

Inselnachrichten

Transgrancanaria, Transvulcania und Bluetrail

Drei Termine auf drei Inseln im Laufkalender 2020

Kanarische Inseln – Die internationale Traillauf-Elite richtet ihren Blick auf drei Kanarische Inseln, auf denen im März, Mai und Juni 2020 gleich drei Ultrabergläufe stattfinden, deren Ergebnisse in verschiedene internationale Cupwertungen einfließen.

Den Anfang macht im März auf Gran Canaria der Berglauf Transgrancanaria, der 128 Kilometer von Nord nach Süd quer über die Insel führt und bei dem im Anstieg insgesamt 7.500 Höhenmeter zu bewältigen sind.

Parallel zu der Königsdisziplin „128 km Classic“ finden zwischen dem 4. und dem 8. März die „Transgrancanaria Advanced“ über immerhin 65 km und 2.660 Höhenmeter im Anstieg, der „Transgrancanaria Marathon“ über 42 km und 1.000 Höhenmeter, der Anfängerlauf „Transgrancanaria Starter“ über 30 km und 688 Höhenmeter sowie der Lauf „Transgrancanaria Youth“ für 15- bis 20-Jährige über 17 km und 300 Höhenmeter statt. Der Startschuss zum Ultraberglauf „128 km Classic“ fällt am 6. März am Strand von Las Canteras.

www.transgrancanaria.net

Vulkanroute auf La Palma

Im Mai rückt auf La Palma der Ultraberglauf „Transvulcania“ die Kanaren erneut in den Blickpunkt der Traillaufszene. Die Ausgabe 2020 geht mit einigen Neuigkeiten an den Start wie der Verteilung der verschiedenen Laufdisziplinen auf einzelne Tage. Erstmals werden die Läufe auf den Distanzen Marathon (45 km) und Halbmarathon (24,28 km) am 8. Mai, einen Tag vor dem Hauptevent, stattfinden und dadurch nicht im Schatten des Ultramarathons stehen, der am 9. Mai stattfindet.

Das große Bergsportevent der Insel beginnt bereits am 5. Mai mit der Eröffnung der Laufsportmesse in Los Llanos de Aridane. Am 6. Mai starten die Teilnehmer des „Kilómetro Vertical“ am Hafen von Tazacorte zur Bewältigung der 1.600 Höhenmeter auf 7,6 km hinauf bis El Time. Am 7. Mai ist der Nachwuchs an der Reihe; die „Transvulcania Kids-Junior“ findet auf verschiedenen Distanzen für Kinder und Jugendliche statt, und die Anmeldung ist kostenlos.

www.transvulcania.es

Bei den drei großen Ultramarathons des Jahres trifft sich die Traillauf-Elite auf den Kanaren.



TRANSVULCANIA
ULTRAMARATHON LA PALMA ISLAND

Quer über die Insel Teneriffa im Juni

Der Ultraberglauf „Bluetrail“ auf Teneriffa findet im kommenden Jahr am 6. Juni statt. Die größte Herausforderung dieses Laufevents ist der Ultraberglauf über 103 km vom Süden der Inseln über die Berg-

kette und den Nationalpark (höchster Punkt auf 3.555 m!) in den Norden. Der Höhenunterschied im Anstieg beträgt 6.947 m und der Gesamthöhenunterschied 13.893 m. Weitere Disziplinen sind der „Traillauf“ über 71 km (Gesamthöhenunterschied 8.375 m, 3.501 m im Anstieg), der „Marathon“ über

44 km (Gesamthöhenunterschied 6.190 m, 2.504 m im Anstieg), der „Halbmarathon“ über 20 km (Gesamthöhenunterschied 2.677 m, 1.213 m im Anstieg) und der inklusive Lauf durch Puerto de la Cruz (8 km).

Als Neuheit wird im kommenden Jahr erstmals ein Paarschaffellauf auf der Trail-Distanz

von 71 km stattfinden. Dabei bilden entweder zwei Männer, zwei Frauen oder ein Mann und eine Frau ein Team. Der erste Läufer startet von Vilaflor und legt die Strecke bis zu El Portillo im Nationalpark zurück, wo er vom zweiten Läufer abgelöst wird.

www.tenerifebluetrail.com

TAG DER OFFENEN TÜR 2019



DEUTSCHE SCHULE SANTA CRUZ DE TENERIFE

Gütesiegel "Exzellente Deutsche Auslandsschule"

Von der Kinderkrippe bis zum Abitur!

Beginn Einschreibung: KIKRI und Kindergarten

Zahlreiche Angebote - Unterricht - Projekte!



23. November 2019

von 10 bis 13 Uhr • Eintritt frei

*Herzlich
Willkommen!*



Colegio Alemán
S/C de Tenerife

Deutsche Schule Santa Cruz de Tenerife
+34 922 68 20 10 / 922 68 27 46 (Fax)
dstenerife@dstenerife.eu • www.dstenerife.eu

1.2.3 KÜCHEN *Eine neue Küche ist wie ein neues Leben*

Deutsche Küchen – deutsche Beratung



Abverkauf der Ausstellungsküchen! Bis zu 40 % Rabatt.



nobilica

Avda. Marqués de Villanueva del Prado, CC La Cúpula,
Lokal 89, 38400 Puerto de la Cruz / La Paz
Tel. 922 380 767 • Mobil 699 198 345 • info@cocinas-tenerife.com
www.cocinas-tenerife.com • Mo - Fr 09.00 - 13.00 und 14.00 - 18.00 Uhr