendre sur votre gauche, un petit sentier vous amène, 5 mètres plus loin, à un point de vue des plus spectaculaires.

Lorsque vous arrivez aux maisons Tafara (vieilles maisons en ruines), après le panneau explicatif, prenez le chemin descendant à gauche vous dirigeant jusqu'au Phare.

- La descente se fait avec vue sur mer et les rochers d'Anaga. Un chemin serpente jusqu'à la plage ! Juste avant de l'atteindre vous rencontrez des panneaux, l'un indiquant la direction Chamorga que vous prendrez au retour, et un autre indiquant la plage et le village de pêcheur qu'il n'est possible d'accéder qu'à pied où par bateau uniquement lorsque la mer le permet. Ici entre les maisons de Roque Bermejós vous pouvez trouver des Guachinche ou ventita ouverte (l'équivalent "tascas") où vous pouvez y déguster le vin et un plat du jour unique typique Canarien. Sans oublier le paysan qui vend sa bière fraîche, et avec un peu de chance, si la nuit de pêche a été bonne, vous pourrez aussi vous régaler de poisson frais. Le vin servit dans les guachinches, est la plupart du temps issue de sa propre récolte. Face à la mer, sur votre gauche il y a une petite plage avec son port où il est tout à fait possible de se baigner. Derrière il y a "Charcodel Amor" une autre plage, qui selon la légende : «qui y vient sera puni» Celle-ci ne peut s'accéder que par Baiamar.



Au retour vous remontez par le même sentier jusqu'au panneau indicatif, puis prenez le chemin de gauche direction Chamorga. D'environ 1 heure de marche depuis la Valle ou Barranco Roque Bermejo, la pente suit un ruisseau sur votre gauche. Vous croiserez peut-être, des chèvres et bœufs sauvages.

Une fois presque arrivée à Chamorga, vous verrez à droite des palettes bleues : c'est la maison – cueva de Domingo "El Veterano" authentique et Canarienne où on vend du fromage fait maison à partir de lait de chèvre frais. Selon la saison il se peut qu'il y ait du vin ou bien même de la liqueur de mure.

La nourriture du Bar Casa Alvaro est très bonne, tout particulièrement sa viande de chèvre. C'est la viande typique Canariennes, et l'un des plus exquis plats au monde. Si vous voulez y manger au retour, il est préférable de réserver avant de commencer la randonnée.



Clin d'œil :

Durant la balade **la laurisylve** vous accompagnera, vous laissant entre voir sa magnificence mais aussi sa fragilité. Vous verrez à quel point il est nécessaire de conserver ses petits trésors des recoins de notre Terre. La végétation la plus abondante est composée de morellafaya, de houx canarien acebiños, adernos y laurier. Aux pieds de ses arbres, arbustes, et plantes poussent des fougères dont la pījaras. Si vous prenez le temps de bien regarder, vous observerez entre les branches des pinsons et merles.

Le Barranco de Roque Bermejoa une superficie 3 049 kilomètres carré, long de 4.440 mètres et un point maximum 867 mètres de haut.

Chamorga : Ce hameau situé à 550m d'altitude compte environ une centaine d'habitants.

Le 25 juin s'y célèbre la fête du village en honneur de Notre-Dame de Carmen.





Conseils du guide Atalante – Informations du jour

Programme de la journée

Cette randonnée, presque toute l'année au-dessus des nuages, dans un paysage lunaire, est marquée par l'imposant Volcan du Teide (patrimoine mondial de l'UNESCO), culminant à 3718m, fier et orgueilleux d'être le plus haut sommet de l'Espagne.

Infos pratiques

Pas besoin de partir aux aurores, car les couleurs du parc sont bien plus belles quand le soleil se couche... Ne vous fiez pas aux nuages, le parc national du Teide est quasiment toujours au-dessus, dominant une belle mer de nuages. Munissez-vous d'un chapeau, de lunettes de soleil et d'une bonne crème solaire. Sans oublier de quoi vous couvrir, car n'oubliez pas, vous êtes en haute montagne, si le vent souffle (ou à l'ombre), les températures peuvent se faire très très fraîches ! Le parc attire de nombreux touristes... et donc les voleurs, veillez à ne rien laisser dans votre voiture (faites très attention à vos affaires lorsque que vous vous arrêtez pour faire des photos).

En route pour le parc national du Teide, en suivant la TF 5, puis en passant dans les hauteurs de l'Orotava (TF 21) et en poursuivant jusqu'au centre des visiteurs du « Portillo » du parc national.

Pour votre pause déjeuner nous vous informons que les quelques restaurants disponibles dans le parc, sont souvent chers et de qualité très moyenne. Il est préférable d'emporter votre pique-nique et de le savourer tranquillement au cours de la randonnée.

Temps de marche

3h (sans pause)

Dénivelé plus

383m

Dénivelé moins

382m

Niveau

Randonnée balisée
10 km

Transfert

Voiture depuis :

Icod el Alto (*hotel Rural Casa Blanca*) :
1h15

Puerto de la Cruz : 1h

La Laguna : 1h

Tegueste : 1h10

Vilafior : 45 min

El Medano : 1h20

Que visiter ?

- ❖ **Le centre des visiteurs** situé au Portillo, est riche en informations sur le volcanisme de Tenerife. Il fournit des cartes du parc national en français.
- ❖ Il est possible de prendre le **téléphérique du Teide** (environ 25€/personne aller-retour). Vous atteignez 3500m d'altitude en quelques minutes. Il est possible de se balader et accéder à différents points de vue magnifiques. Pensez à emporter des vêtements chauds car la température baisse considérablement avec l'altitude, surtout en cas de vent (bonnet et gants peuvent être les bienvenus !). La dernière cabine du téléphérique pour redescendre est à 17h, prenez-la vers 16h si vous ne voulez pas redescendre 1100m de dénivelé puis prenez la route pendant 30min à pied avant de rejoindre votre voiture !!!

Accès au point de départ de la randonnée

1. L'accès au Parc National du Teide se fait par la TF-21, en suivant toujours la direction « El Teide ».
2. **Si vous êtes logés au Nord de l'île**, depuis la TF-5, passer par Aguamansa puis poursuivre jusqu'à rejoindre le centre des visiteurs « El Portillo ».
3. **Si vous êtes logés au Sud de l'île**, l'accès se fait par Vilaflor, puis suivre la TF-21, traverser la Parc du Teide en passant devant le téléphérique, puis Montana Blanca. Poursuivre jusqu'à rejoindre le centre des visiteurs « El Portillo ».

Balisage de la rando

Sentier n°1 La fortaleza

ITINERAIRE DE LA RANDONNEE

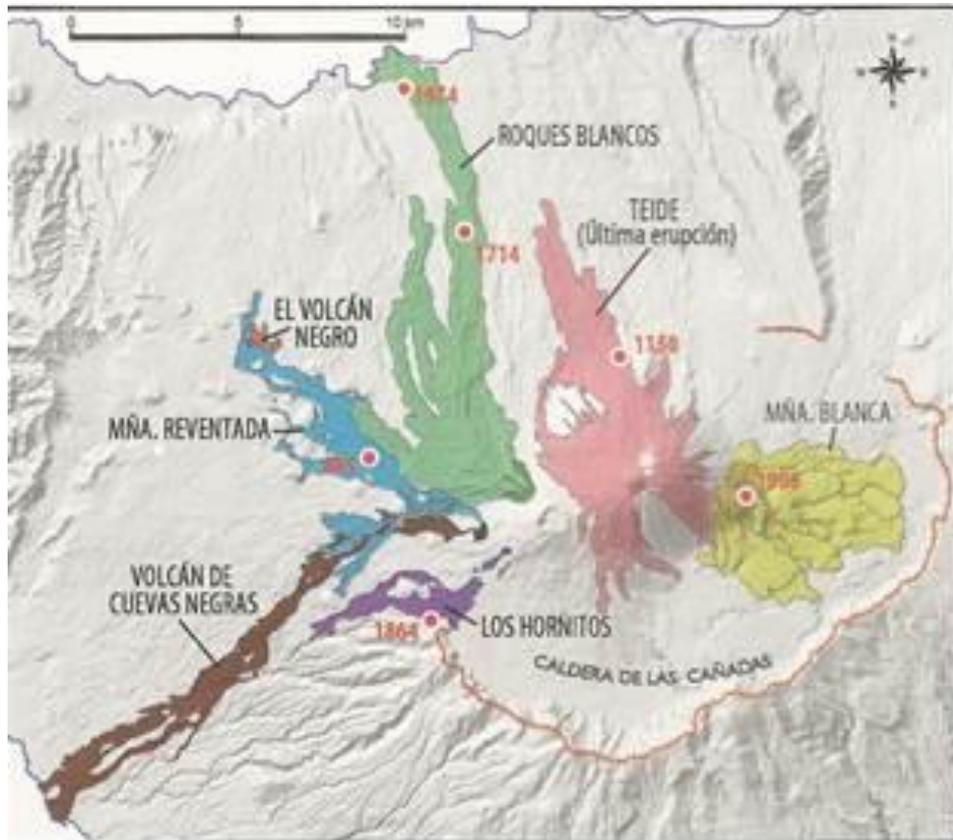


Attention, la descente de la « Fortaleza » est courte et raide, empruntez le sentier avec prudence. Si vous préférez l'éviter descendre par le même chemin qui vous a permis d'accéder au plateau.

Depuis le parking du centre des visiteurs, prenez sur quelques mètres le sentier n°1 qui monte à gauche, en face de la façade principale du centre. Après 400m, au 1er croisement, suivez le sentier en face. Au 2ème croisement (700m), continuez tout droit, ainsi qu'au 3ème croisement après 200m.

Au 4ème croisement, après avoir parcouru 2km, prenez à droite (le sentier de gauche sera celui de votre retour). Après 300m, prenez à droite, le sentier monte sur la Fortaleza.

Suivez le chemin qui vous fait traverser le plateau pendant 1,5km. Au bout du plateau, le chemin descend de manière raide sur environ 150m (si vous ne souhaitez pas descendre par ce sentier, revenez sur vos pas et reprenez le sentier de l'aller). Au croisement, prenez à gauche et rejoignez le sentier n°1 jusqu'au centre de visiteurs.



Eruptions Préhistoriques de Tenerife



Clin d'œil :

La caldera de las Cañadas, contrairement à ce que son nom indique, n'est pas un cratère de volcan. Elle s'est formée suite à un effondrement gigantesque du volcan de las Cañadas qui se serait produit il y a environ 180-190 000 ans. La base du Teide (« Teide ancien ») se serait formée à la même époque. Les éruptions se succédèrent jusqu'à ce que l'édifice atteigne une altitude de 3000m au-dessus du niveau de mer. Seulement à cette altitude, l'alimentation du stratovolcan du Teide est devenue de plus en plus difficile. La lave est alors sortie sur un flanc du Teide pour former le stratovolcan du Pico Viejo. Finalement, quand le Pico Viejo atteignit une altitude critique, les éruptions se produisirent sous forme de dômes périphériques, principalement dans le périmètre basal des deux stratovolcans. La dernière éruption du Teide date de 800 ans (1150 ap. JC). Celle qui forma le cône terminal de l'actuel Teide.



Conseils du guide Atalante – Informations du jour**Programme de la journée**

Partir à l'ascension du Volcan Teide (3718m), classé au Patrimoine mondial de l'UNESCO, est un moment unique et inoubliable. Paysages lunaires, nuit en refuge, ascension au lever du soleil, vue panoramique au sommet.

Infos pratiques

Le parc attire de nombreux touristes... et donc les voleurs, veillez à ne rien laisser dans votre voiture (faîtes très attention à vos affaires lorsque que vous vous arrêtez pour faire des photos).

Le refuge AltaVista (3260m) peut accueillir 54 personnes. Il est ouvert à partir de 17h. Pas besoin de partir aux aurores, les couleurs du parc sont bien plus belles quand le soleil se couche...La dernière cabine pour monter est à 16h.

Le refuge est équipé de 3 dortoirs, salon, cuisine (ustensiles, vaisselle, plaque de cuisson, four micro-onde), WC. Il est important de prévoir ses repas (dîner et petit déjeuner) car il n'est pas proposé de service de restauration et il n'y a pas d'eau potable. Quelques restaurants sont disponibles dans le parc, malheureusement, ils sont souvent chers et de qualité très moyenne. Il est préférable d'emporter ses repas.

Prévoyez des vêtements très chauds pour faire l'ascension le lendemain matin. Pensez à vous munir d'une lampe frontale, car vous débuterez l'ascension encore dans l'obscurité.

Présentez le document de réservation, ainsi que la carte d'identité au garde du refuge.

Pensez à rapporter vos poubelles avec vous. Aucun déchet ne peut être laissé au refuge. En route pour le parc national du Teide, en suivant la TF 5, puis en passant dans les hauteurs de la Orotava (TF 21) et en poursuivant jusqu'au parking du téléphérique.

Temps de marche
6h jusqu'au sommet**Dénivelé positive**
1400 m**Niveau**
Randonnée balisée
10,4 km**Transfert**
Voiture depuis :**Icod el Alto** (*hotel Rural Casa Blanca*) :
1h30**Puerto de la Cruz** :
1h10**La Laguna** : 1h10**Tegueste** : 1h20**Vilaflor** : 30 min**El Medano** : 1h10

Que visiter ?

- ❖ Le centre des visiteurs situé au Portillo, est riche en informations sur le volcanisme de Tenerife. Il fournit des cartes du parc national en français.
- ❖ Il est possible de prendre le téléphérique du Teide (environ 25€/personne aller-retour). Vous atteindrez 3500m d'altitude en quelques minutes. Il est possible de se balader et accéder à différents points de vue magnifiques. Pensez à emporter des vêtements chauds car la température baisse considérablement avec l'altitude, surtout en cas de vent (bonnet et gants peuvent être les bienvenus!). La dernière cabine du téléphérique est à 16h, la prendre vers 15h si vous ne voulez pas redescendre 1100m de dénivelé puis prendre la route pendant 30min à pied avant de rejoindre votre voiture !!!

Accès au point de départ de la randonnée

Si vous êtes logés au Nord, rejoindre TF-5

- Prendre la sortie 33 vers TF-211/La Orotava/TF-21
- Au rond-point, prendre la 1ère sortie (direction parc national Teide)
- Continuer tout droit sur TF-21(1,3 km)
- Au rond-point, prendre la 2ème sortie et continuer sur TF-21 (direction parc national Teide) poursuivre jusqu'au parking du téléphérique du Teide sur votre droite (km 43).

Si vous êtes logés au Sud, l'accès se fait par Vilaflor, puis suivre la TF-21 et traverser la Parc du Teide. A la bifurcation, prendre à droite afin de rejoindre le parking du téléphérique du Teide.

Balisage de la rando

Sentier n°11 puis n°7



ITINERAIRE DE LA RANDONNEE

L'accès au sommet du Teide est possible de 17h à 9h (permis inclus lorsque vous avez une réservation d'une nuit au refuge).

Garez la voiture au parking de Montana Blanca et suivez le **sentier n°7** jusqu'au refuge.

Nous vous recommandons l'ascension le matin tôt en partant du refuge, afin de pouvoir profiter du lever de soleil et de l'ombre du Teide qui se projette sur l'océan. **Prévoyez un départ du refuge vers 5h du matin.**

Prévoir 2h depuis le refuge d'Alta Vista (558m). Vous pouvez demander l'heure de lever de soleil au garde du refuge.

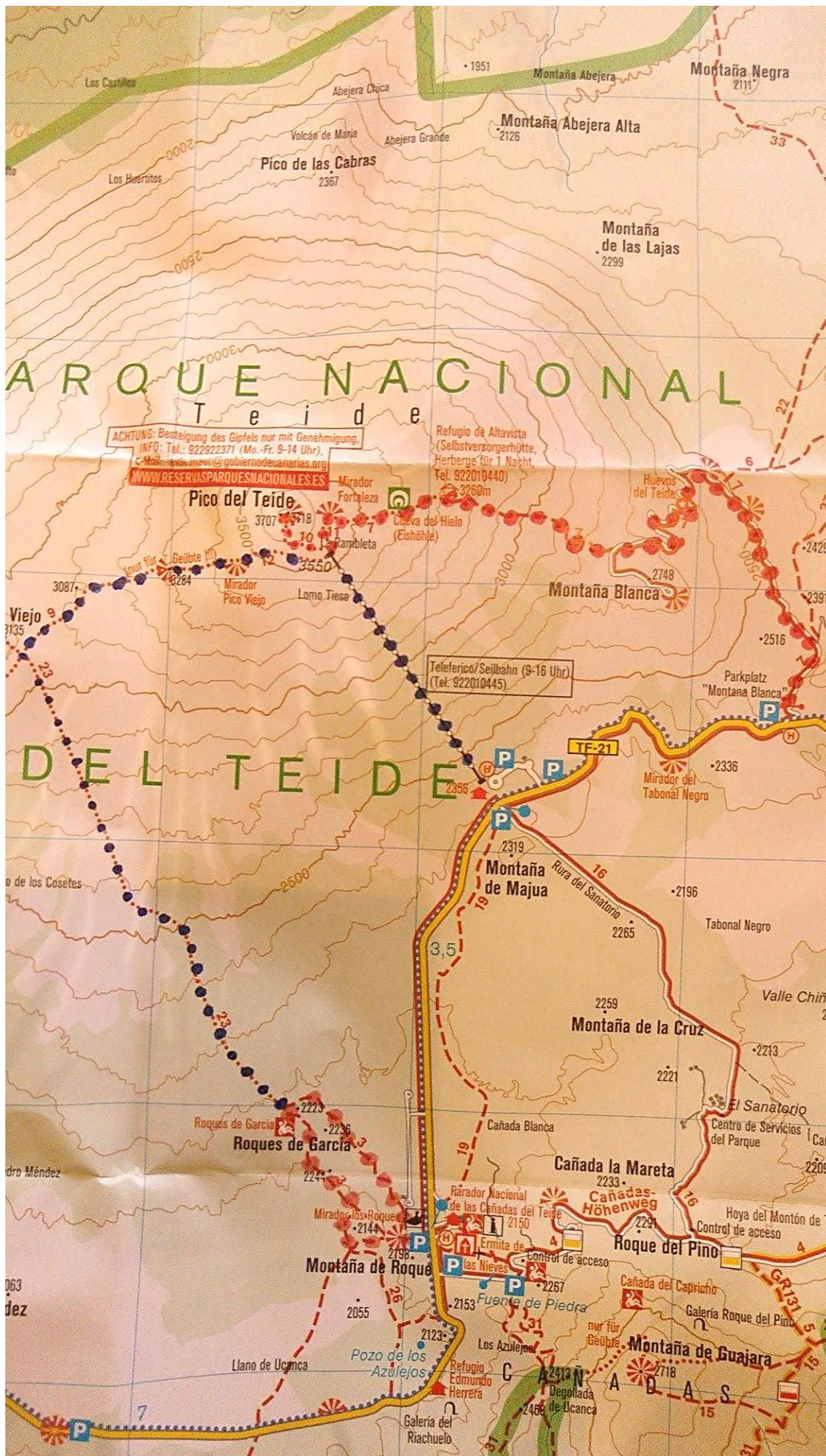
Prenez à droite en sortant du refuge, suivez le **sentier n°7**, puis à gauche le sentier n°11, vous passez alors devant la station de téléphérique, puis prenez à droite sentier n°10 pour rejoindre le Pic du Teide.

Prévoyez des vêtements très chauds, car les températures, même en été, peuvent être très basses, d'autant que le sommet est régulièrement soumis au vent.

Lors de la descente, 3 options s'offrent à vous :

- vous pouvez emprunter le **sentier n°12** afin de vous rendre jusqu'au Pico Viejo. **ATTENTION : niveau difficile** (1633 m de dénivelée négative – 240m de positif). Distance : 10 km. A l'arrivée, il vous faudra prendre un taxi afin de rejoindre votre véhicule au parking de Montana Blanca.
- descente possible en téléphérique. La 1ère cabine du téléphérique part à 9h le matin. A l'arrivée, il vous faudra prendre un taxi afin de rejoindre votre véhicule au parking de Montana Blanca
- descente possible par le même sentier que celui emprunté lors de la montée. **ATTENTION : le soleil ne se ressent pas à cette altitude ; pensez à vous hydrater !**





Conseils du guide Atalante – Informations du jour**Programme de la journée**

Partir à l'ascension du Volcan Teide (3718m), classé au Patrimoine mondial de l'UNESCO, est un moment unique et inoubliable. Paysages lunaires, ascension au lever du soleil, vue panoramique au sommet...

Infos pratiques

Cette option d'ascension du Teide vous permet d'accéder au sommet du Teide sans posséder de permis spécial (à demander normalement 1 mois à l'avance à la mairie locale ou sur internet). ATTENTION : niveau de difficulté élevé.

L'ascension se fait d'une traite, en partant très tôt le matin (vers 1h du matin). Prévoir des vêtements très chauds. Penser également à vous munir d'une lampe frontale.

Il est préférable d'emporter votre pique-nique et de le savourer tranquillement au cours de la randonnée. Merci de conserver vos déchets pendant toute l'ascension car vous ne trouverez pas de poubelles sur le chemin.

Sachez qu'il est possible de faire une pause au refuge Altavista pendant l'ascension, même sans réservation. Une fois là-haut, vous pourrez profiter de snacks et boissons chaudes au distributeur prévu.

Temps de marche :

Option 1 : 1h30

Option 2 : 6h

Dénivelée :

Option 2 : + 1400m

Niveau

Option 1 : Facile

Option 2 : Difficile

Transfert

Voiture depuis :

Icod el Alto (*hotel Rural Casa Blanca*) :
1h30**Puerto de la Cruz** :
1h10**La Laguna** : 1h10**Tegueste** : 1h20**Vilaflor** : 30 min**El Medano** : 1h10

ITINERAIRE DE LA RANDONNEE

- Option 1 :

Vous vous gardez au parking du téléphérique du Teide. La station du téléphérique se situe à 2356 m.

Une fois à la station, vous prenez le téléphérique (dernier accès à 16h pour monter). L'arrivée en haut se fait à peine 10 minutes plus tard à 3555m d'altitude. Vous êtes alors à 700m du sommet (150m de dénivelé positif restant), mais il vous faudra attendre 17h pour passer car vous n'aurez pas de permis d'accessibilité au sommet.



- Option 2 :

Vous vous gardez au petit parking de «Montaña Blanca» (alt. : 2350 m) sur la route TF-21 aussi appelée route de «las Canadas». Cette route traverse l'intégralité du parc en sa largeur.

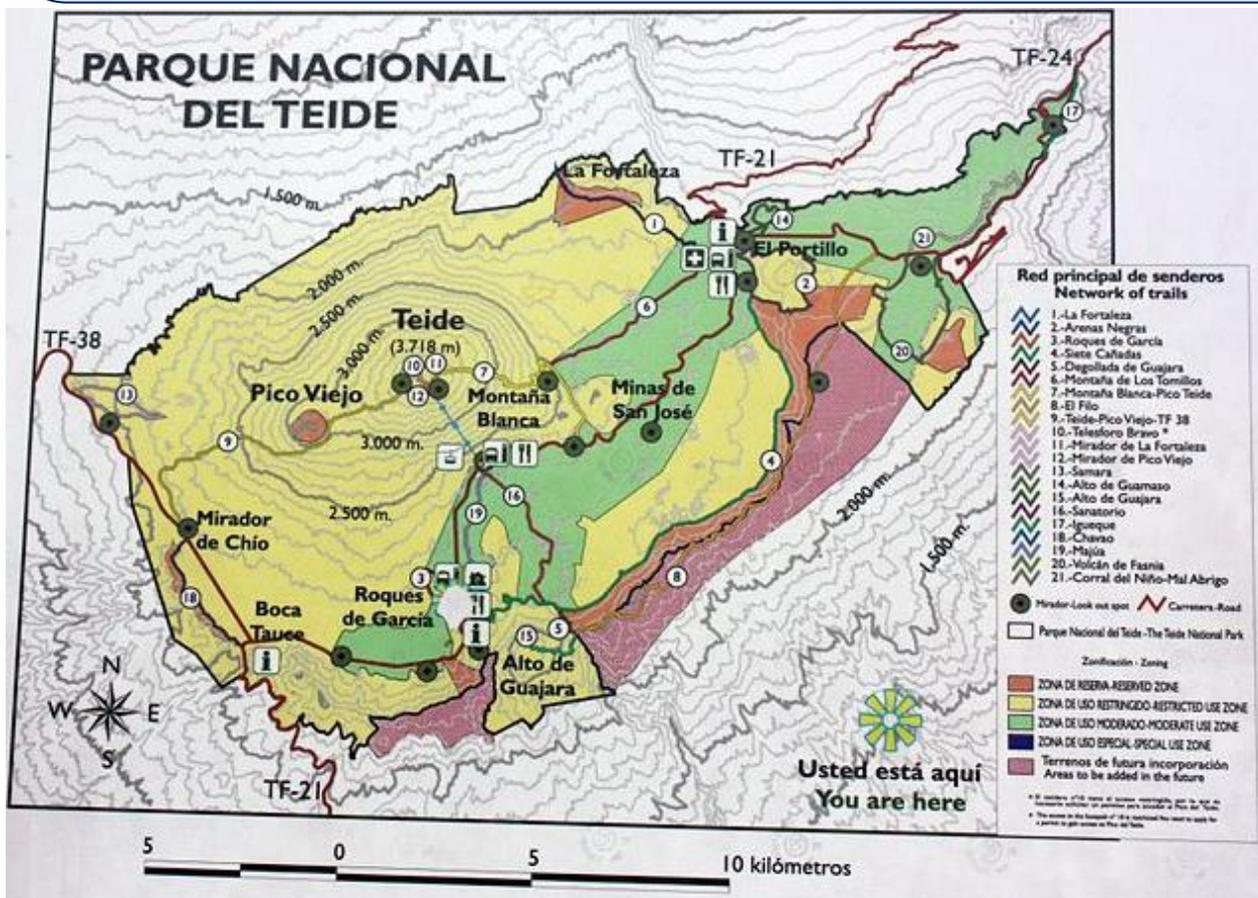
Attention, veuillez ne rien laisser dans la voiture car il y a des vols.



Vous commencez la randonnée vers **1h du matin**. Vous prenez le **sentier n°7** sur la carte qui part du parking de «Montaña Blanca» (2350 m). Il y a environ 8.5km de distance et 1300m de dénivelée positive jusqu'au sommet du volcan qui est à 3718 m. Vous passerez devant « Los HuevosdelTeide » ou « Oeufs du Teide ». Avant d'atteindre le sommet, vous passerez devant le refuge Altavista. Vous pourrez y faire une halte pour petit-déjeuner. Attention : penser à emporter votre nourriture car il n'y a qu'un distributeur de snacks et boissons chaudes sur place. Vous pouvez repartir du refuge vers 5h afin d'arriver pile à l'heure pour le lever du soleil (entre 7h et 7h30).

ATTENTION : la descente doit se faire avant 9h. Pour descendre, il y a **3 options** :

- Vous pouvez emprunter le **sentier n°12** afin de vous rendre jusqu'au Pico Viejo. **ATTENTION : niveau difficile** (1633 m de dénivelée négative – 240m de positif). Distance : 10 km. A l'arrivée, il vous faudra prendre un taxi afin de rejoindre votre véhicule au parking de Montana Blanca.
- Descente possible en téléphérique. La 1ère cabine du téléphérique pour redescendre part à 9h le matin. A l'arrivée, il vous faudra prendre un taxi afin de rejoindre votre véhicule au parking de Montana Blanca
- Descente possible par le même sentier que celui emprunté lors de la montée afin de rejoindre la voiture au parking (sentier 11 puis 7).



Ferry pour La Gomera : Depuis le port Los Cristianos

Prendre la route pour aller au Port de Los Cristianos, environ 1h 30 de route. Vous devez être arrivés au minimum 1h avant le départ du ferry.

L'embarquement se fait 30-40 minutes avant le départ. L'heure du ferry est bien indiquée sur le voucher fourni, avec la compagnie NAVIERA ARMAS. Munissez-vous de votre carte d'identité ou passeport (indispensable).

1. Prenez la route TF-342 et continuez sur TF - 352 jusqu'à rejoindre la TF -5
2. Continuez sur la TF-5 et TF-1 direction TF-28.
3. Sortie 7A a TF-2, direction Sta. María del Mar /Aeropuerto Sur
4. Sortie TF-1 direction Candelaria/Aeropuerto Sur/Los Cristianos
5. Depuis TF -1, prenez la sortie TF – 665/Los Cristianos
6. Au rond-point, prenez la 3ème sortie, direction TF 655
7. Tournez à droite Av. Chayolita
8. Continuez sur Av Chayofita, au rond-point 1ère sortie Calle Finlandia.
9. Au rond-point, prenez 2ème sortie et continuer sur Av Habana.
10. Au rond-point, prenez la 1ère sortie, calle del Espigón.
11. Suivez « embarque vehículos NAVIERA ARMAS », continuez jusqu'à la fin de la route. Une fois garé, prêt à embarquer, rendez-vous au bureau de la compagnie dans le bâtiment principal du port et présenter votre voucher Naviera Armas (n'oublier pas de présenter la carte d'identité de chaque passager).



PRESENTATION

Le Parc National de Garajonay, doit son nom à la légende des amants, Gara, une princesse de la Gomera et Jonay, un prince de Tenerife, qui devant la désapprobation de leur amour par leurs parents, ont décidé de se tuer avec une lance effilée de chaque côté. Ils se sont enlacés une dernière fois...

Le Parc National abrite et protège la Laurisilva, une forêt primaire de lauriers, de houx bruyères arborescentes...

Cette forêt primaire perdure sur certaines îles Canaries, notamment celle de La Gomera, Tenerife, La Palma et El Hierro, grâce aux Alizés inférieurs (entre 700 et 1500m d'altitude), vents frais et humides, venant du Nord Est. Ces Alizés en rencontrant les massifs chauds des îles de plus de 700m d'altitude, se condensent, en prenant de l'altitude et forme une brume constituée de microgouttelettes, que l'on appelle la *pluie horizontale*, qui est captée par la forêt (c'est le principe utilisé par les filets capteurs de nuages). Ces microgouttelettes emprisonnée par la Laurisilva, tombent au sol et s'infiltrent pour aller rejoindre des réserves d'eau naturelles dans le sous-sol, les aquifères.

Cette forêt de laurisilva canarienne occupe une étendue d'environ 4.000 hectares, soit près de 11% de la surface totale de l'île. C'est un vestige des forêts subtropicales qui occupaient une bonne partie de l'Europe et du nord de l'Afrique, il y a quelques millions d'années. Le "Garajonay" peut donc être considéré comme un authentique fossile vivant. Pour protéger cet écosystème, en 1981 a été créé, le Parc National de Garajonay qui, par la suite, en 1986 a été déclaré Patrimoine de l'Humanité, par l'UNESCO, la reconnaissance maximale que peut atteindre un espace naturel protégé.

La forêt de Garajonay abrite environ 2000 espèces de flore, dont une majorité sont des espèces endémiques exclusives de l'île et des Canaries. Parmi les différentes espèces d'arbres que nous pouvons observer, les plus communs sont :

- Dans la zone du *Faya-Brezal*, où l'humidité est moindre : le Faya et bruyères de taille moyenne (*Brezo*), le Mocán, un bois blanc et le Barbusano.
- Dans les vallées les plus humides orientées vers le nord : la végétation est principalement formée par d'énormes Viñátigos (cousin de l'avocatier) et Tiles qui peuvent atteindre 35 m de hauteur.
- Dans les versants humides : Loro, Faya, et Acebiño (le houx des Canaries).

CLIN D'ŒIL : Les symboles de La Gomera

Chaque île des Canaries a un symbole animal et un symbole végétal.
Les symboles de La Gomera sont 2 espèces de la forêt des lauriers.

[Columba junoniae](#) / Paloma Rabiche, endémisme canarien Oiseau sédentaire

Relique vivante qui a évolué en étroite collaboration avec son habitat: la forêt de lauriers. Elle niche sur le sol et pond un œuf par an. Elle est considérée comme en «danger» suite à la détérioration de son habitat et à la prédation des œufs par les chats et par les rats (espèces introduites par l'homme).



[Persea Indica](#) / Viñatigo, endémisme de la macaronésie « Cousin » de l'avocatier (*persea americana*)

Famille: Lauracea, hauteur: 20-30m.

Reconnaissable par ses grandes feuilles qui deviennent rouges avant de tomber. Son bois « rose » était très apprécié en ébénisterie et s'utilisait pour la construction navale.

Il contient des alcaloïdes qui attirent les rats qui viennent mordre ses jeunes pousses et s'enivrer.

Clin d'œil :

La Chapelle de Lourdes (Ermita de Lourdes)

Florence Stephan Parry, une institutrice anglaise, est à l'origine de la construction de cette chapelle, inaugurée en août 1935. Lors de cette inauguration, une centaine de personnes se sont réunies.

Depuis, chaque dernier dimanche d'août se célèbre au Cedro, la fête de Notre Dame De Lourdes, où les gomeros se réunissent lors d'une messe, de musique folklorique avec tambours et Chacaras et d'un grand repas dont les mets sont amenés par chacun et qu'ils partagent en accompagnant ce festin d'un bon vin du pays.



Que visiter ?

❖ **Centre de visiteurs du parc National de Garajonay (« Juego de Bolas »)**

Tel : (0034) 922 80 09 93

Adresse: 38830 La Palmita, Agulo

Horaires: Tous les jours de 9h30 à 16h30

Situé dans le Pré-parc national, le centre de visiteur regroupe une salle d'exposition, une salle de projection, un musée ethnographique, un atelier d'artisanat et un jardin botanique.

Visite incontournable si vous souhaitez mieux comprendre la nature et la culture de La Gomera.

Infos pratiques

Afin de profiter de vos randonnées dans le parc national, nous vous conseillons de prendre le petit-déjeuner à 8h.

Le Garajonay est situé en altitude et la plupart du chemin est à l'ombre. Au niveau vestimentaire, prévoyez donc une bonne polaire et une veste car il peut faire frais.



Randonnée dans le Parc National Garajonay

Conseils du guide Atalante – Informations du jour

Programme de la journée

Randonnée circulaire proche du logement, qui vous permettra de découvrir le fameux Parc national de Garajonay qui abrite une des plus belles laurisilva au monde. Bien que sportive par moment, c'est une journée qui a tout plaire !

Infos pratiques

Aujourd'hui, route vers le haut de la vallée d'Hermigua.

Afin de profiter de cette belle journée, nous vous conseillons de prendre le petit-déjeuner à 8h. Au niveau vestimentaire, prévoyez un t-shirt de rechange, une bonne polaire et une veste car si la brume apparaît, le temps peut se rafraichir de manière surprenante. Nous vous recommandons vivement une halte pour le déjeuner au restaurant situé à mi parcours, la Vista.

A mi-parcours (dans le hameau du Cedro), vous passerez à pied devant le restaurant camping **La Vista** qui vous propose une carte variée dans un cadre unique. Nous vous recommandons la soupe de cresson (potaje de Berros), une des meilleures de l'île.

Restaurant La Vista

El Cedro s/n - Hermigua

Tel : 0034 922 88 09 49

Temps de marche

5h (sans pause)

Dénivelé plus

589m

Dénivelé moins

565m

Niveau

Randonnée balisée

12 km



Que visiter ?

San Sebastian de la Gomera

La capitale de La Gomera, surnommée l'île Colombine, car elle fût la dernière escale de Christophe Colon avant de découvrir les Amériques.

Nous vous recommandons, après être passé à l'office de tourisme et d'y demander une carte de San Sebastian, de visiter les édifices historiques suivants :

- ❖ **La Torre del Conde:** Un des exemples les plus importants de l'architecture militaire des Canaries, édification de 15m de hauteur, créée par Herrera à la demande de Hernán Peraza en 1450. Sa fonction était défensive, afin de repousser les attaques des autochtones et pirates qui avaient lieu dans la baie de San Sebastián.
- ❖ **Le Musée « Casa Colón » :** Edifice transformé en musée, où est exposée une importante collection archéologique du Pérou. Situé dans la Calle Real.
- ❖ **La Casa del Conde:** A été la maison où se logeaient les Comtes, qui par la suite se logèrent sur Tenerife. Postérieurement, cet édifice accueillait les personnalités illustres lors de leur visite à la Gomera. Située au numéro 29 de la Calle Real.
- ❖ **La Casa de l'Aduana:** Aujourd'hui, abrite le musée permanent de la Découverte et le puits que Christophe Colon aurait utilisé afin de s'approvisionner en eau avant de partir à la découverte du « nouveau monde ».
- ❖ **L'église de « nuestra señora de la Asunción » :** Principal temple de la ville. La richesse se perçoit tant au niveau de ses murs que de son magnifique plafond de style Mudéjar. L'actuelle église est un mélange harmonieux de styles mudéjar, gothiques et baroques. Située au numéro 29 de la Calle Real.
- ❖ **La chapelle de San Sebastián:** simple et humble construction, qui date de 1540, bien qu'elle fût terminée postérieurement en 1674. A l'intérieur, se trouve le saint qui a donné le nom à la ville, Saint Sébastien. Située dans la Calle Real.

Les petits commerces, notamment **El Burrito**, petite boutique de souvenirs et articles de randonnée créée et maintenue par une famille de la Gomera et restaurants de San Sebastián sont très agréables, nous vous conseillons vivement de vous y attarder pour flâner et y dîner un bon poisson frais par exemple.

Quelques adresses de restaurants :

- **Gastrobar La Salamandra** : Calle Real 16 - Tel : 0034 626 22 33 01 - Fermé le dimanche
- **El Pajar** : Calle de Ruiz de Padron, 26 - En face de l'hôtel Torre Del Conde et à côté de la pension Hesperides
- **El Charcon:** Playa de la Cueva S/ N, En face de la plage de la Cueva (à gauche du port de San Sebastian) – Tel : 0034 922 14 18 98 - Fermé le dimanche

Accès au point de départ de la randonnée

1. Prendre la route principale GM-1 en direction de San Sebastian
2. Continuer sur la GM-1 en laissant sur votre gauche le barrage d'Hermigua (Embalse de Mulagua)
3. Continuer sur la GM-1 en laissant une piste de terre sur votre droite (piste que vous allez rejoindre à pied, après vous être garés un peu plus haut sur la GM-1)
4. Au prochain virage, vous disposez d'un parking sur la droite (dans le virage). Garez-vous, c'est le départ et arrivée de votre randonnée.

Balisage de la rando

Une partie du parcours est indiqué par des panneaux signalant PR-9 El Cedro, PR-2 Ermita de Lourdes, PR-11 Meseta de Hermigua, PR-15 La Meseta de Hermigua et autres panneaux au nouveau logo « Let's Gomera ».



ITINERAIRE DE LA RANDONNEE



Garez-vous dans le virage (4,6km à partir de votre logement Los Telares), après avoir passé le barrage de la Mulagua (sur votre gauche) et la piste en terre sur votre droite. Descendez à pied la route GM-1 sur 550m, puis suivez la piste en terre à gauche pendant 2km (environ 30 min). Vous allez en direction de la « Presa de los Tiles ».

Descendez l'escalier qui rejoint le bas du barrage de los Tiles, avec précaution car très souvent glissant, puis tournez à gauche, passez sur le pont et montez l'escalier en pierre pour atteindre le haut du barrage. Vous suivez à présent la direction del Cedro (PR-9). Après le barrage, en suivant le sentier, vous rejoignez une petite zone aménagée avec une table en bois, au pied d'une cascade, c'est un endroit idéal pour faire une pause avant de commencer l'intense et courte ascension qui vous attend (30 min).

Suivez le sentier, assez raide par moment mais offrant de superbes vues sur la vallée d'Hermigua et les cultures en terrasses, jusqu'à atteindre un pylône électrique. Suivez le sentier quelques mètres, au croisement à droite, en suivant l'escalier vous vous rendez au restaurant de La Vista que nous vous recommandons car les plats sont typiques de la Gomera, de très bonne qualité et à prix très raisonnable. Pour poursuivre la randonnée, depuis la terrasse du restaurant, descendez l'escalier qui vous mène jusqu'à un petit ruisseau (sur votre gauche), puis suivez les indications ci-dessous.

Sinon vous pouvez continuer en longeant le petit ruisseau, que vous gardez sur votre gauche. Après quelques marches, le sentier vous conduit à une aire de pique-nique. Puis, rejoignez la route, suivez-la (160m) en montant à gauche jusqu'au croisement où vous prenez à droite en suivant la direction de Ermita de Lourdes (PR-2). Suivez la route (270m), passez à côté d'une maison rural (Casa Rural Los Patos) poursuivre jusqu'au prochain croisement. Prenez l'escalier en face de vous, en suivant la direction d'Ermita de Lourdes (PR-2). Suivez le sentier, jusqu'à la Chapelle de Lourdes (voir Clin d'oeil).

Au bout de la place, à gauche démarre un sentier qui monte, suivez-le jusqu'à rejoindre une piste empierrée où peuvent circuler les voitures pour accéder au hameau del Cedro, prendre de suite à droite un petit sentier jusqu'à rejoindre une piste en terre. Attention ne suivez pas le sentier qui redescend jusqu'à un pont en bois en direction d'Alto de Garajonay.

Vous arrivez sur une piste en terre, suivez-la en prenant à gauche, jusqu'à rejoindre à nouveau la piste empierrée. Prenez la piste empierrée à droite, et suivez-la en montant (5-7min). Dans un virage, où parfois se garent des voitures, vous retrouvez votre sentier en direction de la meseta d'Hermigua (PR-11), en face de vous. Attention de ne pas prendre le sentier à gauche, qui vous ferez redescendre au hameau du Cedro.

Descendez (environ 15-20 min) avec prudence, le sentier est souvent glissant, notamment les marches en bois. Vous rejoignez un sentier plus large, prenez à droite et rejoignez une route goudronnée que vous suivez en descendant.

Sur votre gauche, prenez le sentier qui descend (PR-11), suivez-le jusqu'à rejoindre une piste qui passe entre des maisons et qui vous conduit à une petite place à l'ombre des pins canariens.

Prenez le sentier qui descend à gauche (PR-15 La Meseta de Hermigua), suivez-le jusqu'au prochain croisement où vous continuez tout droit, toujours en direction d'Hermigua jusqu'à rejoindre la route. Le sentier se termine dans le virage où vous avez garé votre voiture.



CARTE RANDONNEE PARC NATUREL DE GARAJONAY



Conseils du guide Atalante – Informations du jour**Programme de la journée**

Pour cette journée, vous partez en direction d'Alajeró. Une excursion parmi les plus belles de la Gomera, vous offrant des paysages à couper le souffle, des sentiers empierrés vous conduisant au paisible hameau d'Imada, perché dans la montagne. Une étape incontournable dans votre voyage sur La Gomera.

Infos pratiques

En route pour Alajeró, en prenant la route GM-3 en direction de l'aéroport.

Nous vous conseillons de vous lever tôt afin de profiter au maximum de cette magnifique journée.

Vous traverserez, au cours de la journée, différents microclimats. Prévoyez short, chapeau, crème solaire mais également pull et veste.

Dans votre sac d'eau, n'oubliez pas de prendre de l'eau en quantité suffisante (mini 1,5L par personne).

Nous vous recommandons de prévoir un pique-nique, que vous pourrez déguster lors de votre randonnée, car il n'y a pas de bars ou restaurant au cours de l'excursion.

Temps de marche

5h (sans pause)

Dénivelé plus

814m

Dénivelé moins

814m

Niveau

Randonnée balisée

10 km

Transfert

Voiture

(20 min)

Que visiter ?

❖ **Les poteries traditionnelles de la Gomera :**

A la suite de la randonnée, vous pouvez vous rendre en voiture jusqu'au hameau du Cercado, où se poursuit la tradition des céramiques. Ces céramiques uniques, sont fabriquées à partir de la terre rouge de la Gomera, qui doit être mélangée à de l'eau, puis filtrée pour enlever un maximum d'impuretés et ne garder que la partie argileuse, qui sera longuement malaxée afin de la rendre exploitable pour fabriquer les poteries. Ces dernières sont fabriquées sans tour !

Pour vous rendre au hameau du Cercado, suivre la route en direction Nord-Ouest, vers Imada, puis prendre à gauche la route CV-17 en direction del gualero. Puis prendre la route CV-18 à droite en direction du Cercado. Comptez 25-30 min de trajet depuis Alajeró.

Accès au point de départ de la randonnée

1. Suivez la GM-3 en direction de l'aéroport
2. Continuez jusqu'à Alajeró. Sans rentrer dans le centre. Vous restez sur la route principale
3. Sur la droite, en face d'un bar (à gauche), se trouve un arrêt de bus et un parking où vous pouvez vous garer. Le sentier part sur la droite.

Balisage de la rando

GR-132 Playa Santiago; PR-15 Imada et Ruta 20 Alajero - Imada



ITINERAIRE DE LA RANDONNEE

Depuis le parking, suivre le panneau de randonnée GR-132 indiquant Targa. Suivez le sentier jusqu'à croiser la route et reprendre le sentier en face. Le sentier revient à la route de nouveau, que vous empruntez jusqu'à trouver sur votre gauche, un panneau de randonnée PR qui vous indique Imada (barranco de Guarimar).

Attention, car le sentier étant empierré, il peut être très glissant si les pierres sont mouillées. Continuez le sentier en descendant, en suivant toujours les indications Imada. Au croisement continuez tout droit, direction Imada.

Le chemin débouche sur une piste, prenez à droite, un panneau indique Imada, le chemin longe une maison (sur votre gauche). Poursuivez, puis au croisement, prenez en face, toujours en direction d'Imada.

Vous rejoignez le lit du barranco (de la gorge et poursuivez en face), toujours en direction d'Imada.

Le chemin continue majoritairement en montée, jusqu'à ce que vous aperceviez sur la gauche dans les hauteurs, le petit village d'Imada.

Au croisement, prenez à droite, pour rejoindre une route goudronnée que vous suivez à gauche. Suivez les panneaux (Ruta 20 Alajeró), et la route jusqu'à trouver un sentier sur votre gauche, parallèle à la route que vous rejoignez par la suite.

Marchez sur la route, jusqu'à trouver sur votre droite le sentier. Rejoignez la route que vous traversez pour reprendre le sentier en face.

Le chemin débouche sur la route que vous suivez en descendant. Au croisement, prenez à droite. Puis, au prochain croisement prenez à gauche. Prenez ensuite le sentier à droite. Au croisement continuez tout droit. Le sentier débouche sur des maisons, suivez la rue (calle Fagundo). Puis, prenez à gauche la rue pavée.

Arrivés à la route (calle Columba), suivez-la à gauche. Au croisement, suivez la route à droite. Puis prenez le sentier à gauche jusqu'à rejoindre la route et traversez-la pour rejoindre votre voiture.

Clin d'œil :

Playa Santiago :

Playa Santiago est une petite localité du sud de la Gomera appartenant à la municipalité d'Alajeró, situé dans l'embouchure du barranco de Santiago.

Ses origines se situent au début du XXe siècle, quand un petit groupe de pêcheurs s'est installé près de la plage pour mettre à profit les ressources de pêche que cette côte offre, en construisant deux conserveries. L'arrivée des cultures d'exportation, a provoqué une augmentation rapide de sa population, puisque de nombreux d'habitants de l'île sont arrivés ici à la recherche d'un travail. En peu de temps, Playa Santiago s'est convertie en l'un des centres économiques les plus prospères de l'île.

La crise des années 60 et 70 a supposé l'abandon des cultures et inclus la fermeture des factoreries de pêche ce qui a provoqué une dure époque de déclin économique et de décadence, compensée dans dernières années par le fort développement du secteur touristique et de services.



CARTE RANDONNEE HAVRE DE PAIX D'IMADA



CARTE GENERALE RANDOS LA GOMERA



Conseils du guide Atalante – Informations du jour**Programme de la journée**

Cette randonnée circulaire est parfaite pour votre dernier jour sur la Gomera.

La journée vous permettra de découvrir le parc naturel de Majona, ses petits hameaux et la plage de la Caleta

Temps de marche

3h (sans pause)

Dénivelé plus

315m

Dénivelé moins

315m

Coordonnées GSP**Latitude:** 28°10'29.04"N**Longitude:** 17°10'39.24"O**Transfert**

Voiture depuis

San Sebastian : 35 min**Hermigua :** 10 min**Angulo :** 20 min**Playa Santiago:** 50 min**Valle Gran Rey:** 1h20**Infos pratiques**

Aujourd'hui route vers le bas de la vallée d'Hermigua, puis en direction de la Plage de la Caleta.

La randonnée ne présente que très peu de zones ombragée, pensez à prendre chapeau ou casquette et crème solaire...

N'oubliez pas de prendre suffisamment d'eau (minimum 1,5 litre par personne).

Niveau

Randonnée balisée

6 km

A la plage de la Caleta, vous disposez de tables de pique-nique ombragées et d'un bar-restaurant ouvert toute l'année servant poissons frais, plats typiques canariens, paella...



Que visiter ?

❖ **Plantación Ecológica de Aloe Vera**

Une fois la randonnée terminée, vous pouvez vous rendre à la Finca Aloe, qui exploitent des plantes d'Aloé Vera et commercialisent des produits à base d'Aloé Vera 100% écologiques.
Calle Los Gomeros (Dans le bas de la vallée d'Hermigua).
38820 Hermigua, Santa Cruz de Tenerife

Accès au point de départ de la randonnée

1. Descendez jusqu'en bas de la vallée d'Hermigua
2. Au rond-point, prenez en direction de Lepe - Pescante (bord de mer)
3. Au croisement, prenez à droite
4. Passez un pont et suivez la route sur la droite
5. Prenez la route goudronnée qui part sur la gauche en direction de la plage de la Caleta
6. Suivez avec précaution cette route étroite et sinueuse jusqu'à rejoindre la crête où part une piste en terre à droite. Garez-vous. C'est le départ de la randonnée.

Balisage de la rando

Une partie du parcours de la randonnée est balisée (CR, Ruta 32/33 et GR)



ITINERAIRE DE LA RANDONNEE

Garez-vous en haut de la crête, sur le bord de la piste en terre par exemple. Suivez la piste pendant 30 minutes.

Au croisement, suivez à gauche (panneau Ruta 33 El Moralito – 0,5km) pendant 10 min. A la fin de la piste, prenez à gauche la piste cimentée. Arrivés au niveau de la maison, la laissez sur votre gauche et poursuivez à droite, le sentier. Vous traversez un petit ruisseau (peut-être à sec en été) et remontez en face sur quelques mètres. Au croisement, suivez le sentier gauche (panneau en bois indiquant El Palmar. Le sentier passe à côté d'une maison (sur votre gauche), puis remonte jusqu'à atteindre une crête.

Sur la crête, prenez à droite en direction de La Poyata 4,9km – San Sebastian 22,3km – Cruz El Palmar.

Arrivés à la piste en terre, prenez à gauche en direction de Ruta 32 San Sebastian/Ruta 33 El Palmar.

Au croisement, prenez à gauche en direction de GR132 Hermigua – Agulo et Playa Vallhermoso – Ruta 33 El Palmar – Playa de la Caleta.

Vous passez à côté d'une maison, au prochain croisement prenez en descendant à gauche en direction de Hermigua – Agulo – Playa de la Caleta.

Arrivés à la maison en pierre, prenez à gauche en direction de GR 132.

Suivez le sentier, passez le pont en bois, puis prenez à droite en direction de Cruz La Caleta.

Au croisement, prenez à gauche en direction du GR 132.

Optionnel : En suivant à droite, direction Las Salinas, vous pouvez faire un aller-retour jusqu'au Pescante (voir Clin d'œil) qui est aujourd'hui un lieu très prisé par les pêcheurs locaux, comptez 50 min aller-retour.

Suivez le sentier, au croisement continuez tout droit jusqu'à rejoindre la route.

La meilleure option reste de remonter la route à pied, à gauche jusqu'à votre voiture (comptez 20-30min), puis de redescendre en voiture jusqu'à la plage où vous pouvez en profiter pour vous restaurer et vous baigner si les conditions maritimes le permettent.





Clin d'œil :

Hermigua, a été jusqu'au début du 20ème, une vallée riche grâce à son agriculture (notamment production de bananes et tomates) très productive grâce à des conditions météorologiques idéales et un approvisionnement en eau permanent.

C'est également la première vallée de la Gomera connectée par la route depuis San Sebastian. Il faudra tout de même attendre les années 40 pour que la route rejoigne le haut de la vallée d'Hermigua. Les premiers véhicules automobiles arrivent en 1926 dans la vallée d'Hermigua.

Autre fait important, la Villa de San Sebastian n'a disposé d'un port qu'à partir de décembre 1957. C'est pourquoi, se sont développés, en attendant, au début du XXème siècle, des structures appelées « Pescantes » afin de pouvoir assurer le chargement et déchargement des marchandises notamment agricoles. Ces Pescantes permettaient de charger et décharger les bateaux en mer, car il leur était impossible d'accoster à cause du littoral abrupt du nord de l'île. Le Pescante d'Hermigua était le plus important et le plus moderne de la Gomera. Il en existait également à Vallehermoso, Agulo, Alojera, parmi les plus importants.

La structure métallique du Pescante d'Hermigua fut démontée par la suite, aujourd'hui, il reste les piliers en mer, uniques vestiges de ce glorieux passé, basé sur le commerce avec la Grande Bretagne.

Dans le parc naturel de Majona (votre première randonnée), il y avait également un plus petit Pescante, San Lorenzo. Aujourd'hui, il n'en reste que la base du pilier.

CARTE RANDONNEE MAJONA – LA CALETA



Conseils du guide Atalante – Informations du jour

Programme de la journée

Très agréable étape dans le nord l'île, sous le signe de la diversité. La variété des paysages, de la végétation et des microclimats rencontrés vous surprendront durant toute la journée.

Infos pratiques

Rando : Circulaire

Resto : Aucun.

Ravitaillement en eau : Aucun

Votre randonnée se termine dans le centre de Vallehermoso où il vous sera facile de trouver un taxi pour retourner à votre voiture.

Tenue vestimentaire : prévoir le chaud et le froid.

Maillot de bain et une serviette pour se baigner à la piscine (généralement de juin à octobre).

Point de départ:

Parking : Centre-ville de Vallehermoso

Coordonnées GPS :

Latitude : 28°10'46.06"N ; Longitude : 17°15'58.64"O

Temps de marche

5h15 (sans pause)

Dénivelé plus

750m

Dénivelé moins

750m

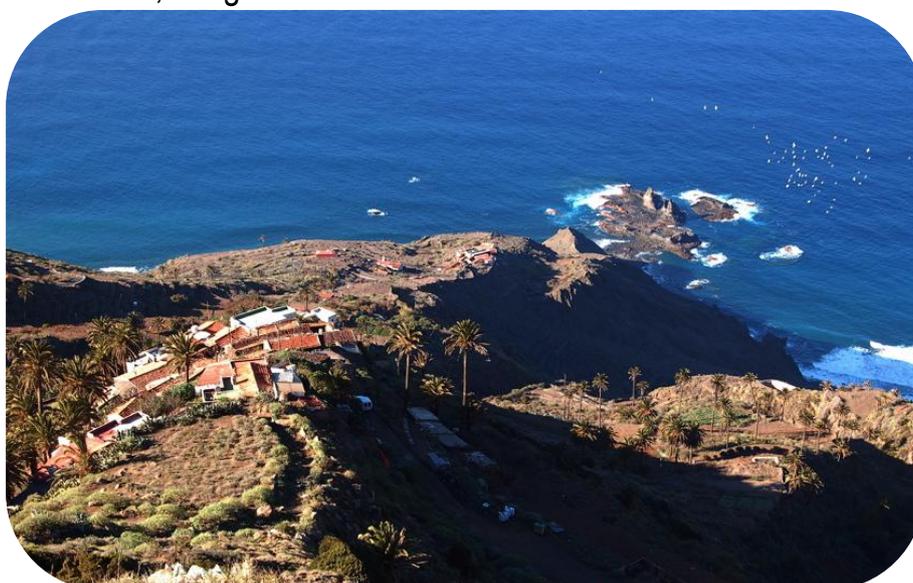
Niveau

Randonnée balisée

15 km

Transfert

Voiture depuis

San Sebastian : 1h10**Hermigua** : 45 min**Angulo** : 25 min**Playa Santiago**: 1h05**Valle Gran Rey**: 45 min

ITINERAIRE DE LA RANDONNEE

Balisage :

Sentier: PR LG-10 direction Santa Clara puis PR LG-9.1 direction Chijéré, PR LG-9 Playa de Vallehermoso. Puis GR131 (rouge et blanc) direction Vallehermoso

Itinéraire (« Ruta »): CR4, puis CR 7 puis CR 6

- ✓ Depuis la place principale, tournez à droite dans la Calle Mayor
- ✓ Au numéro 38 (un peu après l'église), tournez à gauche dans un chemin en escalier.
- ✓ Vous arrivez sur une route goudronnée (qui va à Valle Gran Rey). Continuez sur celle-ci à droite.

- ✓ Au prochain virage, abandonnez la route et prenez une petite route qui part à gauche et qui mène au cimetière.
- ✓ Suivez le sentier indiquant Santa Clara. Après le cimetière, vous empruntez un joli sentier qui traverse un barranco (gorge). Vous prenez un escalier passant entre les maisons...
- ✓ Poursuivez le sentier à gauche, vous êtes à présent dans le barranco (gorge) de la Eranueva. Après une bonne heure de marche vous atteignez la chapelle de Santa Clara.

- ✓ Près de la chapelle se situe une aire récréative où vous pouvez pique-niquer.
- ✓ Ne prenez pas la piste, privilégiez le sentier près de la crête qui offre de superbes vues : PR LG 9.1 en direction de Chijéré.
- ✓ Vous atteignez une petite chapelle, l'Ermita de Coromoto.

- ✓ Poursuivez la piste, sur votre gauche, vous apercevez le hameau de Chijéré, si vous le souhaitez, vous pouvez faire un aller-retour pour vous rendre jusqu'au hameau. Continuez la piste, jusqu'à un croisement à droite en direction de la playa de Vallehermoso. Le chemin descend à flanc de montagne, attention de ne pas glisser sur les petites pierres ou graviers.
- ✓ Suivez le sentier en descendant. Profitez de vues superbes sur la côte nord de la Gomera ! Le chemin vous conduit jusqu'aux maisons. Il se transforme en escalier et vous mène jusqu'à la route.
- ✓ Vous pouvez si vous le souhaitez, remonter directement en suivant la route à droite, puis le GR131, pour aller chercher votre voiture et ainsi redescendre en voiture jusqu'à la plage ou aller directement à la plage et vous offrir une bonne boisson fraîche au petit bar à côté de la piscine (l'été quand la piscine est ouverte).

CARTE RANDONNÉE VALLEHERMOSO & SANTA CLARA



Conseils du guide Atalante – Informations du jour

Programme de la journée

Randonnée dans les paysages arides du sud de La Gomera. Soleil quasi assuré !

Il peut faire très chaud pendant la randonnée. Prenez beaucoup d'eau !
A éviter les jours de chaleur.

Il s'agit d'une descente (assez progressive) qui passe par le petit village de Tejiade, vous passez près de plages qui invitent à la baignade (si la mer le permet bien-sûr), vous terminerez à pied au village de Playa Santiago.

Infos pratiques

Rando : Linéaire.

Laissez la voiture à Playa Santiago et prenez un taxi jusqu'au début de la randonnée (10/15 min de taxi).

Resto : Aucun.

Ravitaillement en eau : Aucun.

Tenue vestimentaire : Prenez votre maillot de bain, casquette et crème solaire.

Temps de marche

3h (sans pause)

Dénivelé plus

120m

Dénivelé moins

800m

Niveau

Randonnée balisée

8,5 km

Transfert

Voiture depuis

San Sebastian : 35 min**Hermigua** : 45 min**Angulo** : 1h**Playa Santiago**: --**Valle Gran Rey**: 1h05Point de départ:

Parking: Centre de Playa Santiago => prenez un taxi pour Tejiade depuis Playa Santiago

Départ de la rando: Place de l'église de Tejiade.

Coordonnées GPS:

Latitude : 28° 4'19.50"N; Longitude : 17°11'30.92"O

ITINERAIRE DE LA RANDONNEE

Balisage :

Sentier : sentier rural dans la direction Playa Santiago, puis GR132

- ✓ Le sentier débute juste derrière la petite église de Tejiade
- ✓ La première moitié de la rando est une descente en direction de la mer.
- ✓ A peu près au bout d'une heure, le chemin devient peu visible. Si vous avez du mal à le distinguer, dirigez-vous en oblique vers la droite, direction la mer. Vous allez rapidement retrouver une ancienne piste en terre.

- ✓ Vous dépassez plusieurs bâtiments abandonnés. Anciennement on y traitait les tomates. Prenez le GR132 à droite en direction de Playa Santiago
- ✓ Quand vous arrivez à la route asphaltée vous pouvez l'emprunter pour aller à la « Playa del Medio ». C'est une très jolie plage avec une arche. Elle vaut le détour !

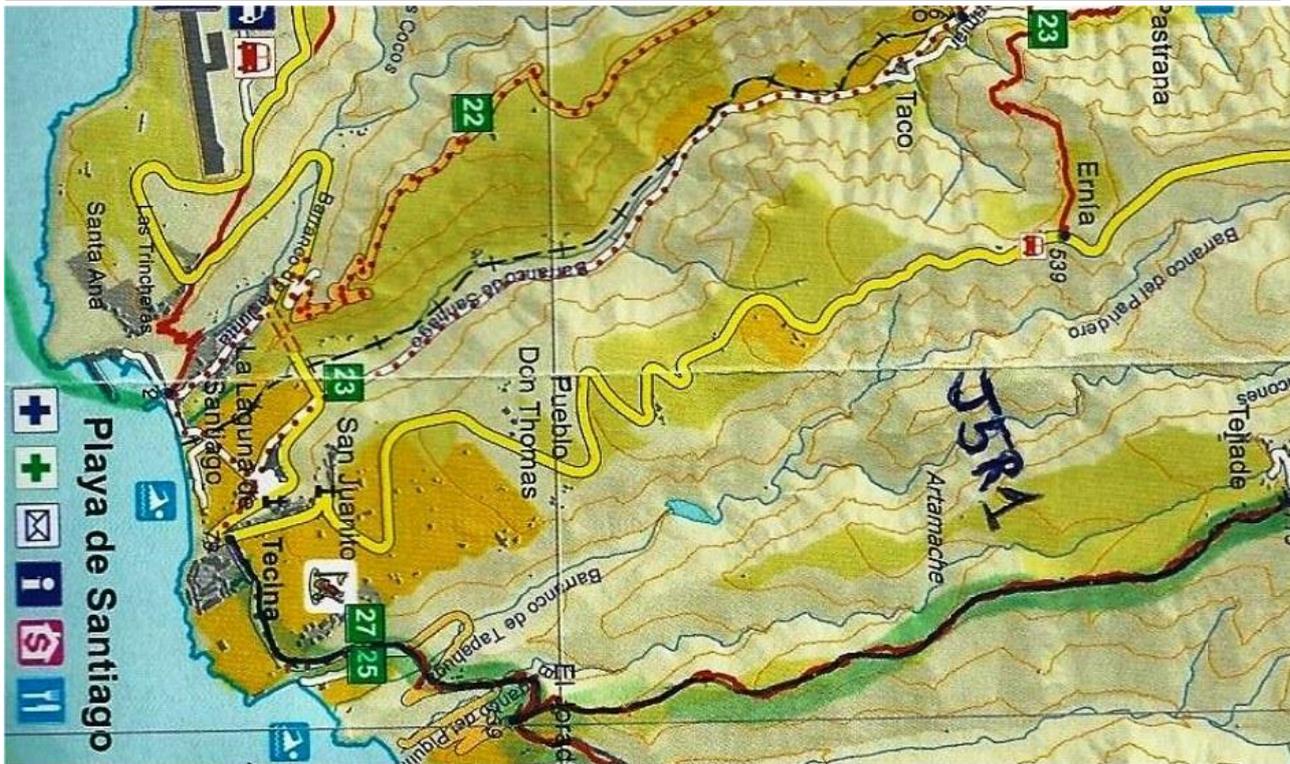
- ✓ Après, la pause plage. Revenez sur vos pas jusqu'à l'intersection du sentier et la route asphaltée que vous avez emprunté auparavant.
- ✓ Continuez sur 50 m direction Playa Santiago.

- ✓ Au niveau d'une maison, le GR s'écarte de la route pendant 2 min puis, ça se rejoint à nouveau. Dans ce point, de l'autre côté de la route, le sentier part vers le bas et vous conduit dans le lit du « barranco » (=Ravin). Reprenez la route qui monte, et passez devant l'hôtel 4 étoiles Jardin Tecina.

- ✓ Ensuite au croisement suivez la route à gauche qui descend.
- ✓ 5 min plus tard à gauche, le sentier GR132 se sépare de la route et se dirige vers le bas. Continuez à suivre le GR. Vous êtes arrivés à Playa Santiago !



CARTE RANDONNÉE TEJIADÉ – PLAYA SANTIAGO



Conseils du guide Atalante – Informations du jour

Programme de la journée

Randonnée circulaire, qui vous permettra de découvrir le Parc national de Garajonay et la vallée d'Hermigua. Bien que sportive par moment, c'est une randonnée superbe et très variée !

Infos pratiques

Rando : circulaire

Resto: Restaurant La Vista, El Cedro s/n – Hermigua, Tel : 0034 922 88 09 49. Nous vous recommandons la soupe de cresson (potaje de Berros), une des meilleures de l'île.

Ravitaillement en eau: Fontaine aire récréative de la chapelle de Lourdes.
Eau non traitée

Point de départ:

Parking : EL Rejo de Abajo, proche intersection route aéroport
Route : GM1

Temps de marche4h30
(Sans pause)**Dénivelé plus**

600m

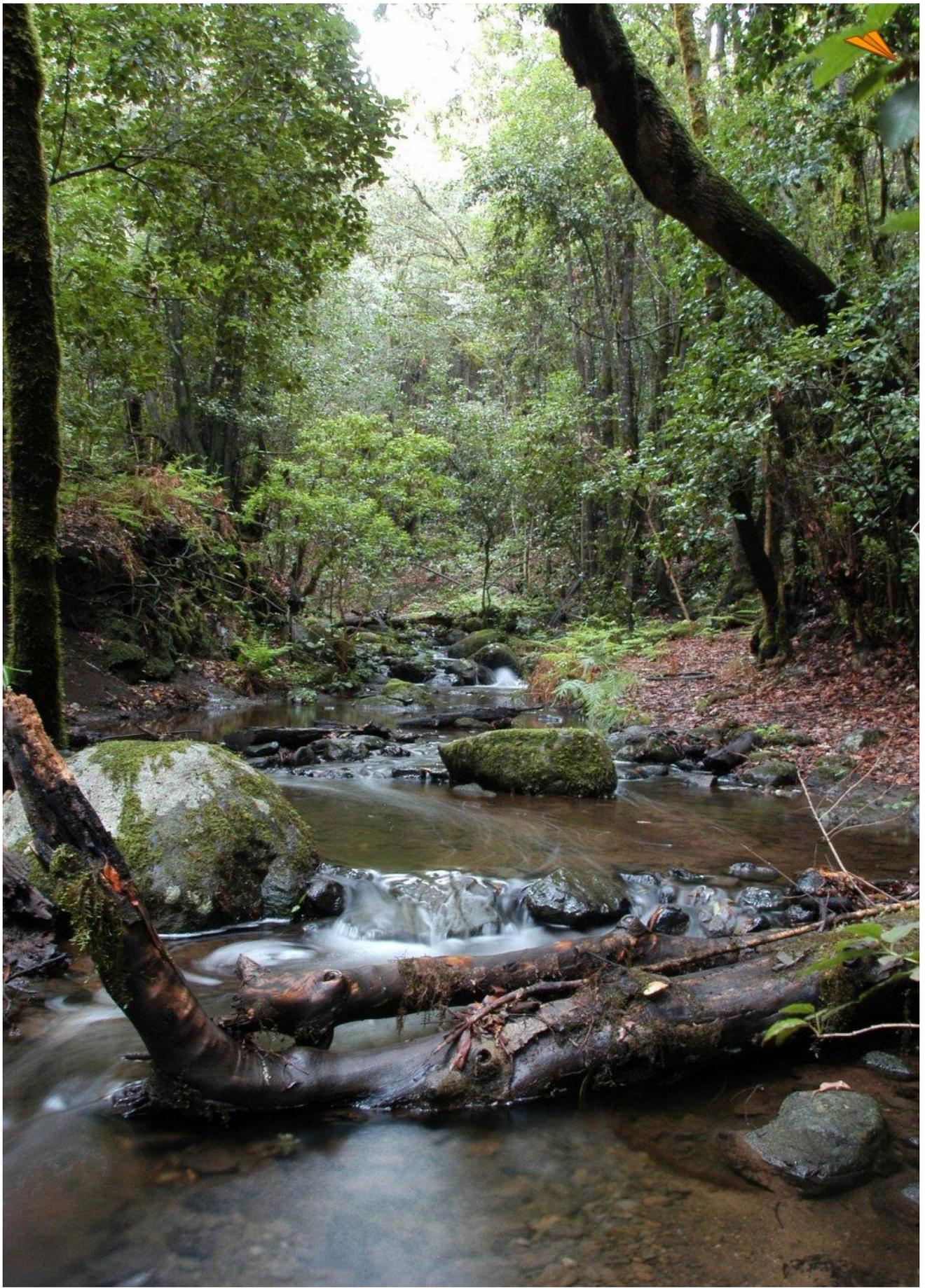
Dénivelé moins

600m

NiveauRandonnée
balisée
10 km**Coordonnées GSP****Latitude:** 28°8'3.65"N;
Longitude: 17°12'7.78"O**Transfert**

Voiture depuis

San Sebastian : 20 min**Hermigua** : 5 min**Angulo** : 20 min**Playa Santiago**: 35 min**Valle Gran Rey**: 1h



ITINERAIRE DE LA RANDONNEE

Balisage :

Sentier : PRLG3 entre barrage de los Tilos et la «ermita de Lourdes»

Itinéraire parc national (« Ruta ») : 9 jusqu'à Ermita de Lourdes. puis 2. 11 et 15.

- ✓ Après vous être garé dans le virage, marchez pendant 5 min (sur 550m) sur la route en direction de la mer. Prenez la première piste en terre sur votre droite.
- ✓ Suivez la piste pendant 2km (environ 30 min). Vous allez en direction de la « Presa de los Tiles ». Descendez l'escalier qui rejoint le bas du barrage de los Tiles, avec précaution car il est très souvent glissant, puis tournez à gauche, passez sur le pont et montez l'escalier en pierre pour atteindre le haut du barrage. Vous suivez à présent la direction del Cedro (PR-9).
- ✓ Après le barrage, en suivant le sentier, vous rejoignez une petite zone aménagée avec une table en bois, au pied d'une cascade, c'est un endroit idéal pour faire une pause avant de commencer l'intense et courte ascension qui vous attend (40 min).
- ✓ Suivez le sentier, assez raide par moment, qui vous offre des superbes vues sur la vallée d'Hermigua et les cultures en terrasses, jusqu'à atteindre un pylône électrique. Suivez le sentier quelques mètres, au croisement à droite, en suivant l'escalier vous vous rendez au restaurant de La Vista que nous vous recommandons car les plats sont typiques de la Gomera, la nourriture est de très bonne qualité et à des prix très raisonnables.



- ✓ Pour poursuivre la randonnée, depuis la terrasse du restaurant, descendez l'escalier qui vous mène jusqu'à un petit ruisseau (sur votre gauche) jusqu'à l'aire de pique-nique.
- ✓ Depuis l'aire pique-nique, rejoignez la route, suivez-la (160m) en montant à gauche jusqu'au croisement où vous prenez à droite en suivant la direction d'Ermita de Lourdes (PR-2). Suivez la route (270m), passez à côté d'une maison rural (Casa Rural Los Patos) poursuivez jusqu'au prochain croisement. Prenez l'escalier en face de vous, en suivant la direction d'Ermita de Lourdes (PR-2). Suivez le sentier, jusqu'à la Chapelle de Lourdes (voir Clin d'oeil).
- ✓ Au bout de la place, à gauche démarre un sentier qui monte (direction Aula de Naturaleza), suivez-le jusqu'à rejoindre une piste empierrée où peuvent circuler les voitures pour accéder au hameau del Cedro, prenez de suite à droite un petit sentier jusqu'à rejoindre une piste en terre. Attention : ne pas suivre le sentier qui redescend jusqu'à un pont en bois en direction de l'Alto de Garajonay.
- ✓ Vous arrivez sur une piste en terre, suivez-la en prenant à gauche, jusqu'à rejoindre de nouveau une piste empierrée. Prenez à droite, et suivez la piste en montant (5-7min). Dans un virage, où parfois se garent des voitures, vous retrouvez votre sentier en direction de la meseta d'Hermigua (PR-11), en face de vous. Attention à ne pas prendre le sentier à gauche, qui vous ferait redescendre au hameau du Cedro.
- ✓ Descendez (environ 15-20 min) avec prudence, le sentier est souvent glissant, notamment les marches en bois. Vous rejoignez un sentier plus large, prenez à droite et rejoindre une route goudronnée que vous suivez en descendant.
- ✓ Sur votre gauche, prenez le sentier qui descend (PR-11), suivez-le jusqu'à rejoindre une piste qui passe entre des maisons et qui vous conduit à une petite place à l'ombre des pins canariens où se trouve une toute petite chapelle.
- ✓ Prenez le sentier qui descend à gauche (PR-15 La Meseta de Hermigua), suivez-le jusqu'au prochain croisement où vous continuez tout droit, toujours en direction d'Hermigua jusqu'à rejoindre la route. Le sentier se termine dans le virage où vous avez garé votre voiture.

CARTES RANDONNÉE HERMIGUA & LE PARC NATIONAL



Conseils du guide Atalante – Informations du jour

Programme de la journée

Quel est un des meilleurs moyens pour découvrir une île ? Depuis la mer, bien sûr ! Nous vous conseillons une magnifique excursion, au bord du bateau d'excursion TINA afin de découvrir les côtes abruptes du sud et de l'ouest de la Gomera, également Valle Gran Rey, tout en pouvant rencontrer des baleines pilotes et/ou dauphins en cours de traversée !!!

Infos pratiques

Nous vous conseillons de vous lever tôt afin de profiter au maximum de cette magnifique journée.

Vous traverserez, au cours de la journée, différents microclimats. Prévoyez short, chapeau, crème solaire mais également pull et veste.

Dans votre sac d'eau, n'oubliez pas de prendre de l'eau en quantité suffisante (mini 1,5L par personne).

L'excursion ne part que le jeudi depuis Playa Santiago.

Horaires de départ : RDV au port de Playa Santiago à 9h

Horaire d'arrivée à destination : vers 14h

L'excursion inclut un excellent déjeuner à base de produits frais écologiques et de thon frais de la Gomera grillé.



Que visiter ?

Au cours de l'excursion **OBSERVATION DES CÉTACÉS**, vous aurez les plus grandes chances de rencontrer l'abondante faune marine spécifique aux Canaries. En effet, rares sont les excursions où nous ne pouvons observer les dauphins bleus et blancs, les dauphins tachetés de l'Atlantique, les dauphins communs, les grands dauphins, les dauphins à bec étroit ou les baleines pilotes. Nous pouvons également rencontrer les grands cachalots, les rorquals de Bryde, les tortues de mer, etc...

L'excursion de 4 heures, depuis Playa Santiago, propose, une halte à Valle Gran Rey, puis dans une baie déserte. C'est alors l'occasion de plonger dans l'océan et de déguster un délicieux repas canarien typique, avec son poisson frais grillé: le thon, ses sauces vertes ou rouges appelées mojos et ses non moins fameuses pommes de terres "fripées", les papas arrugadas des Canaries. Repas et boissons sont bien entendu inclus dans le prix.

Accès au point de départ de l'excursion

1. Rendez-vous au port de Playa Santiago

Il est important de réserver au plus tôt votre excursion, soit auprès de notre contact local (Virginia : 0034 675 58 09 73) soit en contactant directement Angela au 0034 629 990 643. Vous pouvez également envoyer un mail info@excursiones-tina.com. Pour plus de renseignements, vous pouvez consulter la page internet : <http://www.excursiones-tina.com/lang/fr/whale-watching>.

Le prix de l'excursion est d'environ 45€/personne.

Balisage de la rando

Sentier en partie balisé jaune et blanc PR TF-8 direction Taganana



Clin d'œil :

Baleines et dauphins

Les îles Canaries possèdent un patrimoine naturel très riche en cétacés.

Vingt-huit espèces ont été recensées aux Canaries, dont sept des douze espèces de baleines à fanons, et 21 espèces de cétacés à dents, soit environ 29% des odontocètes répertoriés. L'archipel est la deuxième destination mondiale dans le domaine du whale-watching, ou observation commerciale des cétacés sauvages. Toutes les espèces de cétacés sont protégées au niveau national et européen par plusieurs traités, directives et arrêtés.



Conseils du guide Atalante– Informations du jour**Programme de la journée**

Aujourd'hui, se termine votre séjour dans les Îles Canaries.
Nous espérons que votre séjour s'est bien déroulé et que vous avez profité pleinement de vos vacances.

Infos pratiques

Vous disposez de votre chambre jusqu'à midi. Pensez à rendre votre clé à la réception.

Pensez à confirmer vos vols de retours 36 à 48h avant la date de départ auprès de la compagnie aérienne. Dans le cas d'IBERIA, aucune confirmation n'est nécessaire. Prévoyez d'être à l'aéroport 2h avant le départ de votre vol. Pour les vols charter, il est indispensable de vous présenter avec votre convocation.

Remise de votre véhicule de location

Une fois à l'aéroport, veillez à garer votre voiture de location au parking et places réservées de l'agence, conservez le contrat de location et les clés avec vous, ainsi que le ticket de parking (si vous avez dû en prendre un pour rentrer dans le parking). Rendez-vous à l'agence de location afin de rendre les documents et les clés du véhicule.



NUMEROS DE TELEPHONE UTILE

Notre partenaire sur place à contacter en cas d'urgence : 0034 675 58 09 73 (Virginia)

TENERIFE:

Police/Ambulance/Pompiers : 112

Police locale de Santa Cruz : 922 22 24 47 – Avenida Tres de Mayo, 32

Police locale de Puerto de la Cruz : 922 37 84 48 – Plaza Europa

Police locale de La Orotava : 922 33 01 14 – Calle Cologan, 2

Police locale de Los Cristianos : 922 75 71 33 – Calle Valle Menéndez, 5

LA GOMERA:

Policía Guardia Civil (AGULO): 922.146.060 -

Policía Guardia Civil (ALAJERO): 922.895.155 -

Policía Guardia Civil (HERMIGUA): 922.144.048 -

Policía Guardia Civil (SAN SEBASTIAN): 922.141.572 -

Policía Guardia Civil (VALLE GRAN REY): 922.805.000 -

Policía Guardia Civil (VALLE HERMOSO): 922.800.000 -

Office du Tourisme (siège principal) : 922.141.512 – Calle Real, 32 (Casa Bencomo) –
38800 San Sebastián – L à S: 9h-13h30 et 15h30-18h – D : 10h-13h.

Office du Tourisme (siège principal) : 922 23 95 92 - Plaza España, Santa Cruz de Tenerife –
lun-ven 8h-18h, sam 9h-13h

Atalante : Tel : +33 4 72 53 24 80



Nous espérons que vous avez passé un très bon séjour ! A bientôt pour de nouvelles aventures ...

L'équipe Atalante



Mon carnet de notes

