



## Cruz del Carmen

Hija Cambada

### Un bosque único

El **sendero de la Hija Cambada** atraviesa uno de los pocos bosques de la Era Terciaria que aún existen. Hace millones de años cubrían gran parte del Mediterráneo, pero desaparecieron con la Era Glacial, sobreviviendo solo en lugares con clima estable como Anaga.

### Un clima especial

En el **Parque Rural de Anaga**, los vientos alisios forman un mar de nubes que genera lluvia horizontal. Esta humedad constante permite la conservación de la laurisilva, un ecosistema único.

### La Hija Cambada

El sendero toma su nombre del *Prunus lusitanica* o “**Hija**”, un árbol capaz de sobrevivir incluso cuando cae, brotando de nuevo. Muchos ejemplares crecen torcidos o en el suelo. Uno de ellos, derribado por la tormenta Delta, permanece en el camino lleno de nuevos brotes.

### Naturaleza viva

En el Monteverde de Anaga conviven laureles, tejos, musgos, líquenes y helechos, formando un paisaje que nos conecta con el pasado natural de la Tierra.

Además, este sendero puede disfrutarse de forma inclusiva gracias al uso de herramientas de apoyo como la Joëlette y la barra direccional, facilitando el acceso a personas con discapacidad y acercando la naturaleza a todos.

## CONTACTO:



635 67 31 20



[www.mptodos.org](http://www.mptodos.org)



[info@mptodosd.org](mailto:info@mptodosd.org)



C/ Vía, 7. Parcela L, Local 7

38010 Santa Clara

Santa Cruz de Tenerife



**MONTAÑA  
PARA TODOS**

## Senderismo Adaptado e Inclusivo

Sendero Cruz del Carmen - Hija Cambada.

Parque Rural de Anaga.

San Cristóbal de La Laguna.



EXCMO. AYUNTAMIENTO DE  
SAN CRISTÓBAL DE  
LA LAGUNA



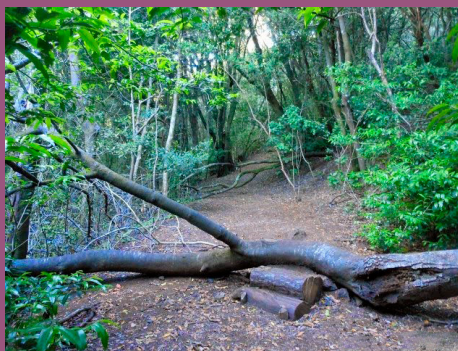
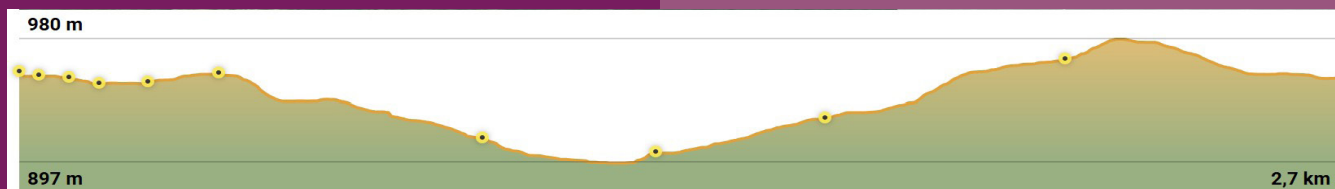
## Descripción general:

El recorrido comienza en el aparcamiento frente al Centro de Visitantes de la Cruz del Carmen. Se cruza la carretera y se toma el camino a la izquierda del bar, pasando por las cocheras y una verja hasta entrar en la pista forestal. Luego se bajan unas escaleras con precaución y se avanza por el bosque de laurisilva. Tras una pendiente con escaleras, el sendero se vuelve llano hasta llegar a la carretera, que se cruza con cuidado. El regreso se realiza por una pista que sube hasta la casa forestal y, desde allí, se vuelve al punto de inicio

- Nombre: Sendero Cruz del Carmen - Hija Cambada.
- Inicio y fin: Cruz del Carmen.
- Distancia aprox.: 2,7 km.
- Duración estimada a pie: 1 h 20 min.
- Dificultad: Baja-media, en algunos tramos.



## Perfil del sendero:



Hija caída en el sendero



Tramo con escalera de troncos



Caminando entre la laurisilva

## Datos de la actividad:

- ✓ Fecha: sábado 25 de abril de 2026.
- ✓ Horario: de 9:00 a 12:30 h.
- ✓ Punto de encuentro y salida: Plaza del Adelantado (La Laguna).
- ✓ Inscripción:  
<https://forms.gle/DWAbmz8tHYzeptBq6>.



- ✓ Actividad gratuita.

## Requisitos:

- ✓ Ropa de abrigo y calzado de montaña.
- ✓ Protector solar y sombrero o gorra.
- ✓ Picnic y agua.
- ✓ Chubasquero.
- ✓ Bastones (opcional).