

Isole Canarie



www.spain.info



Oceano Atlantico

La Palma



Tenerife



La Gomera

Gran Canaria



Fuerteventura



Lanzarote

La Graciosa



El Hierro



Ministero dell'Industria, del Commercio e del Turismo

Publicato da: © Turespaña

Elaborato da: Lionbridge

NIPO: 086-18-009-X

ESEMPLARE GRATUITO

Il contenuto del presente depliant è il risultato di un'accurata elaborazione. Tuttavia, se dovessi notare qualsiasi errore, potrai aiutarci segnalandolo per e-mail a brochures@tourspain.es

Copertina: Fuerteventura.

Controcopertina: Dune di Maspalomas, Gran Canaria

INDICE

Introduzione	3
Gran Canaria	4
Tenerife	9
Lanzarote	15
Escursione all'isola di La Graciosa	18
La Palma	21
Fuerteventura	24
La Gomera	28
El Hierro	29
Assapora le Canarie	31
Canarie per i più piccoli	33
Vivere la notte alle Canarie	34
Come arrivare	35

INTRODUZIONE

Bel clima durante tutto l'anno, spiagge di sogno, natura, cultura, divertimento... È davvero facile lasciarsi sedurre dalle **isole Canarie**. Un paradiso nel cuore dell'Atlantico, con otto isole, ognuna con essenza e personalità propria.

Qui potrai fare il bagno in qualsiasi stagione, prendere il sole, fare immersioni e praticare il *windsurf* su **spiagge** di sabbia fina e acque trasparenti. Ma non solo mare: le Canarie hanno tanto altro da offrire. I paesaggi dell'entroterra invitano a dedicarsi a sport come il trekking, il cicloturismo, la scalata e la speleologia.

E a completamento di tante attività all'aperto, città e località ricche di incanto e di occasioni di **divertimento**. Sulle isole scoprirai un'intensa vita notturna e feste per tutti i gusti, insieme a grandi tradizioni come il carnevale.

Le Canarie sono anche **natura**: quattro parchi nazionali e riserve della biosfera su tutte le isole. Lasciati sorprendere dai paesaggi vulcanici di Lanzarote, dal Teide (vulcano inattivo di Tenerife, che è anche la vetta più alta della Spagna), dalle dune delle spiagge di Fuerteventura e Gran Canaria, dall'esuberanza di El Hierro o dai verdi boschi di La Palma e La Gomera.

Se ti interessa la **cultura**, non farti sfuggire complessi monumentali come quello di San Cristóbal de la Laguna, città di Tenerife iscritta nell'elenco del Patrimonio Mondiale. Ammira le opere del pittore, scultore e architetto César Manrique. Belvedere, giardini, interventi sul litorale, centri culturali... un magnifico dialogo artistico con il paesaggio e l'ambiente naturale che ti lascerà a bocca aperta.

Vieni alle isole Canarie e ti si aprirà un universo di sensazioni.



GRAN CANARIA

Riesci a immaginare un piccolo continente che possiede tutti gli ingredienti perché ogni giorno sia speciale? Gran Canaria è così, un'isola ricca di contrasti.

Il suo vibrante capoluogo offre un'ampia scelta di attività di svago, oltre a essere un punto di riferimento per gli amanti degli sport acquatici e dello shopping. A nord troverai incantevoli località marine perfette per rilassarsi e godere di una deliziosa gastronomia. A sud ti innamorerai dei paesaggi infiniti delle dune di sabbia che il vento modella giorno dopo giorno. Qualsiasi cosa ti piaccia fare, qui il divertimento è assicurato.

► CATTEDRALE BASILICA DI SANTA ANA
LAS PALMAS DE GRAN CANARIA



CULTURA

Passeggiare per il centro storico, nel quartiere di **Vegueta**, a Las Palmas de Gran Canaria, capoluogo dell'isola. Visita la **cattedrale di Santa Ana**, con le sue imponenti torri gemelle e una commistione di stili: gotico, rinascimentale e neoclassico. All'interno troverai il **Museo Diocesano d'Arte Sacra**, dove sono esposti preziosi oggetti artistici, dipinti e un'importante collezione di sculture spagnole.

Per corri le incantevoli e vivaci strade adiacenti alla cattedrale, ricche di facciate colorate, e approfittane per raggiungere il **mercato di Vegueta**.

Molto vicino si trova l'antica Casa del Governatore, che ospita la **Casa di**

Colombo. Potrai approfondire la storia delle Canarie, il loro rapporto con l'America e l'impronta lasciata dall'esploratore sulle isole.

Passeggiando nell'elegante quartiere di **Triana**, incrocerai meraviglie architettoniche come il **Teatro Pérez Galdós**, il **Gabinetto Letterario** e la **chiesa di San Francisco**.

I musei sono un altro motivo di attrazione turistica di Las Palmas. Il **Museo Néstor** è dedicato a uno dei principali esponenti della pittura simbolista spagnola. Per saperne di più sulle culture pre-ispatiche e la storia dell'arcipelago, recati al **Museo Canario**.

Nella **Casa-Museo Pérez Galdós** potrai vedere mobili, oggetti personali, libri e documenti dello scrittore canario. Il **Centro Atlantico di Arte Moderna (CAAM)** è invece uno dei centri d'arte più importanti di tutto l'arcipelago, dedicato in particolare ai pittori locali degli anni '30 e '40 del XX secolo.

Circondato dalla costa, ti attende il **sito archeologico di Tufia**, un villaggio pre-ispánico del quale si conserva un complesso di grotte e case di pietra.

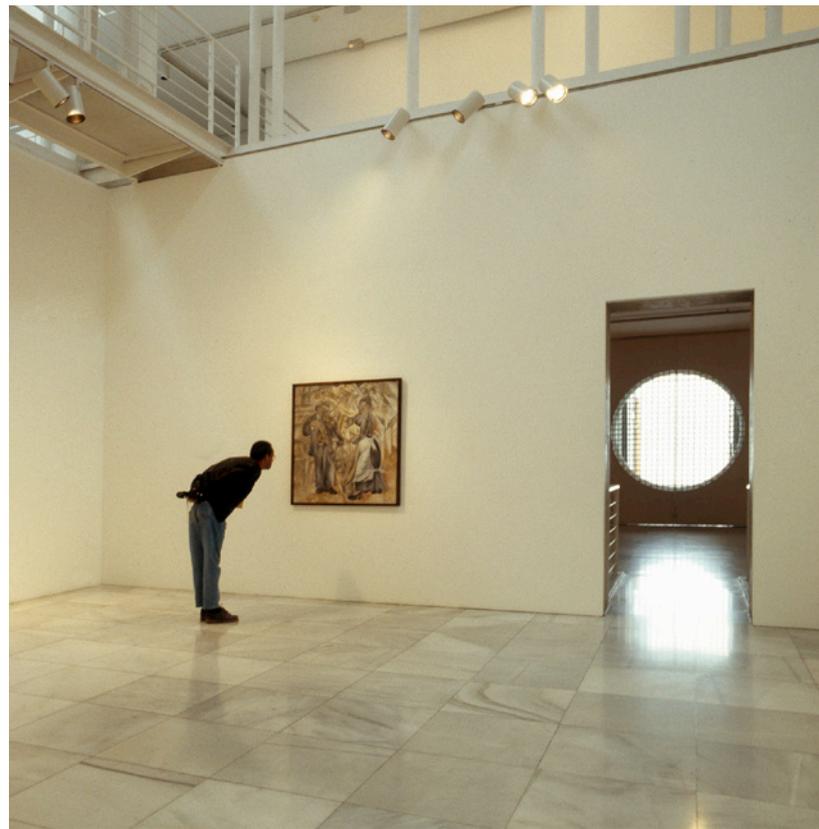
La festa grande dell'isola è il **carnevale di Gran Canaria**, che si svolge tra gennaio e marzo (a seconda del calendario annuale). Appuntamenti imperdibili da segnare in agenda: il Gala della Regina, i concorsi di maschere, gruppi musicali e travestimenti, la Grande Sfilata.

NATURA

La natura ribolle di vita in ogni angolo dell'isola. Esplorare il territorio a piedi e in bicicletta percorrendone la rete di sentieri è un'occasione magnifica per conoscere la sua Riserva della Biosfera.

Una delle esperienze memorabili che potrai vivere a Gran Canaria è l'osservazione dei cetacei a **Puerto Rico**. Non è necessario allontanarsi molto dalla costa per avvistare delfini, balenottere, globicefali, capodogli... La cosa migliore è lasciarsi guidare da esperti che conoscono perfettamente le acque in cui nuotano questi pesci e il loro comportamento.

Altre meraviglie all'aperto: nell'**orto botanico canario Viera e Clavijo** scoprirai la flora delle isole. Se ami i paesaggi e la



▲ CENTRO ATLANTICO DI ARTE MODERNA, CAAM
LAS PALMAS DE GRAN CANARIA

▼ ORTO BOTANICO CANARIO VIERA Y CLAVIJO
LAS PALMAS DE GRAN CANARIA



natura selvaggia, nel **parco naturale di Pílancones** si succedono altopiani e gole che offrono passeggiate di grande bellezza.

Nel comune di Tejeda, nel cuore dell'isola, si estende il parco rurale di **Roque Nublo**, dichiarato Riserva della Biosfera. Lo spazio naturale più vasto di Gran Canaria ingloba 30 comuni, con

formazioni rocciose singolari, belvedere di sogno e sentieri per scoprirne ogni segreto.

Un altro luogo consigliato per godere della natura in tutto il suo splendore è il **parco naturale di Tamadaba**, con favolosi boschi naturali di pino delle Canarie, scogliere vertiginose e la ricca biodiversità delle sue gole.

▼ PARCO NATURALE DI PILANCONES
SAN BARTOLOMÉ DE TIRAJANA, GRAN CANARIA



SPIAGGE

Gran Canaria offre una scelta quasi infinita di spiagge di sabbia fina, dune e insenature. I paesini del nord racchiudono angoli con un fascino marinaro unico, dove potrai fare il bagno e assaporare deliziosi piatti di pesce fresco. Nel capoluogo ti innamorerai della vivace e curata spiaggia cittadina, attrezzata con tutti i comfort assicurati dalla presenza di una grande città vicina.

Il sud dell'isola è il paradiso delle dune. Fanno parte della riserva naturale delle Dune di Maspalomas e includono aree più familiari, spazi per nudisti e angoli con un moto ondoso ideale per i surfisti. Sempre a sud troverai altre spiagge di ambiente familiare e punti turistici particolarmente vivaci come Puerto Rico.

SPIAGGIA DELLE CANTERAS

Una delle migliori spiagge cittadine del mondo, con una temperatura che ti consentirà di fare il bagno tutto l'anno. A fianco si trova un vivace lungomare.

MASPALOMAS

Un'enorme spiaggia turistica per godere del sole comodamente. Sabbia dorata e scarso moto ondoso, unitamente a una grande offerta di strutture alberghiere e appartamenti.

DUNE DI MASPALOMAS
GRAN CANARIA



SPIAGGIA DELL'INGLÉS

Forse la più famosa di Gran Canaria. Dispone di tutti i servizi di svago che tu possa immaginare.

SPIAGGIA DI MOGÁN

Arenile di sabbia fina, con acque trasparenti e tranquille. Non tralasciare di visitare l'omonimo paesino.

SPIAGGIA DELLE SALINAS

Isolata e solitaria, questa spiaggia rocciosa, situata in una zona incontaminata al margine di un'antica salina, ti conquisterà.

SPIAGGIA DI AGUADULCE

Bellissimo lido protetto dalle correnti. Portati la maschera per fare snorkeling; le sue acque trasparenti sono perfette per le immersioni.

① *Ulteriori informazioni su*
www.grancanaria.com/turismo

▼ SPIAGGIA DI MOGÁN
GRAN CANARIA



TENERIFE

La più grande delle isole Canarie offre una varietà molto ampia di paesaggi e proposte che vanno dall'imponente vulcano del Teide a città con centri storici incantevoli, enormi estensioni naturali protette e fantastici campi da golf.

Sulla costa e nell'entroterra dell'isola si distribuiscono bellissimi paesini e caseggiati circondati da montagne, custodi delle tradizioni locali e oasi di quiete. Il sud è particolarmente rinomato per la presenza di grandi resort turistici, per i parchi tematici e la frizzante vita notturna. Un'altra grande attrattiva è il carnevale, autentica esplosione di porporina, colore e ritmo.



▲ SAN CRISTÓBAL DE LA LAGUNA
TENERIFE

CULTURA

Tenerife ribolle di cultura. Qui troverai gioielli architettonici come **San Cristóbal de la Laguna**, città Patrimonio dell'Umanità e antico capoluogo di Tenerife, dall'esemplare tracciato coloniale. Ti innamorerai delle sue strade pedonali e degli edifici religiosi (imperdibile la cattedrale). Lungo il percorso incrocerai continuamente palazzine e dimore signorili, con facciate dai colori intensi e portici di pietra.

Puerto de la Cruz è il centro nevralgico della zona nord. Potrai visitare monumenti architettonici di riferimento come l'incantevole **chiesa di Nuestra Señora de**

la Peña de Francia, circondata da giardini. Sorge nel cuore della città, vicino alla **piazza del Charco** e al **lungomare**.





▲ TAPPETI DEL CORPUS DOMINI
LA OROTAVA, TENERIFE

Un'escursione affascinante ti porterà presso la località di **Candelaria**, dall'atmosfera marinara e popolare. La **basilica** è la sua costruzione più significativa. A luglio e agosto organizza le **feste patronali**, con belle processioni e offerte di fiori alla Madonna della Candelaria.

Altre tradizioni che colpiscono molto l'attenzione sono la festa del **Corpus Domini** a La Orotava, in occasione della quale le strade vengono decorate con vistosi arazzi floreali, e i falò della **festa di San Giovanni**. Sono ricorrenze che si festeggiano in tutta l'isola, ma risultano particolarmente attraenti a **Puerto de la Cruz** e **Punta del Hidalgo**. Il 4 settembre, a El Palmar, si tiene il popolare **Ballo delle Livree**, in occasione del quale un

gruppo di ballerini accompagnati da musicisti danzano travestiti al ritmo del *tajaraste*, una composizione di musica e danza tradizionale delle isole.

Santa Cruz de Tenerife, invece, si presta particolarmente a essere visitata a piedi. Comincia il tour dalla **Plaza de España** alla scoperta della sua architettura modernista. Lasciati sorprendere dal contrasto tra le sue chiese ed edifici come il **Palazzo Insulare** o icone dell'architettura contemporanea come l'Auditorium di Tenerife, opera di Santiago Calatrava. Il capoluogo dell'isola ospita, tra l'altro, il **Museo della natura e dell'uomo**, che propone un percorso attraverso la ricchezza naturale delle Canarie e la cultura *guanche*, propria degli aborigeni delle isole Canarie.

Se sei alla ricerca di proposte di svago e intrattenimento, le troverai sul **lago Martiánez**, a Puerto de la Cruz, una zona spettacolare con vedute uniche progettata da César Manrique, figlio illustre dell'isola di Lanzarote. Gli impianti includono un grande lago artificiale circondato da piscine naturali, giardini, terrazze e ristoranti.

NATURA

Tenerife è sinonimo di ambiente e natura. Raggiungi le pendici del **Teide**, enorme vulcano inattivo la cui vetta è la più alta della Spagna, e potrai osservare numerosi coni vulcanici e colate laviche. Resterai affascinato dalle sue forme e dai colori, che richiamano più la superficie di Marte che quella della terra, soprattutto in zone come il **Pico Viejo**.

Contempla la bellezza del firmamento dai suoi belvedere e dagli osservatori. Il Teide e le vette di Tenerife hanno ottenuto la prestigiosa certificazione *Starlight*, che le accredita come spazi con un'eccellente qualità del cielo notturno.

Più di 70 specie di **uccelli** di riproduzione vivono su quest'isola. Una delle postazioni migliori per osservarli sono i belvedere naturali del **parco rurale di Teno**, un massiccio vulcanico con grandi falesie litoranee. Un autentico santuario per specie come il falco pescatore.

L'isola possiede una rete di **sentieri** e strade che ne collegano i diversi paesaggi ed ecosistemi. Avrai a disposizione guide e cartine per percorrerli a piedi, a cavallo o in bicicletta.





Sulle **scogliere dei Giganti** potrai osservare impressionanti pareti rocciose. Un'altra opzione è montare in barca nelle località di **Los Cristianos, Puerto Colón** e **Los Gigantes** per respirare la brezza marina osservando balene, delfini e globicefali.

Nuota a fianco di banchi di pesci, dai da mangiare alle razze e contempla i relitti di naufragi a **Las Galletas, Playa Paraíso, Punta de la Rasca, Garachico** o **Puerto de la Cruz**. Troverai anche diversi centri nautici per navigare.

SCOGLIERE DEI GIGANTI
TENERIFE

SPIAGGE

Lungo il litorale di Tenerife il mare conforma due profili ben diversi. A nord spiccano le belle spiagge di sabbia nera di origine vulcanica, incorniciate da gole verdi e paesini dall'architettura tradizionale. Nella

parte meridionale, più turistica, è possibile godere di spiagge tranquille di sabbia bianca e di luoghi ideali per gli sport nautici e attività di svago, con locali in riva al mare da frequentare sia di giorno che di notte.



▲ SPIAGGIA DI BENIJO
TENERIFE

EL MÉDANO E LA TEJITA

Situate presso il nucleo costiero di El Médano, sono ideali per praticare *windsurf* e *kitesurf*. Spiccano per l'atmosfera e le vedute sul vulcano Montaña Roja.

LOS CRISTIANOS

Questa spiaggia cittadina, situata nel comune di Arona, ti innamorerà con il suo tranquillo moto ondoso, la sabbia dorata e l'ambiente marinaro.

SPIAGGIA JARDÍN

La vicinanza a Puerto de la Cruz ne fa uno dei lidi più comodi dell'isola. Ideale da visitare in famiglia.

EL ROQUE, ALMÁCIGA E BENIJO

Tre arenili di sorprendente bellezza, situati nella parte più settentrionale dell'isola.

AGUA DULCE

Spiaggia incontaminata situata nel comune di Los Silos. La quiete e le acque trasparenti ti faranno sentire come in paradiso.

LAS TERESITAS

Acque calme e cristalline, sabbia dorata e palme caratterizzano questa spiaggia della località di San Andrés, circondata da *chiringuitos* e ristoranti.

SPIAGGIA DI SAN MARCOS

Rilassati disteso sulla sabbia nera con vista su una baia protetta dalle onde, vicino a Icod de los Vinos. Dispone di una grande offerta di servizi e attività di svago.

SPIAGGIA DI TROYA

Riparati dal sole all'ombra del palmeto che circonda l'arenile e vivi l'ambiente balneare e surfista di Costa Adeje.

EL BOLLULLO

Vegetazione che si estende fino al mare e sabbia nera in una bellissima spiaggia aperta sull'Atlantico, a metà strada tra Puerto de la Cruz ed El Caletón.

📍 **Ulteriori informazioni su**
www.webtenerife.com

SPIAGGIA DI TROYA
ADEJE, TENERIFE





LANZAROTE

Scopri l'armonia perfetta tra arte e paesaggio nel pieno rispetto dell'ambiente.

▲ JAMEOS DEL AGUA
LANZAROTE

L'isola dei vulcani ti accoglierà in un **paesaggio lunare** unico. Esplora crateri, gole e valli di lava solidificata. Il trascorrere del tempo ha modellato una natura spettacolare dichiarata Riserva della Biosfera. Contemplando le sue bellezze naturali e respirandone l'atmosfera di pace ti sembrerà di trovarti su un altro pianeta.

Osserva il legame dei suoi abitanti con questo singolare ambiente naturale e scopri l'impronta lasciata dall'**architetto César Manrique** sull'isola e il suo messaggio ecologista. Gran parte delle

sue opere si trova a Lanzarote, compresa la famosa fondazione César Manrique.

Lanzarote presenta due paesaggi fondamentali: il *malpaís*, a nord, frutto dell'attività vulcanica, e le spiagge di sabbia dorata a sud. Le sue città e le località sono piccole e tranquille, con paesaggi sorprendenti come quelli della zona vinicola di La Geria: un complesso di scavi conici nella terra nera che accolgono le viti al proprio interno proteggendole dal vento. Il risultato sono dei vini deliziosi con Denominazione d'Origine.

CULTURA

Nel centro storico di **Teguise** scoprirai l'architettura tipica di Lanzarote: una successione di case bianche popolari e di dimore signorili. La località conserva due delle principali creazioni di César Manrique: il **Giardino dei Cactus** e la **fondazione** che porta il suo nome. Un'opportunità per conoscere da un lato tutte le specie di cactus e dall'altra la vita e le opere dell'artista canario. Presta attenzione all'edificio che si estende lungo una colata di lava e che è stato costruito su cinque bolle vulcaniche.

Nei **Jameos del Agua** Manrique trasformò un tubo vulcanico in un centro di arte, cultura e turismo. All'interno racchiude uno spettacolare lago naturale, una piscina dalle acque turchesi, la galleria di Atlantide e l'unico auditorium al mondo ricavato all'interno di una grotta vulcanica.

Sulla scogliera del Risco de Famara si trova il **belvedere del Río**, da dove potrai godere di una spettacolare veduta panoramica sull'isola di La Graciosa. Al suo interno osserva le ceramiche e le sculture tradizionali.

Se desideri conoscere lo stile di vita tradizionale degli abitanti di Lanzarote, visita la **Casa-Museo del Campesino**, che porta anch'essa la firma di César Manrique. Un omaggio all'architettura popolare con un'esposizione di oggetti e attrezzi legati alla cultura locale e all'agricoltura. Approfondisci la conoscenza di questo grande artista visitando il **Museo Internazionale d'Arte Contemporanea (MIAC)**, allestito nell'antica fortezza militare del **castello di San José**.

NATURA

Lanzarote è ricca di tesori naturali. Questo ambiente privilegiato e la singolarità degli uccelli che si sono adattati ai suoi diversi ecosistemi fanno dell'isola la destinazione ideale per il birdwatching. La limpidezza del cielo ti assicurerà un'esperienza memorabile.

Peñas del Chache è un luogo perfetto per contemplare la volta celeste.

La natura è riuscita anche a creare monumenti come la **grotta dei Verdes**, ad Haría, risultato di un'eruzione, e il tubo lavico del vulcano Corona. Indossa degli scarponi comodi e percorri un itinerario la cui illuminazione crea sorprendenti effetti speciali.

Che Lanzarote sia l'isola dei vulcani appare evidente nel **parco nazionale del Timanfaya**. Qui potrai osservare uno degli spettacoli visivi più pittoreschi

delle isole Canarie. La bellezza pura di questa terra rossa e nera si conserva incontaminata e contemplando paesaggi vulcanici e campi di lava vergini, ti sembrerà di essere su Marte.

La qualità ambientale di Timanfaya è tale che per preservarlo l'accesso è limitato solo a zone determinate. I visitatori più intraprendenti potranno conoscere il parco a dorso di dromedario, a cavallo o in bicicletta. Gli appassionati di scienze potranno saziare la propria sete di conoscenza presso il centro di interpretazione Mancha Blanca. Mentre i bambini resteranno sorpresi osservando il calore emanato dalle rocce del vulcano addormentato. Sali sulla **montagna Rajada** e contempla l'immenso mare di lava che giunge fino al litorale.



ESCURSIONE ALL'ISOLA DI LA GRACIOSA

L'unica isola abitata del **parco naturale dell'arcipelago Chinijo** è un luogo recondito, che ti innamorerà allontanandoti dal rumore mondano. Potrai raggiungerla prendendo il traghetto che salpa dal porto di Orzola, a Lanzarote, e trascorrere una giornata memorabile. Il tragitto dura circa 20 minuti e l'approdo è presso la **Caleta del Sebo**, il paesino dove si concentrano gli hotel e i ristoranti dell'isola. Per visitarla ti consigliamo la bicicletta o le escursioni a piedi. Preparati a gustare delizioso pesce fresco, a immergerti nelle acque di spiagge paradisiache e a risalire tra scenari magici come il **vulcano della Montaña Amarilla**.

◀ SPIAGGIA DELLE CONCHAS
LA GRACIOSA

Un altro spazio protetto è il **parco naturale di Los Volcanes**, a Tinajo, un paesaggio con curiose e interessanti formazioni, frutto delle ultime eruzioni sull'isola nel XVII e nel XIX secolo. Seguendo i vari sentieri di trekking che lo attraversano potrai osservare specie autoctone di rettili e uccelli.

Esplora la **laguna di Janubio** e risali fino al belvedere per ammirare lo spettacolo delle saline. Raggiungi il **pantano dei Clicos**, Riserva della Biosfera, e scoprirai un incredibile lago verde su un cratere vulcanico.



▲ PANTANO DEI CLICOS
LANZAROTE

SPIAGGE

Con un clima magnifico che avvolge l'isola in un'eterna primavera, Lanzarote saprà conquistarti con le sue spiagge di sabbia nera e dorata e con paesaggi di sogno.

Nella parte sud dell'isola, nella zona incontaminata e protetta della Punta del Papagayo, si nascondono insenature di sabbia bianca e acque cristalline dalle tonalità verdi. Le spiagge di Tinajo sono meta abituale di surfisti provenienti da ogni parte del mondo. A nord le spiagge di Haría offrono un paesaggio unico sull'isola che unisce mare e montagna.

SPIAGGIA DEL PAPAGAYO

Uno degli angoli più incantevoli dell'isola. Sabbia dorata e mare turchese. I fondali rocciosi della zona sono ideali per le immersioni.

SPIAGGIA DI FAMARA

Mostra tutta la sua bellezza con la bassa marea, quando l'acqua crea un velo delicato sulla sabbia su cui si riflettono il cielo e il picco di Famara. Ideale per gli sport nautici.

▼ SPIAGGIA DEL PAPAGAYO
LANZAROTE





▲ PISCINE NATURALI DEI CHARCONES
LANZAROTE

PISCINE NATURALI DEI CHARCONES

Questo paradiso nascosto ti accoglierà con un clima un po' più fresco del resto di Lanzarote. Relax e tranquillità in un ambiente magico.

SPIAGGIA DEL RISCO

Molto vicino al punto più settentrionale di Lanzarote, si estende per quasi un chilometro con un selvaggio arenile di sabbia dorata.

BARRANCO DEL QUÍQUERE

Zona litoranea scoscesa che dà accesso a insenature nascoste e rocciose. Se sei appassionato di immersioni, non fartelo sfuggire.

SPIAGGIA LA FRANCESA

Questa spiaggia incontaminata è una delle più belle dell'isola di La Graciosa. Offre meravigliose vedute su quella muraglia di pietra naturale che è la scogliera di Famara.

SPIAGGIA GRANDE

Una delle spiagge più frequentate di Lanzarote. Sabbia dorata e varie proposte di ristorazione e svago.

📍 *Ulteriori informazioni su*
www.turismolanzarote.com

LA PALMA



▲ CHIESA DEL SALVADOR
SANTA CRUZ DE LA PALMA

La "isla bonita" è la più verde dell'arcipelago. I boschi preistorici di laurisilva e le condizioni astronomiche, che consentono di osservare le stelle sotto uno dei migliori cieli del mondo, sarebbero già due ragioni sufficienti per visitarla. Dichiarata Riserva della Biosfera su tutto il suo territorio, ci sono tanti modi di percorrerla, ma il più suggestivo è a piedi. I suoi sentieri, pensati per escursionisti di ogni tipo, ti condurranno in luoghi incredibili.

CULTURA

Il bel centro di **Santa Cruz de La Palma** richiama un passato coloniale con i suoi palazzi, le case rinascimentali e l'architettura tradizionale. Passeggia per le sue stradine e avvicinati alla **chiesa del Salvador** e al **convento di Santo Domingo**. Percorri l'**Avenida Marítima**, quindi via **O'Daly** per risalire poi fino al **castello di Santa Catalina**.

Scopri lo stretto legame dell'isola di La Palma con il mare visitando il **Museo Navale Barco de la Virgen**, allestito all'interno di un veliero. Sali a bordo di questa imbarcazione varata nel cuore della città e passeggia in coperta.

La località interna di El Paso ospita il **Museo della Seta**, dove potrai imparare tutto sull'arte di produrre la seta, dall'allevamento dei bachi alla tessitura e al ricamo.

Il complesso pre-ispanico di **Belmaco** è il più significativo di La Palma. Nel sito archeologico sono esposti reperti legati alla popolazione indigena che abitò il territorio prima dell'arrivo dei colonizzatori provenienti dalla penisola.

Se c'è una festa popolare sull'isola di La Palma è la **danza dei nani**. È uno degli eventi principali delle feste della *Discesa della Madonna delle Nevi*, che si svolge ogni 5 anni a Santa Cruz de La Palma. Vivi una notte magica durante la quale una ventina di uomini, che si trasformano in nani indossando un cappello napoleonico, ballano per bambini e adulti al ritmo di polka in segno di gratitudine nei confronti della patrona dell'isola.



NATURA

L'isola ha tutti gli ingredienti necessari per farti vivere grandi avventure: paesaggi vulcanici, fitti boschi, spiagge e piscine naturali, un clima ideale con temperature miti. I frondosi boschi di laurisilva del nord contrastano con il paesaggio lunare del sud, con molteplici sentieri per conoscerne tutti i segreti facendo trekking.

L'imperdibile **sentiero dei vulcani**, all'interno del **parco naturale di Cumbre Vieja**, ti offrirà vedute dei due versanti insulari permettendoti anche di osservare specie animali autoctone. Il **monumento naturale dei vulcani di Teneguía** merita sicuramente una sosta.

Fai trekking nel **parco nazionale Caldera de Taburiente**, un paesaggio scosceso attraversato da ruscelli e cascate. Potrai vedere specie vegetali autoctone, come il pino delle Canarie, e le cime più alte dell'isola.

La Palma è uno dei centri astronomici più prestigiosi del mondo, con il **Roque de los Muchachos** e altri belvedere d'eccezione. I suoi cieli limpidi e protetti offrono condizioni uniche per l'osservazione delle stelle. Potrai farlo liberamente per conto tuo o partecipando a un tour notturno guidato o a una sessione di osservazione.

Il mare di La Palma non ti deluderà: nuota e immergiti in acque cristalline, tra coralli neri e fondali marini impressionanti.

Nel **giardino degli uccelli** vedrai volare liberamente specie provenienti dai cinque continenti.



Gli scoscesi rilievi di La Palma si aprono lasciando spazio a decine di spiagge di sabbia nera o ciottoli levigati dove fare il bagno e praticare sport nautici.

▲ SPIAGGIA CHARCO VERDE
LA PALMA

SPIAGGE

Sulla costa di **Fuencaliente** le eruzioni vulcaniche hanno modellato profili selvaggi che si estendono fino al mare su spiagge come quella di La Zamora. È frequente trovare lingue di lava che hanno dato vita a piccole insenature, come quelle di **Punta Larga**, **Punta Martín**, **El Río** e **Los Roquitos**.

Gli arenili più estesi con servizi di ogni tipo sono le spiagge cittadine di **Los Cancajos**, **Puerto Naos** e **Puerto de Tzacorte**.

SPIAGGIA DI BAJAMAR

Per la posizione in prossimità di Santa Cruz e l'offerta di caffetterie e ristoranti, è una delle più popolari dell'isola.

SPIAGGIA NOGALES

Si estende all'interno del parco naturale di Monte de los Sauces e Puntallana, il che può dare un'idea del livello di pulizia e quiete di questo arenile. È il tempio dei surfisti locali.

CHARCO VERDE

Impressionante arenile selvaggio vicino a Puerto Naos, nella parte sud-orientale dell'isola. L'ambiente incontaminato e di facile accesso ti conquisterà.

SPIAGGIA ECHENTIVE

Situata nel cuore del monumento naturale dei vulcani di Teneguía, offre un paesaggio di sogno, con laghetti naturali dove è possibile fare tranquillamente il bagno, anche quando il mare è più mosso.

📍 **Ulteriori informazioni su**
www.visitpalma.es

FUERTEVENTURA

Fuerteventura mette a tua disposizione una varietà infinita di spiagge paradisiache di sabbia bianca e fina, con acque verde smeraldo, dove il sole splende tutto l'anno. La seconda isola più grande dell'arcipelago delle Canarie offre paesaggi molto pittoreschi, come la mitica Montaña Tindaya, alla quale gli indigeni attribuivano proprietà magiche.

L'isola è caratterizzata anche da lunghe pianure ondulate, sul cui orizzonte si stagliano i mulini in cui si produce il *gofio*, farina di cereali tostati che rappresenta l'ingrediente essenziale di molti piatti dell'isola.

Solca le onde con la tavola da *windsurf*, scopri ricchi fondali marini, degusta pesce locale fresco, siediti a contemplare un bel tramonto. I suoi spettacolari paesaggi vulcanici ti conquisteranno.



BETANCURIA
FUERTEVENTURA

CULTURA

Se ti interessa la cultura, a Fuerteventura troverai diverse proposte molto interessanti. Le Saline del Carmen, ad esempio, ospitano il **Museo del Sale**. Qui scoprirai tutto il processo di produzione che porta il sale dal mare alla tavola e capirai l'importanza di questo elemento nella storia delle Canarie. Annota anche l'**Ecomuseo dell'Alcogida**, un complesso di case che riproducono la vita tradizionale dell'isola.

Scopri le tradizioni di Fuerteventura nella cittadina di **Betancuria**. Situata in una delle aree più desertiche dell'isola,

questa città fondata nel XV secolo si erge con il suo impressionante centro storico. Antico capoluogo dell'isola, possiede un museo archeologico che consente di vedere come vivevano i suoi antichi abitanti. Potrai visitare anche l'**Artesanía Casa Santa María**, luogo al quale si accede da un giardino paradisiaco e dove è possibile osservare gli artigiani dell'isola durante il loro lavoro.

Ad **Antigua** vi sono vari siti archeologici ed esempi di edifici popolari, come chiese e mulini per la produzione del *gofio*.

NATURA

L'isola, paradiso per gli amanti della natura incontaminata, possiede spazi naturali protetti ed è stata dichiarata **Riserva della Biosfera**.

Risali fino al **belvedere delle Peñitas** per scoprire un'oasi in mezzo al deserto. Dal **belvedere di Morro Velosa**, opera di César Manrique, potrai godere di vedute uniche sull'isola.

Il **parco naturale di Corralejo** è un'incredibile distesa di dune, habitat di numerose specie autoctone. Il **parco naturale dell'Isoлотto di Lobos**, visitabile solo in barca, è un altro luogo di grande valore ambientale, un autentico rifugio di serenità dove troverai piante e uccelli che non esistono in nessun'altra parte del pianeta. Qui è possibile godere delle piscine naturali di Puertito de Lobos, con acque azzurre e trasparenti che invitano a bagni rilassanti e a fare snorkeling.

Anche a Betancuria avrai l'opportunità di godere delle piscine naturali di **Aguas Verdes**, sulla **spiaggia del Valle**, con una serie di scogliere e formazioni rocciose che racchiudono lagune di grande bellezza.

In mare aperto i venti e le onde di Fuerteventura sono ideali per mettere alla prova la perizia sulla tavola da *windsurf*. Le immersioni si praticano ad ogni livello, soprattutto presso le spiagge della **penisola di Jandía** e la **Caleta de Fuste**. Vela, surf, sci d'acqua o pesca (se vuoi vivere emozioni forti prova la pesca del marlin) sono altri sport a tua disposizione.



SPIAGGE

Se stai cercando sole e mare, i 150 chilometri di costa di questa isola paradisiaca saranno sicuramente in grado di soddisfare le tue aspettative. Il nord racchiude una serie di spiagge e insenature raggruppate sotto il nome di Corralejo. Intorno al comune di La Oliva le grandi dune si alternano a piccole spiagge dalle acque trasparenti.

Fuerteventura possiede anche alcuni degli arenili più spettacolari delle isole Canarie, tra i quali spiccano quelli della penisola di Jandía, nella parte meridionale dell'isola.

SPIAGGIA DEL MORRO JABLE
FUERTEVENTURA



SPIAGGIA DI COFETE

Un dono per la vista: un interminabile arenile di sabbia dorata lambito dalle onde impetuose dell'oceano e una sensazione di libertà totale. Data la sua estensione, una delle migliori opzioni per percorrerla è il fuoristrada.

SPIAGGIA DI VIEJO REY

Un altro piccolo eden solitario che puoi trovare nella zona di Jandía.

SPIAGGIA DEL CASTILLO (CALETA DE FUSTE).

Spiaggia molto sicura, dalla morbida sabbia bianca e acque tranquille protette dalla baia che la racchiude.

SPIAGGIA DI AJUY

Spiaggia tranquilla di sabbia nera a fianco delle grotte di Ajuy, in prossimità di Pájara. La fina sabbia vulcanica e il moto ondoso moderato ne fanno lo scenario ideale per una vacanza all'insegna del relax.

CORRALEJO VIEJO

Comfort per tutta la famiglia: acque turchesi che ricordano quelle di una piscina, servizi di ogni tipo e ampio parcheggio.

BUTIHONDO

Spiaggia semi-cittadina dalla sabbia dorata e acque tranquille dove è possibile praticare il nudismo.

COSTA CALMA

Insenatura di sabbia fina con tutto il necessario per praticare sport nautici.

SPIAGGIA DEL MORRO JABLE

Si estende dalla spiaggia di Las Gaviotas, a nord, al centro della località marinara di Morro Jable, a sud. È delimitata da un enorme viale con negozi, centri di svago e ristoranti.

SPIAGGIA DELLA CONCHA

Tranquillità, bellezza e qualità a El Cutillo, nella parte nord-occidentale dell'isola. Nei giorni in cui soffia il vento, i *corralitos*, piccoli muri di pietra vulcanica eretti dai residenti, servono da rifugio. Ideale da visitare in famiglia.

SPIAGGIA DI SOTAVENTO

Punto nevralgico dell'isola per la pratica di *windsurf* e *kitesurf*. Si caratterizza per la presenza di un lago che si forma tra la riva e il banco di sabbia.

📍 **Ulteriori informazioni su**
www.visitfuerteventura.es

LA GOMERA

Piccola per dimensioni, grande per bellezza. Questa è La Gomera. Trascorri vacanze da sogno tra paesaggi indimenticabili. In questo scenario verdeggiante troverai valli coperte di palme, gole immense, una costa ideale per fare immersioni e boschi di un colore verde intenso. Un autentico paradiso per escursionisti e amanti delle attività all'aperto.

Percorri l'isola a piedi e addentrati nel **parco nazionale di Garajonay**, bosco con vegetazione preistorica dichiarato Patrimonio dell'Umanità. La distesa subtropicale di laurisilva, unica al mondo, concentra la metà dell'estensione arborea di questo tipo di vegetazione presente su tutto l'arcipelago, in condizioni di conservazione ottimali.

Altri motivi di interesse del parco nazionale di Garajonay sono la diversità delle formazioni vegetali, la ricchezza di specie autoctone (soprattutto invertebrati) e l'esistenza di spettacolari monumenti geologici, come Los Roques. Contempla La Gomera dall'alto del belvedere di Los Roques.

Fai il bagno in spiagge racchiuse tra scogliere e lasciati sorprendere da **Los Órganos**, nella parte settentrionale dell'isola, dove potrai ascoltare la musica prodotta dal vento che soffia tra le rocce. Nella **Valle del Rey** troverai un paesaggio di palme e case bianche. Visita anche l'incantevole località di **Agulo**. L'immagine fiabesca delle sue case dalle facciate colorate sarà un ricordo che si fisserà nella memoria in modo indelebile.



▲ PARCO NAZIONALE DI GARAJONAY
LA GOMERA

Sulla cima del picco che si erge a nord dell'isola ti attende il **belvedere di Abrante**: un edificio sorprendente con una struttura a sbalzo di vetro dove ti sembrerà di fluttuare in cielo. Da lì potrai avvistare la valle di Agulo e, se la nebbia lo consente, l'isola di Tenerife e il Teide.

Inoltre potrai assistere a un'esibizione del **fischio gomero**, antica modalità di comunicazione dell'isola basata su fischi che è stata iscritta nell'elenco del Patrimonio Mondiale Immateriale dall'UNESCO.

① **Ulteriori informazioni su**
www.lagomera.travel



EL HIERRO

Le sue riserve marine racchiudono un universo acquatico di prima categoria.

La più piccola delle isole Canarie ti conquisterà con le sue acque trasparenti, perfette per fare immersioni.

Sulla superficie vedrai terre vulcaniche e frondosi boschi verdi. Passeggia tra le sue fertili terre, affacciati da scogliere scoscese e osserva le impressionanti formazioni geologiche di lava. Il **belvedere della Peña** ti offrirà un'eccellente prospettiva, con magnifiche vedute sulla valle del Golfo e i suoi picchi.

El Hierro è un luogo ideale per fare sport all'aperto. A San Andrés l'**albero Garoé** rappresenta un'attività obbligatoria:

appartiene a una specie considerata sacra dagli abitanti di El Hierro, perché le sue foglie raccoglievano l'acqua piovana rifornendo la popolazione. Oggi dispone di un centro di interpretazione che consente di conoscere il fenomeno della pioggia orizzontale e tutti i valori racchiusi in questo luogo ricco di mistero. Avrai buone occasioni per fare escursionismo, come l'itinerario dell'Acqua.

Nella zona di La Dehesa si trova **El Sabinar**, un bellissimo bosco di sabine modellate dalla forza del vento. I tronchi e i rami ritorti ti lasceranno senza parole.

Altri paesaggi naturali magici sono il **parco rurale di Frontera**, dove ti sembrerà di passeggiare in un bosco incantato tra alberi alti fino a otto metri, e la **riserva naturale speciale Tibataje**, rifugio della lucertola gigante di El Hierro, specie a rischio di estinzione.

Sul litorale troverai una costa scoscesa intercalata da insenature e incredibili piscine naturali d'acqua salata come il **Charco Azul**. Sono attrezzate con tutti i servizi e l'acqua viene rinnovata naturalmente dalle onde del mare.

Sei appassionato di immersioni? Sentiti come Jacques Cousteau nella **riserva marina di La Restinga**, la località più meridionale dell'Europa, un paesaggio sottomarino unico e ricco di vita, frutto della sua singolare natura vulcanica. Qui si concentrano i principali centri di immersioni dell'isola. Potrai immergerti in punti come il Bajón, vulcano sottomarino che il famoso oceanografo esplorò durante il suo primo viaggio a bordo della Calypso.

📍 **Ulteriori informazioni su**
www.elhierro.travel





PAPAS ARRUGÁS

ASSAPORA LE CANARIE

Alle Canarie potrai degustare una cucina semplice, saporita e nutriente, erede della tradizione *guanche*. Il piatto di riferimento sono le **papas arrugás**, varietà autoctona di patate cotte con la buccia in acqua salata e abbinata alle salse tipiche dell'isola, il **mojo picón** o verde.

Altro ingrediente fondamentale è il **gofio**, farina di grano o di mais tostata. Una delle ricette più tipiche è il *gofio escaldado*, che si prepara aggiungendo alla farina del brodo di pesce mescolando fino a ottenere una crema dal sapore unico e delicato.



▲ LA GERIA
LANZAROTE

Nelle "isole fortunate" potrai gustare **frutti di mare e pesci squisiti**, come il pesce pappagallo, la cernia o l'addotto. Le Canarie sono anche un paradiso della frutta, dove la deliziosa varietà di banana detta **plátano** occupa sicuramente un posto di primo piano. Assapora i **vini delle 10 denominazioni d'origine** presenti nell'arcipelago e prova i diversi **formaggi**, soprattutto il **majorero**, gioiello culinario di

Fuerteventura elaborato con latte di capra. Un altro prodotto di eccellenza dell'isola è il famoso **rum canario** o la sua variante con miele.

Non ripartire senza aver provato il tipico *rancho*, uno stufato tradizionale a base di ceci, carne, pasta e verdure.

A Gran Canaria posti come il mercato di Vegueta permettono di assaporare tutti questi prodotti tipici.

CANARIE PER I PIÙ PICCOLI

Se viaggi con bambini, le Canarie sono una meta ideale. Ci sono attività per tutti i gusti e per tutte le età, dai parchi acquatici ai viaggi in sottomarino. Numerose rotte e sentieri spettacolari possono essere facilmente percorsi da tutta la famiglia, centinaia di spiagge consentono di godere del sole e del mare, mentre un bellissimo cielo stellato permette di scoprire tutti i misteri del firmamento.

L'**Oasis Park Fuerteventura** è un enorme parco tematico tropicale, che propone attività come escursioni a dorso di cammello, spettacoli con lemuri e giraffe alle quali dar da mangiare. I bambini lo adoreranno!

A La Palma potrai visitare il **Maroparque**, con numerose specie esotiche e a rischio di estinzione.

Il **Loro Parque**, invece, è il paradiso dei pappagalli. Situato a Puerto de la Cruz (Tenerife), possiede anche un fantastico acquario con un sorprendente spettacolo di orche. Sulla stessa isola si trova il **Siam Park**, il parco acquatico più grande d'Europa e uno dei più apprezzati al mondo.

Altre emozioni per i bambini: il **Lanzarote Aquarium** possiede un tunnel sottomarino dove è possibile passeggiare circondati dagli squali e un acquario tattile dove poter toccare e conoscere meglio specie come i ricci e i cetrioli di mare.

Foto: Wiesław Jarek/123rf.com



▲ OASIS PARK
FUERTEVENTURA

A Gran Canaria, el **Sioux City Park** ti trasporterà nel selvaggio West, in un'autentica città con tanto di ufficio dello sceriffo, fucina e *saloon*. Inoltre potrai assistere a spettacoli a tema con indiani e cowboy e vivere esperienze a dorso di cavallo.

E non mancano le proposte che uniscono cultura e divertimento, come il Museo della Pirateria di Lanzarote, allestito nella fortezza di Santa Bárbara. Il programma prevede abitualmente attività rivolte a un pubblico infantile, che potrà così conoscere la storia di pirati e navi spagnole.

VIVERE LA NOTTE ALLE CANARIE

Le zone del divertimento notturno si concentrano a Tenerife, Gran Canaria, Fuerteventura e Lanzarote.



A **Tenerife** raggiungi la Playa de las Américas o immergiti nell'atmosfera studentesca di La Laguna. Se preferisci un'ambiente più familiare, scegli Los Gigantes e la spiaggia di La Arena.

Anche **Gran Canaria** offre un ampio ventaglio di opzioni. A **Las Palmas** troverai club e discoteche, come pure a **Maspalomas**, **Playa del Inglés** e **Puerto Rico**.

Corralejo e **Morro Jable** sono due luoghi di riferimento della vita notturna di **Fuerteventura**.

La notte a **Lanzarote** si concentra sul **viale di Las Playas** e nel **Centro Atlantico** a **Puerto de Rosario**. Se preferisci un ambiente più rilassato con

locali per gustare un buon cocktail, **Playa Blanca** offre numerose alternative. Sulla **Costa di Teguise** i club e le discoteche si distribuiscono lungo **viale di Javillo**.

Il resto delle isole ti riservano proposte più tranquille. A **La Palma** potrai assaporare un cocktail nei piccoli pub e nei bar di **Breña Baja**, **Los Llanos**, **San Andrés** e **Los Sauces**.

Le deliziose caffetterie della costa di **La Gomera** di notte si trasformano in discoteche. **Jardín Tecina** è il complesso di locali di vita notturna più grande di La Gomera.

Se vuoi fare un giro di sera a **El Hierro** recati a **Valverde**, il capoluogo.

COME ARRIVARE

NAVE

Con il *traghetto che parte da Cadice* è possibile raggiungere Gran Canaria e Lanzarote. Inoltre ci sono collegamenti in barca tra tutte le isole. Alcune linee di *traghetti* permettono di imbarcare anche l'auto.

AEROPORTO

Tutte le isole possiedono aeroporto proprio, pertanto è possibile raggiungerle da varie città europee con voli diretti (in molti casi dalla penisola spagnola) o con voli internazionali in connessione.

SPOSTARSI ALLE CANARIE

Su tutte le isole puoi usufruire del servizio di autobus detti *guaguas*. Le tratte sono brevi, motivo per cui è anche comodo noleggiare auto, moto e biciclette.

www.holaislascanarias.com
www.spain.info

▼ AEROPORTO DI GRAN CANARIA





 @spain

 @spain

 Spain.info

 /spain