

## MONTAG: Der Märchenwald (Nationalpark)

Wir beginnen unsere heutige Wanderung in Arure. Schon nach kurzer Zeit erreichen wir den ältesten Teil des Lorbeerwaldes. Umgeben von Nebelschwaden wandern wir an den moosbewachsenen und mit Flechten behangenen Bäumen vorbei zum Picknickplatz mitten im Wald. Wir setzen unsere Wanderung durch diesen mystischen Teil des Waldes fort, bis wir wieder in das wärmende Licht der Sonne treten. Die letzten Schritte bringen uns zum Töpferdorf El Cercado, wo wir in einem Lokal die Wanderung bei kanarischen Gerichten ausklingen lassen.

↑ 230 m ↓ 230 m ⌚ ca. 4 h 9 km Abfahrt: 9.30 Uhr Rückkehr ca. 15.30 Uhr 32 €



## DIENSTAG: Die Nordküste

Wir starten inmitten von Hermigua, im angeblich „gesündesten Klima der Welt“, und erfahren viel Wissenswertes über die Agrarwirtschaft La Gomeras. Von hier wandern wir dann auf den Bergrücken von Los Montes und genießen bei der Wanderung auf einem Höhenweg die Ausblicke in das weite, grüne Tal. Nach der Pause setzen wir unseren Weg entlang der Nordküste fort. Vorbei an alten Häusern und Terrassen, bis wir zum Strand von La Caleta gelangen. Dort endet unsere Wanderung an der Strandbar; bei gutem Wetter können wir uns noch bei einem Badestopp erfrischen.

↑ 300 m ↓ 300 m ⌚ ca. 4 h 10 km Abfahrt: 9.30 Uhr Rückkehr ca. 17.00 Uhr 32 €



## DIENSTAG: Die Inselrundfahrt

Wir erkunden die Insel gemeinsam bequem per Bus und entdecken so die wichtigsten Sehenswürdigkeiten La Gomeras. Nach einem ersten Stopp beim Mirador de Palmarejo, dem von César Manrique gestalteten Restaurant, fahren wir zu den Töpferinnen von El Cercado, denen wir etwas über die Schultern schauen. Weiter geht es über Chipude in den Nationalpark Richtung Hermigua. Auf dem Weg machen wir einen kurzen Spaziergang und fahren anschließend ins Dorf Agulo, dem auf einem Plateau gelegenen „Bombón de La Gomera“. Weiter geht es zum Besucherzentrum der Insel, wo wir gemeinsam zu Mittag essen. Anschließend fahren wir über Vallehermoso zu den „heiligen“ Quellen von Epina. Ein Tag voller Eindrücke und Kontraste endet dann wieder im Valle Gran Rey.

↑ 50 m ↓ 50 m Abfahrt: 9.30 Uhr Rückkehr ca. 17.00 Uhr 32 €



## MITTWOCH: Der Regenwald (Europas letzter Urwald)

Über den höchsten Punkt der Insel bis ins Grüne Herz! Nach dem Anstieg erwartet uns die fantastische Aussicht vom „Pico del Garajonay“, von dem wir dann in den Nationalpark hinabwandern. Auf der botanisch geführten Wanderung erfahren wir etwas über die Zusammenhänge zwischen Moosen, Flechten und Bäumen in diesem einzigartigen „Nebelwald“, dem Welterbe der Menschheit. An der bekanntesten Wallfahrtskapelle der Insel vorbei gelangen wir ins Grüne Herz von La Gomera und verweilen an beiden Plätzen etwas. Nach einem kurzen Anstieg erwartet uns der Bus am Endpunkt der Wanderung (keine Einkehrmöglichkeit).

↑ 280 m ↓ 700 m ⌚ ca. 4 h 10 km Abfahrt: 9.30 Uhr Rückkehr ca. 15.30 Uhr 32 €



## DONNERSTAG: Wildkräuterwanderung (Nationalpark)

Auf unserer Kräuterwanderung haben Sie die Gelegenheit, La Gomera und den Nationalpark von einer anderen Seite kennen zu lernen. Bei der etwa dreistündigen gemütlichen Wanderung bringen wir Ihnen die Heil- und Kulturpflanzen La Gomeras näher. Unsere „Kräuterhexe“ vermittelt Ihnen viel Wissen über die vielfältige Pflanzennutzung auf La Gomera und gibt Ihnen auch Tipps für Ihren Alltag. Abgerundet wird die Tour mit einer Einkehr im Restaurant „La Montaña“ bei Efigenia, wo uns ein landestypisches fünfgängiges vegetarisches Menü erwartet.

↑ 190 m ↓ 60 m ⌚ ca. 3 h 5 km Abfahrt: 10.00 Uhr Rückkehr ca. 15.30 Uhr 32 €



## DONNERSTAG: FLEXwandern

Jeden Donnerstag bieten wir Ihnen wechselnde anspruchsvolle Wanderungen an. Ob „Der Dolomitensteig“, „Der Skywalk“ oder „Der Höhenweg“ immer sind spektakuläre Touren in beeindruckender Landschaft für fitte Wanderfreunde garantiert.

Genauere Informationen erhalten Sie von Ihrer Reiseleitung.

↑ ca. 500 m ↓ ca. 500 m ⌚ ca. 4.5 h 10 km Abfahrt: 9.30 Uhr Rückkehr ca. 16.00 Uhr 32 €



## FREITAG: Der Tafelberg Argodey

Folgen Sie uns heute durch das Canyonland von La Gomera, vorbei an Palmen, Agaven, Feigen- und Mandelbäumen hinauf zum höchst gelegenen Dorf der Insel nach Iqualero und weiter bis zum alten Kult Berg der Gomereros La Fortaleza. Auf dem Weg dorthin wandern wir entlang einer bizarren, fast alpinen Gebirgslandschaft, deren tief abfallende Berghänge uns beeindrucken und den einzigartigen Inselaufbau erkennen lassen. Nach der Brotzeit wandern wir auf dem eindrucksvollen Pfad weiter Richtung La Fortaleza, unser heutiges Tagesziel. Die je nach Wetterlage bestiegen wird. Zum Abschluss der Tour erfrischen wir uns in einer Bar.

↑ 350 m ↓ 350 m ⌚ ca. 4 h 9 km Abfahrt: 9.30 Uhr Rückkehr ca. 16.00 Uhr 32 €



## SAMSTAG: Der wilde Nordwesten

Wir beginnen unsere Wanderung in das „wunderschöne Tal“ auf ca. 800 Metern Höhe mit spektakulären Ausblicken über die nordwestliche Küste La Gomeras. Fantastische Aussichten und Relikte der vulkanischen Tätigkeit bestimmen heute unsere Wanderung. Nach der Rast an einer Kapelle beginnen wir unseren Abstieg nach Vallehermoso mit einem Blick auf den Roque Cano, vorbei an Terrassen und Weingärten. In Vallehermoso bleibt uns vor der Rückfahrt noch Zeit für eine Ortsbesichtigung und eine Erfrischung.

↑ 100 m ↓ 700 m ⌚ ca. 4 h 12 km Abfahrt: 9.30 Uhr Rückkehr ca. 16.00 Uhr 32 €



## SONNTAG: Die Fotosafari mit Genusswanderungen

Heute entdecken wir per Bus und zu Fuß die spektakulären Aussichtspunkte von La Gomera. Wir fahren hoch durch das Valle Gran Rey und begeben uns auf Motivsuche, dabei bewegen wir uns auf den Spuren von Christoph Kolumbus und den spanischen Eroberern. Anschließend geht es weiter in den Norden, unterbrochen von Fotostopps an spektakulären „Miradores“. In Meriga angekommen wandern wir ca. 45 min. um den sagenumwobenen See im Nationalpark und fahren dann weiter, über das mystische Dorf La Palmita, zum Besucherzentrum. Hier wandern wir über die rote Marslandschaft zum „Skywalk“ von Agulo. Dort angekommen genießen wir einige Tapas und eine kurze El Silbo Vorführung. Nach der Pause bringt uns der Bus zum alten Kulturzentrum Vallehermoso. Nach der Besichtigung der Ortschaft treten wir die Rückfahrt ins Valle Gran Rey an.

↑ 80 m ↓ 80 m ⌚ ca. 1 h 1,5 km Abfahrt: 9.30 Uhr Rückkehr ca. 17.00 Uhr 32 €



**Angebot der Saison: Jede 3. Wanderung kostet nur €28!**

BUSHALTESTELLEN: Casa Maria / Hotel Gran Rey an der Statue / Rest. Charco del Conde / 50m oberhalb der Parada de Taxi la Calera

**Buchungen online oder auf La Gomera im Timah-Shop**

Bitte bringen Sie mit: Wanderschuhe, Rucksack, Regen- und Sonnenschutz, Pullover, Windjacke, Proviant und 1,5 l Wasser.

Mahlzeiten und Getränke in Restaurants (siehe Programm) sind nicht im Preis inbegriffen, zusätzlich ca. € 10,00

Wir behalten uns kurzfristige Änderungen z. B. wegen schlechtem Wetter vor!

WEB: [www.timah.net](http://www.timah.net) E-Mail: [info@timah.net](mailto:info@timah.net) Telefon: 0034 922 807037 Josef Knoflach Mobil / SMS / WhatsApp : 0034 616 47 22 50