

Spis treści

Poznaj i doświadczył ▶ 2

Niezbędnik ▶ 6

Wyspy Kanaryjskie w pigułce ▶ 10

12

Oto Wyspy Kanaryjskie



Przyroda ▶ 14



Historia ▶ 20



Spółeczeństwo ▶ 24



Kultura ▶ 26



Kuchnia ▶ 30



Wydarzenia ▶ 34

38

Teneryfa

Najważniejsze fakty o wyspie ▶ 42

Santa Cruz de Tenerife ▶ 44

San Cristóbal de La Laguna ▶ 50

Góry Anaga ▶ 56

Puerto de la Cruz ▶ 58

La Orotava ▶ 64

Park Narodowy El Teide ▶ 70

Icod de los Vinos ▶ 74

Garachico ▶ 77

Góry Teno ▶ 79

Południowa część wyspy ▶ 83

Wschodnia część wyspy ▶ 87



Wędrowanie
po wulkanie ▶ 91



Plaże Teneryfy ▶ 92



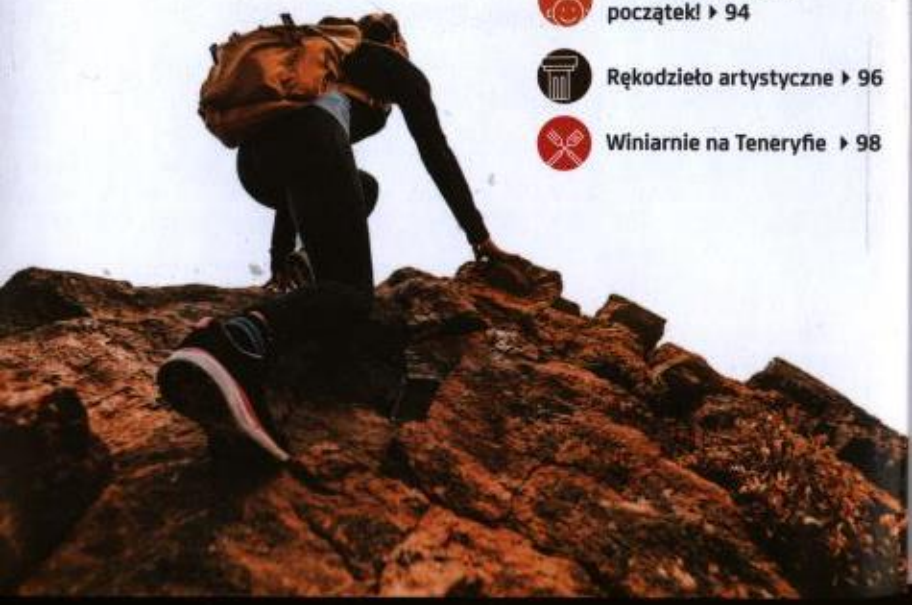
Siam Park na dobry
początek! ▶ 94



Rękodzieło artystyczne ▶ 96



Winiarnie na Teneryfie ▶ 98





124

La Palma

- Najważniejsze fakty o wyspie ▶ 128
- Santa Cruz de La Palma ▶ 130
- Park Narodowy
- Caldera de Taburiente ▶ 134
- Północna część wyspy ▶ 139
- Zachodnia część wyspy ▶ 141
- Fuencaliente i Park Archeologiczny
- Jaskiń Belmaco ▶ 144

100

La Gomera

- Najważniejsze fakty o wyspie ▶ 104
- San Sebastián de La Gomera ▶ 106
- Park Narodowy Garajonay ▶ 108
- Hermigua, Agulo
- i Vallehermoso ▶ 110
- Valle Gran Rey ▶ 112



Fiesta de los Indianos
i Taniec Karłów ▶ 148



W oparach cygara ▶ 151



Jeśli banan,
to tylko z La Palmy! ▶ 153



Ciekawostki
o GranTeCan ▶ 155



Pieszko przez zieleń ▶ 156



Guarapo i miód
palmowy ▶ 114



Język gwizdany –
el silbo gomero ▶ 116



Tajemnicze Garajonay ▶ 118



Aktywnie
na La Gomerze ▶ 120



Oko w oko z delfinami ▶ 122





182

Gran Canaria

- Najważniejsze fakty o wyspie ▶ 186
- Las Palmas de Gran Canaria ▶ 188
- Miasta i góry interioru ▶ 196
- Północna część wyspy ▶ 206
- Zachodnia część wyspy ▶ 215
- Południowa część wyspy ▶ 217
- Wschodnia część wyspy ▶ 223

158

El Hierro

- Najważniejsze fakty o wyspie ▶ 162
- Valverde i okolice ▶ 164
- Frontera ▶ 166
- Zachodnia część wyspy ▶ 169



W zgodzie z naturą ▶ 172



Nurkowanie na El Hierro ▶ 174



Kulinarne smaczki ▶ 177



Hierańska tożsamość ▶ 179



Rodzinne wakacje ▶ 180



Wodne aktywności
na 5 sposobów ▶ 232



Jak żyli dawni Canarios? ▶ 234



Kanaryjskie *miradores* ▶ 237



Górskie wędrówki ▶ 238



Queso de flor – ser z Santa
María de Guía ▶ 240



Parki rozrywki
na południu ▶ 242



244

Fuerteventura

Najważniejsze fakty o wyspie ▶ 248

Puerto del Rosario ▶ 250

Północna część wyspy ▶ 254

Środkowa część wyspy ▶ 262

Południowa część wyspy ▶ 274



Kozi ambasador
Fuerteventury ▶ 280



Złote plaże ▶ 282



Molino i molina ▶ 284



Skarby przyrody ▶ 286



Rowerowe eskapady ▶ 288

290

Lanzarote

Najważniejsze fakty o wyspie ▶ 294

Arrecife ▶ 296

Środkowa część wyspy ▶ 298

Północna część wyspy ▶ 303

Park Narodowy Timanfaya ▶ 308

Południowa część wyspy ▶ 312



César Manrique – piewca
piękna Lanzarote ▶ 314



Wulkanizm ▶ 316



Raj dla sportowców ▶ 318



Wino księżycowe ▶ 320



Najciekawsze atrakcje
dla najmłodszych ▶ 322



Pęten relaks ▶ 324