



este paisaje singular y son muchas las personas que utilizan el servicio de guaguas (autobuses) para dedicarse a recorrer la isla de un lado a otro.

La isla de La Palma es la más noroccidental del archipiélago canario. Tiene una forma ovalada y la mitad norte la ocupa, en buena medida, la Caldera de Taburiente, declarado Parque Nacional. Desde el centro de la isla hacia el sur, una sucesión de conos volcánicos forman una verdadera espina dorsal. Cumbre Nueva y Cumbre Vieja, con unas alturas cercanas a los 2.000 metros, son el lugar ideal para realizar excursiones a pie. Desde el refugio de El Pilar, hacia el norte, se llega hasta el Reventón siguiendo el cordal de Cumbre Nueva, y se puede continuar luego hacia Punta de los Roques, pico de las Nieves, para terminar en Roque de los Muchachos por un recorrido de unos 35 kilómetros (entre 9 y 10 horas), que bordea la mayor parte de la Caldera. Desde el mismo punto de partida pero en dirección sur, por la llamada "ruta de los volcanes" que cruza Cumbre Vieja, pasaremos junto a los picos Birigoyo, Duraznero y El Charco, entre unos cráteres que se elevan alrededor de los 1.800 metros, hasta terminar en Fuencaliente.

Otro itinerario que vale la pena realizar es el que nos llevará hasta los nacientes de Marcos y Cordero. El sendero parte de la denominada "Casa del Monte", que se encuentra a unos 8 kilómetros de Las Lomadas, barrio de la población de San Andrés. El camino va siguiendo una antigua canal y atraviesa hasta 13 túneles, en alguno de los cuales la presencia del agua hace necesario el chubasquero. Finalmente llegaremos a los nacientes de agua, bienpreciado de mucha importancia en estas islas.

La Gomera es otra isla de forma redondeada de unos 24 kilómetros de diámetro, una especie de flan cuyo centro es el alto de Garajonay, que alcanza los 1.487 metros. Precisamente alrededor de este punto es donde se extiende el Parque Nacional, con uno de los bosques más importantes de laurisilva que existen. Hay numerosos senderos señalizados, con recorridos de corta duración para descubrir

El 42,7% del territorio goza de distintos niveles de protección y existen algunas guías editadas por el Cabildo Insular que resultan de gran utilidad para hacer los recorridos a pie.

Tenerife tiene una forma triangular y alargada y, en sentido longitudinal, se extiende una cadena montañosa, verdadera columna vertebral de la isla, que va desde la península de Anaga, al noreste, hasta la de Teno, al noroeste. Su punto culminante es el Teide, que con sus 3.715 metros es la montaña más alta de España. En las Cañadas del Teide, convertidas en Parque Nacional, se organizan rutas alrededor de los dos centros de visitantes. Anaga y Teno, declarados Parques Rurales, presentan una buena infraestructura de caminos señalizados para hacer senderismo por cuenta propia.

La Gomera es otra isla de forma redondeada de unos 24 kilómetros de diámetro, una especie de flan cuyo centro es el alto de Garajonay, que alcanza los 1.487 metros. Precisamente alrededor de este punto es donde se extiende el Parque Nacional, con uno de los bosques más importantes de laurisilva que existen. Hay numerosos senderos señalizados, con recorridos de corta duración para descubrir



Técnicas

Los principales conocimientos que hay que tener en cuenta son las técnicas básicas de orientación, manejo de brújula y sistemas GPS. La lectura de los signos, tanto en el recorrido como sobre los mapas, resulta imprescindible.

Lo primero que debemos hacer es situar el lugar donde nos encontramos en el mapa, dónde queremos ir y la ruta que vamos a seguir. La colocación del mapa con respecto al Norte geográfico se puede ajustar con una brújula simple, corrigiendo los grados de inclinación con el Norte magnético. Más tarde localizaremos algún punto de referencia, como un

montic
un río
una a
gua ru
Nada
queda
ger el
rario
m á s
a d e
cuado
nuestra
cesida
tivas,
nómicas, etc.

La utilización del GPS requiere que introduzcamos las coordenadas que el mapa nos indica en los puntos más representativos. La triangulación entre tres o más satélites recibe la señal del aparato y la devuelve para proporcionarnos la situación exacta, longitud, latitud y hasta la altura. La dirección que deberemos tomar está marcada por una flecha direccional.

Hay fórmulas mucho menos sofisticadas. El puro seguimiento de las marcas pintadas en los senderos hará que el itinerario sea seguro y práctico.