

NORMAS Y RECOMENDACIONES



Las **inscripciones** comienzan 1 mes antes de la fecha de cada ruta.



Abono, una vez confirmada la plaza, dispones de un plazo máximo de dos semanas para realizar el pago.



Las **actividades podrán ser canceladas** en caso de tiempo meteorológico adverso, o por cualquier otro motivo que la organización considere oportuno.



Se **recomienda** CHUBASQUERO, mochila de espalda, ropa de montaña de abrigo, CALZADO ADECUADO tipo montaña o similar con buen dibujo en la suela (obligatorio), GORRA o sombrero, gafas de sol, protector solar, camiseta de repuesto, bastón de andar, + 1l. de AGUA, fruta y comida



Plazas limitadas.

Tendrán prioridad los EMPADRONADOS en el municipio de Adeje

Para senderos grupos de 20 plazas
Para actividades familiares grupos de 50 plazas.



Edad mínima a partir de 18 años.

A excepción de las actividades familiares



PONTE LAS BOTAS



CENTRO DE PARTICIPACIÓN CIUDADANA Y CONVIVENCIA

📍 Calle Beneharo S/N
Las Nieves - Adeje

☎ 922 756 225 / 46

🌐 www.adeje.es



Ayuntamiento de Adeje

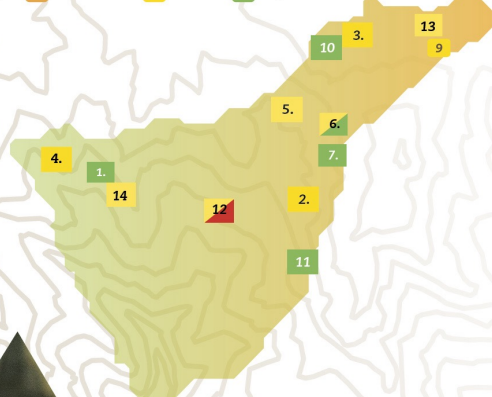
OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE



Centro de Participación Ciudadana y Convivencia

NIVELES DE DIFICULTAD

Alto Medio-alto Medio Bajo



RUTA DE SENDEROS 2023

Ponte las botas

1 y 15 de abril 1.

RUTA DE LOS PARTIDOS DE FRANKY, CON VISITA AL MUSEO ETNOGRÁFICO DE "EL TANQUE"

Descripción: Recorrido circular, con ligeras bajadas y subidas, terreno de todo tipo, pistas, senderos y asfalto. Inicio y fin en San José de Los Llanos.
Duración: 4 h. **Distancia:** 7km. **Dificultad:** BAJA
Hora de salida desde Adeje: 08:00 h.

22 y 29 de abril 2.

RUTA, CAMINO REAL DE FASNIA, DESDE LA MEDIDA, GÜIMAR

Descripción: Recorrido lineal, con inicio en La Medida y final en Fasnía. Con tramos de pistas, sendero e incluso calles. Última parte en el interior del barranco de Herques.
Duración: 4 h. **Distancia:** 8km. **Dificultad:** MEDIA.
Hora de salida desde Adeje: 08:00 h.

6 y 13 de mayo 3.

CAMINO DE LA MESA DE TEJINA, CON REGRESO A TEGUESTE. VISITA AL MERCADO MUNICIPAL DE TEGUESTE

Descripción: Recorrido circular con inicio y fin en la Villa de Tegueste. Al principio subiendo de manera suave, con ligero vértigo en un punto tanto a la ida como a la vuelta.
Duración: 4 h. **Distancia:** 9km. **Dificultad:** MEDIA.
Hora de salida desde Adeje: 08:00 h.

20 y 27 de mayo 4.

RUTA TRADICIONAL DE PASTOREO Y MUNDO ABORIGEN, TENO ALTO. MAYO, MES DE CANARIAS.

Descripción: Recorrido lineal por sendero a Teno Alto por la cumbre de Bolico. Posibilidad de vértigo en un solo punto. Sendero, caminos y pistas de Teno Alto. Fin en el caserío de El Bailladero.
Duración: 4,30 h. **Distancia:** 7km. **Dificultad:** MEDIA.
Hora de salida desde Adeje: 08:00 h.

3 y 10 de junio 5.

A PIE, RUTA DE LOS MOLINOS DE LA OROTAVA, RECORRIENDO EL ANTIGUO CAMINO DEL AGUA

Descripción: Recorrido urbano y de medianías lineal, siempre bajando. Calle, aceras, adoquines y servientías. Comenzaremos en la Villa de Arriba, para finalizar en el casco histórico.
Duración: 4 h. **Distancia:** 5km.
Dificultad: MEDIA.
Hora de salida desde Adeje: 08:00 h.

17 y 24 de junio 6.

RUTA BARRANCO DE AÑAVINGO, EN ARAFO

Descripción: Recorrido ida y vuelta al mismo sitio, Arafo. Fuerte pendiente de asfalto al empezar, hasta alcanzar el cauce del barranco, luego sendero.
Duración: 4 h. **Distancia:** 8km.
Dificultad: MEDIA/BAJA
Hora de salida desde Adeje: 08:00 h.

1 de julio 7.

SENDERISMO FAMILIAR AL MALPAIS DE GÜIMAR.

Descripción: Recorrido lineal desde la playa del Socorro, hasta el puertito de Güimar. Suelo pedregoso, siempre junto al mar.
Duración: 3 h. **Distancia:** 8km.
Nivel de dificultad: BAJA
Hora de salida desde Adeje: 08:00 h.

2 y 3 de septiembre 8.
9 y 10 de septiembre

SENDERISMO A LA ISLA DE LA PALMA (2 RUTAS)

Descripción: 1ª día ruta de senderismo lineal de altura, Roque de Los Muchachos, (2.300m. de altura) y final en el pico de la nieve, pinar. 2º día de senderismo, en el camino al nuevo volcán Tajogaite, ida y vuelta al mismo sitio, todo el rato camino de zahorra/picón.
Detalles: 1 noche hotel ** en habitación doble, solo desayuno, en S/C de La Palma. Ida y vuelta en Ferry.
Duración: 6 h. y 3:30 h. **Distancia:** 11 y 7 km.
Nivel de dificultad: ALTA Y BAJA.
Hora de salida desde Adeje: Horario de Ferrys.
Ida: sábado a las 08:00 h. **vuelta:** domingo a las 17:00 h.

16 y 23 de septiembre 9.

DESDE LAS MERCEDES (JARDINA, ANAGA) HASTA LA PRESA DE TAHODIO, S/C. DÉ TENERIFE.

Descripción: Recorrido lineal de bajada, desde el barrio de Jardina, entre pistas, asfalto y sendero. Final en el barrio de La Alegría (S/C), todo asfalto
Duración: 4 h. **Distancia:** 7km.
Nivel de dificultad: MEDIA
Hora de salida desde Adeje: 08:00 h.

30 de septiembre 10.

SENDERISMO FAMILIAR, BOSQUE DE LOS GUARDIANES CENTENARIOS (TACORONTE)

Descripción: Recorrido lineal con inicio en el Z.R. Las Calderetas, el Sauzal y final en Z.R. Lomo de La Jara, Tacoronte. Todo sendero.
Duración: 3 h. **Distancia:** 6 km. **Dificultad:** BAJA
Hora de salida desde Adeje: 08:00 h.

7 y 21 de octubre 11.

POR LA COSTA DE ARICO, HASTA SAN MIGUEL DE TAJAO. ESCULTURAS DE EROSIÓN.

Descripción: Camino costero lineal entre el barrio de La Listada y San Miguel de Tajao. Sendero con algunas subidas al final, visita a algunas formaciones costeras.
Duración: 4 h. **Distancia:** 6 km. **Dificultad:** BAJA
Hora de salida desde Adeje: 08:00 h.

21 y 28 de octubre 12.

CAMINO DE LOS NEVEROS EN EL P.N. DEL TEIDE. MONTAÑA BLANCA

Descripción: Recorrido lineal que combina los senderos: 7, 27, 6 y 24 del P.N. del Teide. Todo tiende a bajar.
Duración: 4,30 h. **Distancia:** 9 km.
Nivel de dificultad: MEDIA/ALTA
Hora de salida desde Adeje: 08:00 h.

4 y 11 de noviembre 13.

ANAGA Y SU LAURISILVA, RECORRIDO AL BOSQUE DE LA LLUVIA.

Descripción: Recorrido circular en plena laurisilva, sendero y pista a la sombra. Si ha llovido puede resbalar bastante.
Duración: 5 h. **Distancia:** 8 km. **Dificultad:** MEDIA
Hora de salida desde Adeje: 08:00 h.

18 y 25 de noviembre 14.

ANIVERSARIO DE LA ERUPCIÓN DE EL CHINYERO, 1909

Descripción: Recorrido Lineal, desde San José de Los Llanos, con final en el barrio de Las Manchas, Santiago del Teide. Sendero mixto de piedra y picón.
Duración: 4,30 h. **Distancia:** 9 km.
Nivel de dificultad: MEDIA
Hora de salida desde Adeje: 08:00 h.