



## ■ SPN 4 SIETE CAÑADAS

**Duración:** 4 horas

**Distancia:** 16,6 kilómetros ida.

**Dificultad:** Baja.

**Tipo de ruta:** Lineal.

### Información general de la ruta

Recorrido imprescindible para conocer el anfiteatro de Las Cañadas. La excursión utiliza parte del trazado del antiguo Camino Real llamado Camino de Chasna, usado desde la época prehispánica para unir el Valle de La Orotava (al norte de la isla) y la zona de Chasna (al sur). A través de este Camino Real los guanches cruzaban la isla y realizaban la trashumancia con su ganado.

La ruta, con suave trazado, transcurre siempre con las paredes del Circo de Las Cañadas a la izquierda y la silueta del Teide a la derecha. Enlaza los dos centros de visitantes dentro del parque nacional, el de El Portillo y el de Cañada Blanca. Recomendable llevar agua y protección solar.

Posibilidad de enlace con SPN 1, SPN 2, SPN 5, SPN 16 y GR 131 (antiguo Camino Real de Chasna). Este sendero cuenta con el Ramal del Portillo Alto y el Ramal cruce Portillo (GR 131).



*La pista recorre Las Cañadas por la base de las paredes de la semicaldera superior.*



## Cómo hacer la ruta

La ruta comienza en el Centro de Visitantes del Portillo, donde existe un aparcamiento. El sendero se inicia junto a la barrera ubicada en la pista, al otro lado de la carretera TF-21 (frente al Centro de Visitantes). Acaba junto al Parador de Las Cañadas del Teide. También se puede hacer en sentido inverso, empezar en la zona del Parador y acabar en el Centro de Visitantes del Portillo.

## Preste atención a

Además de las vistas del Teide, siempre a nuestra izquierda, el sendero ofrece una interesante diversidad geomorfológica, que va desde las coladas negras basálticas en la Cañada de Diego Hernández o las formaciones amarillentas de El Capricho pasando por diferentes colores de piedras pómez por el firme que sirve de trazado a esta ancha pista. A finales de la primavera oportunidad de observar tajinastes rojos en flor, emblemática planta del parque nacional que llega a superar los dos metros de altura.

Organizar bien la logística (planificar tiempos y distancias) para el regreso o enlace con otro sendero.

## Precauciones

Cuidado al cruzar la carretera TF-21 en el punto de inicio junto al Centro de Visitantes El Portillo.



## Descripción del recorrido

Frente al Centro de Visitantes El Portillo se inicia, junto a la carretera, la pista de tierra que no abandonaremos en todo el recorrido hasta llegar al Parador de Las Cañadas y el Centro de Visitantes Cañada Blanca. Se trata de un recorrido con ligeras subidas y bajadas que nos van adentrando una tras otra en las cañadas que existen a lo largo de la ruta. Tras compartir los primeros pasos de la ruta con el SPN 2, al poco de comenzar sale a la izquierda el sendero que lleva hacia la Montaña del Cerrillar y la de Arenas Negras (SPN 2). Nosotros seguimos de frente obviando el desvío. Siempre por la pista principal.

El itinerario afronta la primera subida del recorrido entre retamas y hierba pajonera dejando atrás dos llanuras o pequeñas cañadas antes de llegar a la primera gran cañada del recorrido: la Cañada de Diego Hernández (2.090 m). La pista la cruza por completo hasta llegar a la altura de una pared rocosa que se descuelga del Risco Verde, a la izquierda y el Valle de Trujillo, a la derecha, desde donde se pueden contemplar unas completas vistas de las paredes del sur de Las Cañadas, frentes de coladas, los impresionantes domos de Montaña Rajada y Montaña Blanca y por supuesto, el Teide.



El camino baja ligeramente para cruzar la Cañada de las Pilas (2.047 m) y dirigirse hacia la base de la pared de La Mesa del Obispo (2.337 m). Al final de la cañada la pista sube ligeramente para sortear los bloques de piedra que la separan de la Cañada de la Angostura, llamada así por su estrechez en comparación con el resto. La Cañada de la Angostura (2.075 m) es una de las más bellas por el colorido de la roca y las formaciones redondeadas del Volcán de la Angostura y los bloques de piedra de la ladera de la montaña. Tras media hora más de recorrido, la pista sube y llega a la Cañada de La Grieta (2.100 m), llamada así por la gigantesca grieta de cien metros de altura que recorre la pared de El Topo de La Grieta (2.495 m). En esta cañada podemos ver restos de cabañas guanches.

Al llegar a los 2.190 metros de altitud y después de un pequeño recorrido salimos a la Cañada del Montón de Trigo. En esta cañada se observan las moles de Guajara (2.715 m) y la Montaña del Pasajirón (2.527 m) y las curiosas formaciones rocosas con forma de dedo (a la izquierda de la pista) llamadas Los Campanarios. Antes de llegar al Roque del Agua, que da paso a la Cañada de la Mareta, sale a la izquierda (señalizado con hitos de piedra) el sendero que sube a la Degollada de Guajara (SPN 5).

La pista cruza entre los enormes bloques de piedra que ocupan la superficie de la cañada y tras doblar una curva a la izquierda, sobrepasados el Roque del Pino y el Roque del Manzanero, vemos bajo



Por la Cañada de la Mareta.



nosotros la Cañada del Capricho y tras ella la enorme Cañada Blanca, el Parador de Turismo y Los Roques de García. Solo resta bajar a la Cañada del Capricho bordeando el espolón rocoso de Piedras Amarillas hasta salir al asfalto que nos lleva hasta la carretera TF-21 y que nos deja, tras superar la ermita, en la puerta del Centro de Visitantes Cañada Blanca y del Parador de Las Cañadas del Teide. Existe un sendero que permite evitar salir a la carretera y que sale a la derecha a la altura de la cancela de la pista.

Esta ruta presenta un par de **ramales 4.1**:

#### ■ Ramal Portillo Alto:

**Duración:** 15 min.  
**Distancia:** 540 metros.  
**Dificultad:** Baja.  
**Tipo de ruta:** Lineal.

#### Información general de la ruta

Este ramal se inicia en el sendero SPN 4 (Siete Cañadas) y finaliza en el Caserío del Portillo Alto (km.33.1 de la carretera TF-21).

#### ■ Ramal Cruce Portillo (GR 131):

**Duración:** 15 min.  
**Distancia:** 382 metros.  
**Dificultad:** Baja.  
**Tipo de ruta:** Lineal.



#### Información general de la ruta

El inicio del ramal se sitúa en el sendero SPN 4 (Siete Cañadas) y concluye en el Cruce de El Portillo.