

An aerial photograph of a large, snow-capped volcano, likely Mount Teide, overlooking a lush green valley. A small village with red-roofed buildings is visible in the middle ground. The foreground shows terraced fields and a road. The sky is clear blue with some light clouds.

0.4.0

Toca el mar,
besa el cielo
Los Realejos - Tenerife





CRÉDITOS

Edita: Excmo. Ayuntamiento de Los Realejos

Textos: Manuel Jesús Hernández González, Lhorsa arte & eventos

Fotografías: Guillermo Pozuelo Gil, Patricia Díaz y Carlos A.

Diseño y maquetación: rec estudio creativo

Imprime: Gráficas Sabater

Primera edición: Febrero 2020

Segunda edición: Agosto 2020

Depósito Legal: TF - 185 - 2020

Agradecimientos:

Club Tenerife Trail, Canarii Aventura y Medioambiente, Saturnino Hernández García y Rosendo Álvarez Dalama

Vista parcial del Valle de La Orotava



EL GRAN DESAFÍO DEL TEIDE

Echeyde, como así llamaban al Teide los guanches, escondía en su interior los poderes del mal, una especie de infierno, llamado Guayota, al que temían, y su figura siempre ha estado rodeada de misterio.

La ruta 040 es una atrevida apuesta que consiste en alcanzar el pico del Teide desde la orilla de la playa de El Socorro, en el municipio de Los Realejos, y regresar por el mismo camino hasta tocar de nuevo la arena volcánica de la playa. Es, sin duda, el gran desafío integral del Teide, el tercer volcán mayor del planeta desde su base.

Llegar a la cima del coloso atlántico se trata de un reto muy exigente. Una gran hazaña con cerca de 7.600 metros de desnivel acumulado y 54 kilómetros de montañoso recorrido que la convierten en la ruta con el mayor desnivel orográfico de España, y a la isla de Tenerife en una atractiva tentación deportiva y un destino de verdadero culto.

Para corredores con experiencia y atletas debidamente entrenados, la ruta se plantea como un reto a realizar en una sola jornada, como así han logrado muchos deportistas y skyrunners de reconocimiento internacional, donde cada temporada logran un nuevo récord anteriormente inimaginable. Para los menos preparados en este tipo de pruebas, se recomienda disfrutar del recorrido en varias etapas, completando las fases en dos o tres días, consiguiendo así la meta final más cómodamente y con igual satisfacción.

Además, las condiciones climáticas de la isla permiten realizar este recorrido durante gran parte del año, a excepción de algunas semanas de invierno, cuando normalmente el Teide se cubre de nieve.

Una experiencia única en un lugar sorprendente. La ruta 040 no deja indiferente a nadie, atrévete a realizarla y a disfrutar de ella.

UNA RUTA CON HISTORIA

El trazado de la ruta 040 es la unión de antiguos caminos que comunicaban caseríos y pagos del municipio de Los Realejos, así como otros que ascendían hasta la zona de Las Cañadas y enlazaban con los del sur de la Isla. Estas vías fueron utilizadas para todo tipo de tránsito, tanto el movimiento de personas, que subían o bajaban desde las zonas más altas hasta la costa o viceversa, como el transporte de mercancías y animales.

A ello se le suma el interés generado por visitantes extranjeros, desde al menos el siglo XVIII, por ascender al Teide y alcanzar su cima. Estos personajes en su mayor parte científicos y naturalistas, organizaban excursiones que partían desde el Puerto de la Cruz, pasando por Los Realejos, para tomar estos viejos senderos que llegaban hasta Las Cañadas y de ahí emprender la subida al Pico. Son muchos los testimonios escritos sobre estas incursiones que duraban varios días, con diferentes etapas, muchas de ellas llenas de detalles y descripciones de lugares, apuntes de flora y fauna, así como de los personajes que les acompañaban. A través de estos apuntes conocemos como el trazado coincide, en gran parte, con el actual de la ruta 040.

Asimismo, durante el siglo XX, el recorrido se ha visto mejorado por diferentes acciones llevadas a cabo por organismos gubernamentales, como el antiguo Instituto de Conservación de la Naturaleza ICONA y posteriormente el Cabildo de Tenerife y el Gobierno de Canarias. Entre ellas destacar la apertura de pistas para facilitar la comunicación en esta zona del monte ante un incendio forestal.

No será hasta el año 2018, ante la popularidad adquirida por la ruta, cuando diferentes instituciones proyecten su mejora y homologación como sendero.



RIQUEZA NATURAL

El municipio de Los Realejos, en el norte de la isla de Tenerife, tiene como particularidad su orografía, pues en su territorio nos encontramos con la cordillera de Tigaiga, macizo de millones de años que cierra el Valle de La Orotava por el oeste. Por esa escarpada ladera discurre este sendero con la mayor altitud acumulada de la isla. Una ruta circular que parte desde la cota 0 en la playa de El Socorro para coronar el Pico del Teide a 3.715 metros de altitud, y descender por el mismo camino hasta la arena volcánica de la costa.

Un recorrido que nos adentra en espacios naturales protegidos como la Rambla de Castro, Tigaiga, Campeches y Ruiz, la Corona Forestal y el Parque Nacional del Teide, donde podemos conocer en primera persona la riqueza de los ecosistemas y pisos de vegetación de la vertiente norte de Tenerife.

La biodiversidad se muestra en multitud de especies vegetales y animales que viven en estos parajes, especialmente en la ladera de Tigaiga, en su extensión desde los acantilados de la costa, hasta el Cabezón en el Parque Nacional del Teide, donde encontraremos auténticas reliquias de nuestro patrimonio natural. La zona de cumbre o alta montaña es el hábitat del rosalito de cumbre, con sus llamativas flores, de

los tajinastes y de las retamas, así como de una fauna endémica, especialmente la invertebrada, que pasa desapercibida en la mayoría de los casos en las corrientes de lava de Las Cañadas del Teide. El Parque Nacional, el más visitado de Europa, cuenta con una rica y variada biodiversidad.

La gran extensión de la Corona Forestal es lugar de nidificación del pinzón azul, el pico picapinos y la curruca cabecinegra, que comparten espacio con el monteverde y la laurisilva. En el llamado monteverde, la humedad de los vientos alisios ha mantenido este reducido milenario de especies, tanto vegetales como animales, que conviven entre pinos, acebuches, viñátigos, acebiños, palos blancos, tilos y barbusanos, verdaderas fuentes de alimentación para las palomas rabiche y turqué, especies endémicas de Canarias. En la zona de medianías, donde encontramos los principales asentamientos humanos, los antiguos bosques termófilos quedan como reservas de mayores zonas hoy desaparecidas. En ellos, las sabinas, dragos y palmeras, son matizados por los colores y frutos de orovales, guaydiles, hierbamoras, siemprevivas, magarzas, vinagreras y las coloridas crestas de gallo. La fauna es numerosa, entre la que destacan el lagarto tizón, la perdiz moruna, el cernícalo y el canario. En la costa, predominan las tabaibas y los

restos de cardones, junto a zonas de nidificación de aves, especialmente las pardelas.

Esta riqueza natural convive con un particular patrimonio cultural que conserva el municipio gracias a una fructífera historia que se remonta varios siglos atrás. Los Realejos presume de ser el pueblo más festivo de España, con más de ochenta festividades a lo largo del año. En sus caseríos y barrios se mantienen costumbres vinculadas con el ciclo agrícola, la gastronomía, la tradición oral y el folclore, mantenidas de generación en generación por una población que sigue conservando sus raíces ancestrales.

Visitar el municipio es adentrarse en sus paisajes de medianías marcados por estrechos bancales, que en muchos casos, se contraponen a grandes llanuras de tierra destinadas a la siembra del cereal y la papa bonita. Ambos productos tienen un hondo arraigo en las zonas altas de la localidad.

Los Realejos es un crisol de posibilidades que te permite conocer su historia a través de su patrimonio cultural, practicar deportes activos como parapente, surf y bodyboard, senderismo, trail, o disfrutar de sus fiestas y su gastronomía.

INDICACIONES DE RUTA

Todo el recorrido de la ruta 040 se encuentra debidamente señalizado con cartelera y marcas homologadas, no obstante, consideramos necesario aportar unas indicaciones generales de todo el sendero que ayuden a su planificación y desarrollo. Advertimos de su alto nivel de dificultad y de la necesidad de una buena forma física para poder realizarlo.

1. PLAYA DE EL SOCORRO

Iniciamos nuestro recorrido al nivel del mar en la arena negra de la playa de El Socorro. En este punto tomamos la carretera de enlace de este enclave con la TF-5. Ascendemos hasta el primer cruce.



2. CRUCE DEL GUINDASTE

En la subida, dejaremos a nuestra derecha la hacienda de las Cuatro Ventanas y a la izquierda el cruce que, entre plataneras, nos permite llegar hasta las piscinas naturales del Guindaste. Pasaremos bajo el túnel y cruzaremos la vía donde tomaremos, junto a la señal, el sendero.



3. LOMO DEL BOLICHE

Ascenderemos hacia la parte alta del lomo donde encontraremos un panel de interpretación y disfrutaremos de una visión de la rambla. Desde allí bajaremos hasta el camino de La Cueva y continuaremos subiendo.

4. CAMINO DE LA CUEVA

Tomaremos el camino de La Cueva para seguir ascendiendo por un tramo de tierra hasta llegar al caserío y desde allí, continuaremos por el tramo asfaltado hasta la intersección de la calle Tigotán.



5. CALLE TIGOTÁN

Una vez en el cruce, tomaremos a la izquierda, recorriendo unos cientos de metros que nos llevan hasta el cruce con el camino de Las Piedras, que encontramos a la derecha.



6. CAMINO DE LAS PIEDRAS

Subiremos el camino, hoy asfaltado, para en cota superior llegar hasta la calle Tigaiga. En este cruce existe una pila de agua donde podremos repostar y rellenar botellas. Debemos dirigirnos hacia la izquierda.

7. ASERRADERO

Un nuevo cruce de vías nos espera junto a la capilla de Cruz del Aserradero. Aquí tomaremos a la derecha y comenzaremos a ascender el antiguo camino de las Vueltas.



8. CAMINO DE LAS VUELTAS

Hay un primer tramo del camino, parte asfaltado y parte de cemento, que desemboca en la terminación de una pista de tierra. Allí debemos coger hacia la derecha siguiendo el trazado primitivo. Durante más de un kilómetro subiremos un serpenteante camino empedrado hasta alcanzar la carretera general TF 342.



9. CARRETERA GENERAL DE ICOD DEL ALTO

Doblamos a la derecha por la zona peatonal, al borde de la carretera, en dirección al Mirador de El Lance, donde podremos contemplar unas impresionantes vistas del Valle de La Orotava y parte de la costa norte de la Isla.

10. EL LANCE

Una vez pasado el mirador, seguiremos por la pasarela peatonal hasta que veamos un paso de peatones a la izquierda, que debemos tomar para adentrarnos en la calle El Lance.



11. CALLE EL LANCE

Esta vía tiene una pronunciada pendiente en algunos de sus tramos, por lo que debemos de extremar las precauciones y prestar especial atención a los vehículos que por ella transitan.

12. CRUCE CAMINO DE LA CORONA

Tras pasar el núcleo de viviendas llegaremos a una zona más agrícola, donde encontraremos a la izquierda el desvío que nos conducirá hasta el mirador de La Corona, a través de un camino de tierra.



13. MIRADOR DE LA CORONA

Este mirador permite contemplar uno de los paisajes más bellos del norte de la isla. Tomamos la pista junto al punto geodésico y zona de aparcamiento hasta llegar al Asomadero, evitando los desvíos. El camino continúa en pendiente y con tramos resbaladizos.



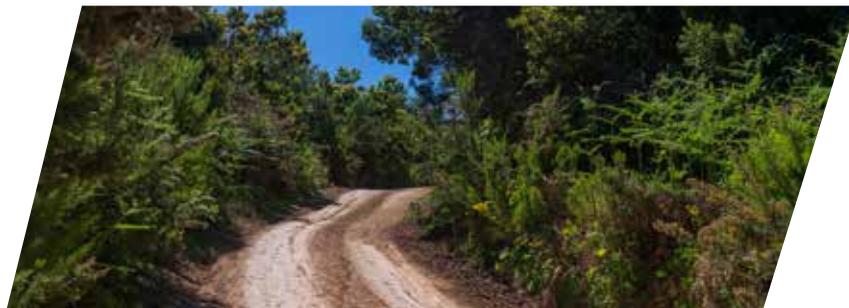
14. EL ASOMADERO

Desde el Mirador del Asomadero, ubicado a 1.100 metros de altitud, se puede disfrutar de unas vistas espectaculares del Teide y de todo el Valle de La Orotava. En él están ubicadas varias antenas y por allí pasa el sendero PRTF 40. Continuamos nuestro recorrido en sentido ascendente.



15. CRUCE PISTA CHANAJIGA / PINO LLORÓN / CORRAL QUEMADO

A unos cuantos metros nos encontraremos con un cruce de pistas, allí seguiremos ascendiendo por la pista principal sin tomar ningún desvío.



16. PIEDRA DE LOS PASTORES

Pasaremos por una zona de monte verde y pinar, con varias intersecciones de pistas que no debemos tomar. Llegaremos hasta la zona conocida como la Piedra de los Pastores, donde continuaremos por la pista principal.



17. MIRADOR DEL CABEZÓN

Pasaremos por la Piedra de la Gallega, el Colmenar de la Chapa y entramos en el Parque Nacional. Pasada la barrera, continuaremos por la pista principal, tomando una curva a la izquierda y el sendero a la derecha hasta llegar al mirador del Cabezón, a 2.166 metros de altitud.





18. CRUZ DE FREGEL

No debemos abandonar el sendero principal hasta alcanzar la base del risco de La Fortaleza, donde se encuentra la capilla de la Cruz de Fregel o de La Degollada. Una vez allí iniciaremos un pequeño descenso hacia el llano.

19. LLANO DE LOS GUANCHEROS / DE LA DEGOLLADA / DE LAS BRUJAS

Una vez en el llano cogeremos a la derecha tomando la pista principal, que nos llevará, pasado el terreno vallado, a la izquierda, al sendero 22 del Parque Nacional. Por este camino atravesaremos todo el llano de las Brujas.



20. CRUCE CON EL SENDERO DE MONTAÑA BLANCA

Al terminar el sendero 22 conectaremos con el sendero 6 en la zona de la Montaña de los Conejos, también de la red de senderos del Parque, para tomar más adelante el sendero 7 que nos llevará hasta el pico.





21. MONTAÑA BLANCA

Continuaremos por el sendero 7 pasando por Montaña Blanca, una zona de piedra pómez, con tramos de un nivel bastante pronunciado, en algunos casos hasta del 60 %.

22. REFUGIO DE ALTAVISTA

A medio camino, entre Montaña Blanca y el Pico del Teide, nos encontraremos con el Refugio de Altavista, un lugar que nos permitirá descansar y continuar el camino hasta la Rambleta. En su interior podemos beber agua o rellenar las botellas.



23. LA RAMBLETA

El sendero 7 termina en este punto y a la izquierda se inicia el sendero Telesforo Bravo que nos conducirá al pico. Por él solo se puede transitar con un permiso especial (ver otros datos de interés). Es un tramo de elevada altitud y fuerte desnivel.

24. PICO DEL TEIDE

El pico es la culminación de la ruta 040. En la cima, a 3.715 metros de altitud, se puede disfrutar en días claros de la visión de las siete islas, y de gran parte de la isla de Tenerife.



25. DESCENSO

Una vez en el Pico del Teide y para completar esta ruta, iniciamos el descenso y nos dejamos llevar por las coladas multicolores de lava, que nos han acompañado hasta la cima y ahora nos muestran el camino hacia el punto de partida de nuestra aventura, la playa.

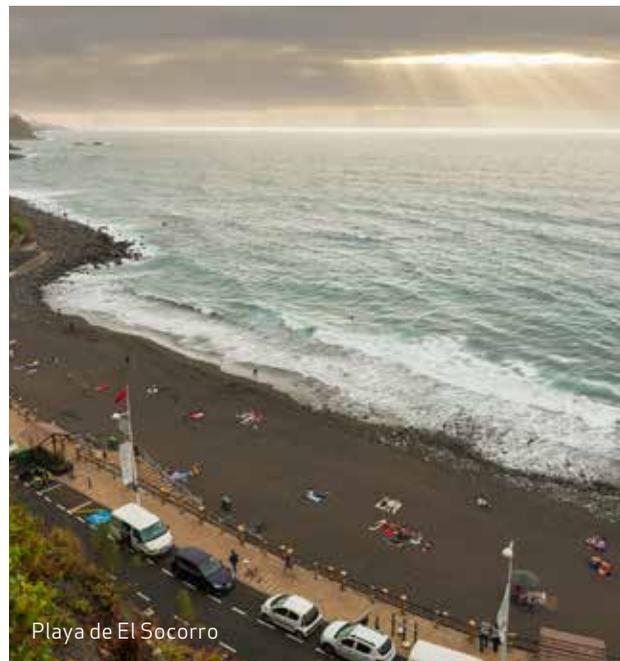


APUNTES DE INTERÉS

La ruta 040 atraviesa enclaves destacados por su historia, geología, toponimia, flora y fauna, y por muchas más razones que intentamos descubrir durante el recorrido. Gran parte de estas localizaciones son hitos importantes de su pasado, pues muchos de esos lugares tuvieron un papel destacado en el devenir histórico de Tenerife. Además, en todo el discurrir del sendero podremos contemplar su notable patrimonio cultural y natural, símbolo de distinción de esta parte de la Isla. Algunos de estos lugares están junto al trazado de la ruta, mientras que otros requerirán que nos desviemos una corta distancia si queremos disfrutar de su visita.

1. PLAYA DE EL SOCORRO

La playa de El Socorro recibe su nombre de la hacienda y ermita que se encuentra en su parte alta. El deporte del surf la señala como una de las zonas más importantes de Canarias para su práctica. Es bandera azul de Europa desde hace varios años, dada la calidad de sus aguas, la limpieza del espacio y los servicios que ofrece.



Playa de El Socorro

2. HACIENDA DEL SOCORRO

En la zona de Babón se levanta la hacienda de El Socorro, que debe su nombre a la ermita levantada a Nuestra Señora del Socorro en fecha cercana a 1617. En su interior, la imagen titular de talla completa, preside un interesante retablo donde aparecen los retratos de la familia fundadora.

3. HACIENDA DEL VIZCONDE DE BUEN PASO

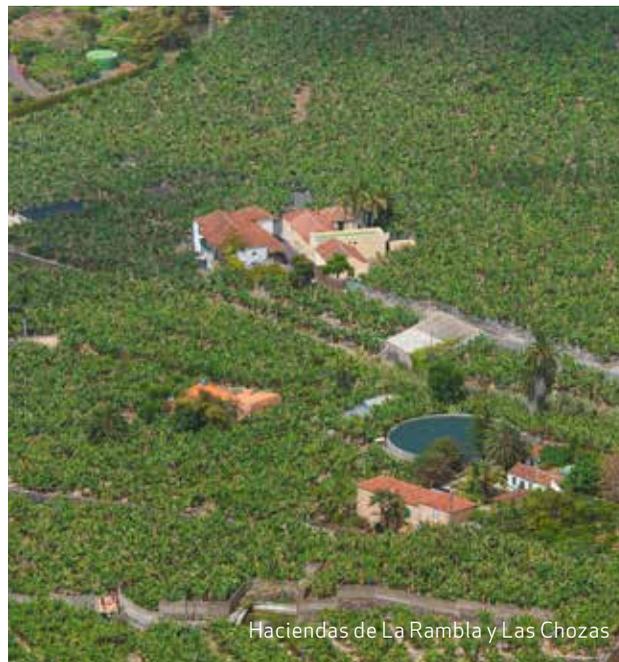
Limítrofe con el antiguo camino de Los Morales, se erige la hacienda que perteneció al vizconde de Buen Paso y marqués de San Andrés. Contó con viviendas para los medianeros, jardín, canapé y la casa principal con planta en forma de U, en cuyo interior se encuentra el patio dividido por un muro tras la partición efectuada en 1863.

4. HACIENDAS DE LAS CUATRO VENTANAS Y DE LA RAMBLA

La casa de Las Cuatro Ventanas perteneció a las familias Vergara y Hoyo, para posteriormente pasar a los marqueses de Celada. Una amplia arquitectura de dos cuerpos abre sus ventanas hacia el norte. Cercana se encuentra la hacienda conocida como La Rambla, compuesta de un sencillo conjunto de construcciones destinadas a vivienda de los propietarios y medianeros.

5. HACIENDA DE LAS CHOZAS Y CAMINO DEL GUINDASTE

La hacienda de Las Chozas se nos presenta como una interesante construcción de amplia galería de madera y teja abierta hacia el antiguo camino de El Guindaste, actual carretera de Las Ramblas del Mar. La conocida como Punta del Guindaste fue vendida, a mediados del siglo XX, para la urbanización de la zona residencial.



Haciendas de La Rambla y Las Chozas

6. LOMO DEL BOLICHE

Desde antiguo, los habitantes de la zona han llamado a esta lomada, entre los barrancos del Quinto o Barroso y el de los Barbuzanos, como el Boliche. Un topónimo que ha perdurado con el paso de los siglos y de generación en generación. Además, los vecinos que vivieron en aquella zona lo tomaron como apodo familiar.

7. CASERÍO DE LA CUEVA

En la parte baja del barrio de Tigaiga se encuentra este caserío, que toma su nombre de las cuevas cercanas al lugar. Por él transcurría el antiguo camino de los Morales que unía Tigaiga con la zona de La Rambla. Aún perduran antiguas construcciones, que conviven con otras convertidas en nuevas viviendas.

8. TIGAIGA

El barrio de Tigaiga te invita a conocer alguna de sus antiguas viviendas, como la Casa de La Era, La Cantera o La Coronela, sus capillas y la ermita de Nuestra Señora de la Concepción, fundada en 1617, junto a la que fue hacienda de La Fuente. A escasos metros de la ermita, se encuentran los antiguos Lavaderos de Tigaiga, declarados de utilidad pública en 1701.

9. EL ASERRADERO

El Aserradero recibe el nombre de un antiguo lugar para el tratamiento de la madera que se ubicaba en este punto. Una piedra con unas iniciales atestigua el sitio.

10. CAMINO DE LAS VUELTAS

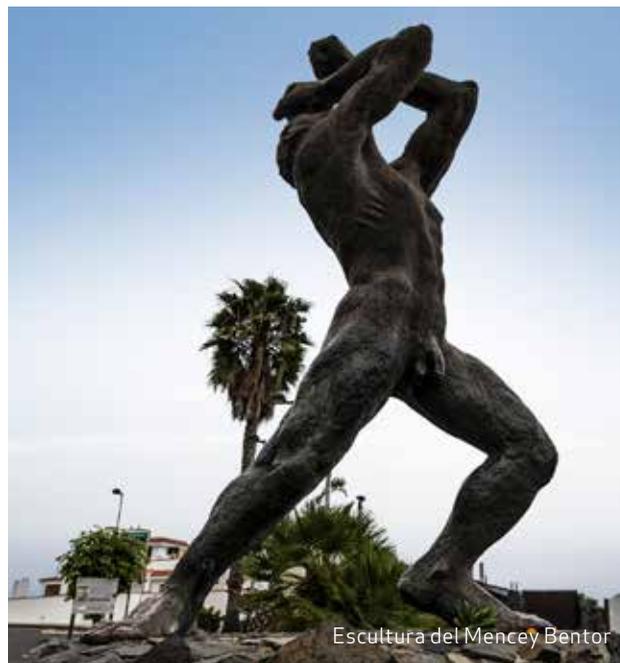
El camino de las Vueltas de Icod el Alto comunica Icod el Alto con el Realejo Bajo. Fue recuperado tras ser declarada toda el área, espacio natural protegido. Esta zona se encuentra sobre depósitos de ladera, de origen sedimentario. Fue un antiguo camino de la época aborigen, que unía el menceyato de Icode con el de Taoro.

11. PIEDRA DE JUAN PÉREZ

Esta piedra, citada desde mediados del siglo XVI, fue lugar de parada y reposo de las bodas y entierros que bajaban hacia la parroquia del Realejo Bajo. Fue un hito en el camino y su peculiar forma permitía ese tipo de descanso.



Camino de las Vueltas



Escultura del Mencey Bentor

12. MIRADOR DE EL LANCE

El Mirador de El Lance es un lugar privilegiado donde podemos contemplar unas impresionantes vistas del Valle de la Orotava y parte de la costa norte de la Isla. Es digna de admirar en este punto, la escultura monumental del Mencey Bentor, obra realizada en bronce por Carmen Luis León en 1996.

13. ICOD EL ALTO

El núcleo de Icod el Alto perteneció en época aborigen al menceyato de Icode, recibiendo el nombre tras la conquista de Icod de los Trigos y posteriormente de Icod el Alto. Es un territorio fragmentado por dos grandes barrancos, el de Ruiz y el del Dornajo. Su población se distribuye desde antiguo en diferentes zonas llamadas cuarteles. Destaca la iglesia parroquial dedicada a Nuestra Señora del Buen Viaje, así como ejemplos de arquitectura rural, especialmente la hacienda de La Pared.

14. MIRADOR DE LA CORONA

Este mirador natural se eleva sobre el conocido Risco Blanco y permite una visión generalizada de todo el norte de la isla de Tenerife. Allí, en 1921, sucedió un hecho que motivó la colocación de una Cruz en el lugar al salvar la vida un vecino después de dispararse su escopeta de forma accidental.

15. FUENTE DE PEDRO

La Fuente de Pedro tiene su origen en un antiguo nacimiento de agua, lugar de parada de aquellos que diariamente subían y bajaban de la cumbre. Desde el año 1992, tras una supuesta aparición de la Virgen María en la gruta, el sitio se encuentra bastante modificado, sobre todo en su vegetación, pues en él se han sembrado especies invasoras y se han depositado ofrendas de diversa índole.



Fuente de Pedro



Follao (*Viburnum rigidum*)

16. EL ASOMADERO

Este saliente natural en la ladera de Tigaiga, es uno de los miradores naturales que nos podemos encontrar durante el recorrido. Hasta allí llega una carrera anual de montaña que parte desde el casco del Realejo Alto, para ascender desde su base por escarpadas pendientes.

17. CORRAL QUEMADO

La rica toponimia del lugar nos ha dejado nombres que perduran en tramos del camino. El llamado Corral Quemado debió originarse por la propia descripción del sitio, dado que esta zona era parada de pastores con sus rebaños que transitaban los caminos de la cumbre.



Choza de Viera y Clavijo

18. CHOZA DE VIERA Y CLAVIJO

Desde comienzos del siglo XX se establecieron en varios puntos de los montes de Tenerife una serie de refugios destinados a cazadores, pastores y caminantes que recorrían estos espacios por diversas causas. El refugio que encontramos en este punto recibe el nombre del polígrafo realejero José de Viera y Clavijo, que entre otras cosas estudió los tesoros naturales del archipiélago en su Diccionario de Historia Natural de las Islas Canarias.

19. PIEDRA DE LOS PASTORES

Otro de los topónimos vinculados con el pastoreo es la conocida como Piedra de los Pastores. En la actualidad, un cruce de diferentes pistas forestales ha desvirtuado el lugar donde estaba la formación pétrea de donde se origina el nombre. Desde aquí se puede acceder hasta la Casa Forestal de Los Realejos.

20. PIEDRA DE LA GALLEGA

La Piedra de la Gallega es otro de los hitos del camino de la cumbre. Sobre el origen del topónimo poco se conoce, posiblemente venga de algún hecho vinculado a un personaje con ese apodo o de origen gallego.

21. COLMENAR DE LA CHAPA

Uno de los oficios tradicionales vinculados con los aprovechamientos de la cumbre es el colmenero. Ha sido habitual entre los apicultores desde siglos atrás subir las colmenas y enjambres hasta zonas más altas, especialmente desde la primavera, momento de la floración de las retamas. El Colmenar de la Chapa sigue estando activo como zona de depósito de colmenas, especialmente de apicultores del municipio de Los Realejos.



Alheli del Teide (*Erysimum scoparium*)



Lagarto tizón (*Gallotia galloti*)

22. CORRAL DE LA VEGA

Continuamos encontrando nombres de lugares vinculados con el pastoreo, una práctica muy frecuente en épocas pasadas, pero que tras diversas prohibiciones gubernamentales es inexistente hoy en día al no poder acceder con los rebaños hasta estas zonas de pastos.

23. MIRADOR DEL CABEZÓN

La cordillera de Tigaiga cierra el Valle de La Orotava por el oeste. En su parte superior se encuentra el Cabezón a unos 2.172 metros de altitud. En este lugar contemplamos parte del antiguo edificio de las Cañadas, unas espectaculares vistas del Teide y parte de la Corona Forestal.



Mirador del Cabezón

24. CRUZ DE FREGEL

La Cruz de Fregel es el símbolo cristiano de mayor altitud que tiene el municipio de Los Realejos. Tiene una modesta capilla en la zona conocida como La Degollada o Degollada del Cedro. Contó esta Cruz con animadas fiestas en el periodo comprendido entre finales del siglo XIX y los años noventa del siglo XX.

25. LA FORTALEZA

La Fortaleza (2.190 m. de altitud) se constituye como el único vestigio que se conserva del antiguo edificio de Las Cañadas. Tras su derrumbamiento, permanece esta escarpada formación compuesta por lavas fonolíticas de color rojizo y ocre. La flora y fauna del lugar está compuesta por el pino canario, cedros y moralitos, así como por el canario, pico picapinos y el pinzón azul del Teide.

26. LLANO DE LOS GUANCHEROS / DE LA DEGOLLADA / DE LAS BRUJAS

Con estos nombres se conoce a esta llanura sedimentaria de los restos de la erupción de Montaña Blanca. Destaca por su color amarillento, con pequeños montículos de piedra pómez que salpican el agreste paisaje. Entre la vegetación encontramos codesos, retamas, hierba pajonera, rosarillo de cumbre y la tonática.

27. MONTAÑA BLANCA

El nombre que recibe este volcán de forma más chata y redondeada, viene dado por el material volcánico que lo cubre, de color amarillento blanquecino. Estos piroclastos son los llamados como piedra pómez, composición muy ligera y porosa, utilizados para diversas aplicaciones.

28. REFUGIO DE ALTAVISTA

Esta construcción de montaña tiene su origen a mediados del siglo XIX, aunque ha contado con varias reformas durante la centuria siguiente y la más reciente en 2007. Fue alojamiento de científicos, viajeros, astrónomos y geólogos, interesados en ascender al Pico del Teide y poder pasar algunas temporadas para investigar sobre su geología o su flora y fauna.

29. LA RAMBLETA

Con el nombre de La Rambleta se conoce la plataforma producida por un antiguo cráter que luego fue sepultado por otra erupción del Teide. Este terreno fue cubierto por nuevos materiales surgiendo una parte más llana. En este lugar se instaló en la década de los años setenta del siglo XX la infraestructura del teleférico.



Montaña Blanca

30. PICO DEL TEIDE

El Pico es la última parte del gran volcán Teide, donde se encuentra el cráter. En esta zona son frecuentes las llamadas fumarolas, pequeñas columnas de humo que surgen de la masa terrestre. Además, es habitual el fuerte olor a azufre, material que fue explotado en el pasado, comercializándose principalmente para la agricultura. Con condiciones meteorológicas favorables se puede apreciar desde aquí gran parte de la isla de Tenerife y el resto de las Islas Canarias.



Cráter del Teide

ETAPAS POR DÍAS

Para los menos experimentados en carreras de montañas o para los amantes del senderismo que disfrutan del paisaje sin prisas, proponemos la realización de la ruta 040 en tres etapas, dado su alto nivel de dificultad. Esta experiencia permitirá un conocimiento más exhaustivo del entorno natural y cultural más inmediato, visitando los diferentes puntos de interés propuestos en la ruta. Además estas etapas facilitan el acceso a una serie de servicios de alojamiento y restauración para poder desarrollar el itinerario cómodamente y con cierta facilidad.





1ª ETAPA:

PLAYA DE EL SOCORRO – ASOMADERO

En esta primera etapa se parte desde la playa de El Socorro para pasar por varias plantaciones de platanera, junto a las antiguas haciendas de la zona. Desde allí, comenzaremos a ascender camino del barrio de Tigaiga, histórico enclave al pie del risco que lleva su nombre. Continuaremos el recorrido subiendo el llamado camino de Las Vueltas, que conserva su empedrado original, hasta alcanzar la carretera general y el mirador de El Lance. Nos acercamos al comienzo del núcleo de Icod el Alto para seguir ascendiendo hasta el mirador de La Corona, donde se pueden apreciar las mejores vistas del Valle de La Orotava. El camino continúa en medio de huertas y monte verde, hasta alcanzar

el punto final de esta etapa en el mirador de El Asomadero.

Una vez terminada esta primera etapa del recorrido, contamos con la posibilidad de llegar a la zona urbana, realizando el camino en sentido descendiente u optar por otras alternativas. Por un lado podemos tomar el sendero PR-TF 40 que nos llevaría hasta el núcleo del Realejo Alto, o por otro, podemos ascender hasta el cruce de la pista de Chanajiga y desplazarnos hacia el este hasta la zona recreativa. Desde allí podemos caminar hasta el barrio de Las Llanadas donde podremos acceder a la línea 330 del transporte público.



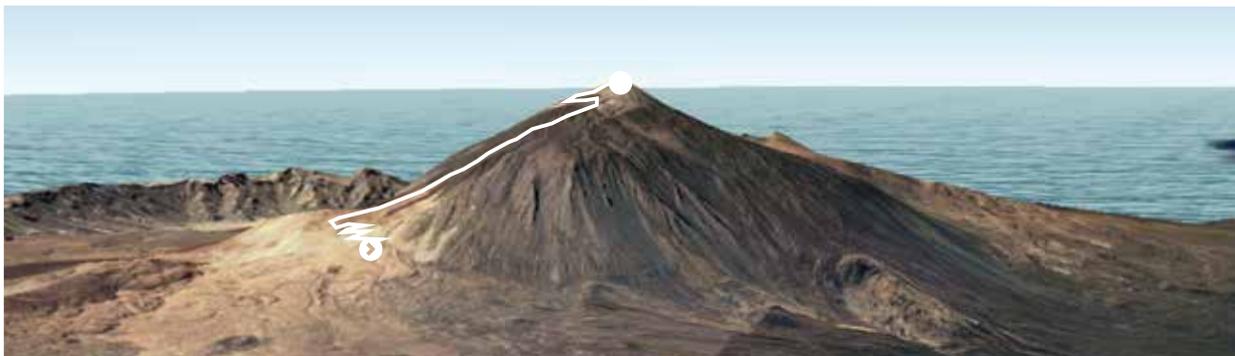
2ª ETAPA: EL ASOMADERO – MONTAÑA BLANCA

Para acceder hasta el punto de inicio de esta segunda etapa, nos dirigimos hasta la zona recreativa de Chanajiga, a la que podemos llegar en taxi, tras tomar la línea 330 del transporte público que nos deja en Las Llanadas. Una vez en Chanajiga nos desplazaremos hacia el oeste por la pista forestal hasta llegar al Pino Llorón. Otra forma de acceder a pie es tomar el sendero PR TF 40 en dirección al Asomadero.

Partiendo desde El Asomadero planteamos una etapa que cuenta con mayor recorrido que las otras dos. Desde allí se continúa el sendero señalizado pasando por varios enclaves con topónimos vinculados con el pastoreo, tan presente en el pasado, hasta alcanzar la Piedra de los Pastores, la Cruz

de Fregel y La Fortaleza. En estos puntos también prevalecen formas tradicionales de la cultura popular como son los colmenares y los corrales para rebaños. Desde allí nos adentraremos en el edificio de Las Cañadas llegando hasta Montaña Blanca donde terminaremos esta segunda etapa, una vez que lleguemos a la carretera.

En esta zona, el único alojamiento cercano es el Parador Nacional del Teide, que se encuentra a 61 kilómetros de distancia. También en las cercanías de Montaña Blanca hay una parada de guaguas, donde la línea 348 cubre un servicio diario, poco después de las 16:00 horas, con destino al Puerto de la Cruz.



3ª ETAPA: MONTAÑA BLANCA – PICO DEL TEIDE

Para iniciar esta etapa, si venimos desde el Puerto de la Cruz, podemos hacer uso de la línea 348 del transporte público, que sale cada día a las 9:30 horas y que llega a Montaña Blanca tras un recorrido de hora y media.

Esta última etapa acumula el desnivel más pronunciado del recorrido. Desde Montaña Blanca comenzaremos el ascenso al Teide, disfrutando de su orografía de variantes curiosas y coloristas, debidas a las diferentes coladas y tipología de roca basáltica que podemos encontrar. Tras un descanso en el Refugio de Altavista se recomienda acceder a La Rambleta y al Pico antes del amanecer para poder contemplar un espectáculo de la

naturaleza con los primeros rayos del sol. Una vez de regreso se puede utilizar el Teleférico como medio más rápido de descenso.



ALOJAMIENTOS CERCANOS

CENTRAL DE RESERVAS

Accede a nuestra central de reservas para tu alojamiento.



ZONA DE COSTA

Hotel Maritim

Calle El Burgado, 1
Tel: + 34 922 379 000
Mail: info.ten@maritim.com

Active Route Hotel

Calle la Longuera, 114
Tel.: +34 922 363 726
Mail: info@routeactivehotel.com

Hotel Panorámica Garden

Calle La Longuera, s/n
Tel: + 34 922 364 111
Mail: panoramica@panoramicagarden.es

Apartamentos Playa de los Roques

Calle Cañaveras, s/n. Urb. Romántica II
Tel: + 34 922 365 030
Mail: info@playadelosroques.com

Finca El Quinto

Caserío los Quintos, 37
Tel.: +34 922 345 002
Mail: info@elquinto.co.uk

Hotel Rural Bentor

Calle del Cantillo de Abajo, 6
Tel.: + 34 922 353 458
Mail: contacto@hotelruralbentor.com

Hacienda de las Cuatro Ventanas

Calle Playa del Socorro, 1-2
Tel.: + 34 636 510 147
Mail: reservas@haciendacuatroventanas.com

Casa Rural Finca La Torre

Carretera TF-5, km. 42
Tel.: + 34 630 377 262
Mail: latorretenerife@hotmail.com

Casa Rural Rambla de los Caballos

Paraje La Quinta, Finca de San Antonio
Tel.: + 34 639 657 507
Mail: mmachado1@rambladeloscaballos.com

Casa Rural Gordejuela

Camino de la Rambla de Castro, s/n. La Fajana
Tel.: + 34 922 363 000
Mail: inma@savasa.es

ZONA DE MEDIANÍAS

Casas Rurales La Tanquera y las Rosas

Calle La Tanquera, 24 - La Ferruja. Palo Blanco
Tel.: +34 600 248 053
Mail: info@latanqueraylasrosas.com

Hotel Rural Casa Blanca

Calle Camino Real, 146 - Icod el Alto
Tel.: +34 922 359 621
Mail: reservas@hotelruralcasablanca.es

Casa Rural Las Llanadas

Carretera General Chanajiga, 108
Tel.: + 34 650 862 691
Mail: info@rurallasllanadas.com

Hotel Rural Los Realejos

Calle el Medio de Arriba, 40
Tel.: +34 622 155 473
Mail: info@hotelrurallosrealejos.com

ZONA DE CUMBRE

Parador Nacional de las Cañadas del Teide

Las Cañadas del Teide
Tel.: +34 922 386 415
Mail: canadas@parador.es



Refugio de Altavista

(debe solicitarse reserva previa)
El Teide
Tel.: +34 922 010 440
Mail: info@volcanoteide.com

Centro de actividades en la naturaleza Emilio Fernández Muñoz

(destinado para grupos y colectivos organizados)
Montes de Los Realejos
Tel.: +34 928 592 956
Mail: fincalosrealejos@oapn.es

OTROS DATOS DE INTERÉS

FICHA TÉCNICA - SENDERO PR 41

DIFICULTAD		MUY ALTA
TIPO DE RECORRIDO		CIRCULAR

ALT. MIN
0
METROS

DISTANCIA
HORIZONTAL
53.61
KM

ALT. MAX
3.715
METROS

DESNIVEL
ACUMULADO
DE ASCENSO
3.812
METROS

DESNIVEL
ACUMULADO
7.702
METROS

DESNIVEL
ACUMULADO
DE DESCENSO
3.116
METROS

El recorrido discurre por espacios naturales de gran belleza y con diferentes grados de protección, por lo que debemos de tener en cuenta lo siguiente:



No dejar ningún tipo de residuo durante el recorrido



Respetar la flora y la fauna del entorno. Muchas de estas especies son únicas en el planeta



No se permite realizar fuego bajo ningún concepto



La acampada está prohibida en cualquier zona del recorrido



Se debe estar atento a cualquier recomendación o norma extraordinaria que se dicte en las fechas de la ruta

RECOMENDACIONES:



Ropa cómoda y calzado deportivo adaptado a la actividad



Abrigo



Comida



Equipo adecuado para el trail (mochila, bastones, frontal, gorra, buff,...)



Agua. Entre 4 y 5 litros. (Coste de 1/2 litro en el Refugio de Altavista 3€)



Protección solar



Oficina Municipal de Turismo
Plaza de la Unión, s/n. Los Realejos.
Teléfono: +34 922 346 181
turismo@losrealejos.travel
www.losrealejos.travel

AUTORIZACIONES A SOLICITAR:



Permiso de ascensión al Teide, concretamente desde La Rambleta hasta el Pico.

Su tramitación debe realizarse en:



www.reservasparquesnacionales.es



Parque Nacional Teide
C/Doctor Sixto Perera González, 25
La Orotava



Teléfono: +34 922 922 371
Fax: +34 922 326 497



Email: pnteide@tenerife.es



TABLA DE DISTANCIAS Y ALTURAS

PUNTOS DE ITINERARIO	NOMBRE WAYPOINT	COORDENADAS	ALT.	DIS. DESCENSO ≈ EN KM.	DIS. ASCENSO ≈ EN KM.
1. Playa del Socorro	Playa del Socorro	N28° 23' 37.4" W16° 36' 13.0"	0	27,19	0
2. Cruce del Guindaste	Camino del Guindaste	N28° 23' 39.4" W16° 35' 50.1"	106	26,45	0,74
3. Lomo del Boliche	Lomo del Boliche	N28° 23' 34.7" W16° 35' 54.7"	145	26,2	0,99
4. Camino de la Cueva	Camino de la Cueva	N28° 23' 15.0" W16° 35' 52.3"	243	25,4	1,79
5. Calle Tigotán	Calle Tigotán	N28° 23' 03.6" W16° 35' 48.0"	286	24,95	2,24
6. Camino de las Piedras	Camino de las Piedras	N28° 22' 58.8" W16° 35' 44.1"	311	24,6	2,59
7. Aserradero	Aserradero	N28° 22' 56.3" W16° 35' 43.1"	326	24,5	2,69
8. Camino de las Vueltas	Piedra de Juan Pérez	N28° 22' 53.5" W16° 35' 54.4"	432	24,1	3,09
9. Carretera general de Icod del Alto	Carretera de Icod del Alto	N28° 22' 51.5" W16° 36' 00.2"	508	23,7	3,49
10. El Lance	El Lance	N28° 23' 06.5" W16° 36' 12.5"	554	23,1	4,09
11. Calle El Lance	Cruce Calle El Lance	N28° 23' 08.9" W16° 36' 18.9"	694	21,8	5,39
12. Cruce camino de La Corona	Cruce camino de La Corona	N28° 22' 48.0" W16° 36' 16.0"	775	21,15	6,04

PUNTOS DE ITINERARIO	NOMBRE WAYPOINT	COORDENADAS	ALT. EN M.	DIS. DESCENSO \simeq EN KM.	DIS. ASCENSO \simeq EN KM.
13. Mirador de la Corona	Mirador de la Corona	N28° 22' 40.1" W16° 36' 03.5"	790	21,3	5,89
14. Asomadero	Asomadero	N28° 22' 41.8" W16° 36' 03.0"	1107	19,5	7,69
15. Cruce pista Chanajiga / Pino Llorón / Corral Quemado	Cruce Chanajiga	N28° 21' 58.1" W16° 35' 48.4"	1201	18,75	8,44
16. Piedra de los Pastores	Piedra de los Pastores	N28° 21' 39.2" W16° 35' 55.1"	1607	16,15	11,04
17. Mirador del Cabezón	Mirador del Cabezón	N28° 20' 39.6" W16° 35' 33.0"	2035	13,2	13,99
18. Cruz de Fregel	Cruz de Fregel	N28° 19' 17.8" W16° 35' 09.9"	2141	12,2	14,99
19. Llano de los Guancheros/ de la Degollada / de las Brujas	Llano de la Degollada	N28° 18' 52.5" W16° 35' 31.8"	2006	11,9	15,29
20. Cruce con el sendero Montaña Blanca	PRTF 41-1 Cruce	N28° 18' 44.2" W16° 35' 28.2"	2033	11,5	15,69
21. Montaña Blanca	Montaña Blanca	N28° 18' 37.1" W16° 35' 17.8"	2773	6,3	20,89
22. Refugio	El Refugio	N28° 16' 14.6" W16° 37' 02.7"	3309	2,2	24,99
23. Rambleta	Control Rambleta	N28° 16' 26.5" W16° 37' 45.5"	3590	0,7	26,49
24. Pico	Pico Teide	N28° 16' 13.4" W16° 38' 19.2"	3715	0	27,19

TABLA DE DESNIVELES

PUNTOS DE ITINERARIO	DESNIVEL POSITIVO DESCENSO	DESNIVEL NEGATIVO DESCENSO	DESNIVEL POSITIVO ASCENSO	DESNIVEL NEGATIVO ASCENSO
1. Playa del Socorro	151	3785	0	0
2. Cruce del Guindaste	151	3723	79	0
3. Lomo del Boliche	145	3677	125	4
4. Camino de la Cueva	121	3553	248	30
5. Calle Tigotán	121	3491	311	30
6. Camino de las Piedras	121	3471	330	30
7. Aserradero	120	3469	333	31
8. Camino de las Vueltas	120	3363	436	31
9. Carretera general de Icod del Alto	120	3288	514	31
10. El Lance	119	3241	561	31
11. Calle El Lance	118	3100	701	32
12. Cruce camino de La Corona	118	3008	799	32

PUNTOS DE ITINERARIO	DESNIVEL POSITIVO DESCENSO	DESNIVEL NEGATIVO DESCENSO	DESNIVEL POSITIVO ASCENSO	DESNIVEL NEGATIVO ASCENSO
13. Mirador de la Corona	118	2996	806	32
14. Asomadero	118	2687	1114	32
15. Cruce pista Chanajiga / Pino Llorón / Corral Quemado	118	2591	1210	34
16. Piedra de los Pastores	117	2183	1616	34
17. Mirador del Cabezón	117	1754	2046	39
18. Cruz de Fregel	113	1712	2090	40
19. Llano de los Guancheros/ de la Degollada / de las Brujas	112	1712	2090	108
20. Cruce con el sendero Montaña Blanca	39	1680	3023	114
21. Montaña Blanca	38	1680	3476	119
22. Refugio	26	468	3558	121
23. Rambleta	26	168	3748	151
24. Pico	0	0	3785	151

CÓDIGO MIDE (MÉTODO DE INFORMACIÓN DE EXCURSIONES)

MIDE



Horario trail: 9.45 horas



Distancia horizontal: 53,61 Km



Tipo de recorrido: circular



Severidad del medio natural: 4



Orientación en el itinerario: 2



Dificultad en el desplazamiento: 3



Cantidad de esfuerzo necesario: 5

Grado de dificultad: 206

MIDE es un sistema de comunicación entre excursionistas para valorar y expresar las exigencias técnicas y físicas de los recorridos. Su objetivo es unificar las apreciaciones sobre la dificultad de las excursiones para permitir a cada practicante una mejor elección.

 Medio. Severidad del medio natural	1 El medio no está exento de riesgos 2 Hay más de un factor de riesgo 3 Hay varios factores de riesgo 4 Hay bastantes factores de riesgo 5 Hay muchos factores de riesgo	
 Itinerario. Dificultad de orientarse en el itinerario	1 Caminos y cruces bien definidos 2 Sendas o señalización que indica la continuidad 3 Exige la identificación precisa de accidentes geográficos y de puntos cardinales 4 Exige técnicas de orientación y navegación fuera de traza 5 La navegación es interrumpida por obstáculos que hay que bordear	
 Desplazamiento. Dificultad en el desplazamiento	1 Marcha por superficie lisa 2 Marcha por caminos de herradura 3 Marcha por sendas escalonadas o terrenos irregulares 4 Es preciso el uso de las manos para mantener el equilibrio 5 Requiere pasos de escalada para la progresión	
 Esfuerzo. Cantidad de esfuerzo necesario	1 Hasta 1 h de marcha efectiva 2 Más de 1 h y hasta 3 h de marcha efectiva 3 Más de 3 h y hasta 6 h de marcha efectiva 4 Más de 6 h y hasta 10 h de marcha efectiva 5 Más de 10 h de marcha efectiva	Calculado según criterios MIDE para un excursionista medio poco cargado

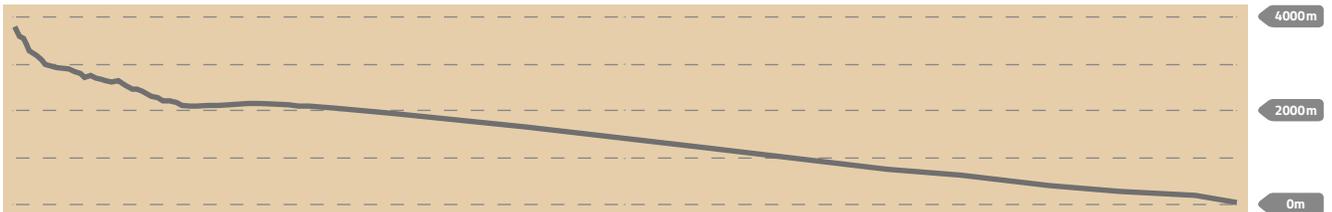
El MIDE está recomendado por la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada (FEDME), Federación Aragonesa de Montañismo (FAM), Protección Civil del Gobierno de Aragón y otras entidades.

Más información: www.euromide.info

MAPA DE RUTA



PERFIL DE ALTITUD



www.losrealejos.travel

