



Ruta 0.4.0

PR-TF 41.1 El Cabezón-El Portillo Alto





Droit chemin de la mer au ciel

Un défi vertical unique en Europe

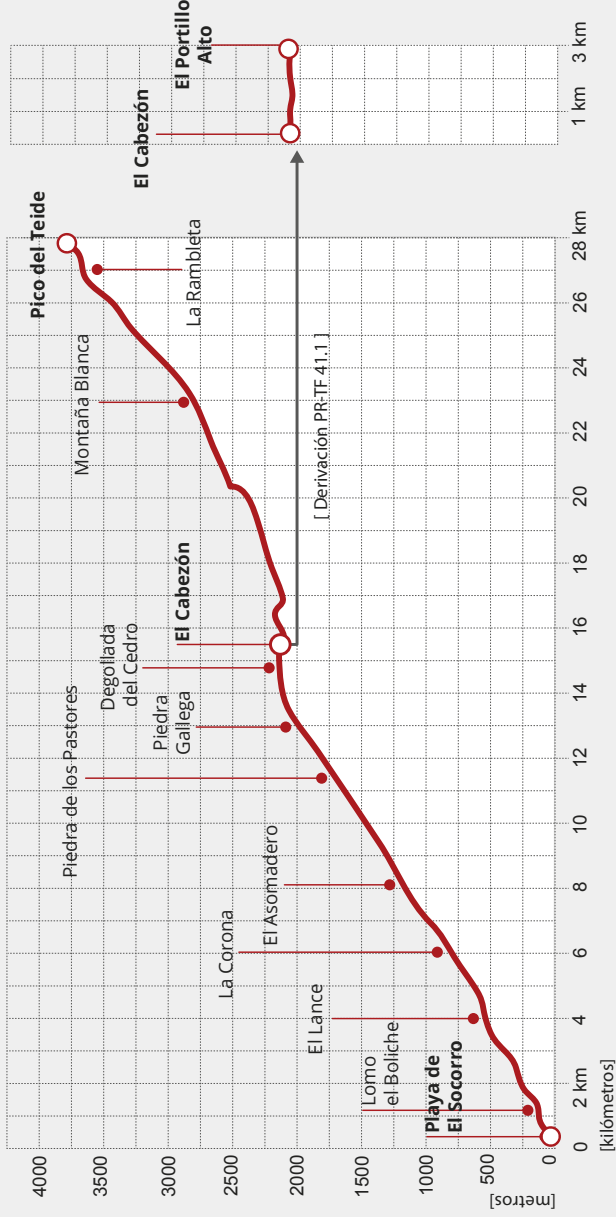
Le parcours 0.4.0 fait d'un rêve une réalité : parcourir en un seul jour la distance entre le bord de la mer et le colosse de près de 4.000 mètres d'altitude, le Teide.

Le parcours coïncide avec le sentier PR-TF 41 et possède une bifurcation PR-TF 41.1 jusqu'au Portillo Alto, permettant aux personnes qui souhaitent réaliser ce parcours en deux jours, consécutifs ou non, d'y entrer et/ou d'en sortir.

Après trois kilomètres, il rejoint le sentier principal à la base de la montagne del Cabezón. De là, on peut redescendre à la plage en traversant la pinède et les terrains à mi-pente ou bien continuer la montée sur les terrains de pierre ponce de Lomo Hurtado et Montaña Blanca pour ensuite continuer en sinuant jusqu'à la Rambleta (3555 m). **On peut arriver librement jusqu'à ce point mais pour accéder au sentier de la Rambleta au Pic du Teide (630 m), une autorisation gratuite est nécessaire. N'oubliez pas de la solliciter préalablement sur le web www.reservas-parquesnacionales.es.**

PR-TF 41

PR-TF 41.1



Données techniques PR-TF 41



TEMPS ESTIMÉ

 4-6 h

 7-9 h



DISTANCE

27,8 Km



MONTÉE CUMULÉE

3.812 m



DESCENTE CUMULÉE

116 m

Données techniques PR-TF 41.1



TEMPS ESTIMÉ



20'



45'



DISTANCE

3,1 Km



MONTÉE CUMULÉE

105 m



DESCENTE CUMULÉE

55 m

En pleine nature avec précaution



Avant de commencer, soyez conscient de l'effort que suppose cette randonnée.



Vérifiez que les prévisions météorologiques soient bonnes pour toutes les parties de l'itinéraire.



N'oubliez pas votre ravitaillement. Il n'y a pas de points d'eau potable sur le parcours.



N'oubliez pas votre portable chargé, une trousse de secours, de l'argent et des vêtements chauds.

Dans certains tronçons vous
pourrez rencontrer :



Usage partagé



Changements de température



Présence de brouillard



Zones glissantes

Pendant la randonnée :



Respectez la propriété privée



Ne sortez pas des sentiers

Balisage du sentier

Type de sentier	Continuité de sentier	Changement de direction	Mauvaise direction
GR[®] Gran Recorrido			
PR[®] Pequeño Recorrido			
SL[®] Sendero local			

Marcas registradas por la FEDME

Votre position est indiquée sur les panneaux.

Coordonnées géographiques

Lat. ,

Lon. ,



L'attention citoyenne

901 501 901



LES URGENCES

webtenerife.com

