

# TENERIFE IN MOUNTAIN BIKE



## ESCURSIONI IN MOUNTAIN BIKE

### **EL VOLCAN EL CHINYERO**

Il "Vulcano Chinyero" è il vulcano più giovane dell'isola, la sua ultima eruzione risalente al 1919 ha dato origine alla particolare conformazione dell'area oggi conosciuta come "Area dei vulcani" inclusa nella "Riserva Naturale del Chinyero".

In questa escursione godrai di un paesaggio impressionante e unico con enormi contrasti su un sentiero che corre quasi interamente lungo tracce di roccia vulcanica. Fantastiche vedute di vulcani come "El Teide", "El Pico Viejo" e "Chinyero".

- Giorno di escursione: Giovedì
- Distanza: 50 km
- Dislivello: 1200m+
- Difficoltà: Intermedia / Esperta

#### **COMPRESO**

- Acqua, Isotonici, gel e barrette durante il percorso
- Pausa caffè

### **ARENA NEGRA**

Un percorso circolare di difficoltà medio-alta, da "Santiago del Teide" salendo a "Puerto del Cherfe" per scendere attraverso la spettacolare "Valle della Masca" nella prima discesa e poi dopo 5 km tra salita e discesa arriveremo a "Puerto de Baracán" da dove inizieremo una lunga discesa fino alla "Buenavista del norte"

Da qui inizieremo il meraviglioso sentiero "chiuso alle auto" che ci porterà al "faro di Punta Teno", il punto più occidentale dell'isola. Sulla via del ritorno attraverseremo la "Isla Baja" una strada rurale immersa in piantagioni di banane, fino a "Las Cruces" dove inizieremo la nostra salita verso "El Tanque" e da lì a "Puerto de Erjos" e poi scenderemo a "Santiago del Teide" dove finisce il nostro percorso.

- Giorno di escursione: Domenica
- Distanza: 25 km
- Dislivello: 650m+
- Difficoltà: Amatore / Intermedio

#### COMPRESO

- Guida nazionalità italiana
- Acqua, Isotonici, gel e barrette durante il percorso
- Pausa caffè

NOTA.: si può utilizzare sia la MTB che la E-bike

### **LA MONTAÑA ROJA**

Itinerario circolare, con poca salita ma con un bel tracciato tecnico adattabile a tutti i livelli. Il punto di partenza sarà il paese di "El Médano" da dove inizieremo a pedalare verso la "Montaña Roja" e da qui per un bel sentiero lungo la costa fino al paese di "Los Abrigos" da dove inizieremo a salire. Ambiente desertico unico fino a raggiungere la località "El Guincho" da dove scenderemo con divertenti single track fino alla Montagna Gialla dove potremo rinfrescarci con un aperitivo e una bibita fresca.

Da qui, il ritorno sarà lungo la costa, attraversando la bellissima zona del "Golf del Sur" fino a tornare a El Médano.

- Giorno di escursione: Martedì
- Distanza: 40 km
- Dislivello: 650m+
- Difficoltà: Amatore / Intermedio

#### COMPRESO

- Acqua, Isotonici, gel e barrette durante il percorso
- Pausa caffè

### **MONTE DE AGUA**

Una delle escursioni più spettacolari è un mix tra strada e fuoristrada.

Il tour parte da Santiago del Teide, da dove entreremo attraverso il belvedere del "Mirador del Cherfe" nella meravigliosa Valle di Masca.

Salite davvero impegnative e discese da brivido su strada asfaltata tra panorami spettacolari.

Una volta attraversata Masca dove avremo tempo per visitare il piccolo paese, risaliremo su asfalto fino a "El Baracan" il passo che separa il lato nord dal lato sud dell'isola godendo di un panorama davvero suggestivo.

Proseguiremo in discesa fino a "Las Portelas" dove prenderemo una bellissima pista sterrata di circa 10 km che ci riporterà a Erjos e da lì sempre su pista fino a Santiago del Teide

- Giorno di escursione: a richiesta
- Distanza: 35 km

- Dislivello: 1140 m+
- Difficoltà: Amatore / Intermedio

#### COMPRESO

- Acqua, Isotonici, gel e barrette durante il percorso
- Pausa caffè

### **EL PALMAR**

Percorso circolare, facile e senza salite ma con un bel percorso divertente adatto a tutti i livelli. Il punto di partenza sarà il paese di "El Palm-mar".

Inizieremo a pedalare verso il "Faro" e da qui lungo un bel sentiero che costeggia la costa fino alla spiaggia di "Las Galletas". Dopo aver attraversato la "Costa del Silencio", arriveremo all'area protetta di interesse naturalistico "Montagna amarilla", qui potremo rinfrescarci con una bibita e godere di un bellissimo panorama. Il rientro sarà lungo la costa, attraverso piste e divertenti single track fino al punto di partenza.

- Giorno di escursione: Sabato
- Distanza: 20 km
- Dislivello: 150m+
- Difficoltà: facile

#### COMPRESO

- Acqua, Isotonici, gel e barrette durante il percorso
- Pausa caffè

### **TENO ALTO**

"Teno alto" è un caratteristico paese di caprai situato nell'omonimo "massiccio del Teno"

Il tour parte da Santiago del Teide, da dove attraverso la "Valle de Arriba" arriveremo al "Puerto de Erjos" a 1100 metri sul livello del mare. Da qui prenderemo un ripido sentiero che ci porterà al belvedere "Cruz de Gala" per poi scendere verso la "cumbre de Bolico" fino ad attraversare la valle e prendere la salita in asfaltato che in 6 chilometri ci porterà al paese di "Teno alto" dove ci aspetta un ristoro con prodotti tipici della zona. Il rientro sarà sul bellissimo sterrato del "Monte del Agua" che attraverso fitti boschi di "laurisilva" in 10 chilometri ci riporterà a "Erjos" e da lì a Santiago del Teide.

- Giorno di escursione: a richiesta
- Distanza: 48 km
- Dislivello: 1700m+
- Difficoltà: Intermedia / Esperta / E-bike

#### COMPRESO

- Acqua, Isotonici, gel e barrette durante il percorso
- Pausa caffè