

## Bike-Camp auf El Hierro: die besten Trails auf der kleinsten der Kanareninseln

7 Reisetage - Individualreise

### Anreise + Einreisebestimmung

Es gibt mehrere Möglichkeiten, nach El Hierro zu reisen:

1. Sie fliegen nach Teneriffa und fahren von dort aus mit der Fähre nach El Hierro. Die Fähre fährt ab Los Christianos in zweieinhalb Stunden nach El Hierro. Sonntags um 19:30, mittwochs um 20:15, an anderen Tagen um 17:30 (außer samstags). Von El Hierro nach Teneriffa sonntags um 16:00, mittwochs um 04:30 und 16:00 Uhr. An den anderen Tagen um 14:00 Uhr (Änderungen vorbehalten).

Der Flughafen auf Teneriffa wird von allen großen Flughäfen Deutschlands, der Schweiz und Österreich im Charterflugverkehr angefliegen.

2. Flug nach Teneriffa, dann Anschlussflug nach El Hierro. Vom Nordflughafen auf Teneriffa gibt es drei bis vier Flüge mit Binter pro Tag. Der Flug von Teneriffa nach El Hierro dauert ca. 40 Minuten.

3. Sie fliegen nach Gran Canaria und fliegen von dort am frühen Nachmittag nach El Hierro.

Gerne erstellen wir Ihnen ein unverbindliches Flugangebot. Bitte sprechen Sie uns an.

Für die Einreise benötigen Sie einen bis nach Abschluss der Reise gültigen Personalausweis oder Reisepass.

### Routenführung und Anforderung

Für diese Bikereise ist eine gute Kondition und Bike-Erfahrung im Gelände erforderlich.

Im Reiseumfang sind vier geführte Touren enthalten. Diese sind auf breiteren Wegen und einfachen Trails (Kat. S1). Auf Wunsch kann vor Ort auch ein schwierigeres Level gefahren werden, falls auch andere Teilnehmer dies wünschen. Wir weisen darauf hin, dass die Gruppenzusammensetzung während Ihres Aufenthalts je nach Anreisedatum variieren kann.

### Begleitfahrzeug + Guide

Die Touren werden von einem lokalen, deutschsprachigen Guide begleitet. Ein Begleitfahrzeug ist nicht dabei (die Insel ist klein und in Notfällen kann immer ein Transport in die Nähe gerufen werden).

### Unterkünfte

Sie übernachten im Hotel Los Verodes in Frontera (je nach Verfügbarkeit, auf Anfrage auch andere Hotels mit vergleichbarem Standard möglich). Jedes der Apartments verfügt über ein Wohnzimmer sowie eine Küchenzeile mit Mikrowelle, Kühlschrank, Backofen und Kaffeemaschine. Das Zentrum von Frontera, und die Bikestation, erreichen Sie nach ca. fünf Gehminuten. Ganz in der Nähe befinden sich ein Bäcker und ein nettes Café zum Frühstück. Auf der Dachterrasse gibt es Sonnenliegen und eine gemütliche Sofa-Ecke zum Entspannen. Eine gemeinschaftlich genutzte Waschküche steht Ihnen kostenfrei zur Verfügung.

### Gesundheit

Die Standardimpfungen gemäß des aktuellen Impfkalenders des Robert-Koch-Institutes für Kinder und Erwachsene sollten anlässlich einer Reise überprüft und vervollständigt werden. Diese Empfehlungen ersetzen keinesfalls eine persönliche Konsultation und ein Impf-Check-up bei Ihrem Hausarzt. Detaillierte Informationen zur medizinischen Vorsorge erhalten Sie z.B. auf den Seiten des Centrums für Reisemedizin: [www.crm.de](http://www.crm.de)

### Klima

Die Kanaren sind von mediterran-subtropischem Klima mit heißen Sommern und milden, regenreichen Wintern geprägt. Bei Jahrestemperaturen von durchschnittlich 17° bis 26°C spricht man auf El Hierro wohlwollend vom "ewigen Frühling."

### Räder

Auf El Hierro gibt es folgende Mountainbikes zum Verleih:

GRAND CANYON AL 6,9 29", Gabel: RS Recon, Schaltung: Shimano XT Shadow 2\*10, Bremsen: Shimano BR-M506, Laufräder: Marvic Crossride, Gewicht: 12,8 kg, verfügbar in XS, S, M, L, XL

CANYON NERVE AL 7.0 650b, Federweg vorne und hinten: 120mm, Gabel: FOX 32 Float 120 FTI, Dämpfer: FOX Float DPS, Schaltung: Shimano XT / SLX 3\*10, Bremsen: Shimano SLX, Laufräder Marvic Crossride, Gewicht: 12,6 kg, Größen: XS, S, M, L

CANYON SPECTRAL AL 6.0 650b, Federweg vorne und hinten: 140 mm, Gabel: FOX 32 Float FTI 4 15QR, Dämpfer: FOX Float EVO L, Schaltung Shimano XT, Shadow 2\*10, Bremsen: Shimano SLX, Laufräder DT Swiss M 1600 Spline, Sattelstütze: RockShox Reverb Stealth, Gewicht: 13,1kg, Größen: XS, S, M, L, XL

CANYON STRIVE: Ausstattung Strive AL 6.0 Race. Federweg vorne und hinten: 160 mm, Gabel: Rock Shox Pike RC, Dämpfer: Rock Shox Monarch Plus, Schaltung: SRAM Guide R,

Laufräder DT Swiss E 1700 Spline, Sattelstütze: Rock Shox Reverb Stealth, Gewicht: 14 kg, Größen: S, M, L

Im Mietpreis sind ein Repairkit, eine Luftpumpe, ein Schloss und auf Wunsch Klickpedale (SPD) inklusive. In Spanien besteht Helmpflicht. Wir bitten deshalb alle Mieter, einen Helm zu tragen. Gegen Aufpreis kann ein Helm geliehen werden (vorbehaltlich Verfügbarkeit). Sprechen Sie uns einfach an.

## Reisebeschreibung

### Highlights

- 5 Biketage auf El Hierros besten Trails
- Für jeden Geschmack sind Touren möglich
- Einsame Gegenden fernab des Massentourismus
- Vulkangestein, Pinien- und Kiefernwälder, karge Weideflächen
- 

### Reiseverlauf

#### 1. Tag: Anreise

Viele Wege führen nach El Hierro: Variante 1: Sie fliegen nach Teneriffa Süd und fahren die kurze Strecke per Taxi zum Fährhafen (ca. 20,-). Die Fahrt mit der Fähre von Teneriffa nach El Hierro dauert ca. zweieinhalb Stunden (ca. 100€/Hin- und Rückfahrt). Ihr Flug sollte spätestens um 14:30 landen. Am Fährhafen in El Hierro nehmen wir Sie in Empfang und bringen Sie zu Ihrer Unterkunft.

Variante 2: Sie fliegen nach Teneriffa Nord oder Gran Canaria, dort steigen Sie um nach El Hierro. Am Flughafen nehmen wir Sie in Empfang.

Die Anreise ist nicht im Reisepreis inkludiert. Gerne sind wir Ihnen bei der Planung Ihrer Anreise behilflich. ( - / - / - )

Bei denen im Folgenden genannten Touren handelt es sich um Beispiele. Je nach Kondition oder Wetterlage können auch andere Touren gefahren werden. ( - / - / - )

#### A) La Calheta - San Salvador

Start um 10 Uhr an der Bikedstation. Shuttle nach La Llanía. Die erste Abfahrt führt uns über Camino Reales durch die Hauptstadt der Insel Valverde hinunter zum Küstenort La Calheta. In einer Bar legen wir eine Rast ein, dort gibt es außerdem eine schöne Möglichkeit zum Baden. Um ca. 14 Uhr bringt uns Taxifahrer Gustavo wieder hinauf nach La Llanía. Die zweite Abfahrt führt über den Camino San Salvador zurück nach La Frontera (ca. 200 Hm).

( - / - / - )

#### B) Tacoron - Malpaso

Start um 10 Uhr an der Bikedstation. Shuttle auf 1350m. Nach einer kurzen Aufwärmrunde im Märchenwald geht es anfangs über flowige Trails bergab. Vorbei an der Hoya del Morcillo bei El Pinar fahren wir bis zur Badebucht von Tacoron. Nach einer Stärkung geht es bequem per Shuttle zum Cruz de Los Reyes. Die letzten 150Hm führen zu Fuß auf den höchsten Berg El Hierros, den Malpaso. Die sehr flowige Abfahrt führt uns über den Jarranita-Trail vorbei an der Hoya del Pino über den Brennesseltrail hinab nach Tigaday im Golfal (ca. 350Hm). ( - / - / - )

#### C) Charco Manso - Los Llanillos

Start um 10 Uhr an der Bikedstation. Shuttle zum Startpunkt La Llanía. Heute nehmen wir den Kammtrail unter die Raeder. Entlang der Abbruchkante des Golfales führt uns dieser atemberaubende Trail zur Hochebene Mesita de Nisdafe. Hinab geht es über den Crazy Horse-Trail und die Ruta del Agua nach Valverde. In einer Bar machen wir eine kleine Pause. Anschließend bringen uns sandige Lavatrails bergab zur Badebucht Charco Manso. Hier wartet bereits unser wichtigster Mann – Gustavo auf uns. Nach kurzer Autofahrt laden wir die Bikes ab und tauchen in den dichten Dschungel des El Golfos ein. Der endlos scheinende Trail bringt uns hinab bis nach Los Llanillos wo ein frischgezapftes Cerveza auf uns wartet (ca. 250Hm). ( - / - / - )

#### D) Lomo Negro - Las Carboneras

Start um 10 Uhr an der Bikedstation. Kleiner Uphill zum Malpaso. Entlang des Bergkamms auf dem Camino de la Virgen geht's Richtung Mirador Bascos. Dieser Aussichtspunkt bietet eine spektakuläre Aussicht ins Golfal und auf die Küste. Weiter geht's zum Wahrzeichen El Hierros dem El Sabinar. Über den Lomo Negro biken wir in Richtung Küste bis zum Playa Verodal. Die zweite Abfahrt ist ein Highlight – die technisch anspruchsvollste Abfahrt vom Camp geht von der Cumbre (1350m) steil bergab direkt bis nach Frontera. (1050Hm und 3Km). Das abschließende Cerveza haben wir uns mehr als verdient (ca. 400Hm). ( - / - / - )

#### E) Tamaduste - La Jarranita

Start ist wie immer 10 Uhr an der Bikestation. Durch den Zauberwald geht es zur Hochebene Meseta de Nisdafe. Die Landschaft mit Weideflächen und Viehherden lässt einen vermuten in den Schottischen Highlands zu biken und nicht auf einer Kanareninsel. Nach einem wunderschönen Dschungletrail in Ventejis geht es durch den „little Gand Canyon“ nach Echedo. In Tamaduste machen wir Pause mit Bademöglichkeit. Auf geht's mit Gustavo zu finalen Abfahrt.

Ein „Potpourri“ der ersten vier Abfahrten in den Golfo bringt uns zufrieden nach Frontera zurück.(- / - / - )

#### 7. Tag: Abreise oder individuelle Verlängerung

Nach den Biketagen bietet es sich an, am Strand die Seele baumeln zu lassen, zu wandern oder, auch gut: weiter zu biken. Das bleibt Ihnen überlassen, gerne können Sie Ihre Reise auf El Hierro individuell verlängern. Oder Sie nehmen die Fähre nach Teneriffa und bleiben dort ein paar Tage. Wir sind Ihnen gerne bei der weiteren Planung bzw. Rückreise behilflich.(- / - / - )

(F=Frühstück M=Mittagessen A=Abendessen)

#### Programminweise

Bei dieser Reise ist das Tragen eines Helmes Pflicht.

#### Leistungen

- 6 Übernachtungen im DZ/Apartment in der Pension Los Verodes (Selbstversorgung)
- 4 Biketouren ab/an Bikestation mit deutschsprachigem Guide
- Bikemiete Fully an den Biketagen

#### Nicht enthaltene Leistungen

- An-/Abreise
- Transfers zu/von den Touren (falls notwendig 7,-/Strecke)
- Transfers Flughafen
- Verpflegung
- Getränke
- Trinkgelder