



NUBES ARDIENTES

09.11.2025

MINAS DE SAN JOSÉ - PARADOR NACIONAL DEL TEIDE

 DIFICULTAD: MEDIA


 DISTANCIA: 10,8 km.

 DURACIÓN: 9 horas.

 ASCENSO TOTAL: 326 m.

 DESCENSO TOTAL: 472 m.

Activa tu vida



PN TEIDE
Tenerife



PERFILES Y CARTOGRAFÍA



NUBES ARDIENTES

MINAS DE SAN JOSÉ - PARADOR NACIONAL DEL TEIDE

IDENTIFICACIÓN Y LOCALIZACIÓN GENERAL

FECHA: 09/11/2025
LUGAR: Parque Nacional del Teide
DISTANCIA: 10,8 km. (aprox.)
DURACIÓN: 9 horas. (aprox.). Incl. traslados.
PROMOTOR: Cabildo Insular de Tenerife.

CARACTERÍSTICAS

HORA SALIDA: 08:00 horas.
HORA LLEGADA: 17:00 horas. (aprox.)
PUNTO SALIDA: Parking Trasera Hotel Nivaria.
PUNTO LLEGADA: Parking Trasera Hotel Nivaria.

DIFICULTAD Y RIESGOS

- ☒ **Insolación.**
- ☒ **Otras:** la actividad de senderismo no está exenta de riesgos propios del medio en el que se desarrolla.

EQUIPAMIENTO Y RECOMENDACIONES

EQUIPAMIENTO OBLIGATORIO: Ropa adecuada para la práctica de senderismo (recomendable ropa de abrigo así como cortaviento/impermeable). Botas de montaña o calzado de montaña de media/baja caña (no zapatillas deportivas/trail, ni zapatos). Abundante agua (2 litros mín.) y alimento suficiente. Bastones.
RECOMENDACIONES: Recuerde consultar la previsión meteorológica antes de preparar su equipo y prevea que las condiciones pueden resultar cambiantes para llevar consigo el material necesario.
COMUNICACIONES: Durante alguna parte de la ruta podría perderse cobertura de las principales compañías telefónicas operativas en España. El equipo de Guías lleva consigo emisoras con doble canal en línea de Seguridad en Montaña.

RESUMEN DE LA RUTA

RESUMEN: El recorrido se mueve entre coladas de lava, arenas volcánicas y formaciones rocosas que muestran cómo las antiguas erupciones moldearon este entorno único. El nombre de la ruta hace referencia a esas nubes de ceniza y fuego que, en el pasado, dieron forma a este territorio, dejando tras de sí un escenario de contrastes y colores.

Se trata de un itinerario ideal para quienes quieran disfrutar de la geología, las vistas al Teide y la sensación de caminar en un paisaje que parece de otro planeta.

Una experiencia imprescindible para conocer de cerca la fuerza volcánica que define Tenerife.



VALORACIÓN MIDE

HORARIO	4h 00'	2	SEVERIDAD DEL MEDIO
DESNIVEL DE SUBIDA	326 M	1	ORIENTACIÓN EN EL ITINERARIO
DESNIVEL DE BAJADA	472 M	2	DIFICULTAD EN EL DESPLAZAMIENTO
DISTANCIA HORIZONTAL	10,8 KM	3	CANTIDAD DE ESFUERZO NECESARIO
TIPO DE RECORRIDO	TRAVESÍA		
Tiempos estimados según criterio MIDE, sin paradas. Calculado sobre datos de 2024			

SEVERIDAD DEL MEDIO	1 El medio no está exento de riesgo
	2 Hay más de un factor de riesgo
	3 Hay varios factores de riesgo
	4 Hay bastantes factores de riesgo
	5 Hay muchos factores de riesgo
ORIENTACIÓN DEL ITINERARIO	1 Caminos y cruces bien definidos
	2 Sendas o señalización que indica la continuidad
	3 Identificación precisa de accidentes geográficos y puntos cardinales
	4 Exige técnicas de navegación y orientación fuera de traza
	5 La navegación es interrumpida por obstáculos que hay que bordear
DIFICULTAD EN EL DESPLAZA.	1 Marcha por superficie lisa
	2 Marcha por caminos de herradura
	3 Marcha por sendas escalonadas o terrenos irregulares
	4 Es preciso el uso de manos para mantener el equilibrio
	5 Requiere pasos de escalada para la progresión
CANTIDAD DE ESFUERZO	1 Hasta una hora de marcha efectiva
	2 De 1 a 3 horas de marcha efectiva
	3 De 3 a 6 horas de marcha efectiva
	4 De 6 a 10 horas de marcha efectiva
	5 Más de 10 horas de marcha efectiva

* Este sistema de medición está promovido, entre otros, por la Federación Aragonesa de Montañismo. Tiene toda la información sobre el MIDE, sus criterios de calificación y ponderación en www.montanasegura.com.

