

Sommaire

EN UN COUP D'ŒIL

Les incontournables	7
Quelle île choisir ?	11
Si vous aimez...	13
Les Canaries c'est aussi...	17
Plages et farniente	19
6 idées de circuit	20

VISITER

Tenerife

1 Santa Cruz de Tenerife	38
2 La Laguna et la pointe nord	44
3 La côte sud, de Los Cristianos à Candelaria	49
4 La côte nord, entre patrimoine et histoire	52
➤ Balade secrète : Street art à Puerto de la Cruz	65
5 Le Macizo de Teno et l'ouest de l'île	66
6 Le parc national du Teide et les terres de l'intérieur	69
➤ Randonnée : Los Roques de García, au cœur du Teide	74

La Gomera

7 Le tour de l'île	78
--------------------	----

El Hierro

8 L'est de l'île	86
9 L'ouest de l'île, volcanique et tourmenté	90

La Palma

10 Santa Cruz de La Palma »	96
11 Le nord, luxuriant et montagneux	100
12 La côte ouest, entre vignobles et bananeraies	104
➤ Randonnée : Las Tricias-Buracas	106
13 Le centre de l'île et le PN Caldeira de Taburiente	108
14 Le sud de l'île, entre artisanat et volcans	112
➤ Balade secrète : Autour des volcans San Antonio et Teneguía	116

Gran Canaria

15 Las Palmas de Gran Canaria	122
16 La côte nord, entre air marin et patrimoine	132

4 ➤ Balade secrète : Sur les traces des Guanches	139
17 L'arc sud de l'île	140
18 Au cœur de l'île, entre pics et vallées	144

Fuerteventura

19 Puerto del Rosario et le sud de l'île	152
➤ Balade secrète : Punta de Jandía, les plages du bout du monde	159
20 Le nord de l'île, entre dunes et volcans	160

Lanzarote

21 Arrecife et le nord de l'île	166
➤ Randonnée : Yé – le volcan de la Corona	174
22 Le sud de l'île, entre plages et vignobles	176
➤ Balade secrète : Lanzarote, terre de goûts	181
➤ Coup de cœur de l'auteur : La maison de José Saramago	183
23 Le centre de l'île, au cœur des volcans	184

MANGER, DORMIR...

Tenerife	190
La Gomera	202
El Hierro	205
La Palma	208
Gran Canaria	214
Fuerteventura	224
Lanzarote	229

TOUT SAVOIR SUR...

Nature	238
Histoire	244
Les Canaries aujourd'hui	249
Gastronomie	252
Économie	257
Patrimoine et société	260
Loisirs	264

CARNET PRATIQUE

Avant de partir	268
Sur place	274
Lexique	287
Index	290

CARTES ET PLANS

Tenerife	36-37	La Palma	95
Santa Cruz de Tenerife	40-41	Gran Canaria	120-121
Puerto de la Cruz	58-59	Las Palmas de Gran Canaria	124-125
La Gomera	77	Fuerteventura	151
El Hierro	85	Lanzarote	165