

La Gomera – Trekking und Relaxen

Erlebe auf einer spektakulären, 7-tägigen Trekkingtour von Ort zu Ort die pure Magie von La Gomera! Deine Füße tragen dich auf den schönsten Pfaden durch alle Facetten der Insel. Wandere durch den mystischen Nationalpark Garajonay (UNESCO-Welterbe) und relaxe am Ende im sonnenreichen Valle Gran Rey.

 12 Tage

EUES201

Europa
La
Gomera



Weitere Bilder auf unserer Website [↗](#)

Preis p. P.

ab 2.549 €

12 Tage Inseldurchquerung und Valle Gran Rey

La Gomera ist eine kleine Insel im atlantischen Ozean, die durch ihre wilde und abwechslungsreiche Geographie fasziniert. Sie erwarten neben traumhaften Küstenregionen vor allem grandiose Berglandschaften. Vom Herzstück der Insel ausgehend, dem von der UNESCO zum Welterbe der Menschheit erklärten Silberlorbeerwald, erstrecken sich tief eingeschnittene Schluchten und Täler bis ins Meer. Während der 7-tägigen Inseldurchquerung wandern Sie von Ort zu Ort durch das Inselinnere.

Fragen zur Reise?

Nicole Schmidt  0341 / 55 00 94-42  nicole.schmidt@at-reisen.de

Übernachten werden Sie in verschwiegenen Bergdörfern, Tälern im Norden und an einem idyllischen Weiler am Rande des Nationalparks. Alle Unterkünfte sind familiengeführte Hotels und Pensionen, Appartements und eine gomerianische Finca in den Bergen. Im Anschluss lassen Sie die Reise im Valle Gran Rey, einem herrlichen Tal mit wunderschöner Bergkulisse, ausklingen. Wer darüber hinaus außer Ruhe und Strand noch weiter aktiv sein will, findet ausreichend Gelegenheit.

La Gomera ist wie ein Mikrokontinent – ein Paradies für Wanderer und Naturfreunde.

Charakter und Anforderungen der Reise

Technisch einfaches Wandern für trittsichere Bergwanderer mit durchschnittlicher bis guter Kondition bei Wandergezeiten von 3 bis 6–7 Stunden.

Sie wandern jeweils mit leichtem Tagesrucksack. Das Hauptgepäck steht uns täglich zur Verfügung.

Mittel 

Dieser Schwierigkeitsgrad erfordert eine moderate körperliche Belastbarkeit über mehrere Tage hinweg. Die Tagesprogramme können länger sein und eine gewisse Grundausdauer voraussetzen. Pausen sind eingeplant, dennoch kann die Abfolge der Aktivitäten fordernd wirken. Mentale Flexibilität bei Zeitplänen oder äußeren Einflüssen ist hilfreich.

Fitness

Solide Grundausdauer empfohlen

Training

2–3x pro Woche Ausdauertraining
(z.B. Gehen, Radfahren,
Schwimmen)

Psychische Belastung

Mittel – Offenheit und
Anpassungsfähigkeit sinnvoll

Reiseverlauf

Tag 1

Anreise nach San Sebastián

Sie fliegen nach Teneriffa und fahren mit der Fähre nach San Sebastián. Mit etwas mehr als 8.000 Einwohnern ist dies ein idyllisches Städtchen mit romantischen Plätzen, schöner Uferpromenade, Sandstränden und geschichtsträchtiger Vergangenheit.

Christoph Kolumbus machte hier 1492 ein letztes Mal vor der Entdeckung der "Neuen Welt" Halt.

Ein Ort, an dem es sich lohnt, noch einen Tag zu verweilen!

Verpflegung

 Abendbrot

Tag 2

Wanderung zu einer einsamen Bucht

Sie beginnen mit einer Einstiegswanderung in Richtung einer verschwiegenen Bucht. Der Weg bietet herrliche Ausblicke auf die Inselhauptstadt und den Küstenabschnitt. Nach der Wanderung erwartet Sie ein Bad im Atlantik am Strand von San Sebastián.

Gehzeit: 3-4 Std. 8 km ▲ 300 m ▼ 300 m

Verpflegung

🍴 Frühstück, Abendbrot

Tag 3

Subtropische Bergwelt und höchster Punkt der Insel (1.487 m)

Nach einer kurzen Anfahrt starten Sie am mächtigen Roque de Agando unsere erste Wanderetappe. Es ist ein Vulkanfels, der in Jahrtausenden von der Erosion geformt wurde.

Sie wandern hoch zum Pico de Garajonay (1.487 m) mit Panoramablick auf weite Teile Gomeras und die Nachbarinseln El Hierro, La Palma und Teneriffa. Der Abstieg durch einen Kiefernwald führt Sie nach Chipude, einen Ort am Fuße des imposanten Tafelberges.

Gehzeit: 5 Std. 13,5 km ▲ 700 m ▼ 700 m

Verpflegung

🍴 Frühstück, Abendbrot

Tag 4

Authentische Bergdörfer

Die Wanderroute führt durch das Töpferdorf El Cercado, wo dieses Handwerk noch heute genauso praktiziert wird wie einst bei den Ureinwohnern der Insel.

Vorbei an ehemals bewirtschafteten Terrassen mit immer wieder beeindruckenden Blicken in die tiefen Schluchten kommen Sie schließlich in das Palmendorf Las Hayas, wo man den für Gomera typischen Palmenhonig gewinnt. Ihre Unterkunft ist eine kleine Bergpension.

Gehzeit: 4 Std. 14 km ▲ 400 m ▼ 400 m

Verpflegung

🍴 Frühstück, Abendbrot

Tag 5

Durch den Märchenwald

Heute erwartet Sie gleich zu Beginn der Trekkingetappe ein Stück Märchenwald. Vermooste und ineinander verschlungene Baumäste knarren im Wind.

Dahinter eröffnet sich das Panorama des Inselnordens mit üppig grünen Landschaften. Sie steigen ab und erreichen Vallehermoso – das "Schöne Tal", umgeben von einer faszinierenden Bergwelt.

Gehzeit: 5 Std. 18 km ▲ 200 m ▼ 1.000 m

Verpflegung

🍴 Frühstück, Abendbrot

Tag 6

Agulo

Vor Ihnen thront majestätisch der Roque Cano – eine Landschaft, häufig eingetaucht in weißen Nebel. Sie machen Halt am Besucherzentrum der Nationalparkbehörde.

Über den kunstvoll angelegten "Camino Real" geht es hinunter nach Agulo. Der Ort mit seinen verwinkelten Gassen gilt als schönstes Dorf der Insel und wird auch als tropischer Garten La Gomeras bezeichnet.

Gehzeit: 5 Std. 15 km ▲ 800 m ▼ 800 m

Verpflegung

🍴 Frühstück, Abendbrot

Tag 7

Relaxtag in Agulo

Sie verweilen zum Relaxen in Agulo. Die stilvolle Unterkunft, der verträumte Ort, einen Ausflug nach Hermigua oder eine mögliche Wanderung zu einer schönen Badebucht lassen den Tag schnell vergehen.

Am Abend packen Sie für zwei weitere Trekkingtage den Rucksack.

Verpflegung

🍴 Frühstück, Abendbrot

Tag 8

El Cedro

Sie beginnen die Etappe auf einem alten Dorfverbindungsweg. Ein atemberaubender Aufstieg belohnt schließlich mit fantastischen Ausblicken auf Agulo und den Pico del Teide auf der Nachbarinsel Teneriffa.

Über los Aceviños gelangen Sie dann an den Weiler El Cedro. Sie übernachten in einer ehemaligen Finca, einem gomerischen Bauernhaus, direkt am Rande des Urwalds. Abends sitzen wir bei gutem Landwein zusammen.

Gehzeit: 4-5 Std. 14 km ▲ 950 m ▼ 350 m

Verpflegung

☞ Frühstück, Abendbrot

Tag 9

Durch den Nationalpark zum Valle Gran Rey

Die üppige Vegetation des 5 Millionen Jahre alten Urwaldes mit immergrünem Lorbeer, Riesenfarnen und Baumheide schafft eine einzigartige Atmosphäre. Nicht selten verwandeln Passatwolken den Wald in ein mystisches Szenario. Es ist der "Feuchte Atem Gottes", wie die Gomeros ihn nennen, der durch den Laurisilva zieht.

Erneut wechselt die Landschaft abrupt. Ein atemberaubender Ausblick auf das Valle Gran Rey mit seinen vielen Palmen und endlos erscheinenden Terrassenfeldern bildet einen weiteren Höhepunkt.

Gehzeit: 6 Std. 16 km ▲ 600 m ▼ 1.000 m

Verpflegung

☞ Frühstück

Tag 10–11

Relaxen im Valle Gran Rey

Sie bleiben für die kommenden zwei Tage im Valle Gran Rey. Ein idealer Ort mit herrlichem Klima, schönen Stränden und beeindruckender Natur. Sie unternehmen noch eine Wanderung im Tal zum Wasserfall von Arure.

Gehzeit: 3,5 Std. 10 km ▲ 400 m ▼ 400 m

Tag 12

Abreise oder individuelle Verlängerung

Fähre nach Teneriffa, Transfer zum Flughafen und Rückflug oder individuelle Verlängerung.

Leistungen

Das ist inbegriffen

- ☒ Flug ab/an Düsseldorf nach Teneriffa und zurück
- ☒ Fährüberfahrt von Teneriffa nach La Gomera und zurück
- ☒ Alle Transfers während des offiziellen Reiseprogramms
- ☒ 11 Übernachtungen; während der Trekkingtour im Hotel, Appartement und einfacher Pension im DZ mit Dusche/WC und in einem Bauernhaus (Übernachtung im 2-3 Bettzimmer), im Valle Gran Rey in 2-Pers.-Appartements mit Küche, Bad bzw. Dusche/WC und Balkon bzw. Terrasse
- ☒ 1 x Abendessen am Anreisetag
- ☒ Halbpension (Frühstück u. Abendessen) während der Trekkingtour (2.-9. Tag der Reise)
- ☒ 7-tägige Trekkingtour, 2 Standortwanderungen (San Sebastián u. Valle Gran Rey)
- ☒ Deutschsprachige örtliche Reiseleitung

Nicht enthalten

- ☐ Nicht genannte Mahlzeiten und Getränke
- ☐ Persönliche Ausgaben
- ☐ Trinkgelder
- ☐ Versicherungen
- ☐ Einzelzimmerzuschlag (am 8. Tag kein EZ möglich)

Termine

Bitte beachten Sie, dass sich folgende Termine auf den Stand des Datums beziehen, an dem Sie dieses Dokument heruntergeladen haben. Die aktuellsten Preise und Termine entnehmen Sie bitte unserer Website.

Sa., 03.10.2026
bis Mi., 14.10.2026 • 12 Tage

2.629 € p. P.

Sa., 17.10.2026
bis Mi., 28.10.2026 • 12 Tage

2.759 € p. P.

Sa., 31.10.2026
bis Mi., 11.11.2026 • 12 Tage

2.549 € p. P.

Fragen zur Reise?

Nicole Schmidt ☎ 0341 / 55 00 94-42 ✉ nicole.schmidt@at-reisen.de

AT REISEN GmbH | 6

Sa., 07.11.2026 bis Mi., 18.11.2026 • 12 Tage	2.549 € p. P.
Sa., 14.11.2026 bis Mi., 25.11.2026 • 12 Tage	2.549 € p. P.
Sa., 21.11.2026 bis Mi., 02.12.2026 • 12 Tage	2.549 € p. P.
Sa., 28.11.2026 bis Mi., 09.12.2026 • 12 Tage	2.549 € p. P.
Sa., 05.12.2026 bis Mi., 16.12.2026 • 12 Tage	2.549 € p. P.

⚠ Etwaige Preisdetails, wie etwa der Einzelzimmer-Zuschlag oder andere Preisvariationen entnehmen Sie bitte unserer Website.

Wichtige Informationen zur Reise

Zu dieser Reise

Informationen zur Anreise

La Gomera hat keinen internationalen Flughafen. Alle Anreisen erfolgen über die Flughäfen von Teneriffa (in der Regel der Flughafen Teneriffa Süd) und die Weiterreise erfolgt mit der Fähre nach San Sebastián de La Gomera. Längere Wartezeiten auf die Fähre am Hafen von Los Cristianos müssen einkalkuliert werden.

Bei späten Flugankünften ist eine Zwischenübernachtung auf Teneriffa notwendig, wenn am gleichen Tag keine Fährverbindung mehr nach La Gomera möglich ist. Zur Orientierung (ohne Gewähr): Bei Flugankünften bis ca. 17:30 Uhr auf Teneriffa ist in der Regel die Weiterreise nach La Gomera mit Fähre möglich.

Bei frühen Abflügen ab dem Flughafen auf Teneriffa ist eine Zwischenübernachtung auf Teneriffa notwendig, wenn am Abreisetag keine rechtzeitige Fährverbindung von La Gomera möglich ist. Zur Orientierung (ohne Gewähr): Bei Abflügen ab 11:00 Uhr von Teneriffa ist in der Regel der Fährtransport von La Gomera nach Teneriffa möglich.

Gepäck

Sie wandern jeweils mit leichtem Tagesrucksack. Das Hauptgepäck steht Ihnen täglich zur Verfügung (Ausnahme: Übernachtung im Bauernhaus in El Cedro am 8. Tag).

Zum Land

Länderspezifische Informationen

Andalusien ist die südlichste der insgesamt 17 autonomen Gemeinschaften Spaniens und erstreckt sich über eine Fläche von 83.000 km². In der Region leben etwa 8 Millionen Einwohner, was einer durchschnittlichen Bevölkerungsdichte von 92 Einwohnern pro km² entspricht.

Fragen zur Reise?

Nicole Schmidt ☎ 0341 / 55 00 94-42 ✉ nicole.schmidt@at-reisen.de

AT REISEN GmbH | 7

Andalusien ist zwar besonders für den Flamenco bekannt, besticht jedoch weitaus mehr durch seine beeindruckenden und vielfältigen Naturräume, in die die Region unterteilt ist.

Klima

An der Costa del Sol herrscht von Juni bis September trockenes, hochsommerliches Wetter, das sich ideal für einen Badeurlaub eignet. Im Winter, von Dezember bis Februar, erwarten Sie in Andalusien zudem die mildesten Temperaturen in ganz Spanien.

Einreise

Die Einreise ist für deutsche Staatsangehörige mit einem gültigen Reisepass, vorläufigen Reisepass, Personalausweis, vorläufigen Personalausweis oder Kinderreisepass möglich. Flugreisen von und nach Deutschland können nur mit einem gültigen Reisedokument angetreten werden.

Sollte dieses verloren gehen, wird für den Flug ein von den deutschen konsularischen Vertretungen in Spanien ausgestelltes Passersatzdokument benötigt. Reisende sollten sich vor der Abreise nochmals gründlich informieren. Weiterführende Informationen sind beim Auswärtigen Amt unter www.auswaertiges-amt.de sowie bei den deutschen Vertretungen in Spanien zu finden.

Impfungen

Für die Einreise nach Spanien sind keine Pflichtimpfungen vorgeschrieben. Es sollte jedoch darauf geachtet werden, dass die Standardimpfungen für Erwachsene und Kinder gemäß dem Impfkalender des Robert-Koch-Instituts auf dem aktuellen Stand sind. Als Reiseimpfung wird zusätzlich eine Hepatitis-A-Impfung empfohlen.

Nach Angaben des Auswärtigen Amtes hat die WHO das Verzögern oder Auslassen von Impfungen im Januar 2019 zu einer Bedrohung der globalen Gesundheit erklärt; insbesondere ein fehlender Impfschutz gegen Masern birgt aufgrund international steigender Fallzahlen ein hohes Risiko.

Währung

Da Spanien ein Euro-Land ist, zahlen Sie vor Ort in Euro. Kreditkarten wie Visa, American Express, MasterCard und Eurocard werden akzeptiert, wobei Einzelheiten beim jeweiligen Kartenaussteller erfragt werden können.

Mit der EC-Karte kann an allen Bankautomaten (Multibanco) Geld abgehoben werden, und auch die Zahlung in vielen Geschäften ist damit möglich. Reisende sollten sich im Vorfeld bei ihrer Bank über eventuelle Gebühren für Abhebungen und Zahlungen im Ausland informieren.

Trinkgelder

Trinkgelder sind in Spanien im Normalfall bereits im Preis enthalten. Wenn Sie mit einem Service besonders zufrieden waren und eine freundliche Bedienung erfahren haben, empfiehlt sich im Dienstleistungsbereich ein zusätzliches Trinkgeld von 10%.

Über uns

Hinweis zu Reiseänderungen

Wir möchten ausdrücklich darauf hinweisen, dass es zu Verzögerungen, Routenänderungen oder Programmumstellungen kommen kann – bedingt durch ungünstige Verhältnisse, schlechtes Wetter, organisatorische Schwierigkeiten, Nationalparkregulierungen etc. Sie sollten daher Abenteuergeist mitbringen, verbunden mit der Bereitschaft auf Komfort zu verzichten und ggf. Toleranz und Geduld zu üben.

Fragen zur Reise?

Bei einem vorzeitigen Abbruch einer Berg- oder Trekkingtour oder Rundreise/Safari besteht kein Anspruch auf Kostenerstattung. Die dadurch zusätzlich anfallenden Kosten (Vorortpreise der Hotels, alle Transfers, u.a.m.) sind vom Reisenden selber zu tragen. AT Reisen übernimmt keine Haftung für die Funktionsfähigkeit der persönlichen Ausrüstung der Reiseteilnehmer. Dies gilt auch, soweit dieses Equipment durch die Reiseteilnehmer vor Ort geliehen/ gemietet wird.

Versicherungen

Wir empfehlen Ihnen die Reise-Rücktrittskosten-Versicherung bzw. die Reise-Rücktrittskosten-Versicherung inkl. Reiseabbruch-Versicherung der ERGO Versicherung. Dieses Paket mit RRV oder Rundum Sorglos Schutz können Sie als Einmalschutz oder als Jahresversicherung (meistens preiswerter) bis 30 Tage vor Abreise abschließen.

Gerne senden wir Ihnen den Link zu und stehen Ihnen beratend zur Seite. Infos und Abschluss unter:

<https://www.at-reisen.de/reiseversicherung>.

Veranstalter

Diese Reise wird veranstaltet von einem sorgfältig ausgewählter Partner von AT REISEN.

Allgemeine Geschäftsbedingungen

Es gelten die AGB unserer Partner. Diese lassen wir Ihnen bei Buchung gerne zukommen.

Hinweis Kursschwankungen

Wir möchten anmerken, dass bei erheblichen Kursschwankungen des Euros nach unten muss der Preis angepasst werden. Der aktuell dargestellte Preis basiert auf dem Kurs vom 05/2026.



Ich packe meinen Koffer und nehme mit...

Drucken Sie sich gerne diese Liste aus und kreuzen sie ab, damit Sie nichts vergessen.

Folgende Ausrüstungssachen empfehlen wir:

Dokumente / Geld

- ☐ gültiger Personalausweis oder Reisepass + Kopie
- ☐ Impfausweis
- ☐ Wichtige Reiseunterlagen
- ☐ Geld und/oder EC- oder Kreditkarte

Ausrüstung

- ☐ Rucksack mit gepolstertem Hüftgurt mit ca. 25 Liter Fassungsvermögen für die Wandertage
- ☐ Großer Rucksack, Koffer oder Reisetasche (Empfehlung: AT-Tasche Tatonka Barrel XL, 110l für 110,- Euro)
- ☐ Eingelaufene knöchelhohe Berg- oder Wanderschuhe mit guter Profilsohle -> **Bitte beachten Sie, dass aus Verletzungsgründen geeignete Wanderschuhe unbedingte Voraussetzung zur Teilnahme an den Touren sind!**
- ☐ Wandersocken
- ☐ Leichtes Schuhwerk zum Wechseln (Badeschuhe nur bei den Terminen Mai – Oktober)
- ☐ Hirschtalg zum Einschmieren der Fußsohlen (gut gegen Blasen/brennende Fußsohlen)
- ☐ Kopfbedeckung gegen die intensive spanische Sonne (z.B. Schirmmütze)
- ☐ Regencape bzw. Wind-, Regenjacke und/oder wasserdichte Regenkleidung (Jacke und Hose)
- ☐ 1 Paar Teleskop-Trekkingstöcke als Gehhilfe (ab 36,- Euro bei AT REISEN)
- ☐ Wasserflasche (1.5 l) und Taschenmesser für Picknick
- ☐ 1 Stirnlampe mit Ersatzbatterien - LED Lampen (15,- Euro bei AT REISEN)

Kleidung

- ☐ Lange und kurze Hosen
- ☐ Lang- und kurzärmelige Hemden/T-Shirts
- ☐ Warmer Pullover (z.B. Fleece) und Jacke (windundurchlässig und atmungsaktiv)
- ☐ Bequeme Freizeitkleidung
- ☐ Badesachen (Baden ist temperaturbedingt ab Mai möglich)

Sonstiges

Fragen zur Reise?

- ☐ Fotoausrüstung
- ☐ Sonnenschutzcreme (hoher Lichtschutzfaktor!)
- ☐ Kleine Reiseapotheke (persönliche Medikamente, Schmerzmittel, Desinfektionsmittel, Muskelsalbe, Heftpflaster, Verbandszeug, Tape, etc.)
- ☐ Evtl. Ohrenstöpsel und Mückenschutz
- ☐ Strandhandtuch

Preise: Alle angegebenen Preise unterliegen Änderungen. Bitte informieren Sie sich auf shop-at-reisen.de