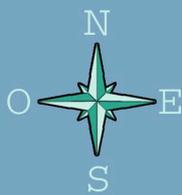


# Îles Canaries



[www.spain.info](http://www.spain.info)



# Océan Atlantique

La Palma



Tenerife



La Gomera

Gran Canaria



Fuerteventura



Lanzarote

La Graciosa



El Hierro



Ministère de l'Industrie et du Tourisme  
Publié par : © Turespaña  
Auteur : Lionbridge  
NIPO : 086-17-055-2

EXEMPLAIRE GRATUIT

Le contenu de cette brochure a fait l'objet de la plus grande attention. Toutefois, si une erreur nous a échappé, aidez-nous à la corriger en nous écrivant à : [brochures@tourspain.es](mailto:brochures@tourspain.es)

Couverture : Fuerteventura.  
Quatrième de couverture : Tamaduste, El Hierro.  
(Photo : Alexander James Sheridan Bramwell)

## SOMMAIRE

Introduction	3
Gran Canaria	4
Tenerife	9
Lanzarote	15
Randonnée sur l'île de La Graciosa	18
La Palma	21
Fuerteventura	24
La Gomera	28
El Hierro	29
Savourez les Canaries	31
Les Canaries pour les enfants	33
Vivre la nuit aux Canaries	34
Comment s'y rendre ?	35

# INTRODUCTION

Un climat privilégié toute l'année, des plages de rêve, nature, culture et divertissements... Il est très difficile de résister au charme des **îles Canaries**. Un éden au cœur de l'Atlantique comprenant huit îles, chacune riche de sa propre essence et de sa personnalité.

Ici, vous pourrez vous baigner en toute saison, prendre le soleil, plonger et faire de la planche à voile sur des **plages** de sable fin baignées par une eau transparente. Toutefois les Canaries, ce n'est pas que la plage. L'intérieur des terres facilite la pratique d'activités de plein air comme la randonnée, le VTT, l'observation des oiseaux ou encore l'astrotourisme.

Tout ceci, complété par des villes et des villages pleins de charme proposant une vaste offre de **loisirs**. Sur les îles, vous pourrez également apprécier une vie nocturne animée et des fêtes pour tous les goûts et tous les styles, des incontournables carnivals aux traditionnelles **Romerías**.

Les Canaries, c'est aussi une nature riche : sept Réserves de biosphère et 146 espaces naturels protégés, parmi lesquels quatre parcs nationaux et trois réserves marines. Laissez-vous surprendre par les paysages volcaniques de Lanzarote, le Teide (volcan et plus haut sommet d'Espagne, à Tenerife), les plages de dunes de Fuerteventura et de Grande Canarie, la luxuriance d'El Hierro et des forêts vertes de La Palma et La Gomera.

Si vous êtes amateur de **culture**, ne manquez pas de visiter les sites monumentaux comme San Cristóbal de La Laguna, classé au patrimoine mondial de l'UNESCO, à Tenerife, ni d'admirer les œuvres de l'artiste de génie César Manrique. Belvédères, jardins, interventions sur le littoral, centres culturels... Un beau dialogue artistique avec le paysage et le milieu naturel qui vous laissera sans voix.

Visitez les îles Canaries et découvrez un monde de sensations.

# GRANDE CANARIE

Vous imaginez un petit continent avec tout ce qu'il faut pour que les jours se suivent et ne se ressemblent pas ? Tout en contrastes, l'île de Gran Canaria est ainsi.

Las Palmas, sa capitale vibrante, offre un large éventail de loisirs et c'est une véritable référence pour les fans de shopping et de sports nautiques. Dans le nord se trouvent des villes de pêcheurs charmantes, parfaites pour se reposer et apprécier la gastronomie. Au sud, vous pourrez admirer les paysages infinis des plages de dunes façonnées par le vent jour après jour. Les divertissements sont garantis, il y en a pour tous les goûts.

► CATHÉDRALE SANTA ANA  
LAS PALMAS DE GRAN CANARIA



## CULTURE

Promenez-vous dans le quartier de **Venegueta**, le centre historique de Las Palmas. Découvrez la **cathédrale Santa Ana** avec ses imposantes tours et son mélange de styles gothique, Renaissance et néoclassique. À l'intérieur vous attend le **musée diocésain d'art sacré**, où sont exposés de précieux objets artistiques, des peintures, ainsi qu'une belle collection de sculptures espagnoles.

Parcourez les jolies rues animées aux façades colorées autour du temple et profitez-en pour vous rendre au **marché de Vegueta**.

Tout près se trouve l'ancienne maison du gouverneur, qui accueille désormais la **maison de Christophe Colomb**. Vous

saurez tout sur l'histoire des Canaries, le lien de l'archipel avec l'Amérique et l'empreinte laissée par le navigateur sur les îles.

En vous promenant dans l'élégant quartier de **Triana**, vous découvrirez des merveilles d'architecture comme le **théâtre Pérez Galdós**, le **cabinet littéraire**, ou l'**église San Francisco**.

Les musées sont un autre atout touristique de Las Palmas. Le **musée Néstor** est consacré à l'un des principaux exposants de la peinture symboliste et moderniste espagnole. Pour en savoir plus sur les cultures préhispaniques et l'histoire de l'archipel, rendez-vous au **musée Canario**.

Dans la **maison-musée Pérez Galdós** sont exposés des meubles, des objets personnels, des livres et des documents de l'écrivain originaire des Canaries. Consacré aux peintres des îles des années 1930 et 1940, le **Centre atlantique d'art moderne (CAAM)** est quant à lui l'un des plus grands centres d'art de tout l'archipel.

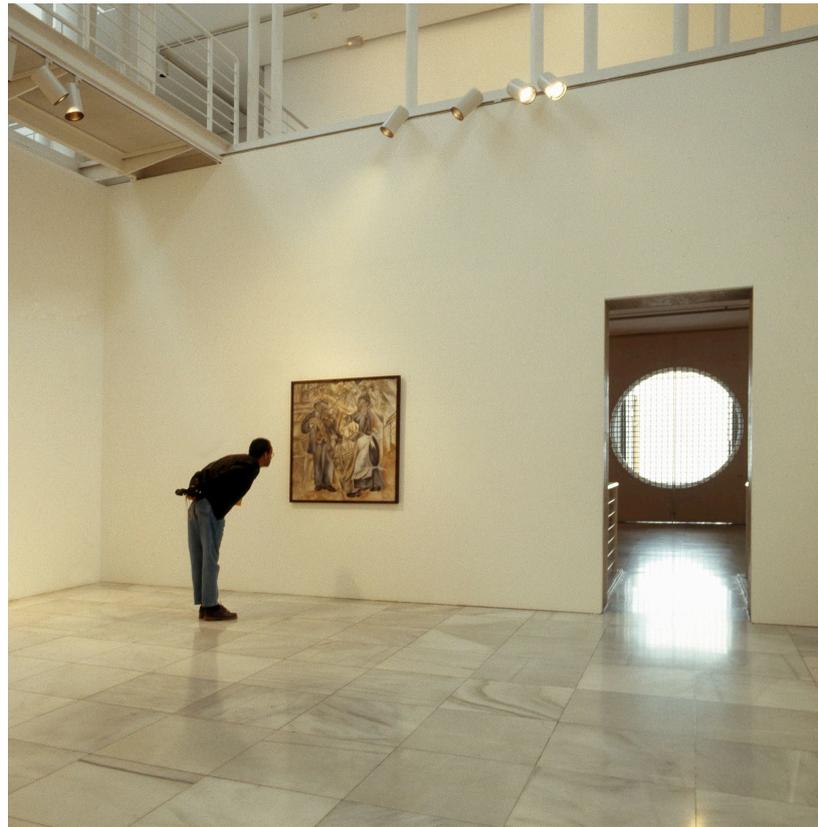
Dans la ville de Gáldar, rendez-vous au **Musée et Parc Archéologique Cueva Pintada**, où sont conservés des vestiges de la ville préhispanique, ainsi que la grotte sacrée dont il tient son nom.

La plus grande fête de l'île est le **carnaval de Las Palmas de Gran Canaria**, célébré entre janvier et mars (suivant les années). Ne ratez pas ses rendez-vous incontournables : le gala de la reine, le gala Drag Queen, les concours de *comparsas* (troupes de danse), de *murgas* (déambulations musicales), de déguisements, et le grand défilé.

## NATURE

Partout, la vie naturelle grouille. Explorez l'île à pied ou à vélo sur son réseau de sentiers, c'est une occasion magnifique pour découvrir sa réserve de la biosphère, qui occupe près de la moitié de sa superficie.

L'une des expériences inoubliables que vous pourrez vivre dans le sud-ouest de l'île est l'observation des cétacés, à **Puerto Rico**. Il n'est pas nécessaire de s'éloigner beaucoup de la côte pour apercevoir dauphins, rorquals, dauphins-pilotes, cachalots... Le mieux est de se laisser guider par les experts qui connaissent à la perfection le comportement de ces espèces et la zone où elles évoluent.



▲ CENTRE ATLANTIQUE D'ART MODERNE, CAAM  
LAS PALMAS, GRANDE CANARIE

▼ JARDIN BOTANIQUE DES CANARIES VIERA Y CLAVIJO  
LAS PALMAS, GRANDE CANARIE



Autres merveilles en plein air : au **jardin botanique Viera y Clavijo**, vous en apprendrez davantage sur la flore des îles. Si vous aimez les paysages et la nature sauvage, dans le **parc naturel de Pílancones** se succèdent plateaux et ravins, un décor somptueux où se promener.

Sur la commune de Tejeda, en plein cœur de l'île, vous attend le parc rural de **Roque Nublo**, intégré dans le territoire déclaré Réserve de la biosphère de

Grande Canarie. Le plus grand espace naturel de l'île compte des formations rocheuses singulières, de merveilleux belvédères et des sentiers pour découvrir tous ses secrets.

Le **parc naturel de Tamadaba** est aussi un endroit recommandé pour profiter de la nature dans toute sa splendeur, avec ses fabuleux bois naturels de pins des Canaries, ses falaises vertigineuses et la riche biodiversité de ses ravins.

▼ PARC NATUREL DE PILANCONES  
SAN BARTOLOMÉ DE TIRAJANA, GRANDE CANARIE



## PLAGES

Grande Canarie offre un éventail quasi interminable de plages de sable fin, de dunes et de criques. Les petits villages du nord cachent des coins au charme marin singulier où vous pourrez vous baigner et savourer du délicieux poisson frais. Dans la capitale, vous tomberez sous le charme de la plage urbaine animée et bien entretenue, avec autour tout le confort d'une grande ville.

Au sud de l'île, on remarque les plages de dunes. Elles appartiennent à la réserve naturelle des Dunes de Maspalomas et disposent de zones familiales ou nudistes. Toujours au sud, vous trouverez d'autres plages familiales ainsi que des enclaves touristiques très animées, comme Puerto Rico et Mogán.

### PLAGE DES CANTERAS

C'est une des plus belles plages urbaines du monde, avec une température qui permet de se baigner toute l'année. Elle est bordée d'une promenade maritime animée.

### MASPALOMAS

C'est une immense plage située dans l'un des plus grands centres touristiques des Canaries. Un sable doré, peu de vagues et une multitude d'hôtels, de restaurants et d'activités de loisirs.



### PLAGE DE L'INGLÉS

Peut-être la plus célèbre plage de Gran Canaria. Vous trouverez ici tous les services de loisirs imaginables.

### PLAGE DE MOGÁN

Une étendue de sable fin aux eaux claires et tranquilles. Ne ratez pas le joli village du même nom, situé dans les terres, à plusieurs kilomètres de la côte.

### PISCINES NATURELLES DE LAS SALINAS

Grâce à ces paisibles piscines naturelles, adjacentes au littoral sauvage d'Agaete, vous pourrez prendre un bain dans l'océan Atlantique en toute tranquillité.

### PLAGE DE SARDINA DE GÁLDAR

Une jolie plage abritée des courants. Prenez vos masques de plongée, car l'eau y est transparente.

📍 *Pour en savoir plus :*

[www.grancanaria.com/turismo](http://www.grancanaria.com/turismo)

▼ PLAGE DE MOGÁN  
GRANDE CANARIE



# TENERIFE

La plus grande des îles de l'archipel des Canaries vous offre une très grande variété de paysages et de propositions, qui vont de l'imposant volcan du Teide à des villes aux centres historiques ravissants, d'énormes extensions naturelles protégées ou de fantastiques terrains de golf.

Sur la côte et à l'intérieur de l'île, vous trouverez de jolis villages et fermes entourés du calme des montagnes où sont encore bien vivantes les traditions locales. Le sud est particulièrement célèbre pour ses grands resorts de vacances, ses parcs thématiques et sa vie nocturne animée. Son carnaval est également célèbre, c'est une véritable explosion de confettis, de couleurs et de musique.



▲ SAN CRISTÓBAL DE LA LAGUNA  
TENERIFE

## CULTURE

Tenerife respire la culture. Vous trouverez ici des bijoux d'architecture comme **San Cristóbal de la Laguna**, classée au patrimoine de l'humanité et ancienne capitale de Tenerife, au tracé colonial modèle. Vous allez adorer les rues piétonnes et les bâtiments religieux (la cathédrale fait partie des incontournables). Votre parcours vous mènera aussi devant de petits palais et des demeures seigneuriales, aux façades ornées de couleurs intenses et aux portiques en pierres.

**Puerto de la Cruz** est le centre névralgique de la zone nord. Vous pourrez y visiter des références architecturales comme la charmante **église Nuestra Señora de la Peña de Francia**, entourée de jardins. Elle est

située au cœur de la ville, près de la **place du Charco** et de la **promenade maritime**.





▲ TAPIS DE LA FÊTE-DIEU  
LA OROTAVA, TENERIFE

Une excursion fascinante vous mènera dans la ville de **Candelaria**, à l'atmosphère maritime et populaire. La **basilique** est sa construction la plus emblématique. En juillet et août a lieu la **fête patronale**, avec ses beaux pèlerinages et des dépôts de gerbes florales en hommage à la patronne de la ville, la Vierge de la Candelaria.

Parmi les autres traditions particulièrement belles figurent les **tapis de la Fête-Dieu** de La Orotava, où les rues sont ornées de magnifiques tapis de fleurs, ou encore les feux de joie de la **fête de la Saint-Jean**. Ces fêtes ont lieu dans toute l'île, mais sont particulièrement belles à **Puerto de la Cruz** et **Punta del Hidalgo**. Le 4 septembre, à **El Palmar**, se tient le populaire **Baile de las Libreas**,

pendant lequel un groupe de danseurs accompagnés de musiciens déguisés dansent au son du tajaraste, musique traditionnelle des îles.

**Santa Cruz de Tenerife** est quant à elle une ville parfaite à parcourir à pied. Commencez l'itinéraire sur la **place de España** et découvrez son architecture moderniste. Ou laissez-vous surprendre par le contraste entre ses églises et ses bâtiments tels que le **palais Insular** et des icônes de l'architecture contemporaine comme l'auditorium de Tenerife, un ouvrage de Santiago Calatrava. La capitale de l'île abrite entre autres le **musée de la Nature et de l'Archéologie**, qui propose de découvrir la richesse naturelle des Canaries et qui explique la culture autochtone des îles Canaries.

Si vous recherchez loisirs et divertissements, vous en trouverez au **lac Martiánez**, à Puerto de la Cruz, une zone spectaculaire à la vue unique dessinée par l'artiste César Manrique, originaire de Lanzarote. Ses installations incluent un grand lac artificiel entouré de piscines naturelles, de jardins, de terrasses et de restaurants.

## NATURE

Tenerife, c'est aussi la nature à l'état pur. Approchez-vous des flancs du Teide, gigantesque et imposant volcan dont le sommet est le plus haut d'Espagne, et découvrez un paysage volcanique surprenant. Ses couleurs fascinantes et ses formes extraordinaires évoquent davantage la surface de Mars que celle de la Terre.

Explorez la beauté du firmament depuis des belvédères et des observatoires au cœur d'espaces naturels qui vous laisseront sans voix. Le Teide et les sommets de Tenerife sont classés *Starlight*, un label prestigieux qui atteste de l'excellente qualité du ciel nocturne.

Plus de 70 espèces d'**oiseaux** nichent sur l'île. Pour les observer, les belvédères naturels du **parc rural de Teno**, un massif volcanique avec de grandes falaises sur la côte, sont un excellent endroit. C'est un sanctuaire pour des espèces comme l'aigle pêcheur.

L'île dispose d'un réseau de **sentiers** et de routes qui relient ses différents écosystèmes et paysages. Des guides et des plans sont à votre disposition pour vous aider à les parcourir à pied, à cheval ou à vélo.





Vous verrez aux **falaises des Gigantes** d'impressionnantes parois rocheuses. Vous pouvez également monter dans un bateau à **Los Cristianos**, **Puerto Colón** et **Los Gigantes**, et sentir la brise marine tout en observant baleines, dauphins et dauphins-pilotes.

Vivez une expérience unique en nageant au milieu des bancs de poissons, nourrissez les raies et contemplez des épaves à **Las Galletas**, **Playa Paraíso**, **Punta de la Rasca**, **Garachico** ou **Puerto de la Cruz**. Vous y trouverez aussi plusieurs écoles nautiques pour naviguer.

FALAISES DES GIGANTES  
TENERIFE

## PLAGES

Le long de la côte de Tenerife, la mer dessine deux visages très différents. Au nord, ses belles plages de sable noir d'origine volcanique sont encadrées par des falaises vertes ponctuées de villages à l'architecture traditionnelle. Au sud,

plus touristique, vous apprécierez les plages tranquilles et de superbes endroits proposant des sports nautiques et plusieurs options de loisirs, avec des établissements sur la plage ouverts de jour comme de nuit.



▲ PLAGES DE BENIJO  
TENERIFE

### EL MÉDANO ET LA TEJITA

Situées à El Médano, elles sont parfaites pour faire de la planche à voile et du *kitesurf*. Il y a une bonne ambiance et la vue sur le volcan Montaña Roja est magnifique.

### LOS CRISTIANOS

Sur la commune d'Arona, cette plage urbaine vous plaira avec sa houle tranquille, son sable doré et son ambiance de marins.

### PLAGE JARDÍN

Sa proximité de Puerto de la Cruz en fait une des plus pratiques de l'île. Elle est idéale pour les familles.

### EL ROQUE, ALMÁCIGA ET BENIJO

Ces trois étendues de sable situées dans la zone la plus sauvage de l'île sont d'une beauté frappante.

### AGUA DULCE

Cette plage vierge est située sur la commune de Los Silos. C'est un petit paradis de tranquillité aux eaux transparentes.

### LAS TERESITAS

Des eaux calmes cristallines, du sable doré et des palmiers définissent cette plage du village de San Andrés, entourée de bars et de restaurants.

### PLAGE DE SAN MARCOS

Allongez-vous sur le sable noir face à une baie protégée de la houle, près d'Icod de los Vinos. L'offre de loisirs et services y est très variée.

### PLAGE DE TROYA

Protégez-vous du soleil dans la palmeraie qui entoure la plage et vivez l'ambiance de plage et de surfeurs de Costa Adeje.

### EL BOLLULLO

La végétation court jusqu'à la mer et le sable noir s'ouvre sur l'Atlantique sur cette jolie plage à mi-chemin entre Puerto de la Cruz et El Caletón.

📍 *Pour en savoir plus :*  
[www.webtenerife.com](http://www.webtenerife.com)

PLAGE DE TROYA  
ADEJE, TENERIFE





# LANZAROTE

Découvrez une harmonie parfaite entre art et paysage, toujours dans le respect de l'environnement.

▲ JAMEOS DEL AGUA  
LANZAROTE

L'île aux volcans vous recevra dans un **paysage lunaire** unique. Explorez les cratères et les vallées de lave solidifiée. Le temps a façonné une nature spectaculaire classée réserve de la biosphère. Ses charmes naturels, unis à la paix qui règne, vous donneront l'impression d'être sur une autre planète.

Approfondissez la relation de la population avec ce milieu singulier et découvrez l'empreinte que l'artiste de génie **César Manrique** a laissée sur l'île et la valeur de son message écologiste. Une grande partie de son œuvre

se trouve ici, notamment la célèbre fondation César Manrique.

Lanzarote a deux paysages fondamentaux : le **malpaís**, au nord, fruit de l'activité volcanique, et les plages de sable doré au sud. Ses villes et villages sont de taille réduite et tranquilles, et offrent des paysages aussi surprenants que ceux de la zone vinicole de La Geria : un ensemble de cônes creusés dans la terre noire, qui accueillent les vignes à l'intérieur pour les protéger du vent. Le résultat : de délicieux vins d'appellation d'origine.



## CULTURE

Dans la vieille ville de **Teguise**, vous découvrirez l'architecture typique de Lanzarote : une succession de maisons blanches populaires et nobles. La ville conserve deux des principales créations de César Manrique : le **Jardin de Cactus** et la **fondation** qui porte son nom. Une chance pour approcher de près tout type d'espèces de cactus et pour découvrir la vie et l'œuvre de l'artiste des Canaries. Regardez le bâtiment qui s'étend à travers une coulée de lave et qui se dresse sur cinq bulles volcaniques.

Aux **Jameos del Agua**, Manrique a transformé un tube volcanique en centre d'art, de culture et de tourisme. Vous y trouverez un spectaculaire lac naturel, une piscine à l'eau turquoise, le tunnel de l'Atlantide et le seul auditorium au monde à être installé dans une grotte volcanique.

Sur la falaise du Risco de Famara se trouve le **belvédère du Río**, où vous apprécierez la vue spectaculaire sur l'île de La Graciosa. À l'intérieur, observez les céramiques et les sculptures traditionnelles.

Pour en savoir plus sur la vie traditionnelle des habitants de Lanzarote, rendez-vous à la **maison-musée du Paysan**, également signée César Manrique. C'est un hommage à l'architecture populaire qui expose des objets et des outils en lien avec la culture et l'agriculture. Approfondissez dans le génie de l'artiste de Lanzarote en visitant le **Musée international d'art contemporain (MIAC)**, installé dans l'ancienne forteresse militaire du **château de San José**.

## NATURE

Lanzarote regorge de trésors naturels. Ce milieu privilégié et la singularité des oiseaux adaptés à ses différents écosystèmes font de l'île une destination idéale pour les observer en liberté. La limpidité du ciel garantit une expérience inoubliable. **Peñas del Chache** est un endroit idéal pour observer la voûte celeste.

Dans les plages de Haría, la nature a créé un paysage de mer et de montagne unique sur l'île, avec la **grotte des Verdes**, à Haría, fruit de l'éruption, et le tube volcanique du volcan de la Corona. Enfilez de bonnes chaussures et lancez-vous sur un circuit dont l'éclairage crée de surprenants effets théâtraux.

Lanzarote est l'île aux volcans, cela ne fait aucun doute au **parc national de Timanfaya**. Vous pourrez y assister

à l'un des spectacles visuels les plus pittoresques des îles Canaries. La beauté pure de cette terre rouge et anthracite est restée vierge et si vous observez ses paysages de volcans et de champs de lave, vous aurez l'impression d'être sur Mars.

La qualité environnementale de Timanfaya est telle que pour mieux le conserver, seules certaines zones sont accessibles. Les plus actifs pourront découvrir une partie du parc à dos de dromadaire. Les amoureux de la science pourront assouvir leur soif de connaissances au centre d'interprétation de Mancha Blanca. Quant aux enfants, ils aimeront sentir la chaleur qui s'échappe entre les roches du volcan endormi. Grimpez sur la **montagne Rajada** et admirez l'immense mer de lave qui s'étend jusqu'au littoral.





ÎLES CANARIES

## RANDONNÉE SUR L'ÎLE DE LA GRACIOSA

La seule île habitée du **parc naturel de l'archipel Chinijo** est un endroit caché qui vous séduira et qui vous permettra de vous couper du bruit du monde. Elle est accessible en ferry depuis le port d'Órzola (sur l'île de Lanzarote). Vous passerez une journée inoubliable. Le trajet dure une vingtaine de minutes. Le bateau dépose les passagers à **Caleta del Sebo**, l'un des deux seuls petits noyaux urbains de l'île, aux routes non bitumées. Pour vous déplacer sur La Graciosa, nous vous recommandons le vélo ou la marche. Préparez-vous à déguster du délicieux poisson frais, à vous baigner sur des plages paradisiaques et à atteindre des endroits magiques tels que le **volcan de la montagne Amarilla**.

◀ PLAGE DE LAS CONCHAS  
LA GRACIOSA

Parmi les espaces protégés figure aussi le **parc naturel de Los Volcanes**, à Tinajo, un paysage aux formations étranges intéressantes, fruit des dernières éruptions de l'île, aux XVIIIe et XIXe s. Plusieurs circuits de randonnée vous permettront d'admirer des espèces locales de reptiles et d'oiseaux.

Explorez la **lagune de Janubio** et grimpez au belvédère pour contempler les célèbres salines. Au **Charco de los Clicos**, vous découvrirez un incroyable lac vert sur un cratère volcanique.



▲ CHARCO DE LOS CLICOS  
LANZAROTE

## PLAGES

Avec un climat de luxe qui enveloppe l'île dans un printemps éternel, Lanzarote vous séduira avec ses plages de sable blanc et doré et ses endroits paradisiaques.

Au sud de l'île, dans la zone vierge et protégée de la Punta del Papagayo, se cachent des criques de sable blanc aux eaux cristallines teintées de vert. Les plages de Tinajo sont un lieu de pèlerinage habituel pour les surfeurs du monde entier. Au nord, les plages de Haría offrent un paysage unique sur l'île qui combine mer et montagne.

### PLAGE DU PAPAGAYO

C'est l'un des plus beaux endroits de Lanzarote, avec son sable doré et sa mer turquoise. Les fonds rocheux de la zone invitent à la plongée.

### PLAGE DE FAMARA

C'est à marée basse qu'elle déploie toute sa beauté, quand l'eau forme une fine couche sur le sable et reflète le ciel et le rocher escarpé de Famara. Elle est parfaite pour les sports nautiques.

▼ PLAGE DU PAPAGAYO  
LANZAROTE





▲ PISCINES NATURELLES DES CHARCONES  
LANZAROTE

### PISCINES NATURELLES DES CHARCONES

Ce paradis secret vous accueillera avec un climat un peu plus frais qu'ailleurs à Lanzarote. Détente et tranquillité dans un environnement magique.

### PLAGE DU RISCO

Tout près du point le plus au sud de Lanzarote, cette plage vierge étale son sable doré sur près d'un kilomètre.

### RAVIN DU QUIQUERE

C'est une zone de côte escarpée qui permet d'accéder à des criques rocheuses secrètes. Si vous aimez la plongée, prenez bien note de cet endroit.

### PLAGE LA FRANCESA

Cette plage vierge est l'une des plus belles de l'île de La Graciosa. Elle offre une vue merveilleuse sur la muraille de pierre naturelle formée par la falaise de Famara.

### PLAGE GRANDE

Une des plages les plus prisées de Lanzarote. Le sable fin doré accompagne de nombreuses propositions de loisirs et de restauration.

📍 *Pour en savoir plus :*  
[www.turismolanzarote.com](http://www.turismolanzarote.com)

# LA PALMA



▲ ÉGLISE EL SALVADOR  
SANTA CRUZ DE LA PALMA

La « isla bonita » (la belle île) est la plus verte de l'archipel. Elle vaut la peine d'être visitée, rien que pour ses bois préhistoriques de « laurisilva » et pour ses conditions astronomiques, qui permettent d'observer les étoiles sous l'un des plus beaux ciels du monde. Classée réserve de la biosphère dans sa totalité, il y a plusieurs manières de la parcourir, mais le mieux est de le faire à pied. Ses sentiers sont conçus pour tous les aventuriers et vous mèneront à des endroits incroyables.

## CULTURE

Le joli centre de **Santa Cruz de La Palma** vous rappellera son passé colonial avec ses palais, ses maisons Renaissance et son architecture traditionnelle. Promenez-vous dans les ruelles et approchez de l'église **El Salvador** et du **couvent Santo Domingo**. Parcourez l'**avenue Marítima** et la rue **O'Daly** et grimpez jusqu'au **château de Santa Catalina**.

Apprenez-en davantage sur l'étroite relation de La Palma avec la mer au **musée naval Barco de la Virgen**, installé dans un voilier. Montez à bord de ce vaisseau échoué en plein centre-ville et déambulez sur le pont.

Le village intérieur de El Paso abrite le **musée de la soie**, où vous apprendrez tout sur l'art de confectionner cette fibre naturelle, de l'élevage des vers au tissage et à la broderie.

Le site préhispanique de **Belmaco** est le plus emblématique de La Palma. Vous y verrez des vestiges des habitants indigènes antérieurs à l'arrivée des colons péninsulaires.

S'il y a une fête populaire sur l'île de La Palma, c'est la **Danse des nains**. C'est un des temps forts de la fête de **La Bajada de la Virgen de las Nieves**, à Santa Cruz de La Palma, qui a lieu tous les cinq ans. Vivez une nuit magique pendant laquelle une vingtaine d'hommes se transforment en nains affublés d'un chapeau napoléonien et dansent pour les petits et les grands au son de la polka, en remerciement à la patronne de l'île.



## NATURE

La Palma a tout ce qu'il faut pour vivre de grandes aventures : des paysages volcaniques, des bois épais, des plages et des piscines naturelles et un climat parfait aux températures douces. L'épaisse laurisylve du Nord contraste avec le paysage lunaire du sud, et de nombreux circuits de randonnée permettent de découvrir tous leurs secrets.

L'incontournable **Route des Volcans** dans le **parc naturel de Cumbre Vieja**, vous offrira une vue sur les deux versants de l'île et vous pourrez y voir des espèces animales endémiques. Le **monument naturel des volcans de Teneguía** mérite une visite spéciale.

Faites de la randonnée dans le **parc national de la Caldera de Taburiente**, un paysage escarpé traversé de torrents et de cascades. Vous y découvrirez les plus hauts sommets de l'île, ainsi que des espèces végétales endémiques comme le pin des Canaries.

La Palma est l'un des centres astronomiques les plus prestigieux du monde, avec le **Roque de los Muchachos**, qui compte un observatoire d'astrophysique, et d'autres belvédères d'exception. Les cieux limpides et protégés offrent des conditions uniques pour observer les étoiles. Vous pouvez le faire à votre guise, ou bien participer à un circuit nocturne guidé ou à une séance d'observation.

La mer de La Palma ne vous décevra pas non plus : nagez et plongez dans les eaux cristallines, entre les coraux noirs et dans les impressionnants fonds marins.



Le relief abrupt de La Palma fait de petits creux sur des dizaines de plages de sable noir ou de galets où se rafraîchir ou faire des sports nautiques.

▲ PLAGE CHARCO VERDE  
LA PALMA

## PLAGES

Sur la côte de **Fuencaliente**, les éruptions volcaniques ont créé des profils escarpés qui plongent dans la mer sur des plages comme La Zamora. Le plus courant est de trouver des langues de lave qui ont créé de petites baies, comme celles de **Punta Larga**, **Punta Martín**, **El Río** et **Los Roquitos**.

Les étendues de sable les plus vastes, dotées de tout type de services, sont celles des plages urbaines de **Los Cancajos**, **Puerto Naos** et **Puerto de Tzacorte**.

### PLAGE DE BAJAMAR

Son emplacement près de Santa Cruz et son offre de cafétérias et restaurants l'ont rendue très populaire sur l'île.

### PLAGE DE NOGALES

Une plage de sable volcanique au pied des montagnes, proche des sentiers, de la lave, de l'océan, et entourée d'arbres, à Puntallana. C'est la Mecque des surfeurs locaux.

### CHARCO VERDE

Cette impressionnante étendue de sable vierge se trouve près de Puerto Naos, au sud-ouest de l'île. C'est un endroit sauvage facile d'accès.

### PLAGE ECHENTIVE

Au cœur du monument naturel des volcans de Teneguía, elle offre un paysage de rêve et des étangs naturels où prendre un bain au calme, même si la mer est agitée.

📍 *Pour en savoir plus :*  
[www.visitlapalma.es](http://www.visitlapalma.es)

# FUERTEVENTURA

Fuerteventura met à votre disposition une liste infinie de plages paradisiaques de sable blanc aux eaux émeraude où le soleil brille toute l'année. La deuxième plus grande île de l'archipel des Canaries offre des paysages très pittoresques, notamment la mythique montagne Tindaya, à laquelle les indigènes attribuaient des propriétés magiques.

L'île se caractérise également par ses longues plaines ondulées, avec un horizon de moulins où est fabriqué le « gofio », une farine de céréale grillée qui constitue l'ingrédient indispensable de nombreux plats canariens.

Faites de la planche à voile, découvrez les riches fonds marins, dégustez du poisson frais de la zone ou asseyez-vous pour admirer le coucher de soleil. Les paysages volcaniques spectaculaires vous captiveront.



BETANCURIA  
FUERTEVENTURA

## CULTURE

Fuerteventura a quelques propositions très intéressantes pour les assoiffés de culture. Les salines du Carmen, par exemple, accueillent le **musée du sel**. Vous y apprendrez son parcours de la mer à la table et l'importance de cet élément dans l'histoire des Canaries. L'**éco-musée de l'Alcogida**, un groupe de maisons qui recréent la vie traditionnelle de l'île, mérite aussi une visite.

Découvrez les traditions de Fuerteventura dans la ville de **Betancuria**. Située dans une des zones les plus arides de l'île,

cette ville fondée au XVe s. se dresse avec son impressionnant ensemble historique. C'est l'ancienne capitale de l'île et son musée archéologique vous apprendra comment vivaient les habitants d'autrefois. Vous pouvez aussi visiter **Casa Santa María**, un lieu accessible depuis un jardin paradisiaque et abritant un atelier où l'on peut assister au travail des artisans.

À **Antigua** se trouvent plusieurs sites archéologiques et des exemples de constructions populaires, comme les églises et les moulins à « gofio ».

## NATURE

L'île, un paradis pour les amoureux de la nature sauvage, dispose d'espaces naturels protégés et elle est classée **réserve de la biosphère**.

Grimpez au **belvédère des Peñitas** pour découvrir une oasis au milieu du désert. Le **belvédère de Morro Velosa**, un ouvrage de César Manrique, offre une autre vue unique de l'île.

Le **parc naturel de Corralejo** est un champ de dunes incroyable qui abrite de nombreuses espèces endémiques. Le **parc naturel de l'Isote de Lobos**, auquel on accède en bateau depuis le village de Corralejo, est une autre enclave de grande valeur environnementale, un véritable refuge de sérénité appelé ainsi pour les lions marins et les phoques moines qui peuplaient ses côtes. Vous apprécierez les piscines naturelles de **Puertito de Lobos**, dont l'eau cristalline offre la possibilité de se baigner et de plonger avec masque et tuba.

À Betancuria, vous aurez aussi l'occasion de profiter des piscines naturelles d'**Aguas Verdes**, sur la **plage du Valle**, avec une série de falaises et de formations rocheuses qui abritent des retenues d'eau de toute beauté.

Au large, les vents et les vagues de Fuerteventura sont parfaits pour s'entraîner à la planche à voile. La plongée se pratique à tous les niveaux, notamment sur les plages de la **péninsule de Jandía** et la **Caleta de Fuste**. Voile, surf, ski nautique ou pêche sont d'autres sports possibles ici (si vous aimez les sensations fortes, osez la pêche au marlin).



## PLAGES

Si vous recherchez le soleil et la mer, les 150 kilomètres de côte de l'île paradisiaque de Fuerteventura n'attendent que vous. Au nord, plages et criques sont regroupées sous le nom de Corralejo, où les grandes dunes alternent avec de petites plages à l'eau transparente.

Cette île abrite aussi les plus spectaculaires étendues de sable des îles Canaries, notamment celles de la péninsule de Jandía, dans le sud de l'île.

PLAGE DE MORRO JABLE  
FUERTEVENTURA



### PLAGE DE COFETE

Un régal pour les yeux, du sable blond à l'infini, l'océan sauvage et une sensation totale de liberté.

### PLAGE DE VIEJO REY

Encore un éden solitaire à découvrir du côté de Jandía.

### PLAGE DU CASTILLO (CALETA DE FUSTE)

Une plage très sûre, de doux sable blanc, aux eaux tranquilles abritées dans une baie.

### PLAGE D'AJUY

Cette plage tranquille de sable noir se trouve près des grottes d'Ajuy, à côté de Pájara. Son fin sable volcanique et sa houle modérée sont le décor idéal pour des vacances sous le signe de la détente.

### CORRALEJO VIEJO

Ou le confort pour toute la famille : vous y trouverez une mer d'huile turquoise, des services de tout type et une grande zone de stationnement.

### BUTIHONDO

Une plage semi-urbaine de sable doré aux eaux calmes où le nudisme est autorisé.

### COSTA CALMA

Cette anse de sable fin offre tout le nécessaire pour faire des sports nautiques.

### PLAGE DE MORRO JABLE

Elle s'étend depuis la plage de Las Gaviotas, au nord, jusqu'au centre du village de pêcheurs de Morro Jable, au sud. Elle est délimitée par une énorme avenue où se succèdent boutiques, établissements de loisirs et restaurants.

### PLAGE DE LA CONCHA

Calme, beauté et qualité à El Cotillo, au nord-ouest de l'île. Les jours de vent, les *corralitos*, de petits murs en pierre volcanique construits par les habitants, servent d'abri. Elle est parfaite pour les familles.

### PLAGE DE SOTAVENTO

C'est le centre névralgique de la planche à voile et du *kitesurf* sur l'île. Elle se caractérise par le lac qui se forme entre la rive et la barrière de sable.

📍 **Pour en savoir plus :**

[www.visitfuerteventura.com](http://www.visitfuerteventura.com)

## LA GOMERA

En deux mots : petite mais captivante. Passez des vacances de rêve dans des paysages inoubliables. Vous admirerez dans ce verger des vallées couvertes de palmiers, d'immenses ravins et des bois d'un vert intense. Un véritable éden pour les randonneurs et les amoureux de la vie en plein air.

Parcourez l'île à pied et enfoncez-vous dans le **parc national de Garajonay**, un bois de végétation préhistorique classé au patrimoine mondial. La forêt subtropicale de *laurisilva*, unique au monde, concentre la moitié de l'extension arborée de ce type de végétation de tout l'archipel, dans des conditions optimales de conservation.

Cet espace protégé est également riche en formations végétales, il abrite un grand nombre d'espèces animales endémiques (notamment des invertébrés), ainsi que des monuments géologiques spectaculaires, comme les Roques. Admirez La Gomera depuis les hauteurs des belvédères.

Baignez-vous sur des plages surplombées de falaises et admirez **Los Órganos**, au nord, une falaise spectaculaire dessinant des tubes comme ceux d'un orgue, d'où son nom. Dans la **vallée du Rey** vous attendent des hameaux de maisons blanches entre les palmiers. Vous pouvez aussi visiter le charmant village d'**Agulo**. Vous n'oublierez pas de sitôt l'image de ses maisons de conte de fées colorées.



▲ PARC NATIONAL DE GARAJONAY  
LA GOMERA

Au sommet du rocher du nord de l'île, vous trouverez le **belvédère d'Abrante** : un bâtiment surprenant à la structure de verre qui vous donnera la sensation de flotter dans le ciel. De là, vous pourrez apercevoir la vallée d'Agulo et, si le ciel est suffisamment dégagé ce jour-là, l'île de Tenerife et le Teide.

Vous pourrez également assister à une exhibition de **silbo gomero**, ancien moyen de communication de l'île, un sifflement classé au patrimoine culturel immatériel de l'humanité par l'UNESCO.

① **Pour en savoir plus :**  
[www.lagomera.travel](http://www.lagomera.travel)



## EL HIERRO

Ses réserves marines vous garantissent un univers aquatique de première catégorie.

La plus occidentale des îles Canaries vous charmera avec ses eaux transparentes parfaites pour faire de la plongée.

À la surface, vous verrez des terres volcaniques et d'épais bois verts. Promenez-vous sur ces terres fertiles, penchez-vous du haut de ses falaises abruptes et admirez les impressionnantes formations géologiques de lave. Le **belvédère de la Peña** vous offrira un beau panorama, avec une vue merveilleuse sur la vallée du Gofio et ses rochers escarpés.

El Hierro est un très bel endroit pour les sports de plein air. À San Andrés,

il faut vous arrêter à l'**arbre Garoé**, une espèce sacrée pour les habitants originels de l'île, qui utilisaient l'eau de pluie retenue dans ses feuilles. Il y a aujourd'hui un centre d'interprétation pour en apprendre davantage sur le phénomène de la pluie horizontale et toutes les valeurs que cache ce mystérieux endroit. Il y a là de bonnes options pour faire de la randonnée, notamment la route de l'eau.

Dans la zone de La Dehesa se trouve **El Sabinar**, un joli bois de genévriers rouges centenaires (sabinas) façonnés par la force du vent. Leurs troncs et leurs branches tordus sont fascinants.

Le **parc rural de Frontera** vous donnera la sensation d'être dans un bois enchanté au milieu des arbres de huit mètres de haut. Un paysage magique, tout comme la **réserve naturelle spéciale Tibataje**, refuge du lézard géant de El Hierro, en voie d'extinction.

Le littoral est constitué d'une côte escarpée ponctuée de quelques criques et d'incroyables piscines naturelles d'eau salée, réparties sur tout le littoral, comme le **Charco Azul**. L'eau s'y renouvelle naturellement grâce à la houle et elles sont équipées de tous types de services.

Vous êtes fan de plongée ? Partez dans le sillage de Jacques Cousteau dans la **réserve marine de La Restinga**, dans le village le plus au sud de l'Europe, un paysage subaquatique unique grouillant de vie, fruit de la géographie volcanique particulière. C'est là que se concentrent les principaux centres de plongée de l'île. Parmi les plongées proposées, celle du Bajón explore le volcan sous-marin que le célèbre océanographe étudia lors de son premier voyage à bord du Calypso.

📍 *Pour en savoir plus :*  
[www.elhierro.travel](http://www.elhierro.travel)





## SAVOUREZ LES CANARIES

Aux Canaries, vous dégusterez une cuisine simple, savoureuse et nutritive, héritière de la tradition guanche. Les **papas arrugás** (des pommes de terre cuites avec la peau dans de l'eau salée) sont les stars de la table. Elles accompagnent les typiques **mojos picón** ou **verde** (des sauces typiques

des îles). Le **gofio**, de la farine de blé ou de maïs grillé, est l'autre ingrédient fondamental. Une des recettes les plus typiques est le **gofio escaldado**, qui est préparé en ajoutant le **gofio** à du bouillon de poisson et en mélangeant jusqu'à obtenir une crème au goût sucré unique.



▲ LA GERIA  
LANZAROTE

Sur les îles fortunées vous savourez de délicieux **poissons**, comme la **vieja** (poisson-perroquet méditerranéen), le mérrou ou le cernier commun. Les Canaries sont aussi un éden fruitier, où la **banane** occupe la première place. Savourez les **11 vins d'appellation d'origine** produits sur l'archipel et goûtez les différents **fromages**, notamment le **majorero**, un bijou culinaire de Fuerteventura élaboré avec du lait de chèvre. Le **rhum des Canaries** ou sa variante au

miel sont d'autres atouts gastronomiques des îles.

Ne repartez pas des Canaries sans avoir goûté le typique **rancho**, un plat traditionnel préparé avec des pois chiches, de la viande, des vermicelles et des légumes.

Sur l'île de Gran Canaria, vous pourrez savourer tous ces produits typiques dans des endroits comme le marché de Vegueta.

# LES CANARIES POUR LES ENFANTS

Les Canaries constituent une destination parfaite pour voyager avec des enfants. Il y a des activités pour tous les goûts et tous les âges, des parcs aquatiques aux voyages en sous-marin. Il y aussi de nombreuses routes et sentiers spectaculaires faciles à parcourir en famille, des centaines de plages où profiter de la mer et du sable, et un ciel étoilé splendide pour découvrir les mystères du firmament.

Dans l'immense parc thématique **Oasis Wildlife Fuerteventura**, vous pourrez effectuer des randonnées en chameau, assister à des spectacles avec des lémuriers ou nourrir les girafes. Les enfants vont adorer !

La Palma dispose du **Maroparque**, avec de nombreuses espèces exotiques et en voie d'extinction.

Le **Loro Parque** est pour sa part le paradis des perroquets. Situé à Puerto de la Cruz (Tenerife), il dispose aussi d'un fantastique aquarium où assister à un surprenant spectacle avec des orques. Sur la même île, se trouve aussi le **Siam Park**, le plus grand parc aquatique d'Europe et l'un des mieux évalués du monde.

Encore plus d'émotions pour les enfants : le **Lanzarote Aquarium** possède un tunnel subaquatique où vous pourrez vous promener au milieu des requins, ainsi que des aquariums tactiles pour toucher et mieux connaître des espèces comme les oursins et les concombres de mer.

De plus, sur presque toutes les îles, des entreprises organisent des excursions en bateau pour observer les cétacés.



Photo : Wieslaw Jarek/123rf.com

▲ OASIS WILDLIFE  
FUERTEVENTURA

Sur l'île de Gran Canaria, vous voyagez dans l'Ouest sauvage au **Sioux City Park**, une vraie ville avec le bureau du sheriff, un maréchal-ferrant et un *saloon*. Il offre également des spectacles de cow-boys et d'indiens, ainsi que des expériences à cheval.

Certaines propositions allient culture et divertissement, comme le **musée de la Nature et de l'Archéologie (MUNA)**, à Santa Cruz de Tenerife, exposant des maquettes à taille réelle des espèces animales de l'archipel des Canaries, ou le **musée Eldel des Sciences et des Technologies**, à Las Palmas (Grande Canarie), qui propose des expériences interactives, ainsi que la sensationnelle attraction articulée Robocoaster.

# VIVRE LA NUIT AUX CANARIES

Les zones de fête se concentrent à Tenerife, Gran Canaria, Fuerteventura et Lanzarote.



À **Tenerife**, rendez-vous sur la plage de Las Américas ou plongez dans l'ambiance étudiante de La Laguna. Si vous préférez une atmosphère plus familiale, allez à Los Gigantes et à la plage de La Arena.

L'île de Grande Canarie dispose aussi d'un large éventail d'options. À **Las Palmas**, la capitale, vous trouverez clubs et discothèques, comme à **Maspalomas**, **Plage de l'Inglés** et **Puerto Rico**.

**Corralejo** et **Morro Jable** sont les deux points de référence pour connaître la vie nocturne de **Fuerteventura**.

La nuit à **Lanzarote** a pour axes principaux l'**avenue de Las Playas** et le **centre Atlántico** de **Puerto del**

**Carmen**. Si vous préférez une ambiance détendue dans les bars, **Playa Blanca** vous offre plusieurs options. À **Costa Teguisse**, clubs et discothèques se succèdent sur le long de la plage d'El Jablillo.

Les autres îles vous réservent des soirées plus calmes. À **La Palma** vous pourrez siroter un cocktail dans les petits pubs et bars de **Breña Baja**, **Los Llanos**, **San Andrés** et **Los Sauces**.

Les coquets cafés des zones côtières de **La Gomera** se transforment en discothèques nocturnes.

Si vous souhaitez faire un tour la nuit à **El Hierro**, rendez-vous à **Valverde**, la capitale.

# COMMENT S'Y RENDRE ?

## BATEAU

Des ferries connectent Cadix à Grande Canarie, Tenerife, Lanzarote et Fuerteventura. Les différentes îles sont aussi reliées entre elles par bateau. Toutes les lignes de ferries permettent d'embarquer des voitures.

## AÉROPORT

Toutes les îles disposent de leur propre aéroport, vous pourrez donc vous y rendre depuis plusieurs villes européennes, que ce soit en vol direct (bien souvent depuis l'Espagne péninsulaire) ou grâce aux liaisons avec de nombreux vols internationaux.

## SE DÉPLACER AUX CANARIES

Sur chacune des îles vous pouvez utiliser les *guaguas* ou autobus. Les distances sont courtes, c'est pourquoi vous pouvez également louer des voitures, motos ou vélos.

① Plus de renseignements  
[www.holaislascanarias.com](http://www.holaislascanarias.com)  
[www.spain.info](http://www.spain.info)

▼ AÉROPORT DE GRAN CANARIA





X @spain

Instagram @spain

Facebook Spain.info

YouTube /spain

TikTok @visitSpain