



*Finca El Quinto*

Caserio los Quintos 37, 38410 Los Realejos, S/C de Tenerife

Telephone: 0034 922345002 Fax: 0034 922 341175

Email: info@elquinto.co.uk Website: www.fincaelquinto.de



Liebe Gäste, herzlich willkommen auf der FINCA EL QUINTO!

Diese Gästefomappe informiert euch über die Finca und ihre Angebote. Außerdem enthält sie Empfehlungen für Restaurants, Ausflüge, Einkaufsmöglichkeiten und vieles mehr.

- Die Wohnung steht euch am Ankunftstag ab 14.00 h (15.00h Casa Quinto) zur Verfügung. Deshalb bitten wir euch, dass ihr uns am Abreisetag die Wohnung um **10.00 h** besenrein (Geschirr sauber gespült & verräumt, Müll entsorgt) übergebt.
- Bitte bezahlt den möglichen Restbetrag der Unterkunft am nächsten Werktag nach eurer Anreise während der Bürozeiten und bringt die **Pässe** mit.
- Falls ihr kein warmes Wasser mehr habt oder die Gasflamme am Herd nicht brennt, meldet euch bitte direkt bei uns. Das gleiche gilt für die Heizkörper oder wenn ihr überhaupt kein Wasser im Haus habt. Wir schließen euch so bald wie möglich eine neue Gasflasche an oder füllen den Wassertank.
- Der Hofladen steht euch jederzeit (24h/7) zur Verfügung. Abrechnung der Hofladenrechnung bitte am letzten Werktag vor eurer Abreise, während der Bürozeiten, **in bar** begleichen.
- Während der Bürozeit tauschen wir euch gerne bei Bedarf die Hand- /Geschirrtücher aus, ebenso können Strandhandtücher, - Sonnenschirme und – Kinderspielzeug geliehen werden.  
**Die aktuellen Bürozeiten entnehmt ihr dem Aushang am Fenster des Büros.**
- Eure Wäsche (5€/Maschine) könnt ihr von Montag bis Freitag bei uns waschen lassen. Bitte stellt euren Wäschebeutel auf die Ablage des Patios im Haupthaus. Waschzettel zum Ausfüllen findet ihr dort. Zum Trocknen der Wäsche benutzt bitte die Wäscheständer bei eurem Ferienhaus. Bitte den Waschgang auf die Hofladenrechnung eintragen.

- Falls ihr eine Zwischenreinigung möchtet, lasst es uns bitte frühzeitig wissen (25€/Std.).
- Wir müssen euch darauf hinweisen, dass Wertgegenstände und Wertbeträge in euren Häusern nicht versichert sind. Ihr könnt sie aber bei uns in Verwahrung geben.
- Die Spielsachen im Patio und im Seminarraum/Bibliothek stehen zu eurer Verfügung. Bitte verräumt diese wieder ordentlich an den vorhergesehenen Platz.
- Das Gelände und die Anlagen der Finca sind auf eigene Gefahr benutzbar. Die Finca haftet nicht für Unfälle oder Verletzungen. Eltern haften für Ihre Kinder und sind verpflichtet, diese an den Pools zu beaufsichtigen.
- Die Bücher, die in euren Ferienhäusern stehen, können getauscht und mitgenommen werden. Die Bücher aus der Bibliothek sind eine Privatsammlung der Familie und wir bitten euch, diese am Ende eures Aufenthalts wieder zurückzubringen.
- Für längere Taxifahrten (Flughafentransfer/Rundfahrt/etc.) können wir euch gerne während der Bürozeiten bei der Organisation behilflich sein. Für kürzere Fahrten könnt ihr euch direkt an  
Radio Taxi Los Realejos wenden: Tel.922 34 60 96.  
Unsere Adresse lautet: Caserío los Quintos 37, Los Realejos, Tigaiga.  
Dann wartet das Taxi am Hauptaussgang beim Quintohaus.
- Notfallnummern:
  - ➔ Finca: (Ansprechpartner\*in am Wochenende entnehmt ihr dem Aushang am Bürofenster)
    - 34 687 351 760 (Timo)
    - 34 670 880 587 (Caro)
    - 34 687 345 370 (Anna)
  - ➔ Mit dem allgemeinen Notruf 112 können die Polizei, die Feuerwehr, Krankenwagen und andere Notfalldienste verständigt werden. Die Notfallzentrale ist rund um die Uhr von qualifizierten spanisch-, englisch- und deutschsprachigen Mitarbeiter\*innen besetzt.

Bitte meldet euch, wenn wir euch behilflich sein können. Wir wünschen euch einen schönen und erholsamen Aufenthalt auf unserer Finca!

Das FINCA EL QUINTO – Team



# INHALTSVERZEICHNIS

<b>FINCAPLAN</b>	<b>3</b>
<b>HAUSREGELN</b>	<b>6</b>
<b>NACHHALTIGKEIT AUF DER FINCA</b>	<b>7</b>
<b>UNTERKÜNFTE</b>	<b>8</b>
CASA QUINTO	9
CASA PIEDRA	10
CASA INSPIRACIÓN	11
CASA VICENTE OBEN	12
CASA VICENTE UNTEN	13
CASA PALMERA OBEN	14
CASA JARDÍN	15
CASA BUENAVISTA	16
CASA GAÑANÍA	17
POOLHAUS	18
GALLERY STUDIO 1 & 3	19
GALLERY STUDIO 2	20
<b>ANGEBOTE AUF DER FINCA</b>	<b>21</b>
HOFLADEN	21
CALISTHENICS	21
YOGA	22
OSTEOPATHIE/MASSAGE	23
FUSSREFLEXMASSAGE	24
<b>ANGEBOTE &amp; AKTIVITÄTEN. WAS GIBT ES UND WAS KÖNNT IHR BEI UNS BUCHEN</b>	<b>25</b>
SURFEN	25
PARAGLIDING	25
BIKEN	25
WAL- UND DELFINTOUR	25
<b>AUSFLUGSIDEEN, DIE UNSERE GÄSTE LOHNEND FINDEN</b>	<b>26</b>
<b>STRÄNDE UND POOLS AUF DER INSEL</b>	<b>27</b>
<b>SPAZIERGÄNGE AB DER FINCA UND IN DER NÄHEREN UMGEBUNG</b>	<b>28</b>
<b>EINKAUFSMÖGLICHKEITEN</b>	<b>29</b>
<b>RESTAURANTS</b>	<b>35</b>
<b>KAFFEE UND KUCHEN</b>	<b>51</b>

<b>BUSFAHREN AUF TENERIFFA</b>	<b>52</b>
<b>FEIERTAGE UND FESTE DURCHS JAHR</b>	<b>54</b>
<b>INTERESSANTE LINKS</b>	<b>55</b>
<b>ALLGEMEINES UND NOTFÄLLE</b>	<b>56</b>



*Finca El Quinto*  
celebrating responsible holidays

Willkommen zu Hause – hier ein paar Infos für euren Aufenthalt!



**KUNDENBETREUUNG** (Abrechnung, Buchung, etc.)

Bürozeiten: Siehe Aushang am Büro  
An Feiertagen geschlossen  
Hofladen 24h/7  
info@elquinto.co.uk  
+34 922345002



**TECHNISCHER NOTDIENST** (Gas, Wasser, etc.)

Nur außerhalb der Öffnungszeiten des Büros  
+34 687351760 (Timo)  
+34 687345370 (Anna)  
+34 670880587 (Caro)



**CHECK-IN/OUT**

Ab 14:00h könnt ihr eure Unterkunft beziehen (Casa Quinto 15:00h). Am Abreisetag solltet ihr bis 10:00h das Haus verlassen haben. Den Schlüssel bitte im Türschloss stecken lassen. Gerne könnt ihr euch weiterhin auf der Finca aufhalten. Falls ihr euer Haus später verlassen möchtet, müsst ihr uns dies unbedingt rechtzeitig mitteilen. Wir werden euch dann über Preise und Bedingungen informieren.



**SAUBERKEIT**

Wir bitten euch, euer Ferienhaus besenrein zu hinterlassen. Das benutzte Geschirr sollte gespült sein und wieder im dafür vorgesehenen Schrank verräumt werden. Übriggebliebene Lebensmittel bitte im Haus stehen lassen oder in der Biotonne für die Schweine entsorgen.



**MÜLL**

Wir bitten euch, euren Müll regelmäßig mitzunehmen, wenn ihr die Finca verlasst. Müllcontainer zur Trennung der Abfälle gibt es beim 1. Kreisverkehr oben im Dorf. Informationen zur Mülltrennung in Spanien ihr in der Fincamappe.



**WASSER & ANDERE RESSOURCEN**

Da wir in Spanien an Wasserknappheit leiden, bitten wir euch, so schonend wie möglich mit dem wertvollen Gut umzugehen. Beim Heizen des Ferienhauses ist es wichtig alle Außentüren und Fenster geschlossen zu halten, damit Energie nicht unnötig verschwendet wird.



**TIERE**

Unsere Tiere sind unsere Wegbegleiter. Bitte geht respektvoll und bestimmend mit allen Tieren um. Die Papageien freuen sich über Gesellschaft, wollen aber nicht angeschrien werden. Die Hunde hören perfekt auf „aus“ und „platz“. Die Hunde nicht in die Häuser noch von der Finca lassen. Wir bitten, dass Eltern Ihre Kinder über das richtige Verhalten aufklären.



**MOBILIAR**

Alle unsere Gäste sollen sich wie zu Hause fühlen. Damit der nächste Gast sein Haus auch genießen kann, sind wir dankbar, wenn ihr mit dem Inventar sorgsam umgeht. Die Antiquitäten wurden mit viel Liebe über Jahre gesammelt und können nicht ersetzt werden. Falls Schäden entstehen sollten, bitten wir euch, uns über diese zu informieren.



**EINFAHRTSTOR**

Das Einfahrtstor zur Finca ist 24h geöffnet. Bitte haltet, der Hunde wegen, die Tore immer geschlossen. Falls einer der Hunde beim Verlassen der Finca entwischt sollte, gebt uns bitte direkt Bescheid.



**RAUCHEN**

Das Rauchen ist in den Innenräumen nicht gestattet. Ihr dürft aber jederzeit im Außenbereich rauchen.



**W-LAN**

Internet gibt es in jedem unserer Ferienhäuser. Mit dem Passwort *teneriffa/Teneriffa* könnt ihr euch im jeweiligen Netz (Name der gemieteten Unterkunft) anmelden.



**BESICHTIGUNG DER FINCA**

Für unsere Gäste bieten jeden Montag um 11h geführte Touren über die Finca an. Hier erzählen wir über deren Entstehung, informieren über angebaute Pflanzen und die Bewirtschaftung. Wir treffen uns vorne am Eingangstor (Casa Palmera).



**PARKEN**

Euer Auto könnt ihr gerne auf der Finca parken. Achtet bitte darauf, genügend Platz für vorbeifahrende Autos zu lassen.



**WASCHMASCHINE**

Schmutzige Wäsche könnt ihr unter der Woche am Morgen, mit Informationen zur Waschttemperatur und Name der Unterkunft, bei uns am Haupthaus abgeben. Gegen Nachmittag könnt ihr die gewaschene Wäsche bei uns abholen (5€/Maschine). Wäscheständer zum Trocknen stehen im Ferienhaus für euch bereit.

*Wir wünschen euch einen angenehmen und wunderschönen Aufenthalt auf der Finca el Quinto*

Tel.: +34922345002  
Fax: +34922341175  
info@elquinto.co.uk  
www.fincaelquinto.de



Finca el Quinto  
Calle de los Quintos 37  
38410 Los Realejos · S/C de  
Tenerife  
Kanarische Inseln · Spanien

# NACHHALTIGKEIT AUF DER FINCA

Die Finca ist ein sich ständig weiterentwickelndes Projekt. Schritt für Schritt versuchen wir die Finca nachhaltig und autark zu gestalten.

Als unsere Eltern in den 80er Jahren auf die Insel kamen und anfangen das Land zu erschließen, nutzen sie fast ausschließlich recycelte Produkte. Vor allem bei dem Bau der Häuser setzten sie auf die Wiederverwertung von alten Materialien. So wurden *Tea* Holzbalken (Holz der kanarischen Pinie), Dachziegel, Waschbecken & Toiletten von Abrisshäusern gerettet. Auch heutzutage setzten wir bei den Renovierung der Häuser auf die alten, hochwertigen Materialien wie z.B. hydraulische Fliesen (Casa Inspiración & Gañania)

Bei dem Anstrich der Häuser nutzen wir ebenfalls ökologische Produkte.

In den Unterkünften selber findet ihr Antiquitäten und viele andere schöne Details aus vergangenen Zeiten, die wieder ihr Nutzen finden.

Manchmal entdeckt man kleine, ausgetüftelte Reparaturen, um z.B. dem Kühlschrank ein zweites Leben zu geben.

Bei der Reinigung der Ferienhäuser und in unserer Hauswäscherei benutzen wir ökologische und biologisch abbaubare Produkte.

Die Pflegeprodukte in eurem Ferienhaus (Geschirrspüler (auch Pulver), Handseife, Shampoo und Duschgel) sind ebenfalls biologisch abbaubar und können bei Bedarf wieder am Haupthaus aufgefüllt werden. Somit können wir das im Dreikammersystem gefilterte Grauwasser wieder zur Bewässerung der Bananen nutzen ohne gefährliche Chemikalien hinzuzufügen.

Des weiteren hilft es dabei den unnötigen Plastikmüll aus Einwegflaschen zu reduzieren.

Deshalb befindet sich auch einen Trinkwasserfilter direkt bei euch im Haus bzw. am Haupthaus. Mit den Glasflaschen könnt ihr frisches Trinkwasser direkt in die Flaschen Abfüllen und auf den Einkauf von schädlichen Plastikflaschen verzichten.

Zum Kochen und Spülen könnt ihr das normale Wasser aus dem Hahn benutzen. Dieses Wasser kommt aus unserem 3km langen Bergstollen und hilft uns seit Jahrzehnt die Finca zum Blühen zu bringen. Das Quellwasser befindet sich auch in den beiden Swimmingpools, die bei Entleerung zur Bewässerung der Finca beitragen.

Wie schon oben erwähnt, befinden sich unterhalb der Terrassen die Dreikammersysteme, in denen das Wasser aus Küche und Dusche aufgefangen, gefiltert und wieder zur Bewässerung der Bananenfelder genutzt wird.

Seitdem die Gesetze geändert wurden, können wir jetzt auch endlich die Finca mit unserem eigenen Strom versorgen. Die Fotovoltaikanlagen schaffen es einen Großteil der Finca autark mit Strom zu versorgen.

Von Anfang an bewirtschaften wir das Land und die Felder der Finca ausschließlich ökologisch. Dieses ist sogar durch die CRAE (consejo regulador de la agricultura ecologica de Canarias) zertifiziert. Dabei achten wir darauf beim Bestücken des Landes regelmäßig die Felder zu rotieren um dem Erdboden genügend Pause zum regenerieren zu lassen.

Dieses Gemüse und Obst findet ihr, je nach Saison, natürlich auch in unserem Hofladen. Beim Einkauf eures Gemüses auf der Finca erspart man lange Lieferketten und unterstützt das Prinzip von „Farm to Table“.

In unserem Hofladen haben wir auch einen Community Schrank in die Gäste die abreisen, ihr restlichen Produkte an die neuen Gäste weitergeben können, um *Food Waste* zu vermeiden.

Um auch lokale Bauern zu unterstützen, findet ihr Ziegenkäse, Honig, Brot, Bier, Wein, etc. von außerhalb der Finca in unserem Hofladen.

### **Außerdem:**

#### **TEELICHTER**

Hergestellt im Atelier Sonnenrain (Wohnheim für Menschen mit einer Hirnverletzung), Konstanzerstrasse 31a, CH-8280 Kreuzlingen, Tel: 0041 71 672 1082, [atelier@sonnenrain.ch](mailto:atelier@sonnenrain.ch)

Teelichter aus 100 % Recyclingwachs und wiederverwendeten Alubechern. Von Hand gegossen. Deutlich größere Flamme als industrielle Kerzen. Bitte lasst die Kerzen nie unbeaufsichtigt brennen! Keine Haftung für das Brennverhalten aufgrund des Recyclingwachses.

Empfehlung: Gebet zum Schutz erst etwas Sand oder Reiskörner in die Windlichter, denn die Kerzen entwickeln aufgrund ihrer Größe eine ziemliche Wärme.

Leere Alubecher bitte nicht wegwerfen – sie werden neu befüllt.

#### **TOPFLAPPEN**

Ebenfalls hergestellt im Atelier Sonnenrain aus alten Stoffresten.



## Casa Quinto

Casa Quinto war das frühere Haupthaus der Finca und ist somit auch das größte der Gästehäuser mit zwei Etagen, acht Betten, drei Bädern und zwei Sonnenterrassen. Die offene Küche ist großzügig und komplett ausgestattet. Das Haus ist hochwertig und komfortabel eingerichtet. Ein geräumiges Wohn- und Esszimmer mit liebevoller Möblierung und geschmackvollen Details laden ein zum entspannten Beisammensein. Das obere Doppelzimmer hat ein separates Bad und eine Dachterrasse. Hier hat man einen herrlichen Blick über das ganze Tal und den Atlantik – ein wundervoller Start in den Tag oder der richtige Platz um ein Glas Wein bei Sonnenuntergang zu genießen.

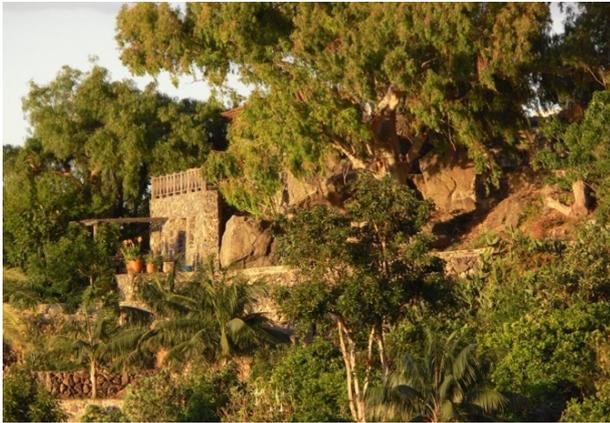
MAX. 8 PERSONEN  
180€/TAG PLUS EINE ENDREINIGUNG VON EINEM  
TAGESSATZ, ZZGL. 7% MWST.

### Ausstattung

- 2 Schlafzimmer mit Doppelbett (180×200)
- 1 Schlafzimmer mit 4 Einzelbetten; 2 davon auf einer Mezzanine
- Großer Wohnraum mit Sitzecke
- Voll ausgestattete, offene Küche
- 2 Badezimmer mit Dusche/WC, 1 Badezimmer mit Badewanne/WC
- 1 große Terrasse mit Meerblick
- 1 Patio
- Satelliten TV
- Verschiedene Kaffeemaschinen (Frenchpress, Espresso oder Filter)
- Satelliten TV
- Schnelles und stabiles Wifi
- Haarföhn
- Handtücher und Bettwäsche
- Shampoo, Duschgel, Handseife, Spülmittel (biologisch abbaubar)
- Große Terrasse mit Meerblick
- Patio
- Sonnenliegen

### Auf Nachfrage

- Mixer und Entsafter
- Grill
- Bluetooth Speaker
- Babybett und Hochstuhl
- Strandhandtücher
- Strandschirme
- Strandspielzeug
- Tauchbrillen und Flossen
- Kinderspielzeug
- Bücher aus unserer Bibliothek
- Reise- und Wanderführer
- Yogamatten



## Casa Piedra

Unter einem jahrhundertalten Eukalyptusbaum auf einer Anhöhe gelegen hat das Natursteinhaus einen herrlichen Blick über die Finca bis hin zum Meer. Es wurde aus von Hand geschlagenen Felsensteinen gebaut und fügt sich harmonisch in die Landschaft. Von einer geräumigen Terrasse vor dem Haus hat man Zugang zu einem Wohnraum und einer komplett eingerichteten, offenen Küche. Auf dieser Ebene befindet sich außerdem ein modernes Bad mit einer Badewanne. In der oberen Etage stehen drei Schlafzimmer zur Verfügung; zwei mit Doppelbetten, eins mit Etagenbett sowie ein weiteres Bad mit Dusche. Von den Schlafzimmern aus führt jeweils eine Tür auf die 24qm große Terrasse, von der aus man einen wunderschönen Panoramablick über das ganze Tal und das Meer hat – der perfekte Start in den Tag und der perfekte Ort für einen Tagesabschluss mit Sonnenuntergang.

MAX. 6 PERSONEN  
120€/TAG PLUS EINE ENDREINIGUNG VON EINEM  
TAGESSATZ, ZZGL. 7% MWST.

### Ausstattung

- 2 Schlafzimmer mit Doppelbetten (160×200)
- Schlafzimmer mit modernem Stockbett
- Voll ausgestattete Küche mit Essecke
- Geschirrtücher und Lappen
- Verschiedene Kaffeemaschinen (French press, Espresso oder Filter)
- Badezimmer mit Dusche und Badewanne/WC
- Badezimmer mit Dusche/WC
- Haarföhn
- Handtücher und Bettwäsche
- Shampoo, Duschgel, Handseife, Spülmittel (biologisch abbaubar)
- Satelliten TV
- Schnelles und stabiles Wifi
- 3 Terrassen mit Blick auf Berglandschaft und Meer
- Sonnenliegen
- Staubsauger

### Auf Nachfrage

- Mixer und Entsafter
- Grill
- Bluetooth Speaker
- Babybett und Hochstuhl
- Strandhandtücher
- Strandschirme
- Strandspielzeug
- Tauchbrillen und Flossen
- Kinderspielzeug
- Bücher aus unserer Bibliothek
- Reise- und Wanderführer
- Yogamatten



## Casa Inspiración

Eingebettet in einem kleinen Avocadowald und vielen Bananenstauden liegt dieses schöne Haus, das wir nicht unbegründet „Casa Inspiration“ nennen. Im großzügigen und liebevoll eingerichteten Wohn-/Essraum steht sogar ein schwarzer Flügel bereit und irgendwo gibt es auch ein paar Noten – es darf also nach Herzenslust musiziert werden. Eine komplett eingerichtete offene Küche lädt ein zum gemeinsamen Kochen. Im Haus gibt es zwei Schlafzimmer, davon eins mit zwei Einzelbetten und eins mit Doppelbett. Ein schönes Badezimmer mit einer großen Dusche und Blick ins Grüne rundet das Ganze ab. Die große Sonnenterrasse, welche man über Flügeltüren betritt, bietet einen freien Blick über den Atlantischen Ozean.

MAX. 4 PERSONEN

115€/TAG PLUS EINE ENDREINIGUNG VON EINEM  
TAGESSATZ, ZZGL. 7% MWST.

Im kleinen Nebenhaus (**Annex**), welches separat dazu gebucht werden kann, befinden sich ein weiteres Doppelbett und ein Duschbad. Es verfügt über eine kleine Terrasse vor dem Haus. Keine Küche.

MAX. 2 PERSONEN

30€/TAG PLUS EINE ENDREINIGUNG VON EINEM  
TAGESSATZ, ZZGL. 7% MWST.

### Ausstattung

- Schlafzimmer mit Doppelbett (180×200)
- Schlafzimmer mit zwei Einzelbetten
- Wohnzimmer mit Sitzecke
- Komplett ausgestattete Wohnküche mit Spülmaschine
- Geschirrtücher und Lappen
- Verschiedene Kaffeemaschinen (French press, Espresso oder Filter)
- Badezimmer mit Dusche/WC
- Haarföhn
- Handtücher und Bettwäsche
- Shampoo, Duschgel, Handseife, Spülmittel (biologisch abbaubar)
- Satelliten TV
- Schnelles und stabiles Wifi
- Terrasse mit Blick auf Berglandschaft und Atlantik
- Sonnenliegen
- Staubsauger

### Auf Nachfrage

- Mixer und Entsafter
- Grill
- Bluetooth Speaker
- Babybett und Hochstuhl
- Strandhandtücher
- Strandschirme
- Strandspielzeug
- Tauchbrillen und Flossen
- Kinderspielzeug
- Bücher aus unserer Bibliothek
- Reise- und Wanderführer
- Yogamatten



## Casa Vicente oben

Die obere Vicente Wohnung liegt inmitten von Orangenbäumen und bietet einen herrlichen Blick über die ganze Finca bis hin zum Atlantik. Das Appartement verfügt über einen großzügigen Wohnraum mit komplett ausgestatteter Küche, gemütlicher Essecke und einer Sitzgruppe. Es gibt zwei Schlafzimmer für jeweils zwei Personen und ein Bad mit Dusche/Badewanne. Die Wohnung verfügt über einen großen Balkon mit Gartenmöbeln, Sonnenliegen und einer Dachterrasse.

MAX. 4 PERSONEN  
90€/TAG PLUS EINE ENDREINIGUNG VON EINEM  
TAGESSATZ, ZZGL. 7% MWST.

### Ausstattung

- Schlafzimmer mit Doppelbett (160×200)
- Schlafzimmer mit zwei Einzelbetten (90×200) oder Doppelbett
- Wohnbereich mit Sitzecke
- Komplett ausgestattete Wohnküche
- Geschirrtücher und Lappen
- Verschiedene Kaffeemaschinen (French press, Espresso oder Filter)
- Badezimmer mit Dusche/Badewanne und WC
- Haarföhn
- Handtücher und Bettwäsche
- Shampoo, Duschgel, Handseife, Spülmittel (biologisch abbaubar)
- Satelliten TV
- Schnelles und stabiles Wifi
- Balkon und Dachterrasse mit Blick auf Berglandschaft, Finca und Ozean
- Sonnenliegen
- Staubsauger

### Auf Nachfrage

- Mixer und Entsafter
- Grill
- Bluetooth Speaker
- Babybett und Hochstuhl
- Strandhandtücher
- Strandschirme
- Strandspielzeug
- Tauchbrillen und Flossen
- Kinderspielzeug
- Bücher aus unserer Bibliothek
- Reise- und Wanderführer
- Yogamatten



## Casa Vicente unten

Die untere Vicente Wohnung liegt inmitten von Orangenbäumen und bietet einen herrlichen Blick über die ganze Finca bis hin zum Atlantik. Das Appartement verfügt über einen großzügigen Wohnraum mit komplett ausgestatteter Küche, gemütlicher Essecke und einer Sitzgruppe. Es gibt zwei Schlafzimmer für jeweils zwei Personen und ein Bad mit Dusche. Die große Terrasse mit Gartenmöbeln und Sonnenliegen lädt ein die Sonne zu genießen.

MAX. 4 PERSONEN  
90€/TAG PLUS EINE ENDREINIGUNG VON EINEM  
TAGESSATZ, ZZGL. 7% MWST.

### Ausstattung

- Schlafzimmer mit Doppelbett (160×200)
- Schlafzimmer mit zwei Einzelbetten oder Doppelbett (180×200)
- Wohnbereich mit gemütlicher Sitzecke
- Komplett ausgestattete Küche mit Essecke
- Geschirrtücher und Lappen
- Verschiedene Kaffeemaschinen (French press, Espresso oder Filter)
- Badezimmer mit Dusche/WC
- Haarföhn
- Handtücher und Bettwäsche
- Shampoo, Duschgel, Handseife, Spülmittel (biologisch abbaubar)
- Satelliten TV
- Schnelles und stabiles Wifi
- Terrasse mit Blick auf Berglandschaft, Finca und Atlantik
- Sonnenliegen
- Staubsauger

### Auf Nachfrage

- Mixer und Entsafter
- Grill
- Bluetooth Speaker
- Babybett und Hochstuhl
- Strandhandtücher
- Strandschirme
- Strandspielzeug
- Tauchbrillen und Flossen
- Kinderspielzeug
- Bücher aus unserer Bibliothek
- Reise- und Wanderführer
- Yogamatten



## Casa Palmera oben

Das Appartement bietet mit zwei Schlafzimmern Platz für vier Personen. Es gibt ein Schlafzimmer mit Doppelbett und ein Schlafzimmer mit modernem Stockbett. Die Wohnung verfügt über ein stilvoll eingerichtetes Wohn-/Esszimmer, eine komplett ausgestattete Küche und ein Bad mit Dusche und WC. Vom Balkon aus hat man einen traumhaften Blick über das schöne Tal und den Atlantischen Ozean. Eine große, schön gestaltete Frühstücksterrasse mit Sonnenliegen inmitten tropischen Grüns befindet sich vor dem Haus.

MAX. 4 PERSONEN

75€/TAG PLUS EINE ENDREINIGUNG VON EINEM TAGESSATZ, ZZGL. 7% MWST.

### Ausstattung

- Schlafzimmer mit Doppelbett (140×200),
- Schlafzimmer mit modernem Stockbett
- Wohnzimmer mit Sitzbereich
- Voll ausgestattete Küche mit Essecke
- Verschiedene Kaffeemaschinen (French press, Espresso oder Filter)
- Badezimmer mit Dusche/WC
- Haarföhn
- Handtücher und Bettwäsche
- Shampoo, Duschgel, Handseife, Spülmittel (biologisch abbaubar)
- Satelliten TV
- Schnelles und stabiles Wifi
- Terrasse in tropischem Garten
- Balkon mit Blick auf Tal und Atlantik
- Sonnenliegen
- Staubsauger

### Auf Nachfrage

- Mixer und Entsafter
- Grill
- Bluetooth Speaker
- Babybett und Hochstuhl
- Strandhandtücher
- Strandschirme
- Strandspielzeug
- Tauchbrillen und Flossen
- Kinderspielzeug
- Bücher aus unserer Bibliothek
- Reise- und Wanderführer
- Yogamatten



## Casa Jardín

Das romantische Ferienhaus ist circa 40 m<sup>2</sup> groß und im kanarischen Stil gehalten. Es gibt zwei Schlafzimmer; eins mit französischem Doppelbett, eins mit modernem Stockbett. Dazu gehört ein separates Badezimmer mit Badewanne/Dusche. Die offene Küche ist komplett ausgestattet. Aus dem Wohn- und Schlafzimmer des Hauses bietet sich ein herrlicher Blick auf eine private Terracotta-Terrasse und einen kleinen Garten mit frischen Blumen und duftenden Kräutern.

MAX. 4 PERSONEN  
70€/TAG PLUS EINE ENDREINIGUNG VON EINEM  
TAGESSATZ, ZZGL. 7% MWST.

### Ausstattung

- Schlafzimmer mit eingebautem Doppelbett (140×200)
- Schlafzimmer mit modernem eingebautem Stockbett
- Wohnraum mit Sofa- und Essecke
- Komplett ausgestattete Küche
- Geschirrtücher und Lappen
- Verschiedene Kaffeemaschinen (French press, Espresso oder Filter)
- Badezimmer mit Badewanne/Dusche und WC
- Haarföhn
- Handtücher und Bettwäsche
- Shampoo, Duschgel, Handseife, Spülmittel (biologisch abbaubar)
- Satelliten TV
- Schnelles und stabiles Wifi
- Großzügige Terracotta Terrasse mit Kräutergarten
- Sonnenliegen
- Staubsauger

### Auf Nachfrage

- Mixer und Entsafter
- Grill
- Bluetooth Speaker
- Babybett und Hochstuhl
- Strandhandtücher
- Strandschirme
- Strandspielzeug
- Tauchbrillen und Flossen
- Kinderspielzeug
- Bücher aus unserer Bibliothek
- Reise- und Wanderführer
- Yogamatten



## Casa Buenavista

Die Buenavista ist ein Ferienhaus mit großzügiger Terrasse, der Blick führt entlang der typisch kanarischen Natursteinmauer über den Atlantischen Ozean. Das Haus verfügt über ein gemütliches Wohn-Esszimmer und eine gut ausgestattete Küche, über zwei Schlafbereiche – einer individuell geschreinernten Schlafnische mit Doppelbett und einem Schlafzimmer mit modernem Stockbett – und einem Badezimmer mit Dusche/WC.

MAX. 4 PERSONEN  
75€/TAG PLUS EINE ENDREINIGUNG VON EINEM  
TAGESSATZ, ZUZGL. 7% MWST.

### Ausstattung

- Wohnraum mit Schlafnische (Bett 140×200)
- Vollaustattete Küche mit Spülmaschine
- Geschirrtücher und Lappen
- 1 Schlafzimmer mit Stockbett
- Badezimmer mit Dusche/WC
- Große Terrasse mit Meerblick
- Sonnenliegen
- Verschiedene Kaffeemaschinen (Frenchpress, Espresso oder Filter)
- Satelliten TV
- Schnelles und stabiles Wifi
- Haarföhn
- Handtücher und Bettwäsche
- Shampoo, Duschgel, Handseife, Spülmittel (biologisch abbaubar)

### Auf Nachfrage

- Mixer und Entsafter
- Grill
- Bluetooth Speaker
- Babybett und Hochstuhl
- Strandhandtücher
- Strandschirme
- Strandspielzeug
- Tauchbrillen und Flossen
- Kinderspielzeug
- Bücher aus unserer Bibliothek
- Reise- und Wanderführer
- Yogamatten



## Casa Gañanía

Das Haus wurde bereits 1920 gebaut. Damals diente es als Stall und Lagerplatz für den ansässigen Hirten und seine Tiere. Vor ein paar Jahren haben wir es komplett renoviert und umgestaltet. Dieses Haus steht alleine direkt ausserhalb der Fincatore und ist deshalb perfekt für diejenigen, die eine Unterkunft in einer noch ruhigeren Atmosphäre suchen. Durch eine private Terrasse betritt man einen geräumigen Wohn-Essbereich mit offener Küche. Dahinter befindet sich ein helles Schlafzimmer mit Panoramablick auf den Atlantik. Das moderne Badezimmer ist komplett ausgestattet und verfügt über eine Badewanne. Am Glasflur vorbei steigt eine alte Treppe hoch auf die Dachterasse wo sich ein Solarium mit freiem Blick auf Tal und Ozean befindet.

MAX. 2 PERSONEN  
 90€/TAG PLUS EINE ENDREINIGUNG VON EINEM  
 TAGESSATZ, ZZGL. 7% MWST.

### Ausstattung

- 1 Schlafzimmer mit Doppelbett (160×200)
- Badezimmer mit Dusche/Badewanne und WC
- Wohnzimmer mit Sitzecke
- Wohnküche ausgestattet mit modernen Geräten
- Geschirrtücher und Lappen
- Verschiedene Kaffeemaschinen (Frenchpress, Espresso oder Filter)
- Satelliten TV
- Schnelles und stabiles Wifi
- Haarföhn
- Handtücher und Bettwäsche
- Shampoo, Duschgel, Handseife, Spülmittel (biologisch abbaubar)
- Zwei Terrassen mit Blick auf Berglandschaft, Finca und Atlantik
- Sonnenliegen

### Auf Nachfrage

- Mixer und Entsafter
- Grill
- Bluetooth Speaker
- Babybett und Hochstuhl
- Strandhandtücher
- Strandschirme
- Strandspielzeug
- Tauchbrillen und Flossen
- Kinderspielzeug
- Bücher aus unserer Bibliothek
- Reise- und Wanderführer
- Yogamatten



## Poolhaus

Das gemütliche Appartement bietet Platz für zwei Personen. Wie der Name schon verrät, liegt es direkt neben dem großen Pool – man kann also mit einem Satz aus der Haustür in den Pool springen. Der Wohnbereich in der unteren Ebene verfügt über eine komplett ausgestattete Küche und eine gemütliche Essecke. In der oberen Etage befindet sich eine großzügige Schlafempore mit zwei Schlafmöglichkeiten und einem Panoramafenster mit Ausblick über die Finca. Ein gemütlicher Patio bietet einen Rückzugsort mit Blick über Bananenstauden in den Kräutergarten und führt in das moderne Badezimmer.

MAX. 2 PERSONEN

60€/TAG PLUS EINE ENDREINIGUNG VON EINEM  
TAGESSATZ, ZZGL. 7% MWST.

### Ausstattung

- Schlafbereich mit Doppelbett (180×200) oder zwei Einzelbetten
- Badezimmer mit Dusche/WC
- Komplett ausgestattete Küche
- Verschiedene Kaffeemaschinen (Frenchpress, Espresso oder Filter)
- Satelliten TV
- Schnelles und stabiles Wifi
- Haarföhn
- Handtücher und Bettwäsche
- Shampoo, Duschgel, Handseife, Spülmittel (biologisch abbaubar)
- Privater Patio
- Sitzbereich vor dem Haus mit Pool- und Gartenblick

### Auf Nachfrage

- Mixer und Entsafter
- Grill
- Bluetooth Speaker
- Babybett und Hochstuhl
- Strandhandtücher
- Strandschirme
- Strandspielzeug
- Tauchbrillen und Flossen
- Kinderspielzeug
- Bücher aus unserer Bibliothek
- Reise- und Wanderführer
- Yogamatten

### Ausstattung



## Gallery Studio 1 & 3

Diese zwei individuellen, gemütlichen Studios sind komplett eingerichtet und bieten Platz für jeweils zwei Personen. Jedes Appartement verfügt über ein Badezimmer, eine private Küche sowie einen Essbereich. Die Betten sind über eine Wendeltreppe auf einem Mezzanin zu finden. Zusätzlich befindet sich vor den Studios je ein individueller Sitzplatz.

Auf der großen Gemeinschaftsterrasse kann man sich zu jeder Tageszeit sonnen und über den Atlantik blicken. Ein Ort für einen erholsamen Urlaub inmitten der Natur zu kleinem Preis.

### Auf Nachfrage

- Wohnraum mit Sitzecke
- Schlafempore mit einem Doppelbett (180×200) oder zwei Einzelbetten
- Voll ausgestattete Küche
- Geschirrtücher und Lappen
- Verschiedene Kaffeemaschinen (French press, Espresso oder Filter)
- Badezimmer mit Dusche/WC
- Haarföhn
- Handtücher und Bettwäsche
- Shampoo, Duschgel, Handseife, Spülmittel (biologisch abbaubar)
- Schnelles und stabiles Wifi
- Individueller Sitzbereich vor den jeweiligen Studios
- Große Gemeinschaftsterrasse
- Sonnenliegen
- Staubsauger

- Mixer und Entsafter
- Grill
- Bluetooth Speaker
- Satelliten TV
- Babybett und Hochstuhl
- Strandhandtücher
- Strandschirme
- Strandspielzeug
- Tauchbrillen und Flossen
- Kinderspielzeug
- Bücher aus unserer Bibliothek
- Reise- und Wanderführer
- Yogamatten

MAX. 2 PERSONEN  
50€/TAG PLUS EINE ENDBEREINIGUNG VON EINEM  
TAGESSATZ, ZUZGL. 7% MWST.



## Gallery Studio 2

Dieses individuelle, gemütliche Studios ist komplett eingerichtet und bieten Platz für zwei Personen. Das Appartement verfügt über ein Badezimmer, eine private Küche sowie einen Essbereich. Die Betten sind über eine Treppe auf einem Mezzanin zu finden. Zusätzlich befindet sich vor den Studios je ein individueller Sitzplatz.

Auf der großen Gemeinschaftsterrasse kann man sich zu jeder Tageszeit sonnen und über den Atlantik blicken. Ein Ort für einen erholsamen Urlaub inmitten der Natur zu kleinem Preis.

MAX. 2 PERSONEN

45€/TAG PLUS EINE ENDREINIGUNG VON EINEM  
TAGESSATZ, ZZGL. 7% MWST.

### Ausstattung

- Wohnraum mit Sitzecke
- Voll ausgestattete Küche
- Schlafempore mit einem Doppelbett (180×200) oder zwei Einzelbetten
- Badezimmer mit Dusche/WC
- Verschiedene Kaffeemaschinen (Frenchpress, Espresso oder Filter)
- Schnelles und stabiles Wifi
- Haarföhn
- Handtücher und Bettwäsche
- Shampoo, Duschgel, Handseife, Spülmittel (biologisch abbaubar)
- Große Gemeinschaftsterrasse
- Sonnenliegen
- Individueller Sitzbereich vor den jeweiligen Studios

### Auf Nachfrage

- Mixer und Entsafter
- Grill
- Bluetooth Speaker
- Satelliten TV
- Babybett und Hochstuhl
- Strandhandtücher
- Strandschirme
- Strandspielzeug
- Tauchbrillen und Flossen
- Kinderspielzeug
- Bücher aus unserer Bibliothek
- Reise- und Wanderführer
- Yogamatten

# ANGEBOTE AUF DER FINCA

## HOFLADEN

In unserem Hofladen findet Ihr je nach Saison frisches Obst und Gemüse von der Finca sowie von Landwirten aus der direkten Umgebung. Produkte von denen wir nicht wissen ob sie 100% ökologisch angebaut wurden, weisen wir mit „konventionell“ aus. Im Kühlschrank findet ihr Wein aus dem Orotavatal, verschiedene Käsesorten von der Insel und eingemachte Produkte von der Finca.

Der Hofladen steht euch 24h/7 zur Verfügung und basiert auf Vertrauensbasis. Jedes Haus hat ein zugewiesenes Klemmbrett, wo ihr die Produkte die ihr nehmt runterschreibt. Salat bitte auch abwiegen. Die Waage findet ihr rechts vom Hofladen, neben der Eingangstür vom Haupthaus. Falls der Zeiger der Waage anschlagen sollte, habt ihr ein Kilo überschritten und könnt auf der Rückseite der Waage weiterdrehen. Eier, Wein & Honig könnt ihr als Stückzahl notieren und Kräuter als Bund.

In den letzten beiden Etagen des Kühlschranks und des Holzschanks befinden sich unter anderem Lebensmittel und Kosmetik, die Gäste bei Abreise zurückgelassen haben. Gerne könnt ihr diese kostenlos auf nutzen. Außerdem gibt es jeden Donnerstag um 13h eine Brotlieferung. Bis Freitagmittag könnt ihr die Backwaren einkaufen. Den Rest tiefkühlen wir und können auf Nachfrage ausgegeben werden.

Am Ende eures Aufenthalts bitten wir euch, die Hofladenrechnung an dem letzten Werktag vor eurer Abreise in der Bürozeit zu begleichen.

## CALISTHENICS

Bei der Yogawiese findet ihr auch unseren Calisthenicspark. Er ist das perfekte Outdoor Gym. Ihr braucht hier keine Gewichte sondern trainiert ausschließlich mit dem eigenen Körpergewicht. Es vermindert die Verletzungsgefahr und stabilisiert den gesamten Bewegungsapparat. Jeder Muskel wird beansprucht - von Schultern, über Bauch und Rücken bis hin zu den Waden. Das lange Dehnen ist dazu noch ein sehr effektives Faszientraining.

Im Gegensatz zum klassischen Krafttraining oder Body-Building werden auch das Zusammenspiel aller Muskeln und die Koordinationsfähigkeit gefördert. Denn die Abläufe sind komplexer und abwechslungsreicher als eintöniges Gewichtestemmen.

In der Box findet ihr verschieden Bänder, die euch beim Training unterstützen. Der Schwierigkeitsgrade kann somit bei Übungen wie den „Dips“ oder den Klimmzügen angepasst werden.

An den jeweiligen Stationen findet ihr Qr-Codes, welche ihr mit eurem Handy einscannen könnt und welche euch Übungsbeispiele mit verschiedenen Schwierigkeitsgraden geben.

Wir bitten euch, den Park respektvoll zu benutzen und Beschädigungen direkt bei uns zu melden. Der Calisthenics Park ist kein Klettergerüst. Die Benutzung ist auf eigene Gefahr.

# What We Offer



**Yoga:** In this space, yoga becomes more than movement, it is a grounding ritual, aligning mind and body. with the rhythms of nature. Each asana encourages you to stretch beyond the physical, inviting a deep sense of peace.



**Handpan Workshop:** The handpan's tones carry you into a meditative state. Each note creates a connection between sound and soul, unlocking moments of peace and grounding your mind in the present.



**Breathwork:** Breath anchors you to the present. Each inhale energizes, and each exhale releases, bringing balance to mind and body. Breathwork connects you with your natural rhythm, guiding you to inner peace.

## REGULAR YOGA CLASSES

January, February, July, August, December

**MONDAY & WEDNESDAY**

**9:00-10:00**

March, April, May, June

**MONDAY & THURSDAY**

**9:30-10:30**

October and November

**MONDAY & FRIDAY**

**9:30-10:30**

**Price: 15€ pp/session**

## CLASSES ON-DEMAND, SUBJECT TO AVAILABILITY

**RESTORATIVE YOGA**

**Saturday 9:30 - 11:00 am**

**HANDPAN WORKSHOP OR YOGA NIDRA**

**Sunday 18:00-19:30**

**BREATHWORK**

**Sunday 9:00 - 10:30 am**

**Price: 50€ pp/session - 2+ ppl 35€!**



## THERAPIES & MASSAGE AT FINCA EL QUINTO

Give a release to your body and mind in hands of therapist David.



**DCR**

Therapeutic massage  
Physiotherapy and Osteopathy



David Canales Rodriguez is an holistic therapist with studies of physiotherapy, osteopathy and postural re-education. With more than 13 years of experience he tries to treat the cause of the injury and not directly the symptom. Understanding the full body as physical, emotional, chemic, energetic and spiritual.

"We are not a neck, a knee or a shoulder; we are a person so we should consider everything".

### Schedules

Every Tuesday

Morning: 10:00 - 12:00

Afternoon: 16:00 - 20:00

Friday (on demand)

### Time and Price

Treatment or full body massage of 50mins.

60€

### Booking

For making an appointment contact David per whatsapp or telegram at:

 (0034)667992686



# ANGEBOTE & AKTIVITÄTEN. WAS GIBT ES UND WAS KÖNNT IHR BEI UNS BUCHEN

Die Kanarischen Inseln sind Dank ihres einmaligen Klimas und ihrer vielseitigen wunderbaren Natur ein ganzjähriges beliebtes Ziel für sportbegeisterte Menschen aus aller Welt. Für die Gäste der Finca, die Teneriffa einmal anders erleben wollen, bieten wir verschiedene Aktivitäten an:

## **SURFEN**

Durch die Lage Teneriffas mitten im Atlantik und die vielseitige Küste, gibt es das ganz Jahr über surfbare Wellen. Auch in der Wintersaison, wenn der Swell stärker und größer wird, finden Anfänger in geschützteren Buchten die Möglichkeit ihre Skills zu erweitern.

Wir arbeiten mit einer der älteste, ansässigen Surfschulen zusammen und helfen euch gerne dabei Klassen nach eurem Wunsch zu organisieren.

## **PARAGLIDING**

Direkt oberhalb der Finca befindet sich die Absprungplattform Corona. Gelandet wird entweder auf den Feldern direkt neben der Finca oder am Socorrostrand. Ibrahim ist ein lokaler Paraglider mit jahrelanger Erfahrung. Er kennt die Gezeiten und die Ortschaft wie kein anderer. Er hat eine offizielle Paraglidingsschule und verfügt über alle Zertifikate und Versicherungen. Bei einem Tandemsprung mit ihm könnt ihr die Umgebung sicher aus der Vogelperspektive betrachten.

## **BIKEN**

trete kräftig in die Pedale, nimm Fahrt auf und genieße eine unglaubliche Landschaft. Auf der Insel stehen euch unzählige Strecken mit den unterschiedlichsten Schwierigkeitsgraden zur Auswahl. Ihr könnt in Meereshöhe oder in Höhenlagen von über 2000 Metern fahren. Neben den Rennradstrecken erwartet euch ein über 200 Kilometer langes Streckennetz durch Waldgebiete für MTB Fans.

## **Wal- und Delfintour**

Wenn ihr Wale und Delfine einmal in ihrem natürlichen Lebensraum sehen möchtet und mehr über ihr Verhalten erfahren möchtet, helfen wir Euch gerne dabei einen Ausflug mit einem tierfreundlichen und nachhaltigen Anbieter zu organisieren.

# AUSFLUGSIDEEN, DIE UNSERE GÄSTE LOHNEND FINDEN

## **PALMETUM IN SANTA CRUZ**

Das Palmetum de Santa Cruz ist ein weltweit einzigartiges Projekt, das eine Müllhalde in einen Raum für Freizeit und botanische Kultur verwandelt hat. In seinen Gärten wächst die beste Palmensammlung Europas und eine der besten der Welt.

## **BOTANISCHER GARTEN IN PUERTO DE LA CRUZ**

Der Botanische Garten ("Jardin Botanico") in Puerto de la Cruz ist nicht nur eine Oase der Erholung, sondern vor allem eine faszinierende Pflanzen-Sammlung.

Im August 1788 wurde der Jardin Botanico als "Akklimatisierungsgarten" von La Orotava geschaffen. Die Verordnung dazu gab König Carlos III. höchstpersönlich. Auf Teneriffa sollten die aus den Tropen stammenden Pflanzen laut dem Dekret an einem spanischen Ort zentral gesammelt werden.

## **CUEVA DEL VIENTO**

Die Cueva del Viento darf sich in die Liste der größten Lavaröhren der Welt einreihen. Mit mehr als 18 Kilometern Länge steht sie an sechster Stelle der längsten Lavaröhren der Welt, die fünf größeren befinden sich alle auf Hawaii. Die Cueva del Viento entstand vor rund 27.000 Jahren in der ersten Ausbruchphase des Pico Viejo, der etwas kleinere Vulkan neben dem Pico del Teide.

## **TEIDE SEILBAHN**

Die Seilbahn-Fahrt auf den Teide-Gipfel schenkt euch einen unvergessliche Blicke auf die sensationelle Landschaft des größten Nationalparks der Kanarischen Inseln.

## **MASCA SCHLUCHT**

Die Masca Schlucht ist der bekannteste Canyon oder Barranco auf Teneriffa. Schon die Lage des Dorfes und die kurvenreiche Straße nach Masca sind einmalig! Das kleine Dorf sitzt fast wie Macchu Picchu auf den Felsen im schroffen Teno-Gebirge. Direkt vom Dorf siehst du hinab in die Masca Schlucht und hast einen spektakulären Blick bis nach La Gomera und auf das Meer.

## **MARIPOSARIO**

In einer großen Halle kann man mehr als 800 verschiedene Schmetterlings-Arten und verschiedene Vögel, u.a. Kolibris bestaunen.

## **HISTORISCHE STADTFÜHRUNG DURCH SAN CRISTOBAL DE LA LAGUNA**

Die Gemeindeverwaltung von La Laguna bietet kostenfreie Stadtführungen durch das historische Ensemble der Welterbestadt an.

## **OBSERVATORIO**

So nah wie auf Teneriffa kommt man dem Universum selten. 20 Nationen haben auf dem Teide ihre Teleskope aufgestellt. Das Observatorium gehört zu den wichtigsten der Welt.

## **FORESTAL PARK**

Forestal Park ist ein Themenpark in den Baumkronen der Insel. Mehr als 90 Spiele in luftiger Höhe, Kletterwand, Hängebrücken und Seilrutschen laden dazu ein, sich wieder wie ein Kind zu fühlen.

*GERN KÖNNT IHR UNS WEITERE, TOLLE AUSFLUGSTIPPS EMPFEHLEN UND WIR WERDEN SIE HIER HINZUFÜGEN...*

# STRÄNDE UND POOLS AUF DER INSEL

***Achtung, der Atlantik ist oft sehr wild und hat gewaltige Strömungen. IMMER die Anweisungen an den jeweiligen Stränden beachten!***

## **Norden**

Der nächste Strand, **EL SOCORRO** (was „Hilfe“ bedeutet, weil die rote Flagge oft die starke Strömung anzeigt – besonders in den Monaten Oktober bis Februar) befindet sich in ca. 20-30 Minuten Fußmarsch von der Finca entfernt. Ein sehr sauberer Strand (Blaue Flagge), oft sehr gut zum Surfen. Im Winter verschwindet die Sonne hinter dem Berg kurz nach 16h. Zu Fuss hinter dem Vicentehaus (terracottafarbenes Haus) rechts den steilen Weg runter und der Ausschilderung folgen. Der Weg ist Teil des 040 Wanderweg, der vom Socorro-Strand zum Teide führt.

## ***Unsere weiteren Empfehlungen:***

### **Im Norden:**

- Charco de las Lajas, San Juan de la Rambla (Lava Pool)
- Charco del Viento (Lava Pool – zum Schnorcheln)
- Playa San Marcos, in San Marcos bei Icod de los Vinos (ruhiger Strand, gut für Kinder)
- Naturstein-Schwimmbecken in Garachico (Gut für Kinder)
- Playa Las Arenas und die weiteren Strände Richtung Westen, bei Buenavista del Norte
- Playa Bollullo und dahinter Playa Los Patos und El Ancon, Rincon Bollullo bei Puerto de la Cruz
- Playa Jardin oder Costa Brava, Puerto de la Cruz (geschützt vor Wellen)
- Badelandschaft Lago Martianes (angelegte Pools von César Manrique), Puerto de la Cruz
- Playa de Rojas, bei ruhigem Seegang, El Sauzal
- Meerwasserbecken, Punta de Hidalgo
- Playa Teresitas (einer der wenigen gelben Strände auf der Insel mit Saharasand), bei San Andres, Nähe Santa Cruz
- Playa de las Gaviotas, falls es zu windig ist am Teresitas
- Playa Benijos / Playa de Almáciga (Durch das Anaga Gebirge)

### *Im Sommer:*

- Playa Castro & Playa Fajana (Direkt im Landschaftsschutzgebiet Rambla de Castro, unterhalb der Finca)

### **Im Süd-Osten**

- Playa de Radazul, Radazul
- Playas bei El Medano (Windsurferparadies)

### **Im Süd-Westen**

- Playa del Duque, Costa Adeje
- Playa San Juan, San Juan bei Guia de Isora
- Playa de la Arena, Los Gigantes (ist der Strand, an dem meistens die Sonne scheint, auch wenn es an anderen Plätzen der Insel bewölkt oder regnerisch ist)
- Playa el Camisón (zwischen Playa las Americas und Los Cristianos)
- Playa Jaquita (bei Alcalá)

# SPAZIERGÄNGE AB DER FINCA UND IN DER NÄHEREN UMGEBUNG

## VON DER FINCA NACH PUERTO DE LA CRUZ

Diese schöne Wanderung führt euch im Castro Naturschutzgebiet entlang der Küste bis nach Puerto de la Cruz. Ihr verlasst den vorderen Eingang der Finca (beim Quintohaus) und geht die Straße 10 Meter runter bis rechts ein Schotterweg anfängt. Diesen Schotterweg folgt ihr runter Richtung Meer. Ihr kommt vor dem Tunnel an der Schnellstraße raus. Überquert die Straße (Tipp: lauft bis zur Linksabbiegerspur/Mitte der Straße da es dort einfacher ist die Straße zu kreuzen). Um in das Naturschutzgebiet zu kommen, müsst ihr die Straße ca. 100 Meter links bergab laufen um bei der nächsten Ausfahrt den Einstieg zu finden. Dort folgt ihr der Beschilderung Playa de los Roques. Nach einiger Zeit führt der Weg in eine Urbanisation. Ihr haltet Euch links, bergab und folgt der Straße bis zur Kreuzung. Dort müsst ihr geradeaus auf die Calle las Amapolas. Beim Mirador de los Roques steigt ihr wieder auf den Wanderweg ein. (Es könnte sein, dass der Weg weiter unten abgesperrt ist – man kann aber einfach durchgehen). Der Weg endet hinter dem Maritimhotel. Von dort aus könnt ihr noch am Loropark vorbei bis in die Stadt reinlaufen. An der Plaza de Charco könnt ihr euch ein Taxi zurück auf die Finca nehmen (ca. 15€).

## VON DER FINCA BIS ZUM MIRADOR DE EL LANCE (ODER MIRADOR DE LA CORONA)

Von der Finca aus lauft ihr hoch Richtung Dorfstraße (Calle Tigotan). Je nachdem ob ihr die Finca beim Haupteingang (Quintohaus) verlassen habt oder Hintereingang (Casa Vicente) müsst ihr oben rechts oder links bis zu dem großen orangefarbenen Haus (Edificio Las Flores) an der T-Kreuzung gehen. Dort lauft ihr die Straße hoch bis zur kleinen Kapelle auf der Ecke. Dort folgt ihr den Weg geraderaus rüber in die Sackgasse. Nun seid ihr auf dem Wanderweg. Oben angekommen müsst ihr den letzten Teil bis zum Aussichtspunkt an einer Straße entlang.

## VON BARRANCO DE RUIZ NACH LAS AGUAS (SAN JUAN DE LA RAMBLA)

Ihr fahrt mit dem Auto Richtung Icod de los Vinos. Kurz nach der Cepsa Tangstelle auf der rechten Seite, parkt ihr bei der Zona Recreativa Barranco der Ruiz. Hier beginnt eure Wanderung. Ihr folgt der Straße (Calle el Rosario) die Richtung Meer geht. Bei der zweiten Linkskurve haltet ihr euch geradeaus auf einen kleinen mit Backsteinen gepflasterten Gehweg. Von dort aus geht ihr Links in Richtung La Aguas an der Küste entlang. Ihr kommt auf dem gleichen Weg zurück zu eurem Ausgangspunkt.

## VON PUERTO DE LA CRUZ ZUM PLAYA DE BOLLULLO (PLAYA LOS PATOS/ANCÓN)

Ihr fahrt auf die Autobahn Richtung Orotava/Santa Cruz. Bei der Ausfahrt Nr. 32 Puerto Cruz/Martianez/El Rincón nehmt ihr die Ausfahrt und haltet euch Richtung Puerto de la Cruz. Ihr folgt der Hauptstraße Richtung Meer. Bei der Schell Tankstelle fahrt ihr links ab. Im Kreisverkehr nehmt ihr die erste Ausfahrt und fahrt bis zum übernächsten großen Kreisverkehr wo ihr auch parken könnt. Bei dem Parkplatz geht es rechts auf einen Pfad, der euch durch einen Tunnel auf die andere Straßenseite bringt und direkt auf den Wanderweg.

# EINKAUFSMÖGLICHKEITEN

## EINKAUFSMÖGLICHKEITEN IN LOS REALEJOS

### Tu Rincón Saludable

Art des Geschäfts	Reformhaus
Spezialisiert auf	Homöopathie und natürliche Produkte für die Gesundheit
Öffnungszeiten	Montag – Freitag 09:00 – 13:30 / 17:00 – 20:00 Samstag 09:00 – 13:30
Adresse	Calle el Puente, 1, local 2, 38410 Los Realejos, Santa Cruz de Tenerife
Parken	An der Straße

### Superdino

Art des Geschäfts	Spanischer Supermarktkette mit Markenprodukten
Spezialisiert auf	Lebensmittel Frischetheke mit Fleisch, Schinken, Käse, etc.
Öffnungszeiten	Montag – Samstag 08:30 – 21:30
Adresse	Pl. Mency Bencomo, s/n, C.C, 38410 Los Realejos, Santa Cruz de Tenerife
Parken	Parkhaus unterhalb des Supermarkts. Parkticket beim bezahlen an der Kasse zeigen

### Carneceria y Charcuteria Los Remedios

Art des Geschäfts	Metzgerei
Spezialisiert auf	Fleisch, Wurst und lokaler Käse
Öffnungszeiten	Montag – Freitag 08:30 – 14:00 / 16:30 – 20:00 Samstag 08:30 – 14:00
Adresse	Av. los Remedios, Local 6, 38410 Los Realejos, Santa Cruz de Tenerife
Parken	An der Straße



## SUPERMÄRKTE DIE SONNTAGS GEÖFFNET SIND:

### Hiperdino

Art des Geschäfts	Spanische Supermarktkette mit Markenprodukten
Spezialisiert auf	Lebensmittel Frischetheke mit Fleisch, Schinken, Käse, Fisch etc.
Öffnungszeiten	Montag – Sonntag 08:30 – 22:00
Adresse	Polígono Industrial Piedra Redonda, parcela 3, 38400 Puerto de la Cruz, Santa Cruz de Tenerife
Parken	Großer Parkplatz direkt neben dem Supermarkt

### Lidl

Art des Geschäfts	Discounter Supermarktkette
Spezialisiert auf	Lebensmittel – hauptsächlich Hausmarke
Öffnungszeiten	Montag – Sonntag 08:30 – 22:00
Adresse	Carr. Icod-Sta. Cruz C-820, 16, 38400 Puerto de la Cruz, Santa Cruz de Tenerife
Parken	Großer Parkplatz direkt bei dem Supermarkt



## BIOLÄDEN

### La Vida es Bio

Art des Geschäfts	Bioladen
Spezialisiert auf	FrISChe und abgepackte Lebensmittel, Homöopathie und natürliche Produkte für die Gesundheit,
Öffnungszeiten	Montag – Freitag 09:00 – 21:00 Samstags 09:00 – 20:00
Adresse	C. la Hoya, 45, 38400 Puerto de la Cruz, Santa Cruz de Tenerife
Parken	Parkhaus beim Centro Comercial Martiánez oder an der Straße



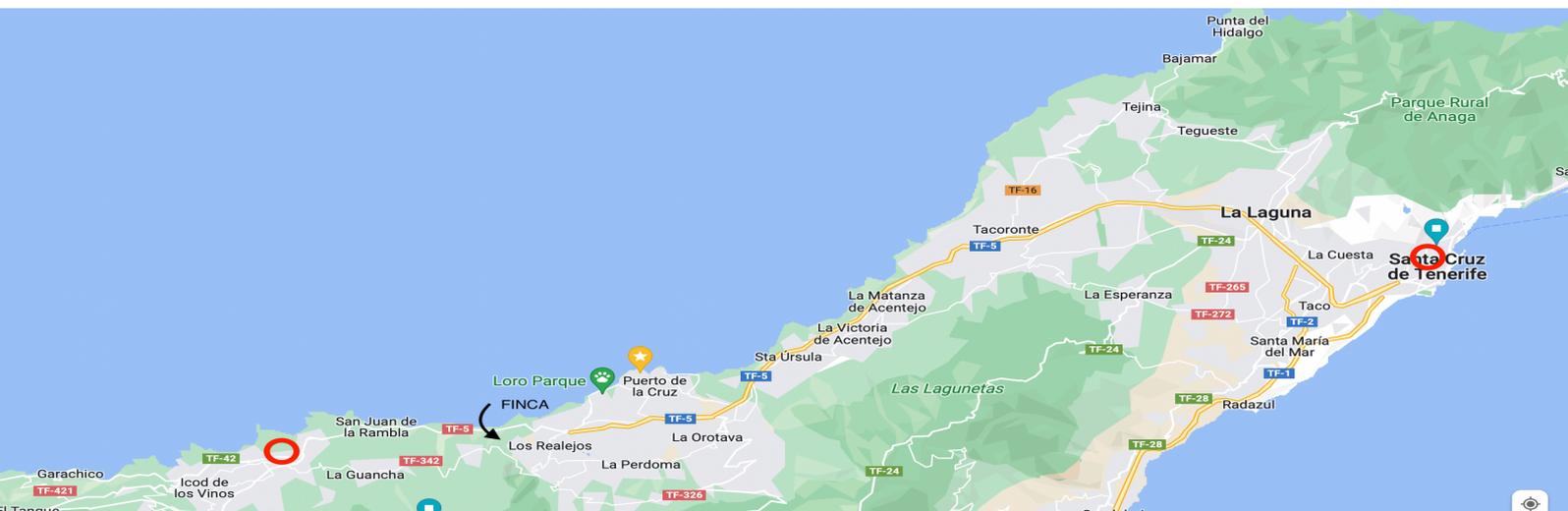
## BAUERNMÄRKTE

### Nuestra Señora de Africa

Art des Geschäfts	Großes Marktgebäude
Spezialisiert auf	Stände mit frischen Lebensmitteln Große Fischhalle (zu empfehlen Nicomedias e hijos)
Öffnungszeiten	Montag – Samstag 06:00 – 14:00 Sonntag 07:00 – 14:00
Adresse	Av. de San Sebastián, 51, 38003 Santa Cruz de Tenerife
Parken	Verschiedene Parkhäuser rund um das Marktgebäude

### Mercado Santa Domingo

Art des Geschäfts	Marktgebäude
Spezialisiert auf	Stände mit frische Lebensmittel Hauptsächlich Obst und Gemüse
Öffnungszeiten	Samstag – Sonntag 08:00 – 13:30
Adresse	Ctra. gral. s/n, km 49,1, TF-5, 38440 La Guancha, Santa Cruz de Tenerife
Parken	Parkplatz direkt vor dem Gebäude



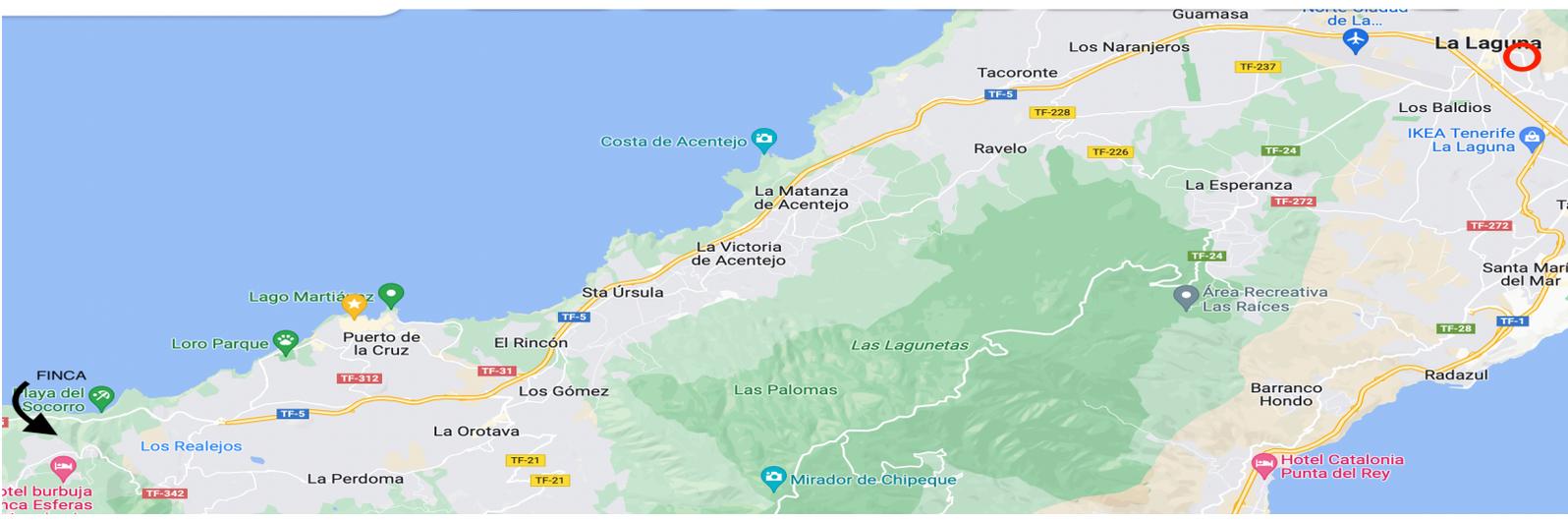
## Metzgereien

### Carniceria y Charcuteria Baggermann

Art des Geschäfts	Exklusive Metzgerei
Spezialisiert auf	Fleischprodukte aus Freilandhaltung
Öffnungszeiten	Montag – Mittwoch 08:00 – 14:00 Donnerstag - Freitag 08:00 – 20:00 Samstag 09:00 – 16:00
Adresse	Calle Santo Domingo, 4, 38201 La Laguna, Santa Cruz de Tenerife
Parken	Parkplatz an der Straße oder großer Parkplatz in der nächsten Straße

### Carniceria Sprungmann

Art des Geschäfts	Metzgerei
Spezialisiert auf	Fleischprodukte aus Freilandhaltung
Öffnungszeiten	Montag – Freitag 08:00 – 15:00 Samstag 08:00 – 13:00
Adresse	<u>TF-21, Km 1, 8, 38311 Humboldt, Santa Cruz de Tenerife</u>
Parken	Parkplatz auf dem Hof



# BAUERNMÄRKTE

## **MERCADO DEL AGRICULTOR DE LA GUANCHA**

Carretera general, La Guancha, zwischen Santa Catalina und Santo Domingo  
Samstag und Sonntag 08:00 bis 13.30 Uhr

## **TACORONTE**

Carretera General Tacoronte – Tejina km 3,5 N°174, in Richtung Valle Guerra  
Samstag und Sonntag 9 – 14 Uhr ?

## **MERCADILLO DEL AGRICULTOR EL VINO Y LA ARTESANÍA LA MATANZA DE ACENTEJO**

Carretera General La Matanza, direkt an der Hauptstrasse  
Montag, Dienstag, Mittwoch und Freitag 8.30 bis 13 Uhr  
Donnerstag 8.30 bis 15.30 Uhr  
Samstag 8 bis 15 Uhr  
Sonntag 8 bis 14 Uhr

## **MERCADILLO DEL AGRICULTOR VALLE DE LA OROTAVA**

Calle educadora ludia mesa, edificio la torrita  
Samstag 8 bis 13.30 Uhr

## **MERCADO MUNICIPAL DE LA LAGUNA**

Plaza del Cristo, La Laguna  
Montag bis Samstag 6 bis 14 Uhr  
Sonntag 7 bis 14 Uhr

## **MERCADO MUNICIPAL DE NUESTRA SEÑORA DE AFRICA**

Avenida de San Sebastián, 51 , Santa Cruz de Tenerife  
Montag bis Samstag 6 bis 14 Uhr  
Sonntag 7 bis 14 Uhr

## **FLOHMÄRKTE**

**Santa Cruz** in der Nähe der Plaza de España, gibt es den Afrika Markt (Mercado Municipal Nuestra Senora de Africa) immer am Sonntag von 9-13:30 Uhr. Wer nicht weiß, was er am Sonntag unternehmen soll, dem empfiehlt es sich einen Ausflug zum größten Flohmarkt der Insel zu machen. Hier findet man eine Multi-Kulti-Händler-Schar, die bunt durcheinander gewürfelt alles Mögliche zum Kauf anbietet. Von neuer Konkursware, über handgefertigte Souvenirs bis hin zum klassischen Second-Hand-Trödel findet sich so ziemlich alles. Auf jeden Fall ist es spannend und lustig sich beim Sonntagsspaziergang in den Wühltischen zu vergraben. Nie ist Santa Cruz so schön, wie am Sonntag, wenn die ganze Stadt nicht vor Hektik und Alltagsstress sprüht, sondern einen Gang zurückgeschaltet hat und zum Entspannen und Nichtstun animiert.

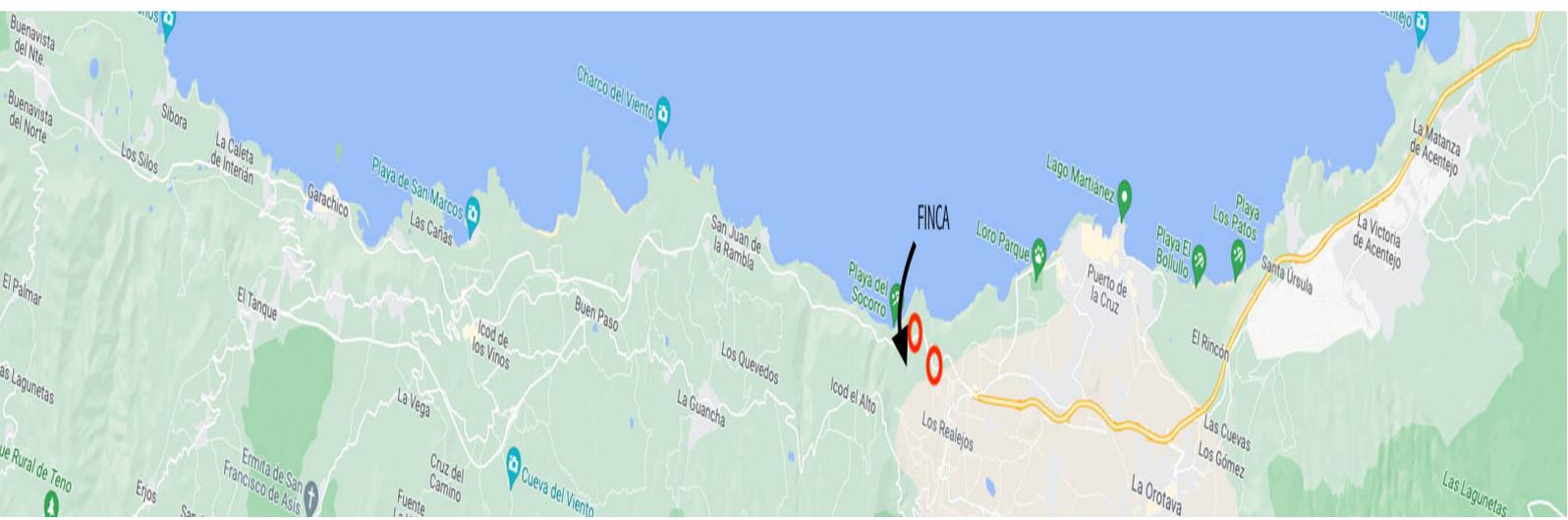
# RESTAURANTS

## RESTAURANTE MIRADOR SAN PEDRO

Adresse	Camino de San Pedro, 38410 Los Realejos 922 340 875
Öffnungszeiten	Montag – Donnerstag 11:00 – 23:00 Freitag – Sonntag 10:00 – 23:00
Spezialitäten	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Täglich Brunch 10:00 – 12:00 – ab 2 Pers. (ohne Vorreservierung)</li> <li>• Rindfleisch auf heißem Stein</li> <li>• Tapas</li> </ul>
Vegetarisch/vegan/glutenfrei	Nicht so viele vegetarische Optionen
Nachhaltigkeit	Ziegenfleisch, Kaninchen, verschied. Käse von den Inseln  Schweinefleisch von einheim. Rasse aus Icod de los Vinos, Gemüse, Kräuter & Wein von Teneriffa
Ambiente	Nettes, entspanntest Ambiente. Auf der Außenterrasse Meeresblick sowie über Schutzgebiet Rambla de Castro
Reservierung	Am Wochenende einen Tag vorher reservieren, sonst am selben Tag

## BODEGON SAN VICENTE

Adresse	Calle Princesa Dacil 31, San Vicente, 38419 Los Realejos 922 14 92 88
Öffnungszeiten	Donnerstag – Sonntag 12:00 – 18:00 Mittwoch geschlossen
Spezialitäten	Kanarische Küche; Hausgemachte Nachspeisen
Vegetarisch/vegan/glutenfrei	Einige Optionen
Nachhaltigkeit	Saisonale und möglichst lokale Produkte
Ambiente	Nächstgelegenes Restaurant zur Finca; eher unscheinbar an der Straße
Reservierung	/

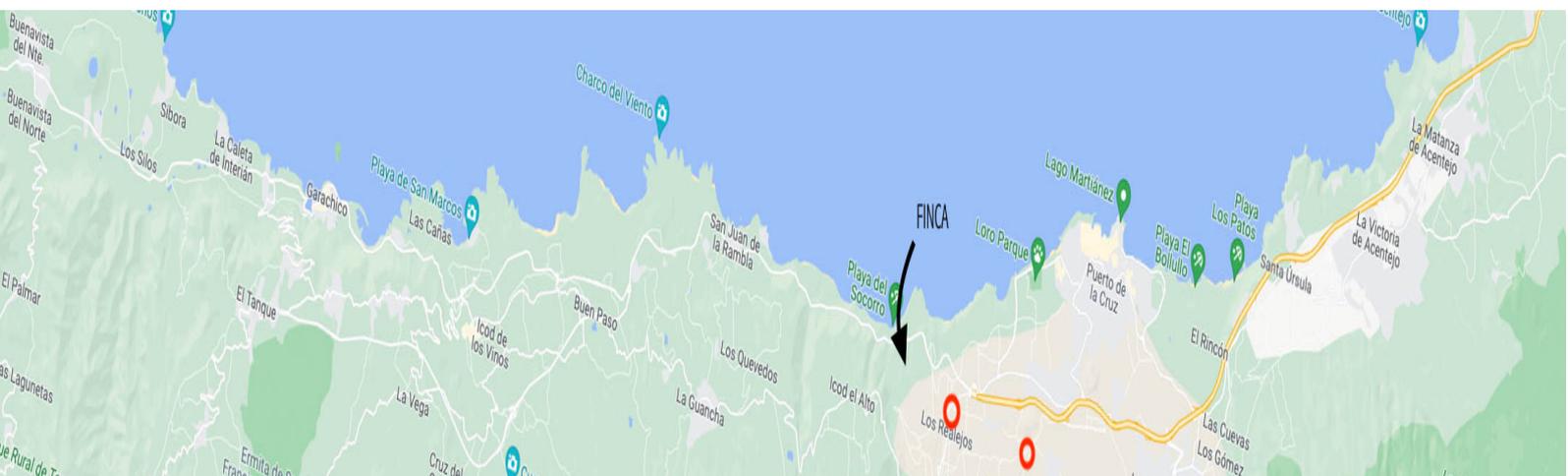


## TASCA EL TEJADITO

Adresse	Camino el Puente 10, 38419 Los Realejos 696 98 55 71
Öffnungszeiten	Montag – Dienstag 19:00 – 23:00 Mittwoch – Samstag 13:00 – 16:00 / 19:00 – 23:00
Spezialitäten	Fisch-, Fleisch-, Blätterteiggerichte
Vegetarisch/vegan/glutenfrei	Verschiedene Optionen
Nachhaltigkeit	Ausschließlich Biogemüse
Ambiente	Gemütliche, typisch spanische Bodega, nicht unbedingt familienfreundlich
Reservierung	Am Wochenende notwendig

## MESÓN EL MONASTERIO

Adresse	Carretera la Montañeta 12, 38419 La Montañeta 922 34 07 07
Öffnungszeiten	Montag - Samstag 09:00 – 24:00 Sonntag 9:00 – 19:00
Spezialitäten	Gegrilltes Fleisch und kanarische Küche, Brunch
Vegetarisch/vegan/glutenfrei	Glutenfreies Brot, vegetarische und vegane Optionen auf Anfrage
Nachhaltigkeit	Kaninchen-, und Schweinefleisch aus der Region
Ambiente	Weitläufiges Gelände mit Tieren, sehr gut geeignet für Familien. Spaziergang hoch zur Kapelle mit schöner Aussicht
Reservierung	An Feiertagen und sonntags kann nicht reserviert werden. Genügend Tische vorhanden.



## RESTAURANTE LAS AGUAS

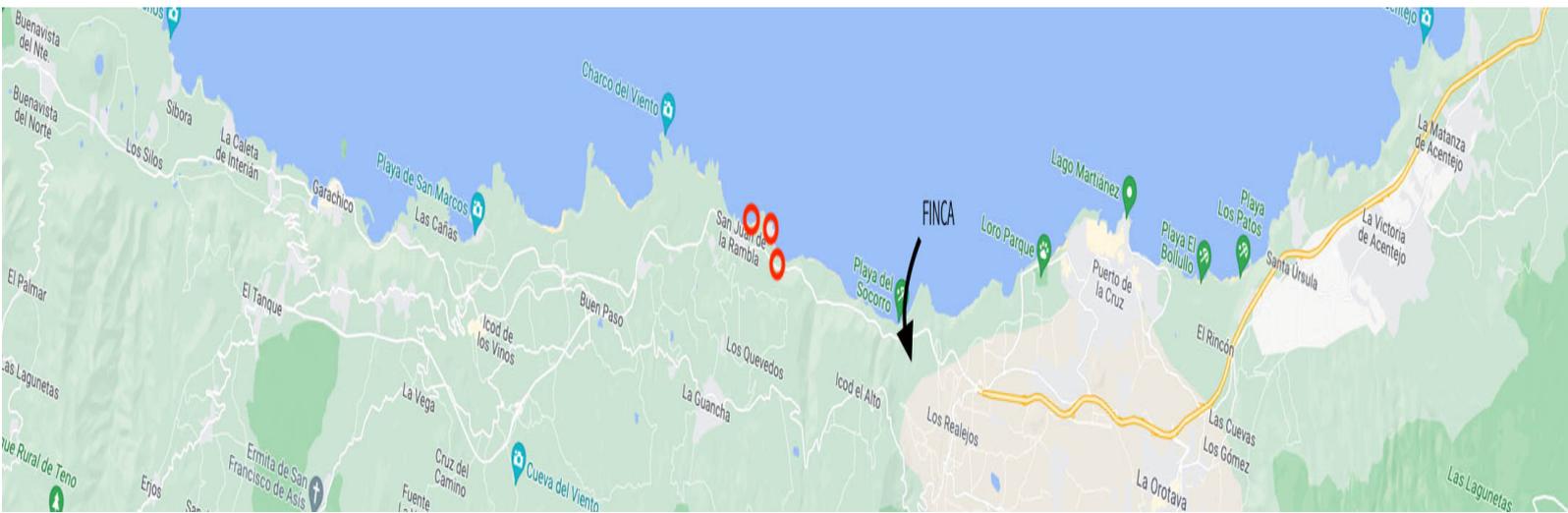
Adresse	Calle la Destila 30, 38429 Las Aguas, San Juan de la Rambla 922 36 04 28
Öffnungszeiten	Sonntag, Montag & Dienstag 13:00 – 15:30 Mittwoch – Samstag 13:00 – 15:30 / 19:30 – 22:00
Spezialitäten	Spanische Reisgerichte mit Meeresfrüchten
Vegetarisch/vegan/glutenfrei	Einige vegetarische Optionen
Nachhaltigkeit	Viele lokale Weine; Gemüse und Kräuter aus der direkten Umgebung
Ambiente	Außenterrassen; direkt am Meer.
Reservierung	Am Wochenende unbedingt reservieren

## MESÓN CASA MI MADRE

Adresse	Calle el Cantito 16, 38429 Las Aguas, San Juan de la Rambla 647 94 40 09
Öffnungszeiten	Donnerstag – Montag, 13:00 – 16:00 Dienstag & Mittwoch geschlossen
Spezialitäten	Kleine, ausgesuchte Speisekarte mit kanarischer/spanischer Küche. Einfache Hausmannskost. Fangfrischer Fisch
Vegetarisch/vegan/glutenfrei	Eher wenig Auswahl
Nachhaltigkeit	Lokaler Fisch; Familie fischt mit eigenem Boot; alles hausgemacht von der Mamá
Ambiente	In kleinem, altem kanarischem Haus, liebevoll eingrichtet mit Dachterrasse und Blick auf die Bucht.
Reservierung	Am besten zwei Tage vorher reservieren

## COFRADIA LAS AGUA

Adresse	Camino de los Alenes, 38429 Las Aguas, San Juan de la Rambla 722 55 76 51
Öffnungszeiten	Täglich 10:00 – 22:00
Spezialitäten	<ul style="list-style-type: none"><li>• Täglich Brunch 10:00 – 12:30</li><li>• Fisch und Meeresfrüchte</li></ul>
Vegetarisch/vegan/glutenfrei	Glutenfreies Brot und einige Gerichte; Brunch gibt es auch vegan und glutenfrei (1 Tag vorher reservieren)
Nachhaltigkeit	Lokaler Fisch
Ambiente	Große Terrasse mit Meeresblick, Schaukel und Rutsche für Kinder
Reservierung	Für den Brunch am Wochenende einige Tage vorher reservieren.



## TASCA IHUEY

Adresse	Calle San Felipe 34, 38400 Puerto de la Cruz 922 98 47 73
Öffnungszeiten	Mittwoch, Donnerstag & Freitag 19:00 – 22:30 Samstag & Sonntag 13:30 – 15:00 / 19:30 – 22:00 Montag & Dienstag geschlossen
Spezialitäten	Kreative Küche mit Liebe zum Detail
Vegetarisch/vegan/glutenfrei	Einige Optionen; spezielle Gerichte auf Vorreservierung
Nachhaltigkeit	<b>Biogemüse von unserer Finca</b> Rindfleisch und Fisch regional
Ambiente	Nur gemütlicher Innenbereich; direkt im Stadtkern
Reservierung	Reservierung absolut notwendig

## CASA PACHÉ

Adresse	Calle de la Verdad 6, 38400 Puerto de la Cruz 922 37 25 24
Öffnungszeiten	Donnerstag – Montag 12:30 – 16:00 / 18:00 – 22:00 Dienstag & Mittwoch geschlossen
Spezialitäten	Kanarische Küche – <b>100% Glutenfrei</b>
Vegetarisch/vegan/glutenfrei	Glutenfrei, vegetarische Optionen
Nachhaltigkeit	Fleisch und Gemüse von der Insel
Ambiente	In einer reizvollen Nebengasse in verschiedenen Zimmern in altem kanarischen Haus
Reservierung	Reservierung empfohlen, da nur wenige Tische

## RESTAURANTE EL LIMÓN

Adresse	Calle Esquivel 4, 38400 Puerto de la Cruz 922 38 16 19
Öffnungszeiten	Donnerstag – Dienstag 12:30 – 22:00 Mittwoch geschlossen
Spezialitäten	Frisch gepresste Frucht- und Gemüsesäfte
Vegetarisch/vegan/glutenfrei	Ausschließlich vegetarische Küche; glutenfreie Optionen (auch Desserts)
Nachhaltigkeit	Lokale Produkte; alle Proteinlieferanten (Tofu, Seitan, Tempeh, ... ökologisch)
Ambiente	Nette Seitenstraße im Stadtzentrum; offene Küche
Reservierung	Nicht möglich

## ARCÓN TAPAS

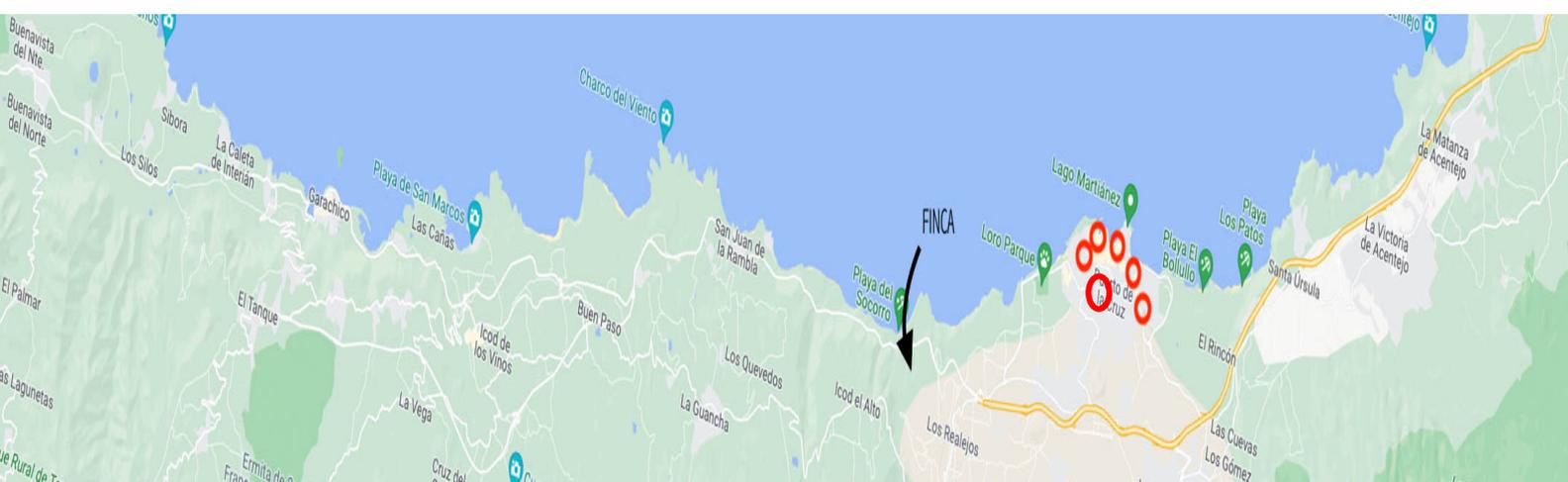
Adresse	Plaza Concejil, 38400 Puerto de la Cruz 922 37 51 31
Öffnungszeiten	Montag – Freitag 13:00 –22:30 Samstag & Sonntag geschlossen
Spezialitäten	Spanische Tapas
Vegetarisch/vegan/glutenfrei	Für Vegetarier geeignet
Nachhaltigkeit	/
Ambiente	Kinder können auf der Plaza spielen
Reservierung	Nicht nötig

## RISTA THAI FOOD

Adresse	Calle de Iriarte 31, 38400 Puerto de la Cruz 822 61 80 12
Öffnungszeiten	Mittwoch 19:00 – 22:30 Donnerstag - Montag 13:00 – 16:00 / 19:00 – 22:30 Dienstag geschlossen
Spezialitäten	Authentische und frische Thaigerichte, Curryvielfalt
Vegetarisch/vegan/glutenfrei	Auf Anfrage viele Optionen
Nachhaltigkeit	Gemüse vom lokalen Markt
Ambiente	Offene Küche; gemütliche Atmosphäre
Reservierung	notwendig

## MANIPURA RESTAURANTE

Adresse	Calle Virtud, 3, 38400 Puerto de la Cruz, Santa Cruz de Tenerife
Öffnungszeiten	Mittwoch – Sonntag 18:30 – 22:30 Montag & Dienstag geschlossen
Spezialitäten	Vegane, italienische Küche mit hochwertigen Produkten
Vegetarisch/vegan/glutenfrei	Ausschließlich vegan
Nachhaltigkeit	Gemüse vom lokalen Markt
Ambiente	Gemütliche Atmosphäre in ruhiger Nebenstraße, Familieneignet
Reservierung	notwendig



## RESTAURANTE VENTA EL GOMERO

Adresse	Calle Calvario 4, 38300 La Orotava 922 52 35 89
Öffnungszeiten	Montag – Mittwoch 09:00 – 17:00 Donnerstag & Freitag 09:00 – 24:00 Samstag 10:30 – 23:30 Sonntag geschlossen
Spezialitäten	Große Auswahl an Tapas und kanarischen Gerichten
Vegetarisch/vegan/glutenfrei	Wenige vegetarische Optionen
Nachhaltigkeit	Lokales Gemüse; Kanarische Biere & Weine
Ambiente	Lebhaftes Ambiente im Stadtzentrum; kleines Lokal mit überdachter Außenterrasse; Verkauf von Spezialitäten
Reservierung	Nicht unbedingt notwendig

## GUACHINCHE EL CUBANO

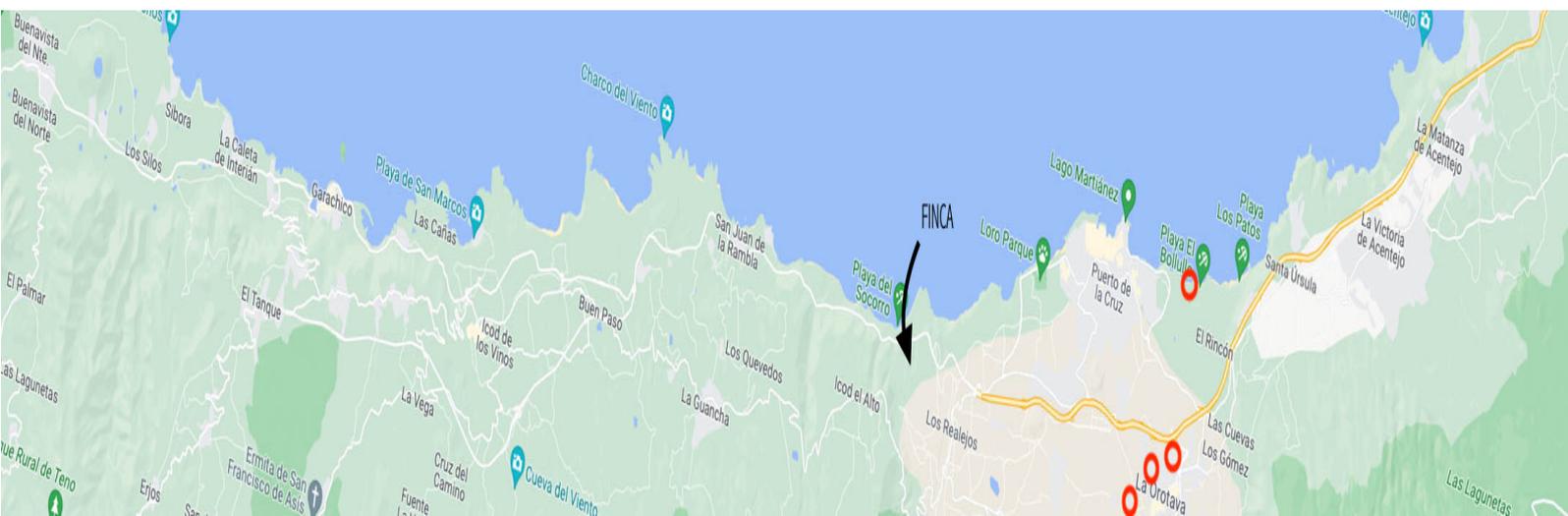
Adresse	Calle Maestre Juan 2, 38311 La Orotava 661 065 506
Öffnungszeiten	Dienstag 12:45 – 18:00 Mittwoch 12:45 – 21:30 Donnerstag 12:45 – 18:00 Freitag & Samstag 12:30 – 22:00 Sonntag 12:30 – 18:00 Montag geschlossen
Spezialitäten	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Typische kanarische Küche in Straußwirtschaft mit eigenem Hauswein</li> <li>• Berühmte Pata Asada und generell gegrilltes Fleisch</li> </ul>
Veget./Veg./ Glutenfrei	Wenige Optionen
<b>Nachhaltigkeit</b>	
Ambiente	Typische kanarische Staußwirtschaft, Familieneeignet
Reservierung	Am Wochenende unbedingt empfohlen

## GUACHINCHE EL TELEGAZO

Adresse	Camino del Sauce 22, 38310 La Orotava 643 20 81 01
Öffnungszeiten	Sonntag - Donnerstag 13:00 – 19:00 Freitag & Samstag 13:00 – 22:00
Spezialitäten	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kanarische Küche</li> <li>• Fleischgerichte</li> <li>• Auch venezolanische Küche</li> </ul>
Vegetarisch/vegan/glutenfrei	Nicht so viele Optionen
Nachhaltigkeit	Gemüse lokal
Ambiente	Typische kanarische Straußwirtschaft mit Blick auf Teide, Familieneignet
Reservierung	Samstag & Sonntag reservieren

## RESTAURANTE SAN DIEGO

Adresse	Camino de San Diego, 38314 La Orotava 922 33 12 42
Öffnungszeiten	Montag – Dienstag 13:00 – 22:00 Donnerstag – Samstag 13:00 – 22:00 Sonntag 13:00 – 17:00 Mittwoch geschlossen
Spezialitäten	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gegrilltes kanarisches Fleisch</li> <li>• Frischer Fisch</li> <li>• Hausgemachte Nachtische</li> </ul>
Vegetarisch/vegan/glutenfrei	Mehrere Optionen; flexibel auf Anfrage
Nachhaltigkeit	Das Grillholz vom heimischen Wald; Hühnchen, Rind & Schwein von der Insel; Frischer Fisch 100% lokal; Gemüse, Kräuter & weiße Bohnen aus eigenem Anbau
Ambiente	Nur gemütlicher Innenbereich
Reservierung	notwendig



## GUACHINCHE EL PRIMERO

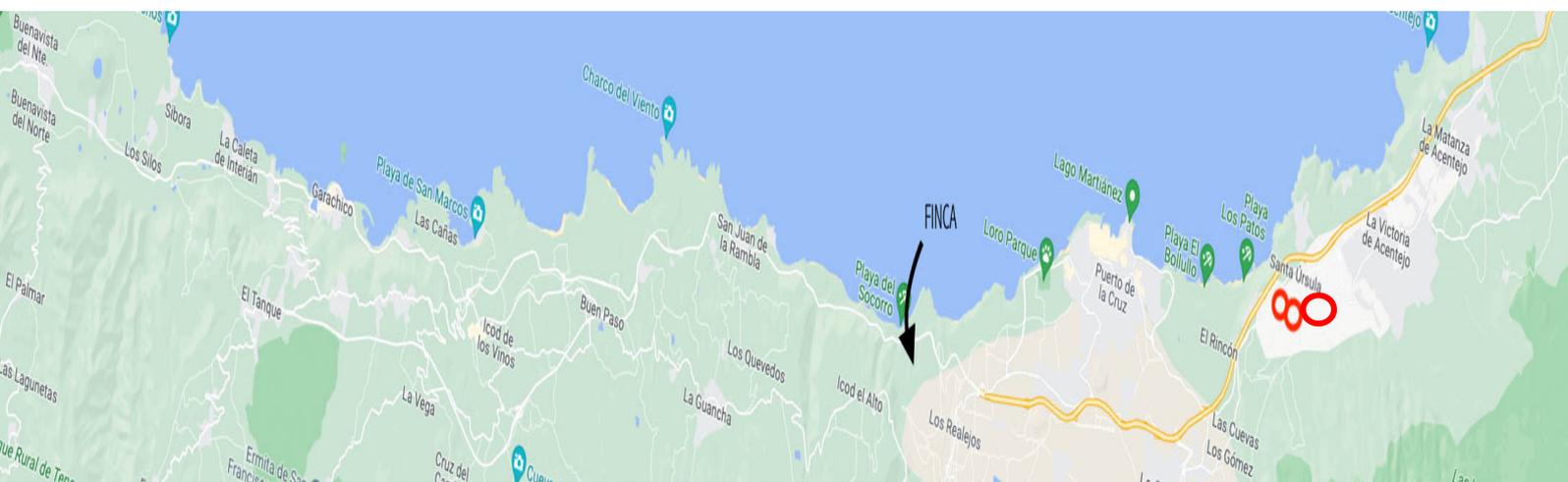
Adresse	Calle Malpais, 10, 38390 Sta Úrsula, Santa Cruz de Tenerife, Spanien
Öffnungszeiten	Samstag - Donnerstag 12:00 – 17:00 Freitag 12:00 – 27:00/ 19:30 – 22.30
Spezialitäten	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kanarische Küche</li> <li>• Fleischgerichte</li> </ul>
Vegetarisch/vegan/glutenfrei	Nicht so viele Optionen
<b>Nachhaltigkeit</b>	
Ambiente	Typische kanarische Straußwirtschaft in einheimischen Fler, Familieneeignet
Reservierung	Samstag & Sonntag reservieren

## LA BODEGITA DE ENFRETE

Adresse	Carretera Provincial 205, 38390 Santa Ursula 922 30 27 60
Öffnungszeiten	Freitag – Dienstag 13:00 – 22:30 Mittwoch & Donnerstag geschlossen
Spezialitäten	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Authentische kanarische Küche</li> <li>• Selbstgemachte Desserts</li> </ul>
Vegetarisch/vegan/glutenfrei	Wenige vegane, mehr vegetarische Optionen; Glutenfreie Gerichte auf Anfrage
Nachhaltigkeit	Fisch lokal gefangen, Gemüse & Kräuter zum Teil bio aus eigenem Anbau
Ambiente	Urige Bodega in altem gemütlichen Haus
Reservierung	notwendig

## EL CALDERITO DE LA ABUELA

Adresse	Carretera Provincial 130, 38390 Santa Ursula 922 30 19 18
Öffnungszeiten	Mittwoch – Sonntag 13:00 - 22:30 Montag & Dienstag geschlossen
Spezialitäten	<ul style="list-style-type: none"><li>• Traditionelle spanische Küche mit einem Hauch Modernität</li></ul>
Vegetarisch/vegan/glutenfrei	Wenige vegane Optionen aber Gerichte können angepasst werden
Nachhaltigkeit	Gemüse & Kräuter aus eigenem Garten; Fisch lokal gefangen
Ambiente	Innenbereich mit sehr schöner Aussicht und Außenbereich im Garten; auch für Kinder gut geeignet
Reservierung	Empfehlenswert kurz vor Öffnung um 13:00 oder zwischen 16:00 und 19:00

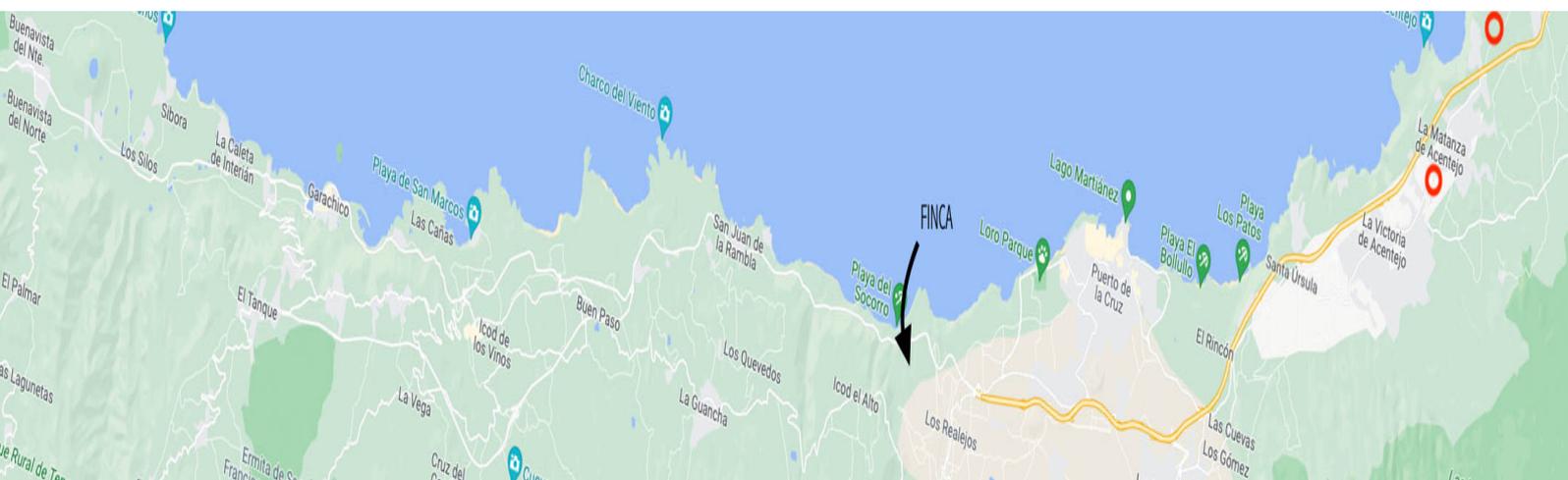


## LA HUERTA DE ANA Y EVA

Adresse	Calle Obispo Pérez Caceres 25, 38370 La Matanza 648 93 21 71
Öffnungszeiten	Montag - Dienstag 13:00 – 17:00 Samstag & Sonntag geschlossen
Spezialitäten	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Traditionelle kanarische Küche mit großer Auswahl an Tapas</li> </ul>
Vegetarisch/vegan/glutenfrei	Einige Optionen
Nachhaltigkeit	Alles lokal
Ambiente	Typische kanarische Straußwirtschaft mit authentischer Atmosphäre, Familiengeeignet
Reservierung	Nicht notwendig

## RESTAURANTE NILA

Adresse	Calle la Iglesia 2, 38360 El Sauzal 654 063 005
Öffnungszeiten	Donnerstag 13:00 – 15:30 /20:00 – 22:30 Freitag 20:00 – 22:00 Samstag 13:00 – 15:30 /20:00 - 22:30 Sonntag 13:00 – 15:30 Montag, Dienstag & Mittwoch geschlossen
Spezialitäten	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hipbes Restaurant mit täglich wechselnder Karte</li> <li>• Feine Küche</li> <li>• Selbstgemachte Pasta</li> </ul>
Vegetarisch/vegan/glutenfrei	Vegetarische/vegane/glutenfreie Optionen immer verfügbar
Nachhaltigkeit	Gemüse eigener Anbau; Brot & Pasta selbstgemacht und bio
Ambiente	Typisch und stylisch zugleich; familiäre Umgebung; eher für Erwachsene
Reservierung	notwendig



## TASCA 61

Adresse	Calle Viana 61B, 38201 La Laguna 636 021 353
Öffnungszeiten	Mittwoch 13:00 – 16:00 Donnerstag & Freitag 13:00 - 16:00/19:00 – 22:00h Samstag & Sonntag 13:00 – 16:00 Montag & Dienstag geschlossen
Spezialitäten	<ul style="list-style-type: none"><li>• Lokale und ökologische Gerichte</li><li>• Kleine Karte, reichhaltig &amp; frisch zubereitet</li></ul>
Vegetarisch/vegan/glutenfrei	Vegan friendly und vegetarische Gerichte vorhanden; glutenfreie Optionen
Nachhaltigkeit	100% Bio, Slow-Food Philosophie
Ambiente	Fußgängerstraße in historischem Stadtteil; Die Chefs, Angelo und Monica, führen das Restaurant alleine
Reservierung	notwendig

## NICOMEDES PESCADERÍA Y MARISQUERÍA

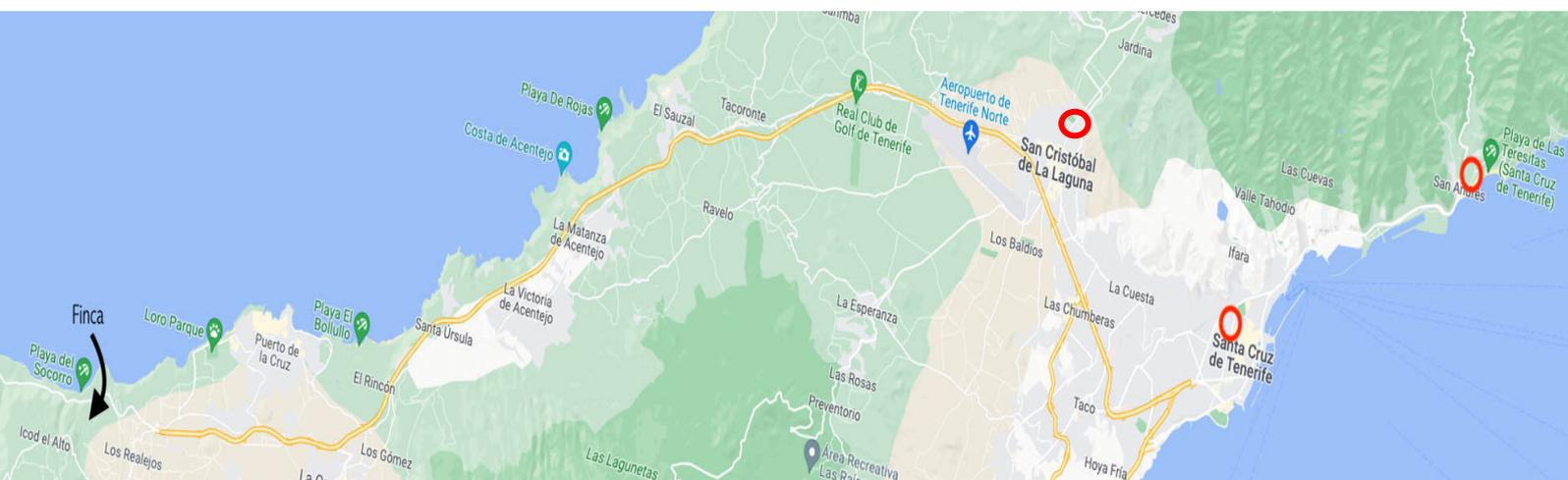
Adresse	Mercado Nuestra Señora de África, Calle de José Manuel Guimará, 38003 Santa Cruz Untere Etage im Fischmarkt 922 21 47 43
Öffnungszeiten	Täglich 06:00 – 14:00
Spezialitäten	<ul style="list-style-type: none"><li>• Die frischesten Meeresfrüchte und Fischgerichte direkt in der Markthalle</li></ul>
Vegetarisch/vegan/glutenfrei	/
Nachhaltigkeit	Viele lokale Fische im Angebot
Ambiente	Erlebnis in der Fischhalle vom Markt
Reservierung	Nicht möglich

## PANZA DE BURRO GASTROTASCA

Adresse	Calle Mendez Nuñez 20, 38001 Santa Cruz 922 28 42 52
Öffnungszeiten	Dienstag bis Donnerstag 13:00 – 23:00 Freitag 13:00 – 16:30 / 20:00 23:00 Samstag 13:00 – 23:00 Sonntag & Montag geschlossen
Spezialitäten	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kreative kanarische/spanische Küche</li> <li>• Sehr ausgefallene Gerichte</li> </ul>
Vegetarisch/vegan/glutenfrei	Viele Optionen für Veganer, Vegetarier und Personen mit Glutenunverträglichkeit
Nachhaltigkeit	Produkte fast ausschließlich aus eigenem Anbau von der Finca im Anaga Gebirge und von lokalen Bauern
Ambiente	Sehr kreativ gestalteter Innen- und Außenbereich
Reservierung	notwendig

## ESTRELLA DEL MAR

Adresse	Calle Dique 22, 38120 San Andrés 922 54 98 37
Öffnungszeiten	Mittwoch bis Montag 13:30 – 17:30/ 20:00 – 22:00 Dienstag geschlossen
Spezialitäten	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fast ausschließlich frischer Fisch</li> </ul>
Vegetarisch/vegan/glutenfrei	Eher wenige Optionen
<b>Nachhaltigkeit</b>	
Ambiente	Unscheinbares aber sehr gutes Fischrestaurant mit kleiner Karte; Perfekt in Verbindung mit einem Besuch der Playa de las Teresitas
Reservierung	notwendig





## PIZZERIA EL RUGANTINO

Adresse	Calle Esteban de Ponte 47, 38450 Garachico 634 351 171
Öffnungszeiten	Freitag & Samstag 19:00 – 24:00 Sonntag und Feiertage 18:00 – 24:00 Montag bis Donnerstag geschlossen
Spezialitäten	<ul style="list-style-type: none"><li>• Pizza</li></ul>
Vegetarisch/vegan/glutenfrei	Vegetarische Pizzaoptionen
Nachhaltigkeit	
Ambiente	Kleines Lokal, daher gut, um Essen mitzunehmen z.B. zum Hafenbecken
Reservierung	Notwendig

## EL MUNDIAL 82

Adresse	Calle la Marina 18, 38460 La Caleta de Interian, Los Silos 922 84 09 69
Öffnungszeiten	Freitag & Samstag 12:30 – 17:00/ 19:00 – 22:00 Sonntag 12:30 – 19:00 Montag, Dienstag & Donnersag 12:30 – 17:00 Mittwoch geschlossen
Spezialitäten	<ul style="list-style-type: none"><li>• Sehr frischer Fisch, Paella und Fleischgerichte</li></ul>
Vegetarisch/vegan/glutenfrei	Auf Nachfrage
Nachhaltigkeit	Fisch von lokalen Fischern; regionales Gemüse
Ambiente	Nur Innenbereich mit großer Glasfront; tolle Lage direkt am Meer
Reservierung	Notwendig am Wochenende

## RESTAURANTE EL BURGADO

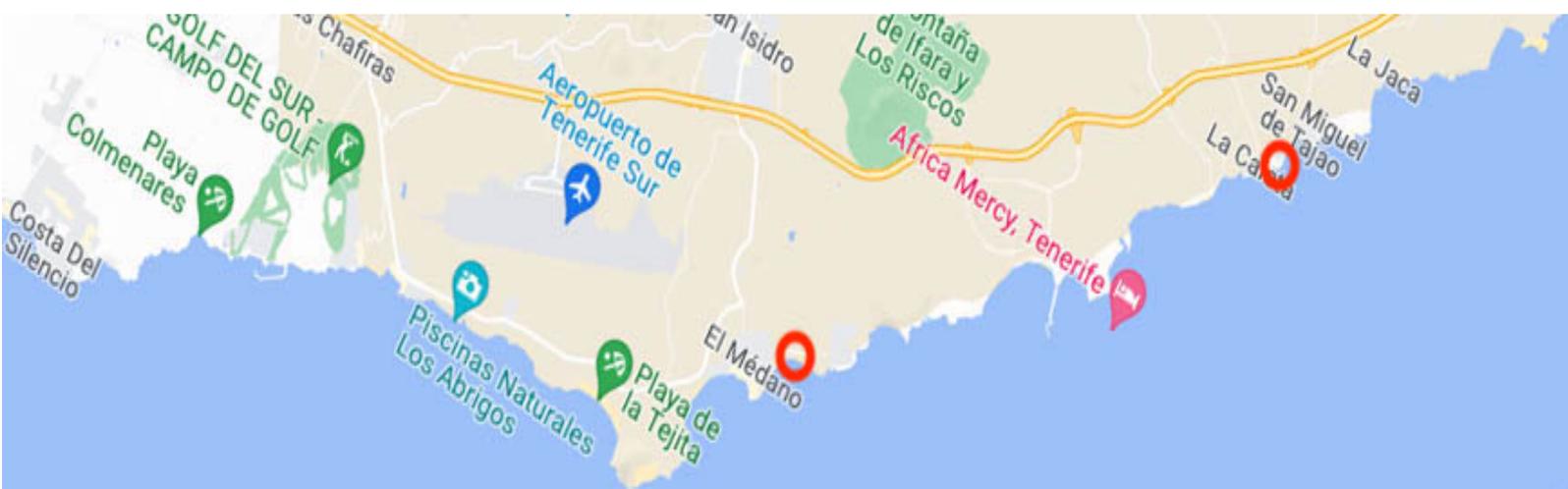
Adresse	Camino el Rincón, 38410 Buenavista del Norte 922 12 78 31
Öffnungszeiten	Täglich 12:00 – 21:00
Spezialitäten	• Fisch- / und Reisgerichte
Vegetarisch/vegan/glutenfrei	Wenige Optionen; nur auf Anfrage
Nachhaltigkeit	Frischer Fisch von Garachico; lokales Gemüse
Ambiente	Große Terasse direkt am Meer, nettes Ambiente auch für Kinder
Reservierung	Samstag & Sonntag werden Reservierungen bis 13:30 ngenommen



➔ Folgende Restaurants schlagen wir euch vor um sie mit eurer An- und Abreise im Süden zu verbinden:

## RESTAURANTE AGUA Y SAL

Adresse	Calle Callao Hondo 22, 38588 San Miguel de Tajao 922 17 11 76
Öffnungszeiten	Mittwoch bis Sonntag 13:00 – 22:00 Montag & Dienstag geschlossen
Spezialitäten	<ul style="list-style-type: none"><li>Fischrestaurant mit frischen Meeresfrüchten, Reisgerichten &amp; Pasta</li></ul>
Vegetarisch/vegan/glutenfrei	Verschiedene Optionen
Nachhaltigkeit	Fisch von lokalen Fischern
Ambiente	In einem einfachen Fischerdorf direkt am Meer
Reservierung	Unbedingt notwendig



# KAFFEE UND KUCHEN

## **CONFITERÍA Y CAFÉ TAORO "CASA EGON"**

Calle Leon, 5, La Orotava

Altehrwürdige Confiserie. Eines der Geheimnisse: Die Essenz bewahren und sehr wenig verändern. Der Verkaufsraum ist der selbe wie ihn schon einige Generationen von Bewohner\*innen von La Orotava genießen konnten. Da sucht man sich seinen Kuchen oder die Süßchen aus und begibt sich dann in den el salón del café oder auf die Terrasse.

Tel.(0034) 922 33 00 87

Mittwoch bis Sonntag 10 bis 20.30 Uhr

## **TEA & CHOCOLAT**

Carr. Gral. del Nte., 28, 38360 El Sauzal

Sehr leckere Kuchen- und Eis Auswahl.

Tel.(0034) 922 57 27 86

Montag bis Freitag 16.45 bis 23.30 Uhr

Samstag und Sonntag 13.45 bis 23.30

## **EL ADERNO**

Av. Marqués de Villanueva del Prado, 11c, 38400 Puerto de la Cruz

Der Kuchentresen ist ein Blickfang!

Tel. (0034) 922 38 73 01

Täglich 9 bis 21 Uhr, Freitag und Samstag bis 21.30 Uhr

Montag und Dienstag zwischen 15 und 16.30 geschlossen.

\*\*–jetzt gibt's El Aderno auch in Buenavista del Norte, La Alhondiga, 8

Tel. 922 12 73 68

Montag bis Samstag 9 bis 20 Uhr, Sonntag 8 bis 20 Uhr

## **RANCHO GRANDE**

Calle San Telmo, 1 0, 38400 Puerto De La Cruz

Dieses Restaurant ist direkt am Meer liegend mit angeschlossenen Backwaren Verkauf. Toller Kuchen und gutes Brot. Etwas touristisch aber lohnt sich.

Tel.:(0034) 922 38 37 52

Täglich 8 bis 23.30 Uhr

## **PALMELITA**

in Bajamar - La Laguna - Santa Cruz - Candelaria - Puerto de la Cruz

Seit 1968, traditionsreiche deutsche Patisserie; Torten, Süßigkeiten, Eis und Marmeladen. Auch kleine Essen für zwischendurch.

Tel. (0034) 922 15 03 55

Täglich zwischen 9/9.30 und 21/22 Uhr geöffnet

## **CHUCHERRIA PRESIDENTE**

C. de José Manuel Guimerá, 32, 38003 Santa Cruz de Tenerife

Super Churros (iberisches Fettgebäck, eine Art

länglicher Krapfen mit sternförmigem Querschnitt. Aus Brandteig, frittiert, mit Zucker bestreut und getunkt in heisser dickflüssiger Schokolade! )

Tel. (0034) 922 21 47 04

Täglich 6 bis 14 Uhr

# BUSFAHREN AUF TENERIFFA

Eine sehr gute Beschreibung findet ihr unter folgendem Link:

[https://casa-aguacate.de/bus-oeffentliche-nahverkehr-teneriffa/#Guagua\\_-\\_die\\_gruenen\\_Busse\\_der\\_TITSA](https://casa-aguacate.de/bus-oeffentliche-nahverkehr-teneriffa/#Guagua_-_die_gruenen_Busse_der_TITSA)

## Ten+ Individuelle Fahrten



- Preis der Ten+: 2€
- Aufladung von 2 -100€
- Gültig für alle Busse auf der ganzen Insel und Strassenbahn
- Kann von verschiedenen Personen benutzt werden
- Verkauf bei Titsa-Verkaufsstellen in Busbahnhöfen, Straßenbahn-Stationen und an Automaten
- Guthaben verfällt ein Jahr nach der letzten Aufladung

Teneriffa Urlauber\*innen, die jede Menge von der Insel sehen möchten und dazu die öffentlichen Buslinien nutzen, profitieren von den Tageskarten:

### Tageskarte- 1 Tag:

- Preis der Karte 2€ (es kann auch die Ten+Karte aufgeladen werden, sofern diese nicht über 10 Euro Guthaben hat – sonst muss eine zweite Karte) gekauft werden)
- 10€
- Gültig 24h ab der ersten Entwertung
- Unlimitierte Fahrten in Bus auf der ganzen Insel und Straßenbahn
- Persönlich
- Verkauf bei Titsa-Verkaufsstellen in Busbahnhöfen, Straßenbahn-Stationen und an Automaten

## 7-Tagekarte

- Preis der Karte 2€ (es kann auch die Ten+Karte aufgeladen werden, sofern diese nicht über 10 Euro Guthaben hat – sonst muss eine zweite Karte) gekauft werden)
- 50€
- Gültig 7 Tage ab der ersten Entwertung
- Unlimitierte Fahrten in Bus auf der ganzen Insel und Straßenbahn
- Persönlich
- Verkauf bei Titsa-Verkaufsstellen in Busbahnhöfen, Straßenbahn-Stationen und an Automaten

Die Webseite [www.titsa.com](http://www.titsa.com) informiert euch in Englisch und Spanisch über alles Wissenswerte zum Thema Busfahren. Da findet ihr auch die Fahrpläne für die einzelnen Linien (Abfahrtszeiten an den Ausgangshaltestellen). Leider werden keine Zeiten angegeben, wann der Bus an den einzelnen Haltestellen unterwegs ankommt.

Deshalb kann es sich lohnen, die grüne TITSA-App runterzuladen:

**Guaguas** DioDev

Damit kann auch (mit eingeschaltetem Standort) rausgefunden werden, wo sich die nächste Bushaltestelle befindet und wann der nächste Bus da vorbeifährt.

An jeder Haltestelle kann ebenfalls per QR-Code die Abfahrt des nächsten Busses abgefragt werden.

### DIE WICHTIGSTEN LINIEN:

- **363 Puerto de la Cruz - Buenavista /Icod**  
Diese Linie führt unterhalb der Finca an der Hauptstraße entlang. Die nächsten Haltestellen sind:
  - San Agustin (nicht zu verwechseln mit Plaza San Agustin), die Nummer der Haltestelle Richtung Puerto de la Cruz ist 4385, Richtung Icod/Buenavista 4330
  - Socorro (falls man steil den Barrano von/zur Finca runter/hoch gehen mag), die Nummer der Haltestelle Richtung Puerto de la Cruz ist 4384, Richtung Icod/Buenavista 4331
- **325 Puerto de la Cruz – Los Gigantes**  
Diese Linie führt unterhalb der Finca an der Hauptstraße entlang. Die nächsten Haltestellen sind:
  - Socorro, die Nummer der Haltestelle Richtung Puerto de la Cruz ist 4384, Richtung Los Gigantes 4331
- **102(ca. 1 h) / 103(ca. 45 Min) Puerto de la Cruz – Intercambiador (Busbahnhof) Santa Cruz**
- **348 Puerto der la Cruz – El Portillo – Teleferico – Parador del Teide** (nur ein Bus am Morgen um 9.30h hoch und am Nachmittag um 16h zurück)
- **108 Santa Cruz – Icod** (über Empalme Los Realejos, Nummer der Haltestelle beide Richtungen 4162)
- **343 Puerto de la Cruz – Flughafen Nord – Flughafen Süd – Los Cristianos – Costa Adeje (Las Americas)**
- **030 Puerto de la Cruz – Flughafen Nord**

# FEIERTAGE UND FESTE DURCHS JAHR

01. Januar	<b>Neujahr</b>
06. Januar	<b>Heilige Drei Könige (Los Reyes Magos)</b>
02. Februar	<b>Fest der Heiligen Jungfrau von Candelaria (Fiesta de la Virgen de la Candelaria)</b>
19. März	<b>Josephstag (Día de San José)</b>
Februar / März	<b>Karneval</b> Der Karneval, eine Tradition im Februar oder März, ist in allen Orten Teneriffas das bedeutendste Fest, insbesondere in der Hauptstadt Santa Cruz. Es finden riesige Umzüge statt, die Menschen tragen verrückte Kostüme und in den Straßen wird gefeiert – ein lebhaftes Fest, das tagelang andauert. Die genauen Daten dieser Festlichkeiten können sich jedes Jahr ändern.
März / April	<b>Karwoche und Ostern (Semana Santa und Pascua)</b> Abhängig vom Mondkalender finden im März und April viele Feierlichkeiten statt, um Ostern zu zelebrieren, insbesondere in Santa Cruz, Puerto de la Cruz, La Orotava, Garachico und La Laguna.
01. Mai	<b>Tag der Arbeit (Día del Trabajo)</b>
30. Mai	<b>Kanarischer Nationalfeiertag (Día de Canarias)</b>
Anfang Juni	<b>Fronleichnam (Corpus Christi)</b> Das Corpus-Christi-Fest, das im Juni stattfindet, erinnert an das Abendmahl. In La Orotava verzieren die Menschen den Platz vor dem Regierungsgebäude mit Tonnen von farbigem Sand, aus dem sie ein beeindruckendes Kunstwerk erschaffen, um den Weg der Prozession zu markieren und biblische Szenen darzustellen.
24. Juni	<b>Fest des Heiligen Johannes (San Juan)</b>
15. Juli	<b>Christi Himmelfahrt</b>
25. Juli	<b>Fest des Heiligen Jakobus (Santiago Apóstol); kanarischer Gedenktag in Erinnerung an den Sieg in der Schlacht gegen den britischen Admiral Nelson in Santa Cruz de Tenerife</b>
15. August	<b>Mariä Himmelfahrt (Pilgerung nach Candelaria)</b>
12. Oktober	<b>Spanischer Nationalfeiertag (Día de la Hispanidad)</b>
01. November	<b>Allerheiligen (Todos los Santos)</b>
29./30. November:	<b>San Andrés (Heiliger Andreas)</b> Am 29. und 30. November findet in Puerto de la Cruz und La Orotava die Fiesta de San Andrés (Fest des Heiligen Andreas) statt, bei der traditionell die Weinkeller geöffnet sind und der neue Wein gekostet wird. Die Kinder in Icod de los Vinos gleiten bei einer ungewöhnlichen Tradition auf eingefetteten Holzbrettern die steilen Straßen hinunter.
06. Dezember:	<b>Tag der Verfassung (Día de la Constitución)</b>
08. Dezember:	<b>Mariä Empfängnis (Inmaculada Concepción)</b>
24./25. Dezember:	<b>Heiligabend und Weihnachten (Nochebuena und Navidad)</b> Während der Weihnachtszeit auf Teneriffa dreht sich alles um die Familie, zur Feier dieses Anlasses werden große Essen veranstaltet. Nach einem Festessen am Heiligabend besuchen viele Menschen die Mitternachtsmesse, auf die der Baile del Niño (Tanz des Kindes) folgt, bei dem Gruppen in traditioneller Kleidung vor dem Bild des Jesuskindes tanzen.
31. Dezember	<b>Silvester (Nochevieja)</b> Nach einem traditionellen Familienessen gehen viele Menschen auf die Straßen, um dort zu feiern und das neue Jahr einzuläuten. An vielen Orten gibt es Feuerwerke sowie Musik und Tanz.

Infos aus: [www.sunbonoo.com](http://www.sunbonoo.com) und [www.spain-tenerife.com](http://www.spain-tenerife.com)

# INTERESSANTE LINKS

NEUIGKEITEN UND NACHRICHTEN VON TENERIFFA: <https://www.tenerifeon.es>

INFORMATIONEN ZU AUSFLÜGEN, SEHENSWÜRDIGKEITEN, ETC.: <https://www.webtenerife.com>

WANDERROUTEN & RADROUTEN AUF DER INSEL: [www.komoot.com](http://www.komoot.com) oder [www.wikiloc.com](http://www.wikiloc.com)

ORGANISIERTE WANDERAUSFLÜGE IN KLEINEN GRUPPEN: <https://www.teneriffa-kreativ.com>

TENERIFFA AUSFLÜGE MIT KINDERN:

ONLINEBLOG MIT GROSSARTIGEN INFOS RUND UM DIE INSEL: [www.canary-vibes.com](http://www.canary-vibes.com)

REISEN ZWISCHEN DEN INSELN: <https://www.hallokanarischeinseln.com/reisen-zwischen-den-inseln>

TIPPS ZUM SICHEREN BADEN: <https://www.hallokanarischeinseln.com/sicheres-baden>

# ALLGEMEINES UND NOTFÄLLE

Die Notaufnahme heisst URGENCIAS („urchencias“ gesprochen)

**CENTRO MÉDICO VIDA**, Ctra. Gral. Las Arenas 73, 38400 Puerto de la Cruz  
Deutsch und Englisch.  
24h, Notaufnahme (URGENCIAS) +34 922 330 550

<https://clnicasvida.es>

Tel. +34 922 38 23 17

Es kann mit der Krankenversicherungskarte abgerechnet werden, man muss jedoch in Vorkasse gehen.

**HOSPITAL UNIVERSITARIO DE CANARIAS**, Carretera Ofra S/N,  
38320 La Laguna, Santa Cruz de Tenerife.  
24h., Notaufnahme (URGENCIAS) Tel. + 34 922 67 80 00

<https://centroshospitalarios.com/san-cristobal-de-la-laguna>

Tel. + 34 922 67 80 00

Es kann mit der Krankenversicherungskarte abgerechnet werden, man muss jedoch in Vorkasse gehen.

## NOTRUF 112

Die allgemeine **NOTRUFZENTRALE** (Polizei, Feuerwehr und Krankenwagen) ist unter der **112** zu erreichen.

**Der Anruf ist kostenfrei und kann jederzeit und in ganz Spanien gemacht werden.** Diese Nummer kann den Standort des Anrufers ausmachen und verfügt über Fernübersetzungen in verschiedene Sprachen.

**Polizei National 091** (Unfälle/Vorfälle)

**Süd Flughafen (Reina Sofia) +34 913 21 10 00**

**Nord Flughafen (Los Rodeos) +34 902 40 47 04**

**Titsa (Buslinie) Auskunft 08.00-20.00h) +34 922 531 300**