



LA PALMA, LA ISLA DE LOS SENDERISTAS

La Red de Senderos de La Palma recorre todo el territorio insular aprovechando los caminos tradicionales utilizados durante siglos por los habitantes de esta isla. En La Palma el senderista encontrará una enorme variedad de climas, relieves y paisajes, tanto naturales como culturales.



LA PALMA, THE ISLAND OF WALKERS

The Footpath Network of La Palma interconnects the entire island territory by using the traditional paths trodden over the centuries by the island's inhabitants. Hikers will discover a huge variety of climates, relief and both natural and cultural landscapes on La Palma.



HIKING PATHS / DIE WANDERWEGE DER INSEL
SENTIERS DE RANDONNÉE PÉDESTRE

LA PALMA RED DE SENDEROS

POR MIL RAZONES
FOR A THOUSAND REASONS
AUS TAUSEND GRÜNDEN
POUR MILLE RAISONS

Bonita

LAS CAMINATAS TOP DE LA PALMA

TOP WALKS ON LA PALMA

TOP WANDERUNGEN AUF LA PALMA

LE TOP DES RANDONNÉES À LA PALMA

PR LP 5.1
Cubo de La Galga

9 km →
Baja —
3.45 h ⊕

PR LP 6
Casa del Monte -
Marcos y Cordero - Los Tilos

13.5 km →
Alta ~
6.30 h ⊕

PR LP 9.2
La Zarza - Cruz del Gallo -
La Zarza

7.5 km ⊕
Media —
4 h ⊕

GR 130
Barlovento - Gallegos

6.2 km →
Media —
2.30 h ⊕

PR LP 11
Roque Muchachos - Puntagorda

17.1 km →
Media —
5 h ⊕

GR 130
El Tablado - Santo Domingo de
Garafía

13.6 km →
Alta ~
6.30 h ⊕

GR 131
Ruta de los Volcanes

24.3 km →
Alta ~
8.30 h ⊕

GR 131
La Crestera
(Roque de los Muchachos -
Refugio del Pilar)

26.4 km →
Alta ~
11 h ⊕

GR 131
Roque de los Muchachos -
Tazacorte

18.1 km →
Alta ~
9.30 h ⊕

PR LP 13
Parque Nacional de la
Caldera de Taburiente
(Los Brechitos - Caldera de
Taburiente - Barranco de las
Angustias)

13.4 km →
Media —
6 h ⊕

PR LP 13.3
Pico Bejenado
(Valencia - Pico Bejenado)

7 km ⇄
Media —
6 h ⊕

PR LP 3
Pico de la Nieve (Carretera LP
4 - Pico de la Nieve)

5.2 km ⇄
Baja —
4 h ⊕

Nuevo volcán de La Palma
Solo con empresa autorizada
Only with an authorized firm
Nur mit einem autorisierten Unternehmen
Uniquement avec l'une des entreprises autorisées

5.2 km ⊕
Baja —
2.30 h ⊕

PR LP 12.2
Al Porís de Candelaria
(Tijarafe - Porís de Candelaria -
Porís del Jurado - El Jesús - Tijarafe)

10 km →
Media - alta ~
4 h ⊕

PR LP 16 - PR LP 16.1
Refugio del Pilar - Playa de
la Salemera

15.40 km →
Media —
5 h ⊕

GR 130
Las Tricias - Buracas

6 km ⊕
Media —
3.80 h ⊕

- ⊕ Circular
- Sólo ida
- ↔ Ida y vuelta
- ⊕ Duración
- Dificultad baja
- Media
- ~ Alta

- ⊕ Round walk
- One-way
- ↔ Return
- ⊕ Duration
- Easy
- Middle
- ~ Demanding

- ⊕ Rundweg
- Nur hin
- ↔ Hin und zurück
- ⊕ Gehzeit
- Einfach
- Mittel
- ~ Anspruchsvoll

- ⊕ Circulaire
- Aller seulement
- ↔ Aller-retour
- ⊕ Durée
- Facile
- Moyen
- ~ Difficile

RED DE SENDEROS

La Palma ofrece a los caminantes la posibilidad de recorrerla a pie, de manera sencilla y segura. Los senderos se reconocen por unas iniciales y un número. Hay tres tipos principales de senderos:

GR SENDERO DE GRAN RECORRIDO
Su recorrido dura más de una jornada

PR SENDERO DE PEQUEÑO RECORRIDO
Puede realizarse íntegramente en un día

SL SENDERO LOCAL
Inferior a 10 Km

Los senderos han sido señalizados mediante flechas direccionales, paneles informativos y balizas de pintura.



POR SU SEGURIDAD

Consulte la información meteorológica y el estado del sendero antes de hacerlo. En caso de alerta, la red de senderos queda automáticamente cerrada. Por favor, no abandone el sendero. No recolecte ni dañe plantas, animales, rocas o restos arqueológicos. No haga fuego. No se apoye ni se suba a las barandas. No se detenga en zonas inestables y esté atento a posibles desprendimientos. Camine siempre en compañía. Informe de su ruta antes de partir. Lleve agua, crema solar, gafas de sol, gorro, comida y móvil. Use ropa y calzado adecuado para senderismo. No deje basura. En caso de emergencia, llame al 112.

HIKING PATHS

La Palma offers hikers the chance to hike all around the island in an easy and safe manner. Hiking paths are clearly distinguished by means of initials and a number. Basically, there are three types:

GR LONG-DISTANCE HIKING PATHS
Long, several-day hiking paths

PR SHORT-DISTANCE HIKING PATHS
Short, one-day routes

SL LOCAL PATHS
Less than 10 kilometres in length

In order to make hiking on the island simpler and safer, hikers will find vertical indicators consisting of an arrow-shaped sign, panels and, finally, small painted stripes which are easily understood.



FOR YOUR OWN SAFETY

Check weather forecasts and trail conditions before setting off to hike. In case of bad weather warning, the La Palma's hiking path network remains closed to the public. Do not stray from the sign-posted path. Do not take plants, animals, rocks or archaeological remains with you. Do not light fires. Do not lean on or climb the rails. Do not stop in unstable areas and keep an eye out for possible landslides. Go always accompanied. Give details of your intended route to someone before setting off. Carry plenty of water, food, a sun hat, protective cream, sun glasses and a fully charged mobile phone. Wear suitable gear, especially footwear. Do not leave any rubbish. In case of emergency, please, call 112.

DIE WANDERWEGE DER INSEL

La Palma zu Fuß zu erkunden, ist weder schwierig noch gefährlich. Die Wege sind mit einer Reihe von Buchstaben und einer Zahl gekennzeichnet. Es gibt drei Kategorien:

GR GROBE ROUTEN
Sie setzen sich aus mehreren Tagesetappen zusammen

PR KLEINE ROUTEN
Sie sind problemlos an einem Tag zu schaffen

SL LOKALE WEGE
Sie sind weniger als 10 km lang

Damit diese Wege möglichst einfach und sicher begehbar sind, wurden sie wie folgt signalisiert: mit Wegweisern, Infotafeln und Farbmarken.



SICHERHEITSTIPPS

Informieren Sie sich, bevor Sie losgehen, über den Wetterbericht und den Zustand der Wanderwege. Verlassen Sie die Wege bitte nicht. Sammeln oder beschädigen Sie keine Pflanzen, Tiere, Steine oder archaischen Reste. Machen Sie kein Feuer. Nicht anlehnen oder auf das Gelände klettern. Halten Sie nicht in instabilen Gebieten an und halten Sie Ausschau nach Erdrutschen. Wandern Sie nicht alleine. Informieren Sie jemanden über die geplante Route. Nehmen Sie Nahrungsmitteln, ein aufgeladenes Handy, genügend Wasser, eine Mütze, Sonnencreme und Sonnenbrille mit. Tragen Sie geeignete Kleidung und vor allem Schuhwerk. Nehmen Sie Ihren Müll wieder mit. Hilfe im Notfall: ruf 112 an.

SENTIERS DE RANDONNÉE PÉDESTRE

La Palma offre aux randonneurs la possibilité de parcourir l'île à pied d'une façon simple et sûre. Il existe trois types de sentiers balisés:

GR SENTIER DE GRANDE RANDONNÉE
Dont le parcours prend plus d'une journée.

PR SENTIER DE PROMENADE ET RANDONNÉE
Durée inférieure à une journée de marche

SL SENTIER LOCAL
Inférieur à 10 km

Pour un plus grand confort et sécurité, les sentiers sont balisés par des flèches directionnelles, des panneaux d'information et des balises peintes.



POUR VOTRE SÉCURITÉ

Avant de partir, consultez la météo et l'état des sentiers. En cas d'alerte, le réseau des sentiers reste automatiquement fermé. Ne vous écartez pas des sentiers balisés. Respectez le milieu naturel, la végétation, les animaux, les rochers et les restes archéologiques. N'allumez pas de feu. Ne pas se pencher ou grimper sur les barrières. Ne vous arrêtez pas dans des zones instables et surveillez les éventuels glissements de terrain. Evitez de partir seul(e). Signalez votre itinéraire à quelqu'un avant de partir. Emportez de l'eau, une crème solaire, des lunettes de soleil, un bonnet, de la nourriture et un portable. Portez des chaussures et des vêtements appropriés. Ne laissez pas des ordures après votre passage. En cas d'urgence, appelez le 112.

LA PALMA

RED DE SENDEROS

Hiking paths
Die Wanderwege der Insel
Sentiers de randonnée pédestre



Carretera principal
Main Road
Hauptstraße
Route principale

Carretera secundaria
Secondary road
Nebenstraße
Route secondaire

Casco Urbano Town/Village Ortschaft Centre-Ville	Montaña Mountain Berg Montagne
Albergue Hostel Herberge Gîte	Volcán Volcan Vulkan
Refugio Refuge Schutzhütte Refuge	Faro Lighthouse Leuchtturm Phare
Área recreativa Leisure area Rastplatz Aire de Loisirs	Puerto Harbour Hafen Port
Hospital Hospital Krankenhaus Hôpital	Playa Beach Badestrand Plage
Zona de acampada Camping site Campingplatz Camping	Aeropuerto Airport Flughafen Aéroport
Mirador View point Aussichtspunkt Belvédère	Información turística Tourist information Touristeninformation Information Touristique
Sendero compartido Walking and cycling route Bike- und Wandertour Sentier partage VTT	Información medioambiental Environmental information Umweltinformation Information environnemental
Emergencias Emergency Notrufnummer Urgence	

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

Senderos Gran Recorrido GR

Long-distance hiking paths
Große Routen
Sentier de Grande Randonnée

GR 130 - Camino Real de la Costa y Medianías
GR 131 - El Bastón

Senderos Pequeño Recorrido PR

Short-distance hiking paths
Kleine Routen
Sentier de Promenade et Randonnée

PR LP 1: Santa Cruz de La Palma-Puerto de Tazacorte
PR LP 2: Camino del Lomo del Lance: La Tabladita (GR 131)-Santa Cruz de La Palma
PR LP 2.1: Camino de El Corchete: Pico de Las Ovejas (GR 131)-La Crucillada (PR LP 1)
PR LP 2.2: Ruta de los Molinos: Santa Cruz de La Palma
PR LP 2.3: Barranco de La Madera: Santuario de Nuestra Señora de las Nieves
PR LP 3: Pico de La Nieve (GR 131)-Santa Cruz de La Palma
PR LP 3.1: Montaña de Tagoja (PR LP 3)-Mirca (GR 130)
PR LP 3.2: Fuente de Olén (PR LP 3)-Casa del Monte (PR LP 6)
PR LP 4: Carretera Pico de la Nieve (PR LP 3) - San Juan de Puntallana
PR LP 4.1: PRLP4 - Tenagua.
PR LP 5: Fuente Vizcaina-La Galga
PR LP 5.1: Cubo de La Galga - La Galga (GR 130)
PR LP 6: Sendero Marcos y Cordero: Los Sauces - Centro de Visitantes de la Reserva de la Biosfera
PR LP 7: Pico de la Cruz-Los Sauces
PR LP 7.1: Las Cabezas-Laguna de Barlovento-Centro de Visitantes de la Reserva de la Biosfera
PR LP 8: Pico de la Cruz-Barlovento
PR LP 9: Roque de los Muchachos-Santo Domingo de Garafía
PR LP 9.1: Roque del Faro-El Tablado-Roque del Faro
PR LP 9.2: La Caldera del Agua: La Zarza-Don Pedro-La Zarza
PR LP 10: La Travesía: La Mata-Mirador de Hoya Grande o Torre del Time
PR LP 11: Roque de los Muchachos-Puntagorda
PR LP 12: Roque de los Muchachos-Tijarafe
PR LP 12.1: Lomo de las Piedras Altas (PR LP 12)-Tinizará
PR LP 12.2: Tijarafe-Playa del Jurado-Tijarafe
PR LP 13: Los Llanos de Aridane-Zona de acampada de Taburiente-Los Llanos de Aridane
PR LP 13.1: Mirador de La Cumbrecita-Zona de acampada de Taburiente.
PR LP 13.3: Centro de Visitantes-Pico Bejenado-Centro de Visitantes del Parque Nacional de La Caldera de Taburiente
PR LP 14: Refugio de El Pilar-El Paso
PR LP 14.1: Lavas de San Juan: San Nicolás-Lavas de San Juan-San Nicolás
PR LP 15: Tigalate-Jedey
PR LP 16: Refugio de El Pilar-Playa del Hoyo
PR LP 16.1: PR LP 16-La Salemera
PR LP 17: Camino de la Faya: Refugio de El Pilar-Playa del Hoyo
PR LP 18: Refugio de El Pilar-Los Guinchos-Santa Cruz de La Palma
PR LP 18.1: Los Cancajos-Cruz de La Pavona (PR LP 18)
PR LP 18.2: La Calafata-Pista de El Carbonero (PR LP 18)
PR LP 19: Las Fuentes de Las Breañas: San Pedro-La Calafata
PR LP 20: La Travesía del Norte: Briesta-Barlovento

Senderos Locales SL

Local paths
Lokale Wege
Sentier Local

SL SC 14. Llano de Las Vacas - PR LP 4
SL PL 20. PR LP 3.1 - PR LP 4
SL BL 40. Barlovento - Barlovento
SL BL 41. Barlovento - Piscinas de La Fajana
SL VG 51. El Bailladero - Santo Domingo de Garafía
SL VG 55. Las Tricias - La Travesía
SL TJ 70. Montaña Bermeja - PR LP 10
SL TJ 71. Las Pareditas - Fuente del Toro.
SL EP 100. Tacande - Pista de Piedras Blancas
SL EP 101. Tacande - Llanos del Jable
SL EP 103. Llanos del Jable - Lavas de San Juan
SL EP 104. Mirador de Los Llanos del Jable - Pista de la Barquita
SL EP 105. Lavas de San Juan - Pista de la Barquita
SL EP 107. San Nicolás - Hoyo de la Sima
SL FU 110. Montaña de los Faros - Pista general del Este
SL FU 111. Pie del Volcán Martín - Fuente de El Tión
SL FU 112. Los Quemados - El Puertito
SL VM 122. Camino de La Ratona - Camino de La Faya
SL VM 123. SL VM 126 - PR LP 16
SL VM 124. Camino de La Faya - PR LP 16
SL VM 125. Llanos de Las Moscas - Lomo del Volcán de Hoyo Negro
SL VM 126. Cruz del Monte - Camino de La Faya
SL BB 131. Camino de La Ratona - Camino de La Faya
SL BB 132. A. R. La Pared Vieja - Camino de La Faya

Las caminatas top de La Palma

Top walks on La Palma
Top Wanderungen auf La Palma
Le top 10 des randonnées à La Palma

PR LP 5.1. Cubo de La Galga
PR LP 6. Casa del Monte - Marcos y Cordero-Los Tilos
PR LP 9.2. La Zarza - Cruz del Gallo - La Zarza
GR 130. Barlovento - Gallegos
PR LP 11. Roque Muchachos-Puntagorda
GR 130. El Tablado - Santo Domingo de Garafía
GR 131. Ruta de los Volcanes
GR 131. La Crestería (Roque de los Muchachos - Refugio del Pilar)
GR 131. Roque de los Muchachos - Tazacorte
PR LP 13. Parque Nacional de la Caldera de Taburiente
PR LP 13.3. Pico Bejenado (Valencia - Pico Bejenado)
PR LP 3. Pico de la Nieve (Carretera LP 4 - Pico de la Nieve)
PR LP 12.2 Al Porís de Candelaria
PR LP 16 - PR LP 16.1 Refugio del Pilar - Playa de la Salemera
GR 130 Las Tricias - Buracas

Sendero al nuevo volcán de La Palma
No incluido en red insular de senderos. Sólo con empresas autorizadas. Prohibido de manera independiente
Not official trail. Only with authorized tourguides and firms. Never on your own
Kein offizieller Wanderweg. Nur mit einem autorisierten Unternehmen, nicht allein
Non-officiel. Uniquement avec l'une des entreprises autorisées, et jamais de façon autonome



Erupción 2021
2021 Eruption
2021 Vulkanausbruch
Éruption 2021

Zona restringida
Restricted area
Sperrzone
Zone d'accès restreint

Campo de coladas
Lava fields
Lavaströme
Champ de lave

Carretera a través de las coladas de lava
Road crossing the lava flows
Strasse über das Lavafeld
Route traversant la lave

Sendero al nuevo volcán de La Palma
No incluido en red insular de senderos. Sólo con empresas autorizadas. Prohibido de manera independiente
Not official trail. Only with authorized tourguides and firms. Never on your own
Tour zum neu entstandenen Vulkan
Kein offizieller Wanderweg. Nur mit einem autorisierten Unternehmen, nicht allein
Le sentier vers le nouveau volcan de La Palma
Non-officiel. Uniquement avec l'une des entreprises autorisées, et jamais de façon autonome