



# LAS VUELTAS DE TAGANANA


19.04.2026


EL CAMINO DE LAS 365 VUELTAS

 DIFICULTAD: MEDIA  


 DISTANCIA: 6,5 km.

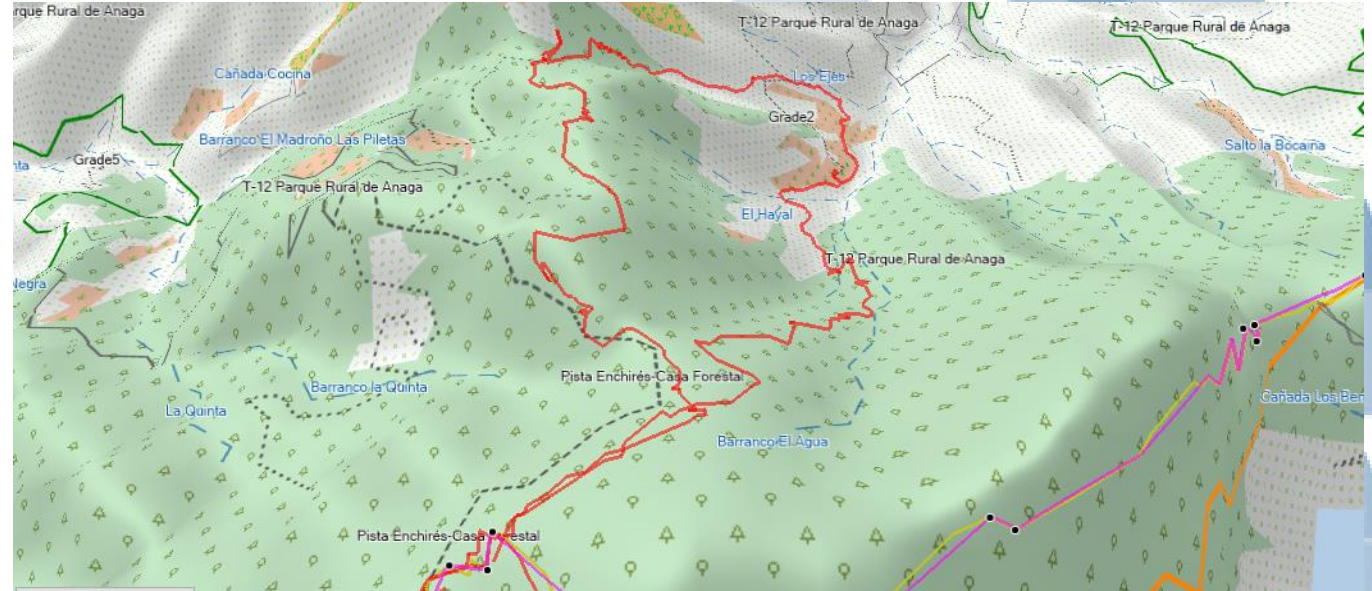
 DURACIÓN: 7 horas.

 ASCENSO TOTAL: 568 m.

 DESCENSO TOTAL: 568 m.

Activa tu vida

PERFILES Y CARTOGRAFÍA



# LAS VUELTAS DE TAGANANA

## EL CAMINO DE LAS 365 VUELTAS

### IDENTIFICACIÓN Y LOCALIZACIÓN GENERAL

**FECHA:** 19/04/2026

**LUGAR:** Zona Noreste

**DISTANCIA:** 6,5 km. (aprox.)

**DURACIÓN:** 7 horas. (aprox.). Incl. traslados.

**PROMOTOR:** Cabildo Insular de Tenerife.

### CARACTERÍSTICAS

**HORA SALIDA:** 08:00 horas.

**HORA LLEGADA:** 15:00 horas. (aprox.)

**PUNTO SALIDA:** Parking Trasera Hotel Nivaria.

**PUNTO LLEGADA:** Parking Trasera Hotel Nivaria.

### DIFICULTAD Y RIESGOS

Insolación.  Desnivel

**tras:** 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

Una de las rutas más conocidas y bellas de aquellas que transcurren por el Parque Rural de Anaga donde el bosque de laurisilva cobra su máximo esplendor. Transitaremos por un recorrido donde una naturaleza milenaria y la tradición rural de nuestros pueblos de unen de forma singular, para juntos, regalarnos una ruta de riqueza y valor histórico- paisajístico únicos.

¿Te animas a contar sus vueltas? ¿Serán 365?



### VALORACIÓN MIDE

HORARIO	4h 00'	3		SEVERIDAD DEL MEDIO
DESNIVEL DE SUBIDA	568 M	2		ORIENTACIÓN EN EL ITINERARIO
DESNIVEL DE BAJADA	568 M	3		DIFICULTAD EN EL DESPLAZAMIENTO
DISTANCIA HORIZONTAL	7,2 KM	3		CANTIDAD DE ESFUERZO NECESARIO
TIPO DE RECORRIDO	CIRCULAR			

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

criterios de calificación y ponderación en [www.montanasegura.com](http://www.montanasegura.com).



PLANIFICA LA ACTIVIDAD



EQUIPA BIEN TU MOCHILA



ACTÚA SIEMPRE CON PRUDENCIA

**JUEGOS MASTER 2026**