

## INHALT

### ■ DAS IST LA PALMA

- 8** Wunderwerk der Natur
  - 12** Das Paradies
  - 16** Blick ins Weltall
  - 20** (K)eine Bananeninsel
  - 24** Mitbringsel aus Kuba
- .....

### ■ TOUREN

- 30** Unterwegs auf La Palma
  - 34** Heimelige Dörfer und wilde Küsten
  - 36** ● Durch die »Schlucht der Todesängste«
  - 38** Vulkanischer Süden und schwarze Strände
- .....

## ■ ZIELE VON A BIS Z

- 44** Barlovento
  - 48** Breña Alta · Breña Baja
  - 52** ● Viel Rauch auf La Palma
  - 55** ★★ Cumbre Nueva ·  
Cumbre Vieja
  - 60** ★ El Hierro
  - 70** ● Vom Aussterben bedroht
  - 76** El Paso
  - 82** ★ Garafía
  - 87** ★★ Las Tricias
  - 89** ★★ Los Canarios (Fuencaliente)
  - 96** ● Vulkanische Inselwelt
  - 99** Los Cancajos
  - 103** ★ Los Llanos de Aridane
  - 113** ★★ Los Sauces
  - 118** ★ Mazo (Villa de Mazo)
  - 123** ★★ Parque Nacional de la  
Caldera de Taburiente
  - 131** ★ Puerto de Tazacorte
  - 134** ★★ Puerto Naos
  - 139** Puntagorda
  - 144** ★ Puntallana
  - 149** San Andrés
  - 151** ★★ Santa Cruz de la Palma
  - 166** ● Alle fünf Jahre wieder
  - 168** ★ Tazacorte
  - 170** ● Klein und süß
  - 173** Tijarafe
- .....

## ■ HINTERGRUND

- 178** Die Insel und ihre Menschen
  - 182** ● Inseltopografie
  - 188** ● La Palma auf einen Blick
  - 192** Geschichte
  - 198** ● Eroberung mit Heimtücke
  - 203** Kunst und Kultur
  - 209** Interessante Menschen
- 

## ■ ERLEBEN & GENIEßEN

- 218** Bewegen und Entspannen
  - 223** Essen und Trinken
  - 222** ● Tauchgang vor El Hierro
  - 228** ● Typische Gerichte
  - 230** Feiern
  - 234** Shoppen
  - 238** Übernachten
- 

## ■ PRAKTISCHE INFOS

- 244** Kurz & bündig
  - 244** Anreise · Reiseplanung
  - 246** Auskunft
  - 247** Etikette
  - 248** Gesundheit
  - 249** Lesetipps
  - 250** Notrufe
  - 250** Reisezeit
  - 251** Sicherheit
  - 251** Sprache
  - 259** Telekommunikation · Post
  - 260** Verkehr
- 

## ■ ANHANG

- 263** Register
  - 268** Bildnachweis
  - 268** Verzeichnis der Karten und Grafiken
  - 269** Impressum
-