LA ISLA DE LA PALMA

PARAÍSO DEL SENDERISMO

muntania
Tu agencia de viajes

CICMA: 2608
+34 629 379 894
www.muntania.com
info@muntania.com

ÍNDICE

1 Presentación 1
2 Datos básicos 2
2.1 Nivel físico y tipo de terreno para este viaje 2
3 Programa 2
3.1 Programa resumen 2
3.2 Programa detallado 3
4 Precio. Incluye/ No incluye 7
4.1 Incluye 7
4.2 No incluye 7
5 Más información 7
6 Puntos fuertes 11
7 Otros viajes similares 11
8 Contacto 11

1 Presentación

Muntania te propone descubrir los rincones más emblemáticos de la isla de **La Palma**. Durante ocho días recorreremos la extensa red de senderos de la isla más abrupta de Las Canarias para conocer todos sus secretos. Caminaremos por laderas y barrancos del interior del **Parque Nacional de la Caldera de Taburiente**. En el **Parque Natural de Cumbre Vieja** atravesaremos cráteres volcánicos y observaremos sus espectaculares formaciones y las salinas de **Fuencaliente**. Visitaremos una de las mejores muestras de laurisilva de **Canarias** en el **Parque Natural de Las Nieves** y esperaremos deleitarnos en el **Pico de la Cruz** con mar de nubes al atardecer.

El clima suave de estas latitudes, la "eterna primavera", y el ambiente amable y tranquilo de nuestro alojamiento, no desentonaran con este paraíso. Cada día nos acercaremos, en transporte privado, a un enclave distinto de la isla, para disfrutar de sus paisajes, de sus pueblos, de sus gentes... y de su gastronomía. Y es que si uno quiere caminar tiene que comer, y en las Islas Canarias, eso es todo un placer; papas arrugadas, mojos, pescados, dulces... y ¿cómo no? el "**barraquito**".

CICMA: 2608
+34 629 379 894
www.muntania.com
info@muntania.com

2 Datos básicos

Destino: La Palma (España)
Actividad: Senderismo
Nivel: NF*/** NT **
Duración: 8 días.
Época: Todo el año.
Grupo mínimo-máximo: 5-8 personas.

2.1 Nivel físico y tipo de terreno para este viaje

	Desnivel + acumulado	Condición física
*	hasta 700 m	Normal: práctica de deporte de forma esporádica
**	hasta 1200 m	Buena: práctica de deporte de forma habitual
***	hasta 1500 m	Muy buena: práctica de deporte de forma asidua

(No porque sea un nivel determinado, las jornadas tienen que tener el desnivel y kms que aparece en la tabla. Por ejemplo, podemos tener un nivel *** con 1.300 metros de desnivel positivos y que la etapa tenga 12 km).

Tipo de Terreno	
*	Pistas forestales o senderos en buen estado
**	Senderos en buen estado. Presencia de rocas y raíces que requiere la atención durante la pisada
***	Senderos con obstáculos, pedreras y fuera de camino

Observaciones. Excursiones aptas para gente activa que camina por la montaña los fines de semana y que es capaz de hacer desniveles de entre 700 y 1.250 metros diarios a ritmo tranquilo con una duración entre 5 y 7 horas incluyendo paradas.

3 Programa

A continuación, puede ver el **Programa resumen** (kilómetros, desniveles) y el **Programa detallado** con la descripción de los aspectos más relevantes.

3.1 Programa resumen

Día 1. Viaje a Santa Cruz de la Palma. Recepción de los participantes y traslado a nuestro alojamiento.

Día 2. La Ruta de los Volcanes. Parque Natural de Cumbre Vieja.

Distancia 14 km. Desnivel + 770 m. Desnivel - 770 m.

Tenemos la opción de en vez de realizar un recorrido ida y vuelta por el mismo itinerario continuar hasta alcanzar **Fuencaliente** realizando un recorrido lineal en un solo sentido.

Día 3. Nacientes de los ríos Marcos y Cordero.

Distancia 20 km. Desnivel + 900 m Desnivel – 1.100 m Duración 8 h

Otra opción más cómoda es realizarlo en sentido inverso pudiendo coger un taxi 4x4 hasta **Casas del Monte** y realizar todo el recorrido en sentido descendente.

Distancia 10 km. Desnivel + 136 m Desnivel – 1.000 m Duración 5 h

Día 4. Parque Nacional de la Caldera de Taburiente. Barranco de las Angustias. Cascada de Colores.

Distancia 16 km. Desnivel + 160. Desnivel - 990 m. Duración 6 h.

Finalizaremos el día visitando la playa de **Charco Verde,** cerca de **Puerto de Naos.**

Día 5. Visita al Volcán de Tajogaite y al P.N. Taburiente.

Día 6. Cresta de la Caldera de Taburiente.

Distancia 10 km. Desnivel + 466 m. Desnivel - 964m. Duración 5:30 h

Día 7. La Caldera del Agua.

Distancia 7 km. Desnivel + 240 m. Desnivel – 240 m. Duración 4 h

Día 8. Viaje de vuelta. Salinas de Fuencaliente.

3.2 Programa detallado

Día 1. Viaje a Santa Cruz de la Palma. Recepción de los participantes y traslado a nuestro alojamiento.

Dependiendo de la hora de llegada de los vuelos, podrá dar tiempo a realizar un paseo por el Cubo de la Galga, o bien, acercarnos a ver la última erupción de la isla.

Distancia 9 km Desnivel + 400 m. Desnivel – 400 m. Duración 4:30 h

Día 2. La Ruta de los Volcanes. Parque Natural de Cumbre Vieja.

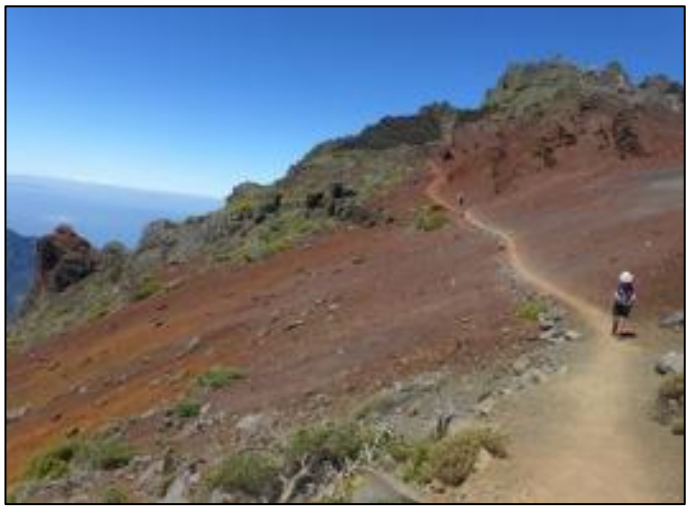
Saliendo del **Refugio del Pilar** recorreremos la espina dorsal de la isla atravesando cráteres volcánicos y disfrutando del bello bosque de Pino Canario. Espectaculares vistas hacia ambos lados de la isla.

Pasaremos cerca de pequeños volcanes históricos como el **Brigoyo** (1807 m), el cráter del **Hoyo Negro**, **Nambroque** (1922 m), **Cráter del Duraznero** y las **Deseadas (**1931 m). Desde este último veremos el resto de los volcanes que descienden hacia el Sur, como la Montaña negra, montaña de cabrito, los Faros (1607 m) ...

Tenemos la opción de en vez de realizar un recorrido ida y vuelta por el mismo itinerario continuar hasta alcanzar **Fuencaliente** realizando un recorrido lineal en un solo sentido.

Distancia 14 km. Desnivel + 770 m. Desnivel - 770 m.

CICMA: 2608
+34 629 379 894
www.muntania.com
info@muntania.com



Día 3. Nacientes de los ríos Marcos y Cordero.

Considerada como una de las de senderismo más concurrida de la isla, este bonito itinerario permite atravesar (sin los)13 túneles de agua y descender al corazón de esta resera de la biosfera conocida como **Nacientes de los ríos Marcos y Cordero**. Su espectacular paisaje y la presencia y el sonido del agua. permite pasar una maravillosa y espectacular jornada en la naturaleza.

La excursión de hoy se desarrolla en la zona más húmeda de la isla, la **Reserva de Tilos** donde disfrutaremos de la **laurisilva** palmera (bosque relicto de la época Terciaria).

Tras varios kilómetros de continuo ascenso por bosques frondosos llegaremos a los nacientes.

Desde allí cruzaremos hermosos barrancos en un espectacular camino con un perfil más cómodo que en alguno de sus tramos está excavado en la roca mediante túneles (13 túneles, se necesita frontal). Alcanzaremos la Casa del Monte donde iniciaremos la bajada hasta el municipio de Las Lomadas donde ya en taxi alcanzaremos el punto de partida donde iniciamos el camino.

Distancia 20 km. Desnivel + 900 m Desnivel – 1.100 m Duración 7 h

Día 4. Parque Nacional de la Caldera de Taburiente. Barranco de las Angustias. Cascada de Colores.

Recorreremos el interior de la caldera a través de espectaculares caminos rodeados de abruptas laderas y profundos barrancos. Para ello ascenderemos hasta los **Brecitos** en vehículos 4x4 y desde aquí iniciaremos un largo descenso hacia el interior de la caldera. Para finalizar abandonaremos este paraje por el **Barranco de las Angustias** disfrutando de las aguas que descienden hacia el atlántico. Visita a la cascada de colores.

Distancia 16 km. Desnivel + 160. Desnivel - 990 m. Duración 6 h.

Finalizaremos el día visitando la playa de Charco Verde, cerca de Puerto de Naos.

Día 5. Visita al Volcán de Tajogaite y al P.N. Taburiente.

En el día de hoy, visitaremos el Centro de Interpretación del Parque Nacional de la Caldera de Taburiente, comprender y ver mejor, la formación de la isla.

También, nos acercaremos a ver la última erupción producida en La Palma, el famoso volcán de Tajogaite. Y como no, podremos darnos una vuelta por la capital, Santa Cruz de La Palma, y contemplar sus bonitas casas coloniales. Por lo que el día de hoy, es bastante más relajado que el resto.

Día 6. Cresta de la Caldera de Taburiente.

Sin duda, después de visitar la isla uno de los recuerdos que perdurará será las vistas de la **Caldera de Taburiente** y el mar de nubes que se suele formar creando un magnífico paisaje difícil de describir.

Aprovechando la carretera que sube al **Roque de los Muchachos** (2.421 m) nos quedaremos en las faldas del pico de las Nieves 2.234 m, al que llegaremos a través de un cómodo sendero.

A partir de este punto, el espectáculo ante nosotros, por el borde de la caldera, a veces metidos dentro de la misma, recorreremos el cordal hasta el punto más alto, el **Roque de los Muchachos**. Un camino lleno de detalles y de los famosos telescopios, uno de los observatorios astronómicos más importantes del mundo.

Distancia 13 km. Desnivel + 920 m. Desnivel - 400m. Duración 6 h

Día 7. La Caldera del Agua.

Hoy, nos sumergiremos en el mundo de la laurisilva. En el Parque Cultural de la Zarza nos adentraremos en el barranco de la Magdalena para ver los singulares Cabocos, que son grandes hondonadas en el lecho de los barrancos, producidas por un salto de agua, rodeados de paredes recubiertas por helechos y lianas. Este lugar nos parecerá que estemos en otra parte del mundo completamente diferente a lo que estamos acostumbrados en Canarias.

Una de estas simas, la de mayor nombre, es la Caldera del Agua. La vuelta, la realizaremos por un lugar diferente, los famosos y tradicionales paisajes agrícolas.

Distancia 7 km. Desnivel + 240 m. Desnivel – 240 m. Duración 4 h

Día 8. Viaje de vuelta. Salinas de Fuencaliente.

Dependiendo de la hora de regreso de los vuelos, podremos acercarnos a este precioso lugar, la parte Sur de la isla. Donde encontraremos las Salinas de Fuencaliente. Pasearemos junto al faro y veremos como trabajan la sal y la extraen en los diferentes procesos.

4 Precio. Incluye/ No incluye

Precio: 945 euros por persona.

4.1 Incluye

- Guía de montaña durante todo el viaje.
- 7 noches en apartamento en habitación doble. Posibilidad de habitación individual (consultar).
- Desayunos.
- Transporte privado.
- Taxis necesarios en algunos recorridos bien para iniciar el recorrido o como traslado al final de la excursión.
- Seguro de accidentes.
- Gestión del viaje.

Alojamiento: Casa Salazar en Villa de Mazo

*Suplemento hab. Individual +140 € (solo se podrá ofrecer en caso de que el grupo no se completara).

4.2 No incluye

- Billete de avión (posibilidad de gestionarlo a través de Muntania)
- Comidas y cenas. Las comidas se harán en ruta (siempre se podrá optar por cenar en restaurante o en el caso de pernoctar en apartamentos preparar la cena en la cocina).
- Cualquier actividad adicional.
- Nada que no esté especificado en el apartado “incluye”.

5 Más información

Material y ropa necesario para el viaje.

- Mochila de día (entre 25-35 litros).
- Botas tipo trekking o zapatillas de montaña (recomendamos no usar zapatillas de correr en montaña).
- Ropa técnica:
  - Calcetines.
  - Pantalón corto y largo ligero tipo trekking.
  - Camiseta térmica (primera capa).
  - Forro polar o similar (segunda capa).
  - Chaqueta de primaloft o plumas ligera y fina.
  - Chaqueta tipo Gore-Tex (tercera capa).
  - Gorra para el sol.
- Gafas de sol.
- Cantimplora o bolsa de agua tipo Camelback mínimo 1 litro.
- Botiquín y neceser personal.
- Crema solar y protección labial.
- Cámara de fotos.
- Bastones telescópicos (si habitualmente los utiliza).
- Frontal para la ascensión al Teide.

El resto de equipaje que no lleve en las excursiones estará en su hotel.

Rogamos sean comedidos con el tamaño de su maleta ya que el espacio del vehículo así lo requiere, además de que necesitará pocas prendas de recambio tras finalizar las excursiones.

Flexibilidad de fechas

Siempre planteamos varias salidas con varias fechas, pero también adaptamos los viajes a su disponibilidad. Por tanto, no dude en consultarnos si las fechas no le cuadran y programaremos una salida para usted.

Hora y lugar de encuentro

Entre 7 a 5 días antes del inicio del viaje le mandaremos información del lugar y hora de encuentro, así como del nombre y teléfono del guía que acompañará al grupo. Además, mandaremos más información útil que le facilitará los preparativos finales.

Billete de avión

A la hora de hacer la reserva podrá ver algunas propuestas de vuelos y el coste cuando se programó el viaje. Antes de comprar el billete comprobamos si hay mejores opciones para que le salga más económico.

Si está interesado en que gestionemos su billete tendrá que marcarlo en la reserva donde verá distintas opciones en función de su lugar de residencia. Si no ve las propuestas de vuelo, una vez confirmemos el viaje recibirá información de opciones de vuelo.

Si cuando hagamos la compra de su vuelo, el precio de este difiere bastante de la propuesta le informaremos para que nos de su confirmación. Con nuestros buscadores intentamos localizar la mejor opción y la más económica.

Si no nos dice nada al respecto, compraremos su billete con una maleta en bodega.

Muntania Outdoors cobra 25 € en concepto de gastos de emisión del billete en el caso de que se opte por que seamos nosotros los que la compra. Si la compra de su vuelo requiere más de dos compras (por ejemplo, porque la ida sea con una compañía y la vuelta con otra) el coste será de 30 €.

Este servicio no incluye gestiones para hacer el checking previo a su vuelo (lo tendrá que hacer usted).

Si por cualquier motivo, ajeno a Muntania Outdoors, usted tuviera que cancelar su vuelo, será responsabilidad suya hacer los trámites con la compañía aérea.

Si la compañía aérea cancela su vuelo y nos da otra opción similar aceptaremos el cambio en el caso de que nos llegue la información a nosotros sin tener que consultarle y le mandaremos el nuevo horario. Si le llega a usted es responsabilidad suya aceptar el cambio y si no está de acuerdo con el nuevo horario tendrá que rechazar el cambio.

Si la compañía aérea cancela su vuelo, le haremos la devolución una vez reembolsen el dinero que costó el billete. Si la compañía aérea cancela su vuelo y quiere reclamar, será usted el que realice los trámites que le pidan realizar.

En el caso de que quiera que le gestionemos otro vuelo, al tratarse de una tramitación de un nuevo billete, tendrá un coste de 25 € adicionales.

Si es usted el que compra su vuelo, rogamos nos consulte los horarios para una mejor coordinación de las horas de llegada y salida con el resto del grupo. Recomendamos que, si el viaje requiere escalas, siempre compre el billete completo bien a través de una compañía aérea que opere en todos los tramos del trayecto con sus propios aviones o con otras compañías que formen parte de la alianza de compañías a la que pertenece y por tanto la compra se haga con un solo pago. Si, por el contrario, opta por comprar un trayecto de ida o vuelta en la que hay escalas y cada escala supone una compra con distintas compañías, en caso de que una compañía cancele el vuelo o llegue con retraso impidiendo coger el siguiente vuelo, será difícil o imposible que una compañía se haga responsable de la pérdida del siguiente vuelo. La opción de la ida con una compañía distinta a la de vuelta también puede ser una opción para encontrar mejores horarios.

Recomendamos que en la mochila de cabina lleve lo indispensable para que si no llega su maleta pueda realizar las excursiones.

Los bastones no se pueden llevar en cabina, tendrá que facturarlos.

Mochila durante las excursiones

Se hacen excursiones de un día de duración por lo que con una mochila de 25 litros con lo imprescindible para la jornada será suficiente.

Habitación doble/individual

Tiene la opción de habitación individual si hay disponibilidad. Ruego nos solicite información al respecto en el caso de que esté interesado.

Si no quiere pagar el suplemento de habitación individual, ruego nos comunique que quiere habitación compartida. Dependerá de que otra persona también esté interesada en compartir tomando como orden la fecha en el que hace el pago de la reserva. Siempre que podamos se compartirá habitación con alguien del mismo sexo, pero si no es así, previamente le avisaremos para que tome la decisión de compartir con alguien de distinto sexo o bien elegir individual. Si el grupo queda impar y todos quieren compartir habitación, la última persona en apuntarse tendrá que pagar suplemento de individual.

Tipo de seguro que se incluye en el viaje. Península (España, Portugal y Pirineo francés)

La actividad tiene **incluido un seguro de accidentes y rescate, pero no seguro de viaje ni seguro de cancelación**. Si usted practica deportes de montaña u otros deportes de forma regular y además viaja **le recomendamos un seguro de viaje**, que además de cubrir accidentes y rescate tenga mayores coberturas en su viaje.

También tiene la opción de contratar únicamente un **seguro de cancelación**.

Si no dispone de uno, tiene la opción de contratarlo a través de nuestra agencia de viajes. Muntania Outdoors tramita los seguros con **Galia y Intermundial**. El coste de estos seguros es menor si lo hace a través de Muntania que si lo hace usted de forma directa con estas compañías.

Consulte los precios y condiciones https://www.muntania.com/seguros

Seguro de accidentes y rescate incluido en la península (España, Portugal y Pirineo Francés)

Capital asegurado

- Fallecimiento accidente 7.500 €
- Incapacidad permanente absoluta accidente 15.000 €
- Incapacidad accidente según baremo 15.000 €
- Asistencia sanitaria accidente ilimitada

Delimitación de cobertura de gastos asistenciales por accidente

- Periodo máximo cobertura de asistencia dental en centros concertados 365 días
- Importe máximo centros NO concentrados 12.000 €
- Importe máximo para cobertura de material protésico y endoprotésico ilimitado
- Importe máximo para cobertura en centros No concertados, hasta 12.000 €
- Importe máximo para cobertura de material protésico dental ilimitado

* Seguro de accidentes y rescate incluido. Compañía Previs seguros. Nº PÓLIZA 4020015582-0 Global Adenture Team. Teléfono de asistencia 24h 913840330.

** Hay que dar parte a la aseguradora con la mayor brevedad posible. La compañía facilitará un número de expediente. Ese número de expediente es imprescindible para acudir al centro de atención médica. Se tendrá que facilitará ese número de expediente al centro médico.

*** El guía de la actividad tendrá que mandar un parte de accidentes a la compañía aseguradora durante las siguientes 48 horas del accidente.

**** Cualquier otra comunicación relacionada con el siniestro con la compañía aseguradora será responsabilidad del accidentado.

*** Según donde ocurra el incidente, si el centro médico o cualquier otra entidad que actúa en el accidente pide el pago de alguna cantidad de dinero, será el accidentado el que tendrá que abonarlo. Posteriormente el accidentado tendrá que ponerse en contacto con la aseguradora para reclamar la devolución del importe pagado. En cualquier caso, Muntania Outdoors S.L.U. (Grupo Global Adventure Team S.L.) no es responsable de adelantar cualquier pago requerido por rescate o asistencia.

Otras cuestiones

La selección de los itinerarios puede sufrir cambios por motivos meteorológicos o por cualquier otra causa que haga no seguro el recorrido. En ese caso el guía del viaje buscará la mejor de las alternativas posibles.

Enlaces de interés

- Senderos de la Palma
- Visitlapalma

6 Puntos fuertes

- Grupo reducido (de 4 a 8 personas).
- Espectaculares paisajes volcánicos.
- Gran variedad paisajística.
- Buen clima.
- Buena gastronomía.

7 Otros viajes similares

- Ascensión al Teide. Tenerife, Islas Canarias
- Senderismo suave en La Gomera y Tenerife. Islas Canarias
- Senderismo en el Hierro. Islas Canarias
- Senderismo en Fuerteventura y Lanzarote. Canarias
- Senderismo en Gran Canaria. Reserva Mundial de la Biosfera

8 Contacto

Muntania Outdoors/Geographica. Grupo Global Adventure Team S.L (CICMA 4720)

+34 629 379 894 info@muntania.com www.muntania.com www.geographica.es

c/ de Miguel Yuste, N.º 3, 3E 28037 Madrid