



Playa del Socorro. Cero metros

TEIDE TOTAL

EXCURSIÓN EXPRESS A LA CUMBRE DEL ATLÁNTICO

TXT: M. Caselles / Fotos: Victoria Sánchez

Con casi cuatro mil metros de desnivel ascendente desde el nivel del mar, la tinerfeña cumbre del Teide (3.718 m) se muestra como atractivo reto deportivo y geográfico tanto para montañeros como para corredores alpinos. Si además la ruta se remata regresando al punto de partida, la suma alcanza cerca de ocho mil metros de desniveles acumulados sobre unos 60 kilómetros de montañoso recorrido. Ese es el gran desafío integral del Teide: subir y bajar en el día desde el nivel del mar.

Miles de turistas ascienden a la cima del Teide a lo largo del año. Varias son las opciones. La mayoría utilizan el teleférico, otros inician la subida desde el acceso a vehículos de Montaña Blanca (2.365 m) y una minoría completa la ascensión integral al coloso volcánico desde los cero metros de la playa. Estos últimos planifican el ascenso en un par de días o de un sólo asalto hasta el cráter superior. Una vez arriba unos descienden en el teleférico, otros hasta la carretera y los más atrevidos hasta la misma playa de la que salieron horas antes.

Para ello, una mochila ligera con suficiente agua y alimento, además de experiencia montañera y buen entrenamiento serán necesarios. Y ante las dudas que surjan en las diferentes bifurcaciones, tomar siempre el sendero o la pista de mayor pendiente. Desde luego la ruta que alcanza el techo de la isla-volcán no concede un metro de descanso ni a los sentidos ni a las piernas.

El punto de partida para los que apuestan por alcanzar la cumbre del Atlántico sin más ayuda que la de sus zapatillas arranca de la Playa del Socorro, próxima al Puerto de la Cruz. Desde allí la ruta va ganando altura al cruce de dos pintorescos pueblecitos que dominan todo el valle de la Orotava. Continúa por el espinazo del valle salpicado de grandes antenas y característicos miradores sobre la costa. Luego es el turno de un empinado escudo boscoso con numerosos cruces de caminos hasta que se alcanza el amplio plató de las Cañadas del Teide. Finalmente el sendero abierto entre las coladas de lava conduce a las zonas altas del volcán pasando por el

Cruce por el Llano de las Brujas. Al fondo, el Teide.



refugio de Altavista, la estación del Teleférico y las fumarolas del cráter cimero del Océano Atlántico.

Al igual que ha sucedido con otros grandes recorridos montañosos de dentro y fuera de España, que reciben la visita de corredores alpinos deseosos de cubrir el trayecto en el menor tiempo posible, el ascenso y descenso integral al Teide desde la playa es una magnífica oportunidad de ponerse a prueba. No en vano se trata del mayor escalón orográfico por desnivel al que caminantes y corredores pueden enfrentarse en una cumbre española. Parte de la recompensa a tanto esfuerzo serán los excepcionales horizontes a vista de pájaro sobre las costas tinerfeñas, el océano Atlántico y las islas hermanas del archipiélago canario.

Información para viajar a Tenerife en www.webtenerife.com

Cumbre del Teide, 3.718 metros

