



Activa tu vida



PARQUE NACIONAL
DEL TEIDE
Tenerife



PERFILES Y CARTOGRAFÍA

NUBES ARDIENTES

25.10.2026

EL PORTILLO – MINAS DE SAN JOSÉ



DIFICULTAD: MEDIA



DISTANCIA: 10 km.



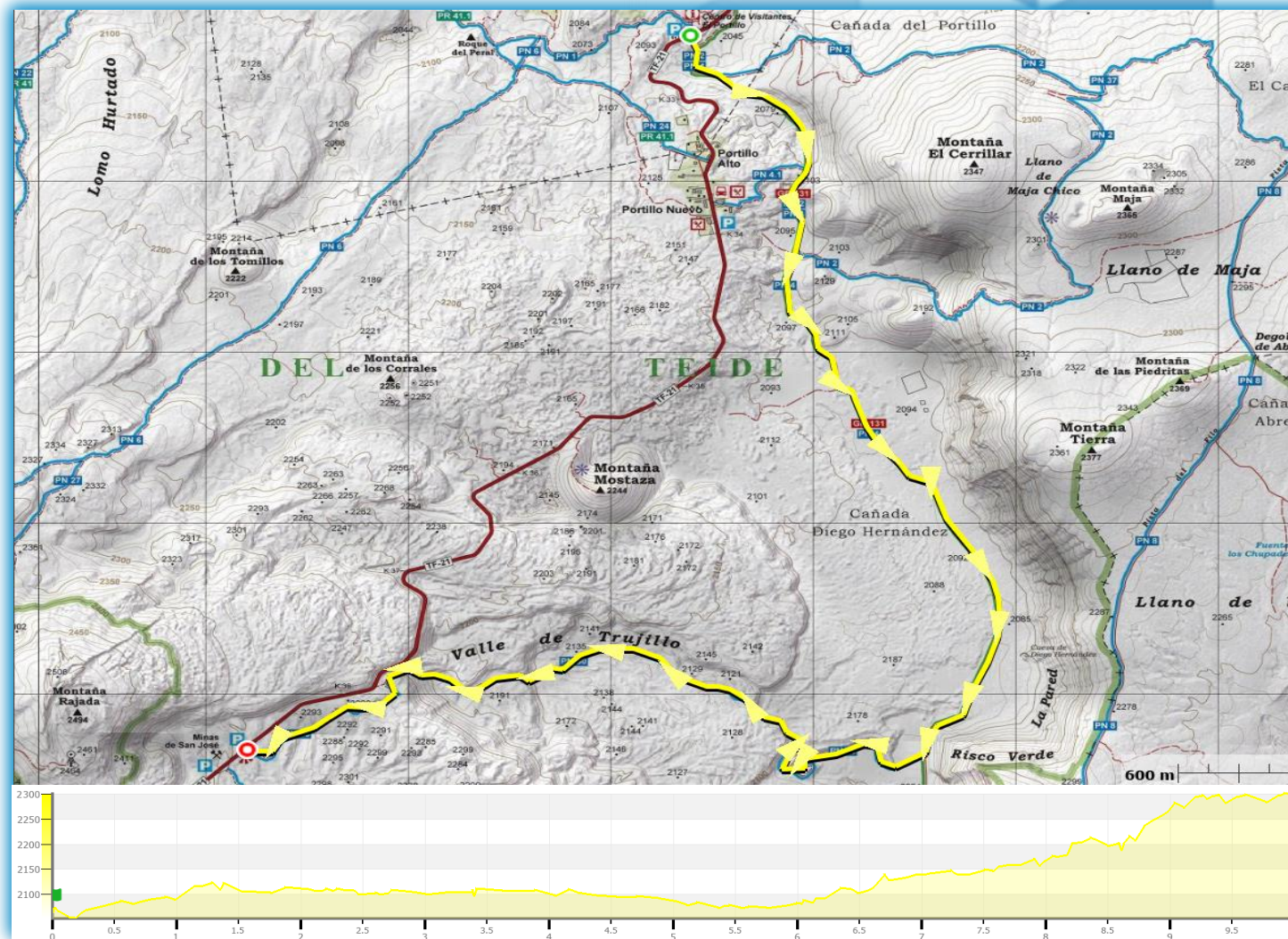
DURACIÓN: 8 horas 30 min.



ASCENSO TOTAL: 490 m.



DESCENSO TOTAL: 250 m.



NUBES ARDIENTES

EL PORTILLO – MINAS DE SAN JOSÉ

IDENTIFICACIÓN Y LOCALIZACIÓN GENERAL

FECHA: 25/10/2026

LUGAR: Parque Nacional del Teide

DISTANCIA: 10 km. (aprox.)

DURACIÓN: 8 horas 30 minutos (aprox.). Incl. traslados.

PROMOTOR: Cabildo Insular de Tenerife.

CARACTERÍSTICAS

HORA SALIDA: 08:00 horas.

HORA LLEGADA: 16:30 horas. (aprox.)

PUNTO SALIDA: Parking Trasera Hotel Nivaria.

PUNTO LLEGADA: Parking Trasera Hotel Nivaria.

DIFICULTAD Y RIESGOS

☒ Insolación.

☒ Otras: la actividad de senderismo no está exenta de riesgos propios del medio en el que se desarrolla.

EQUIPAMIENTO Y RECOMENDACIONES

EQUIPAMIENTO OBLIGATORIO: Ropa adecuada para la práctica de senderismo (recomendable ropa de abrigo así como cortaviento/impermeable). Botas de montaña o calzado de montaña de media/baja caña (no zapatillas deportivas/trail, ni zapatos). Abundante agua (2 litros mín.) y alimento suficiente. Bastones.

RECOMENDACIONES: Recuerde consultar la previsión meteorológica antes de preparar su equipo y prevea que las condiciones pueden resultar cambiantes para llevar consigo el material necesario.

COMUNICACIONES: Durante alguna parte de la ruta podría perderse cobertura de las principales compañías telefónicas operativas en España. El equipo de Guías lleva consigo emisoras con doble canal en línea de Seguridad en Montaña.

RESUMEN DE LA RUTA

RESUMEN: El Portillo ha sido tradicionalmente la “puerta” de entrada desde el norte de Tenerife a la gran caldera de Las Cañadas. Esta zona también ha sido el lugar por donde antaño se hacían los desplazamientos entre el norte y el sur de la isla, siguiendo el Camino de Chasna. En esta ruta recorreremos parte de ese camino tradicional, recordaremos la historia de los primeros pobladores y veremos los diferentes tipos de formaciones geológicas que han hecho que el Parque Nacional del Teide fuera reconocido en el año 2007 como Patrimonio Mundial de la Humanidad por la UNESCO.

VALORACIÓN MIDE

HORARIO	3 h 20'	2	SEVERIDAD DEL MEDIO
DESNIVEL DE SUBIDA	490 M	1	ORIENTACIÓN EN EL ITINERARIO
DESNIVEL DE BAJADA	250 M	2	DIFICULTAD EN EL DESPLAZAMIENTO
DISTANCIA HORIZONTAL	10 KM	3	CANTIDAD DE ESFUERZO NECESARIO
TIPO DE RECORRIDO	TRAVESÍA		
Tiempos estimados según criterio MIDE, sin paradas. Calculado sobre datos de 2026			

SEVERIDAD DEL MEDIO	1 El medio no está exento de riesgo
	2 Hay más de un factor de riesgo
	3 Hay varios factores de riesgo
	4 Hay bastantes factores de riesgo
	5 Hay muchos factores de riesgo
ORIENTACIÓN DEL ITINERARIO	1 Caminos y cruces bien definidos
	2 Sendas o señalización que indica la continuidad
	3 Identificación precisa de accidentes geográficos y puntos cardinales
	4 Exige técnicas de navegación y orientación fuera de traza
	5 La navegación es interrumpida por obstáculos que hay que bordear
DIFICULTAD EN EL DESPLAZA.	1 Marcha por superficie lisa
	2 Marcha por caminos de herradura
	3 Marcha por sendas escalonadas o terrenos irregulares
	4 Es preciso el uso de manos para mantener el equilibrio
	5 Requiere pasos de escalada para la progresión
CANTIDAD DE ESFUERZO	1 Hasta una hora de marcha efectiva
	2 De 1 a 3 horas de marcha efectiva
	3 De 3 a 6 horas de marcha efectiva
	4 De 6 a 10 horas de marcha efectiva
	5 Más de 10 horas de marcha efectiva

* Este sistema de medición está promovido, entre otros, por la Federación Aragonesa de Montañismo. Tiene toda la información sobre el MIDE, sus criterios de calificación y ponderación en www.montanasegura.com.



PLANIFICA
LA ACTIVIDAD



EQUIPA BIEN
TU MOCHILA



ACTÚA SIEMPRE
CON PRUDENCIA

JUEGOS MASTER 2026