



Lanzarote

da: RossHelen / Shutterstock.com



Pawel Kazmierczak/Shutterstock.com

Sole, spiagge paradisiache e acque cristalline sono solo l'inizio. Lanzarote vanta un'incredibile varietà di ambienti naturali, con più di 300 picchi vulcanici che creano un affascinante paesaggio lunare tinto di rosa, viola e ocra; ma ci sono anche grotte, tunnel e laghi sotterranei che spingono anche i più pigri all'avventura. Inutile ricordare che Lanzarote è anche un paradiso per surfisti, con le sue onde perfette durante tutto l'anno. E se tutto ciò non fosse abbastanza, si narra che l'isola faccia parte della città perduta di Atlantide!



RossHelen/Shutterstock.com



Fominayaphoto / Shutterstock.com

Featured



Pardelas Park

Pardelas Park è una tradizionale fattoria canaria dove i bambini avranno la ...



Los Hervideros

I sentieri di Los Hervidos che si diramano sulle scogliere all'interno di gr...



Museo della Pirateria - Ca...

Ogni isola Canaria ha un passato legato ai pirati. Questo castello risalente...



Mirador del Rio

Questo incredibile punto panoramico è una delle opere più conosciute di Césa...



Rancho Texas Park

Appena fuori da Playa del Carmen, questo parco ospita e protegge animali eso...

Top 5



Timanfaya National Park

Anche conosciuta come Montañas del Fuego (Montagne di Fuoco), questa zona in...



Puerto del Carmen

Basse casupole rettangolari e più di sessanta chilometri di spiagge dorate: ...



Fondazione César Manrique

L'abitazione del famoso architetto César Manrique si trova nella parte sette...



Jameos del Agua e Cueva de...

27 chilometri a nord di Arrecife troverete alcune delle grotte più spettacol...



Museo Internazionale di Ar...

Questa galleria d'arte contemporanea è ospitata dalla fortezza di San José, ...

L'ISOLA



Mihai-Bogdan Lazar / Shutterstock.com

A Lanzarote l'influenza culturale della vicina Africa è forte e chiara, ma fu un eroepeo - Lancelotto Malocello da Genova - a "scoprire" quest'isola durante il XIV secolo. I 795 chilometri quadrati di Lanzarote formano un incredibile panorama lavico adornato dalle baie più belle dell'arcipelago canario, il che rende Lanzarote la destinazione perfetta sia per una vacanza attiva che per un soggiorno rilassante. Per non menzionare le specialità culinarie locali, in cui tradizione africana e spagnola si mescolano per creare sapori unici.

Sull'isola potrete scegliere di passare la vostra vacanza coccolati nei resort extra lusso, o di vivere al massimo l'incredibile natura di Lanzarote, che include luoghi incredibili come i tunnel vulcanici di Atlántida, Cueva de los Verdes e Jameos del Agua, che permettono affascinanti spedizioni alla scoperta del centro della terra. Lasciatevi catturare dal fascino di questa splendida isola.

DA FARE E VEDERE



canadastock / Shutterstock.com

L'eccezionale mix di cultura e natura di Lanzarote vi permetterà di scegliere se passare una vacanza all'insegna del relax o dello sport. Scoprite il Parco Nazionale Timanfaya, visitate la dimora del famoso architetto César Manrique, aspettate l'onda perfetta sulla vostra tavola da surf o rilassatevi sulle spiagge idilliache di questa incredibile isola!

Timanfaya National Park



Anche conosciuta come Montañas del Fuego (Montagne di Fuoco), questa zona include una stupefacente varietà di fenomeni naturali e una

fauna endemica unica dovuti alle alte temperature del sottosuolo. Tutto ciò rende Timanfaya un museo biologico a cielo aperto e uno degli habitat naturali più incredibili d'Europa. L'UNESCO ha nominato l'area vulcanica Timanfaya zona protetta nel 1993.

da: alexilena / Shutterstock.com

Indirizzo: Timanfaya National Park, Lanzarote

Orari di apertura: 15 Settembre - 15 Luglio: Lun-Dom
9:00-19:00. 15 Luglio - 15 Settembre: 9:00-17:45.

Telefono: +34 928840056

Biglietti: Ingresso ridotto per bambini tra i 7 e i 12 anni.

Internet: www.discoverlanzarote.com/timanfaya.asp

Puerto del Carmen



Basse casupole rettangolari e più di sessanta chilometri di spiagge dorate: benvenuti nel lussuoso centro turistico di Lanzarote.

Puerto del Carmen ha molto da offrire quando si tratta di ristoranti, vita notturna e shopping. Con i suoi deliziosi vini e le lunghe passeggiate sul lungomare, vi offrirà di certo una romantica serata.

da: Pawel Kazmierczak / Shutterstock.com

Indirizzo: Puerto del Carmen, Lanzarote

Fondazione César Manrique



L'abitazione del famoso architetto César Manrique si trova nella parte settentrionale di Lanzarote, più precisamente ad Haría. In

questo piccolo villaggio, dove gli abitanti hanno mantenuto il tradizionale stile di vita, l'architetto trovò la giusta ispirazione per le sue incredibili opere, per questo decise di stabilircisi. Oggi, la casa è un museo dedicato al lavoro e alla vita di Manrique.

da: Lothar Boris Piltz/unsplash

Indirizzo: Calle Elvira Sánchez 30, Haría

Orari di apertura: Lun-Dom 10:30-18:00

Telefono: +34 928 843 138

Biglietti: Ingresso ridotto per bambini fino ai 12 anni.

Internet: www.fcmanrique.org

Email: fcm@fcmanrique.org

Jameos del Agua e Cueva de los Verdes



27 chilometri a nord di Arrecife troverete alcune delle grotte più spettacolari del mondo. Quando il vulcano Corona eruttò 3.000 anni fa,

formò il gruppo sotterraneo Jameos del Agua. Qui potrete scoprire tutte le formazioni vulcaniche possibili, dai laghi alle grotte, e persino un anfiteatro nascosto che spesso ospita concerti. Cueva de los Verdes fiancheggia il complesso, con un tunnel lungo 7 chilometri e un lago sotterraneo all'interno della sua caverna più grande.

da: Andrea Huls Pareja/unsplash

Indirizzo: Carretera Arrecife-Orzola, Haría

Orari di apertura: Lun-Ven 10:00-18.30; Sab 10:00-22:00.

Telefono: +34 901 200300

Biglietti: Ingresso ridotto per bambini tra i 7 e i 12 anni.

Museo Internazionale di Arte Contemporanea - Castello di San José



Questa galleria d'arte contemporanea è ospitata dalla fortezza di San José, costruita nel XVIII secolo per proteggere l'isola dagli attacchi dei pirati.

L'edificio storico, insieme alle opere d'arte esposte al suo interno, creano un contrasto affascinante che rende unico questo museo.

da: Santamarcanda/cc by-sa 3.0/wikimedia(image cropped)

Indirizzo: Calle Nte 51, Arrecife

Orari di apertura: Lun-Dom 10:00-20:00

Telefono: +34 901 200300

Internet: www.cactlanzarote.com/cact/miac-castillo-san-jose

Rancho Texas Park



Appena fuori da Playa del Carmen, questo parco ospita e protegge animali esotici di tutti i tipi, tra cui tigri bianche, puma e rettili vari. È il luogo

ideale per passare una giornata imparando divertendosi insieme a tutta la famiglia.

Spettacoli e tour a cavallo sono solo due delle molte attività che potrai svolgere qui, e non dimenticare di portare il costume da bagno per approfittare anche del parco acquatico!

da: jo Crebbin / Shutterstock.com

Indirizzo: Alcalde Cabrera Torres, Puerto del Carmen

Orari di apertura: Lun-Dom 9.30-17.30

Telefono: +34 928 516897

Internet: www.ranchoTexaslanzarote.com

Email: redessociales@ranchoTexaslanzarote.com

Los Hervideros



I sentieri di Los Hervidos che si diramano sulle scogliere all'interno di grotte subacquee, ti danno la possibilità di osservare emozionanti

spettacoli quando l'acqua si scontra con drammatica forza con le pareti delle grotte. Se il mare è particolarmente agitato gli effetti sonori saranno ancor più stupefacenti.

da: Kochneva Tetyana / Shutterstock.com

Indirizzo: Yaiza, Las Palmas

Surf



Lanzarote, come il resto dell'arcipelago che la ospita, è un'isola dalle perfette condizioni per surfare. La stagione migliore per catturare

onde perfette è tra Novembre e fine Marzo, ma si può surfare anche tutto il resto dell'anno. Una delle spiagge più amate da chi pratica questo sport è Las Cucharas, dove è possibile anche praticare ed imparare windsurf e kitesurf.

da: Alessia Cocconi/unsplash

Indirizzo: Av. Arenas Blancas, Costa Teguise

Aquapark Costa Teguise



Aquapark Costa Teguise offre divertimento per tutta la famiglia! Scivoli e piscine per tutte le età, ma anche il parco

avventura e i campi da paintball lo rendono il posto perfetto in cui passare qualche pomeriggio all'insegna del divertimento. All'interno dell'aquapark troverai anche ristoranti e negozi, inoltre vengono organizzati spettacoli di vario tipo in serata.

da: Oleksandr Pidvalnyi/pexels

Indirizzo: Avda. del Golf, Parcela 315, Costa Teguise

Orari di apertura: Lun-Dom 10:00-18:00

Telefono: +34 928 592128

Biglietti: Ingresso ridotto per bambini tra i 2 e i 12 anni.

Internet: www.aquaparklanzarote.es

Email: aquapark_lanzarote@yahoo.es

Altro Info: Chiuso d'inverno

LagOmar



Questa splendida villa, costruita su una roccia vulcanica, era un tempo proprietà dell'attore Omar Sharif. Il design elegante della struttura si

amalgama armoniosamente con il magnifico paesaggio naturale che la incornicia. Oggi la villa ospita anche un museo, un ristorante e un albergo.

da: PawelKusek / Shutterstock.com
Indirizzo: Calle Los Loros 2, Nazaret
Orari di apertura: Lun-Dom 10:00-18:00
Telefono: +34 672 461555
Biglietti: Ingresso ridotto per bambini.
Internet: www.lag-o-mar.com
Email: info@lag-o-mar.com

Jardin de Cactus



Questo vasto giardino, che ospita più di mille tipi di cactus, è interessante e divertente sia per i più piccoli che per gli adulti. César Manrique è l'uomo dietro questo progetto, l'ultimo prima della sua morte, motivo per cui vi imatterete in molte delle sue opere sparse per il parco.

da: Lothar Boris Piltz/unsplash
Indirizzo: Carretera General del Norte, Guatiza
Orari di apertura: Lun-Dom 10:00-19:45
Telefono: +34 928 529397
Biglietti: Ingresso ridotto per bambini tra i 7 e i 12 anni.
Internet: www.cactlanzarote.com/cact/jardin-de-cactus
Email: info@centrosturisticos.com

Mirador del Rio



Questo incredibile punto panoramico è una delle opere più conosciute di César Manrique. Dalle pedane costruite sulla roccia, potrete ammirare una vista mozzafiato della costa occidentale dell'isola e della vicina Isla Graciosa. E se soffrite di vertigini, non vi preoccupate! Potrete godere del panorama anche dalla sala interna.

da: Holger Uwe Schmitt/cc by-sa 4.0/wikimedia (cropped)(image cropped)
Indirizzo: Mirador del Río, Haría
Orari di apertura: Luglio-Settembre: 10:00-18:45.
Ottobre-Giugno: 10:00-17:45.
Telefono: +34 901 200300

Biglietti: Ingresso ridotto per bambini tra i 7 e i 12 anni.
Internet: www.cactlanzarote.com/cact/mirador-del-rio
Email: info@centroturisticos.com

Pardelas Park



Pardelas Park è una tradizionale fattoria canaria dove i bambini avranno la possibilità di entrare in contatto con la natura, grazie ad attività pensate appositamente per loro. Potranno cavalcare un asino, nutrire ed accarezzare gli animali e lavorare la ceramica. E per il resto della famiglia, la fattoria include anche un ristorante dove godersi un pranzo a base di tapas e vino.

da: Elena Yakusheva / Shutterstock.com
Indirizzo: Calle la Quemadita 88, Órzola
Orari di apertura: Primavera ed estate: 10:00-19:00. Inverno e autunno: 10:00-18:00.
Telefono: +34 928 842545
Internet: www.pardelas-park.com
Email: laspardelaspark@gmail.com

Museo della Pirateria - Castello di Santa Barbara



Ogni isola Canaria ha un passato legato ai pirati. Questo castello risalente al sedicesimo secolo, non solo fu costruito per proteggere Lanzarote dalle incursioni, ma anche come rifugio per la gente del posto in caso di attacchi. Oggi il Museo della Pirateria è ospitato nello splendido Castello di Santa Barbara.

da: Frank Vincentz/cc by-sa 3.0/Wikimedia(image cropped)
Indirizzo: LZ-10 19, Teguisse
Orari di apertura: Primavera ed estate: Lun-Sat 10:00-16:00, Dom 10:00-16:00. Inverno e autunno: Lun-Sab 9:00-16:00, Dom 10:00-16:00.

Telefono: +34 928 845001

Internet: www.museodelapirateria.com

Email: informacion.cultura@teguise.es

Museo Etnografico Tanit



Questo piccolo museo racchiude la storia di Lanzarote. Infatti, la sua ubicazione in San Bartolomé de Ajey non è una coincidenza: dato che questo villaggio è stato il primo insediamento dell'isola. Troverete il museo all'interno di un'antica cantina costruita circa 300 anni fa. Oltre all'esposizione permanente, ospita spesso altre mostre temporanee.

da: Frank Vincentz/GFDL/cc by-sa 3.0/wikimedia
(cropped)(image cropped)

Indirizzo: C. Constitucion 1, San Bartolome, Lanzarote

Orari di apertura: Lun-Sab 10:00-14:00

Telefono: +34 928 802549

Internet: www.museotanit.com

Email: lanzarote@museotanit.com

VITA DA SPIAGGIA



Pawel Kazmierczak / Shutterstock.com

Nuotare a Lanzarote è stupendo, ma le maree qui possono essere piuttosto forti. Se sulla spiaggia vedete sventolare una bandiera rossa significa che non è permesso entrare in acqua, quella gialla indica che la balneazione è permessa ma che bisogna comunque prestare attenzione alle correnti, mentre la bandiera

verde significa che non c'è nulla di cui preoccuparsi! Le spiagge più belle sono generalmente situate nella parte meridionale dell'isola - conosciuta come l'area Papagayo - ma sul resto della costa puoi goderti spiagge meno affollate.

Playas del Papagayo

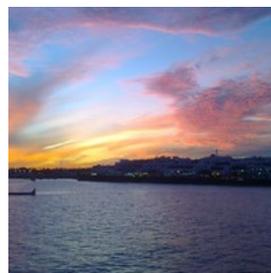


All'estremità meridionale di Lanzarote troverai una delle candidate al titolo di "migliore spiaggia di Spagna". Un'intima baia fronteggiata da una piccola isola e ricoperta da un'infinità di fine sabbia bianca. Quest'angolo di paradiso vi incanterà di certo!

da: Rebexho/cc by-sa 3.0/wikimedia(image cropped)

Indirizzo: Playas del Papagayo, Lanzarote

Playa Blanca



Questa spiaggia, vicina a Papagayo, è caratterizzata da sabbia bianca e la genuina atmosfera di un villaggio di pescatori. È il luogo ideale per le famiglie e per gli amanti di tutti gli sport acquatici. Da qui è anche possibile prendere i traghetti diretti a Fuerteventura e alle altre isole dell'arcipelago.

da: Paul Stephenson/cc by 2.0/Flickr(image cropped)

Indirizzo: Playa Blanca, Lanzarote

Costa Teguisse



Costa Teguisse è la parte dell'isola più dedita alle vacanze attive. Mescolati con le centinaia di surfisti a Las Cucharas e agli altrettanti sub a Punta del

Tope. Non ti preoccupare se sei un principiante, qui troverai scuole ed istruttori a volontà sempre a tua disposizione!

da: Benjamin Elliott/unsplash

Indirizzo: Costa Teguisse, Lanzarote

Playa El Reducto



Playa El Reducto è la spiaggia più grande di Arrecife. Grazie alla forma tondeggianti della baia, la spiaggia è protetta dalle correnti più

potenti, per questo è il punto perfetto per godersi una nuotata rilassante con tutta la famiglia. Inoltre sul lungomare troverete bar e ristoranti in abbondanza.

da: holbox / Shutterstock.com

Indirizzo: Av. Fred Olsen, Arrecife

La Graciosa



La Graciosa è una piccola isola situata a nord di Lanzarote, in quello che è conosciuto come

l'arcipelago di Chinijo. La Graciosa è l'isola più

grande del gruppo e può vantare diversi tipi di spiagge, ma la maggior parte di esse sono ricoperte da morbida sabbia di origine vulcanica.

da: Katia De Juan/unsplash

Indirizzo: La Graciosa, Lanzarote

DOVE MANGIARE



Vitaly Titov / Shutterstock.com

Pesce fresco e papas arrugadas - patate con la buccia cucinate sotto sale - è uno dei piatti più tipici delle Canarie. Infatti, Lanzarote e l'intero arcipelago canario non sono un paradiso solo per quanto riguarda relax e sport. Qui potrete assaggiare tutte le migliori specialità spagnole con un tocco d'Africa! Tra i piatti tradizionali, non perdetevi la salsa mojo piccante o la carne di agnello grigliata su veri carboni lavici.

El Diablo



Situato nella Riserva Timanfaya, questo ristorante è specializzato in grigliate su carboni vulcanici. Potrete scegliere tra portate di

carne o pesce fresco, ma il vero punto di forza di questo posto è la location: El Diablo si trova su un vero vulcano, il ch  regala al ristorante un'atmosfera insieme romantica ed eccitante.

da: JP Files/unsplash

Indirizzo: Montaña del Fuego, Carretera General Yaisa-Tinajo

Orari di apertura: Lun-Dom 9:00-18:00

Telefono: +34 928 840057

La Cabaña Restaurante



Chiama La Cabaña e prenota un tavolo con un certo anticipo, perché tende a riempirsi piuttosto velocemente. Questo ristorante è

considerato uno dei migliori di Lanzarote. Qui, la combinazione di prodotti freschi di qualità, servizio professionale e passione per la cucina dà vita alla cena perfetta.

da: Thirdparty / Shutterstock.com

Indirizzo: Carretera Tías - Macher 84, Mache

Orari di apertura: Mar-Sab dalle 19:00

Telefono: +34 650 685662

Internet: www.lacabanamacher.com

Email: lacabanamacher@hotmail.com

Casa Cabaña



Il menù di Casa Cabaña ti offre la possibilità di assaggiare piatti preparati sul momento e desserts della casa. Se tornerai più volte,

probabilmente noterai un menu diverso. In effetti i proprietari fanno del loro meglio per aggiornare il menu regolarmente, ma i due piatti forti che troverete sempre sono il loro famoso manzo alla Wellington e fegato di vitello con bacon.

da: MSPhotographic / Shutterstock.com

Indirizzo: Calle Teide 9, Puerto Del Carmen

Orari di apertura: Lun-Sab 18.30-21.30

Telefono: +34 626 724713

Internet: www.casacabanalanzarote.co.uk

Email: contact@casacabanalanzarote.co.uk

Restaurante Liliun



Restaurante Liliun è un ristorante piuttosto popolare nel centro di Arrecife. Qui potrete provare la cucina tradizionale canaria,

caratterizzata principalmente da piatti a base di carne e pesce. È facile intravedere la passione per il cibo dello chef dalle portate presentate alla perfezione, in un'atmosfera raccolta ed accogliente.

da: Shebeko / Shutterstock.com

Indirizzo: Avenida Olof Palme S/N. Centro Comercial Marina Lanzarote. Arrecife

Orari di apertura: Lun-Sab 13:00-16:00, 19:30-23:00.

Telefono: +34 928 524978

Internet: www.restauranteliliun.com

Email: reservasliliun@gmail.com

Ristorante Vegetariano Blooming Cactus



In questo ristorante potrete gustare eccellenti piatti e tapas vegetariani, vegani e senza glutine. Ma il Blooming Cactus è frequentato ed

apprezzato anche dai non vegetariani per l'elevata qualità del cibo che porta a tavola.

da: Stokpic / Pexels.com

Indirizzo: Calle Teide 35, Puerto Del Carmen

Orari di apertura: Mar-Dom 18:00-22:00

Telefono: +34 608 293873

Internet: www.bloomingcactus.co.uk

Email: rebecca@bloomingcactus.co.uk

Divina Italia



Questo elegante ristorante fu aperto nel 2009 con l'obiettivo di offrire a locali e turisti la possibilità di gustare della buona cucina

italiana d'alta qualità. Genuini piatti della tradizione, dal sapore tutto mediterraneo, non mancano mai di soddisfare gli ospiti nella raffinata sala da pranzo.

da: Tiramisu Studio / Shutterstock.com

Indirizzo: Calle La Breca 2, Local 2 Pueblo Marinero, Costa Teguise

Orari di apertura: Lun-Sab 16.30-23.30

Telefono: +34 646 810412

Internet: www.divinaitalia.com.es

Email: info@divinaitalia.com.es

Emma's Cantina Mexicana



Situato nella centro storico di Puerto del Carmen, questo è l'unico autentico ristorante messicano dell'isola. La proprietaria e lo chef del

ristorante sono nativi messicani e tutti i piatti serviti sono il risultato di ricette tradizionali raccolte nella loro terra natia. È questo il posto giusto per provare un vero assaggio di Messico!

da: George Dolgikh / Shutterstock.com

Indirizzo: Calle Teide 20, Puerto Del Carmen

Orari di apertura: Lun-Mar, Gio-Dom 18:00-23:00.

Telefono: +34 928 514154

Internet: www.emmascantina.com

CAFFETTERIE



Lothar Boris Piltz/unsplash

Non c'è niente di meglio di un succo rigenerante sotto il caldo sole della Spagna. A Lanzarote vi imatterete in moltissimi caffè e bar con un'ampia varietà di snack e dolci tra cui scegliere, inoltre potrete godervi una granita o un buon caffè in ogni lido sulla spiaggia. Su quest'isola tutto è dedicato al relax, voi dovrete solo scegliere dove prendervi la vostra pausa.

Il Nuovo Gelato



Questa gelateria si trova a Playa Blanca, nella parte meridionale dell'isola. Qui potrete scegliere tra decine di gusti diversi, ma anche

pasticcini e altri tipi di dolci. Offerte speciali sono dedicate ai più piccoli, per lo loro mini-porzioni. Non a caso è la gelateria preferita dei bimbi di tutte le età!

da: Clem Onojeghuo / Pexels.com

Indirizzo: Calle la Tegala 22, Playa Blanca

Telefono: +34 663 593051

Surf Corner Vegetarian Cafe



Il Surf Corner Vegetarian Cafe è un bar situato vicino Las Cucharas - il paradiso dei surfisti di Lanzarote - dove potersi concedere deliziosi e

sostanziosi pasti da veri sportivi. Sono particolarmente attenti a soddisfare ogni richiesta dei clienti con regimi alimentari specifici, per cui non temete di chiedere di personalizzare i vostri piatti!

da: Unsplash / Pexels.com

Indirizzo: Las Cucharas Beach, Costa Teguise

Telefono: +34 928 592515

Jonnie Bakes



Questo caffè a conduzione familiare vanta paste e dolci preparati alla perfezione, ma se siete più tipi da salato potrete scegliere

anche tra un'ampia gamma di prodotti da forno. Jonnie Bakes è molto popolare a Lanzarote per la sua moderna creatività, qui troverai sempre qualcosa di nuovo da provare.

da: Pexels / Pixabay.com

Indirizzo: Avenida Gran Aldea 76, Teguise

Orari di apertura: Mar-Dom 9.30-15:00

Telefono: +34 683 434054

Internet: www.jonniebakes.com

Email: jonniebakes@gmail.com

BAR E VITA NOTTURNA



ruineves/pixabay.com

I centri nevralgici della vita notturna di Lanzarote sono Puerto del Carmen e Costa Teguise, dove il popolo della notte giovane e vivace si ritrova nei molti pub e cocktail bar della zona. La gente del posto cena con tutta calma, quindi anche la vita notturna dell'isola inizia piuttosto tardi, ma va avanti fino alle prime luci del mattino!

Cerveceria San Miguel



Uno dei pub più vivaci di Puerto del Carmen, specializzato in birre, e non solo spagnole come potrebbe suggerire il nome del locale. Ma qui

puoi anche gustare cocktail, drink e bevande analcoliche in un ambiente accogliente con dell'ottima musica sempre presente.

da: Elevate/unsplash

Indirizzo: Avenida del Varadero, Puerto Del Carmen

Orari di apertura: Lun-Dom 10:00-3:00

Telefono: +34 928 516132

The Purple Turtle



Si tratta di un accogliente bar che serve ottimo cibo e deliziosi drink. È frequentatissimo tutto il giorno grazie alla sua ottima cucina e agli eventi sportivi che trasmette sui suoi schermi, e nelle serate più calde potrete persino fare un tuffo in piscina. Dato che i prezzi sono abbordabili tende ad essere sempre pieno e ad avere un'atmosfera vivace.

da: Melissa Walker Horn/unsplash

Indirizzo: Calle Reina Sofia 32, Puerto Del Carmen

Orari di apertura: Lun-Dom 9:00-00:00

Telefono: +34 928 510449

Email: purpleturtlelanzarote@hotmail.com

Marina Rubicon



In un'intima baia, vicino Playa Blanca, troverai il porto Marina Rubicon. Nella splendida cornice di una delle destinazioni più popolari della Spagna, scoprirai moltissimi bar e ristoranti raffinati ed eleganti, spesso con musica dal vivo o altri tipi di intrattenimento per i loro clienti.

da: GFDL/cc by-sa 3.0/wikimedia(image cropped)

Indirizzo: Calle el Berrugo 2, Playa Blanca

Telefono: +34 928 519012

Internet: www.marinarubicon.com

Email: info@marinarubicon.com

Bluebells



Bluebells è uno sport pub convinto supporter dei Glasgow Rangers. Ovviamente, qui potrete vedere tutte le loro partite e l'intero locale è

decorato di blu in onore della squadra. Oltre a birre ghiacciate, qui potrete ordinare ottimo cibo dal loro classico menu da pub, e godervelo in quell'atmosfera amichevole tipica degli sport pub scozzesi.

da: Amie Johnson/unsplash

Indirizzo: Caletón Blanco 11, Puerto del Carmen

Orari di apertura: Lun-Dom 11.30-1:00

Telefono: +34 928 510453

Internet: www.bluebellspdc.com

Email: info@bluebellspdc.com

Wax Bar



Wax Bar è un buon posto per tutti gli appassionati di sport. Si fa notare per essere un tipico pub all'inglese, che attrae sia i locali che turisti di ogni nazionalità. Tutte le sere qui si organizza qualcosa di diverso: dalle serate karaoke, ai quiz o alle feste a tema!

da: picjumbo / Pexels.com

Indirizzo: C.C. Papagayo, L.69, Playa Blanca, Lanzarote

Orari di apertura: Lun-Ven 14:00-2:00; Sab-Dom 12:00-2:00.

Telefono: +34 928 519481

Internet: www.waxbars.com

Lounge Bar



Se sei alla ricerca di un posto in cui rilassarti con una birra gelata o un coloratissimo cocktail, puoi contare su Lounge Bar. Il locale è splendidamente situato nel cuore del Parco Faro, proprio nel bel mezzo della rigogliosa natura dell'isola che regala al bar una magnifica atmosfera pacifica.

da: Unsplash / Pexels.com

Indirizzo: Calle Irlanda 6, Faro Park, Playa Blanca

Orari di apertura: Lun-Sab 17:00-00:00
Telefono: +34 639 770300
Email: denandmichele@hotmail.co.uk

Dickens Cocktail Bar



Se sei un bevitore-filosofo e preferisci i posti dove puoi sorseggiare in tutta calma il tuo drink, dirigiti al Dickens Cocktail Bar.

Questo locale offre un'atmosfera raccolta ed intima perfetta per le conversazioni notturne. Ma ospita anche molti appassionati di sport, dato che trasmette anche le partite più importanti su grandi schermi.

da: Pexels / Pixabay.com

Indirizzo: Avenida del Mar, 26, Urbanizacion Playa Bastian, Costa Teguisse

Orari di apertura: Lun-Dom 9:00-2:00

Telefono: +34 928 590344

Email: Dickensbar@gmail.com

SHOPPING



Pexels / Pixabay.com

Lanzarote non è più una zona "tax-free", ma è comunque riuscita a mantenere prezzi relativamente bassi su alcuni prodotti come alcool, profumi, sigari cubani e sigarette. In caso siate alla ricerca di souvenir tipici, si consigliano i pizzi, i cesti e le ceramiche prodotte artigianalmente dalla popolazione indigena, i guanches.

Ci sono negozi in tutti i principali resort. Ad Arrecife, la maggior parte di essi si concentra su Calle Leon, a Puerto del Carmen troverai il centro commerciale Biosfera (con negozi d'abbigliamento come Zara), mentre a Playa Honda ci sono negozi di ogni tipo, ma anche accoglienti caffetterie e un cinema al Deiland Centre.

Mercato di Teguisse



Nella vecchia capitale di Lanzarote, Teguisse, si tiene un mercato ogni Domenica dalle 8.30 alle 14:00. Qui troverai un po' di tutto dai gioielli ai

quadri, ai vini locali. Inoltre, la gente del posto solitamente viene qui per fare la propria spesa settimanale, dato che offre anche prodotti freschi di stagione.

da: Wiki05/public domain/wikimedia (upscaled)(image cropped)

Indirizzo: Villa de Teguisse, Lanzarote

Orari di apertura: Dom 8:30-14:00

Internet: www.teguisse.es/servicios/mercadillos/

Mercato d'arte e artigianato di Pueblo Marinero



Il Venerdì sera Pueblo Marinero è animato da un incantevole mercatino di arte e artigianato.

Nonostante le sue dimensioni piuttosto

contenute, qui troverete una grande varietà di artigianato, il che lo rende il posto perfetto per la ricerca di souvenir, approfittandone anche per una passeggiata in questo splendido paesino.

da: <https://www.flickr.com/photos/heatheronhertravels/albums/72157717720648608/>(image cropped)

Indirizzo: Pueblo Marinero, Lanzarote

Orari di apertura: Ven 18:00-22:00

Internet: www.teguise.es/servicios/mercadillos/

Esennia



Esennia offre un'ampia varietà di cosmetici e profumi d'alta gamma, di tutti i maggiori marchi internazionali. Inoltre, vi troverete anche qualche

collezione prêt-à-porter delle principali catene spagnole. È possibile visitare questo negozio di persona solo nelle Canarie, ma potrete comunque approfittare dei suoi prezzi scontati online anche da casa.

da: [monico](https://www.pexels.com/photo/monico-representacion-1000000000/) / Pixabay.com

Indirizzo: Avenida de Las Playas 5, Tias

Orari di apertura: Lun-Ven 9:00-16:00

Telefono: +34 928 514224

Internet: www.esennia.com

Email: info@esennia.com

The Mint Company



The Mint Company è una delle più conosciute catene multimarca spagnole. Venne fondata nelle Canarie, e ancora oggi potete trovare i suoi

negozi solo su queste isole. La catena si focalizza sull'offerta di brand internazionali d'alta qualità, perfetti per la sua clientela di classe.

da: [Pixabay](https://www.pexels.com/photo/interior-view-of-a-clothing-store-1000000000/) / Pexels.com

Indirizzo: Avenida de La Playa 19, Puerto del Carmen

Orari di apertura: Lun-Dom 10.30-22:00

Telefono: +34 928 140998

Internet: www.themintcompany.com

Email: customerservice@themintcompany.com

Arte Cerámica ATELiER



Grazie alla scultura blu che si affaccia dal suo cortile, sarà facile riconoscere ATELiER. Si tratta di un laboratorio di ceramiche situato a

Tesequite, nel quale troverete decine di opere lavorate dalle esperte mani degli artigiani, che seguono fedelmente le antiche tradizioni locali.

da: [LoggiaWiggler](https://www.pexels.com/photo/loggia-wiggler-1000000000/) / Pixabay.com

Indirizzo: Av. Acorán 45, Tesequite

Orari di apertura: Mon-Fri 11am-5pm

Telefono: +34 928 845650

Internet: www.aguttenberger.com

Email: kontakt@lanzarote-ceramic.eu

Bodega Los Almacenes



Sulla strada principale, appena fuori da Ye, troverete questo negozietto a conduzione familiare. I clienti sono sempre accolti con un

gran sorriso e vengono invitati a provare i prodotti del negozio. La selezione di vini, liquori e grappe di cactus è incredibilmente ampia, come anche quella di formaggi, marmellate e molto altro ancora.

da: [jarmoluk](https://www.pexels.com/photo/jarmoluk-1000000000/) / Pixabay.com

Indirizzo: Carretera de Ye, Ye

Telefono: +34 686 566590

Internet: www.mama-trina.jimdo.com

Email: javifi83@hotmail.com

Quesería El Faro



Quesería El Faro è un'azienda a conduzione familiare fondata più di 45 anni fa da una coppia di casari. Oggi l'impresa viene portata avanti dai figli, che continuano a lavorare esattamente come i loro genitori facevano una volta. Tradizione e passione sono i principali motivi per cui questo negozio e i suoi prodotti sono conosciuti in tutta Lanzarote.

da: SplitShire / Pexels.com

Indirizzo: Ctra. de Teguisse a Mozaga Km 4,200, Teguisse

Orari di apertura: Lun, Ven 8:00-15:00; Sab 8:00-13:00.

Telefono: +34 928 521408

Internet: www.queseriaelfaro.es

Email: info@queseriaelfaro.es

Deiland Centre



Come altre parti dell'isola, a Playa Honda troverai negozi di tutti i tipi e accoglienti caffetterie, ma il Deiland Centre vanta persino un cinema al suo interno. Questo centro commerciale è un punto d'incontro popolare tra la gente del posto ed offre molto più che il classico shopping da turista.

da: cocoparisienne / Pixabay.com

Indirizzo: Calle Chimidas 20, Playa Honda

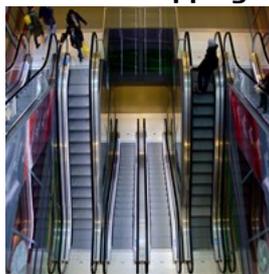
Orari di apertura: Lun-Sab 10:00-22:00; Dom 11:00-21:00.

Telefono: +34 928 823645

Internet: www.deilandplaza.com

Email: Contact form disponibile sul sito.

Biosfera Shopping Centre



Il centro commerciale Biosfera Plaza, situato nel centro di Puerto del Carmen, è in grado di offrire una perfetta esperienza di shopping a tutta la famiglia. Al suo interno troverai non solo i migliori negozi di abbigliamento dell'isola come Zara, Levi's, Guess e Bianco, ma anche diversi bar e caffè dove prenderti una pausa dallo shopping.

da: Skitterphoto / Pixabay.com

Indirizzo: Avenida de Juan Carlos I 15, Puerto Del Carmen

Orari di apertura: Lun-Sab 10:00-22:00; Dom 10:00-21:00.

Telefono: +34 928 515320

Internet: www.biosferaplaza.es

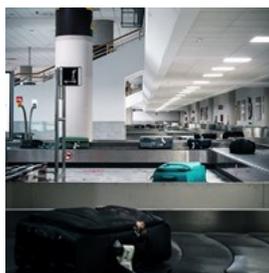
Email: maria.ortega@archigestion.com

INFORMAZIONI UTILI



nito / Shutterstock.com

Aeroporto di Lanzarote



L'Aeroporto di Lanzarote (ACE) si trova vicino alla capitale dell'isola.

L'autobus di linea 22 vi lascerà direttamente fuori dalla hall degli arrivi,

dopo un viaggio da Arrecife che può andare dai 15 ai 25 minuti. Il servizio navetta dall'aeroporto

alla città è in funzione dalle 6:55 alle 22.30, e dal centro verso l'aeroporto dalle 7:00 alle 22.40.

Taxi e compagnie di noleggio auto, come Avis e Europcar, hanno i loro uffici in aeroporto. È fortemente sconsigliato salire a bordo di taxi non ufficiali.

da: Benjamin Elliott/unsplash

Indirizzo: Aeroporto di Lanzarote, Lanzarote

Telefono: +34 902 404704

Internet: www.aena.es/es/aeropuerto-lanzarote/index.html

Trasporto Pubblico



L'isola non è grandissima e girarla con gli autobus locali è piuttosto semplice. La maggior parte dei punti di interesse sono

raggiungibili in pullman, e tutti i resort e villaggi turistici sono collegati ad Arrecife. È possibile trovare informazioni dettagliate sulle linee e sui prezzi sul sito sotto indicato, dove potete anche scoprire tutte le offerte e gli abbonamenti disponibili.

da: Patrick Untersee/unsplash

Indirizzo: Calle Rambla Medular, Arrecife

Telefono: +34 928 811522

Internet: www.intercitybuslanzarote.es

Email: Contact form disponibile sul sito.

Taxi



Troverete moltissimi taxi nei pressi dei maggiori resort, ma ricorda che il trasporto pubblico è ottimo e, normalmente, di gran lunga più

economico.

È fortemente consigliato l'utilizzo esclusivo dei

taxi ufficiali, riconoscibili grazie alle auto bianche e rosse. Ne troverete sempre alcuni in coda alle loro fermate situate nei punti più frequentati dell'isola.

Ogni parte dell'isola ha la propria compagnia di taxi, per scoprire quale chiamare, visitate www.lanzarote.com/taxis/.

da: Frank Vincentz/GFDL/cc by-sa 3.0/wikimedia

(cropped)(image cropped)

Internet: www.lanzarote.com/taxis

Posta



Gli uffici postali sono generalmente aperti il mattino e nel primo pomeriggio, e restano chiusi di Domenica. I francobolli sono

acquistabili presso ogni tabacchino e giornalaio. Le informazioni sotto riportate si riferiscono all'ufficio postale centrale di Arrecife, ma potete trovare tutti gli orari e indirizzi degli uffici postali dell'isola sul sito delle poste spagnole (www.correos.es).

da: Sarang/public domain/wikimedia(image cropped)

Indirizzo: La Marina 8, Arrecife

Orari di apertura: Lun-Ven 8:30-14:30; Sab 9:30-13:00.

Telefono: +34 928 800673

Internet: www.correos.es

Farmacia

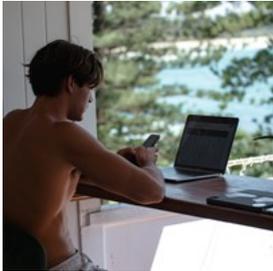


Normalmente ogni centro abitato a Lanzarote ha una farmacia aperta 24 ore su 24. Per conoscere le farmacie di turno potete visitare il sito

riportato qui sotto, dove troverete anche i contatti di tutte le altre farmacie dell'isola.

da: Frank Vincentz/GFDL/cc by-sa 3.0/wikimedia
(cropped)(image cropped)
Internet: www.lanzarote.com/es/farmacias-de-guardia

Telefono



Prefisso Spagna: +34
Prefisso Lanzarote: 0928
Tutti i centri di arte,
cultura e turismo di
Lanzarote mettono a
disposizione

gratuitamente la propria rete wifi. Inoltre, il comune di Teguisse ha recentemente aggiunto diversi hotpots wifi sul suo territorio, al momento ne troverete alcuni attivi a Playa Cucharas, nel Museo della Pirateria e in altri punti dell'antica capitale.

da: Mark Broadhead/unsplash

Elettricità



220 V/50 Hz

da: Mika Baumeister/unsplash

Popolazione

141.938

Valuta

€ Euro

Orari di apertura

I negozi sono generalmente aperti dalle 9:00 alle 13:00 e dalle 16:00 alle 20:00. Le banche invece sono aperte dalle 8:00 alle 14:00.

Giornali

La Voz de Lanzarote (in spagnolo)

The Entertainer (in inglese)

Numeri d'emergenza

Numero generico per le emergenze: 112

Polizia: 091

Informazioni turistiche

Ufficio Turistico di Arrecife

Triana 38, Arrecife de Lanzarote
+34 928 811726
Orari d'apertura: Lunedì - Venerdì 9.30-17:00. Sabato
10:00-13:00.
info@turismolanzarote.com





Managua
A
Cuanavame
Iguazu
Maracaibo
Caracas
Yeracruces
Monterrey
Guadalajara
Toledo
Mar De Plaza
Fayna

MANEJE
Tegala
Teqaso
Tindaya
Tembete
El Rafael
Pamplona
El Vicente
Navarra
Tilama
Tinache

2
Hijos Alvarez
Quintero
L De Guadalupe
F A Espinosa
Marathon
Timbayba
Tinamala
Jose Pereyra
Cabrera
Gaire
Her Pacheco
Dr Severo Ochoa
El Isleno
Alcalde Gines De La Hoz
Cuidad Deportiva

3
Santa Teresa
Tampico
Teruel
Parr Los Budes
Colombia
Guatemala
Tomas Lubyary
Augusto Lorenzo
Peru
Melico
Gongora
J O Ortega Casel
Argentina
Portugal
Triana
Calle La Inez
Tenerife
Fajardo
Hinos Zerolo
Calle Colegio

4
Yagabo
Tamaragua
Calle Guentia
Tagoror
Eug Doris
Jose Antonio
El Greco
Fred Olsen
Av Rafael Glez Negrin
Parque Islas Canarias

B
Circunvalacion
ALTAVISTA

Malaga
Almeria
Honduras
Arniches
Coronel Capaz
Tinamala
Angel Garivet
Juan Sebastian Elcano
Dr Ramon Y Cajal
Menendez Pelayo
El Salvador
Calderon De La Barca
Andalucia
Huelva
Jaen
Sevilla
Cordoba

TITERROY
Via Medular
Calle De Colon
Apolo
Calle Velazquez
Taratopona
Catalunya
La Sotileza
La Rosa
La Palma
Borges Diaz
Gr Canaria
Laguna
Calle La Inez
Tenerife
Fajardo
Hinos Zerolo
Calle Colegio

LA VEGA
Lebrillo
Brasilla
Conde De Niebla
Ntra Sra Volcanes
Del Norte
Ruiz De Aada
Garcia Escamez
Blas Cabrera Tophan Fleming
Luis Braille
Ciudad Real
El Vicente
Navarra
Tilama
Tinache
Cuenca
La Joaquina
La Femenina
Galvia
El Antonio
Vicente Guerra
Oscar Romero
I Stadion

LA VEGA
Santa Teresa
Tampico
Teruel
Parr Los Budes
Colombia
Guatemala
Tomas Lubyary
Augusto Lorenzo
Peru
Melico
Gongora
J O Ortega Casel
Argentina
Portugal
Triana
Calle La Inez
Tenerife
Fajardo
Hinos Zerolo
Calle Colegio

C
Granada
Mosta
C
Guatisea
Fasnia
Temisas
Guigoa
Chimia
Muyay
Guasia
Enrique Suarez
San Juan De La Cruz
Arcipreste De Hita
Marques Santillana
Cruceiro Baleares

VALTERRA
Guillermo
Tophan
Palma Mallorca
Fray L De Leon
Cadiz
Domantes De Sangre
Yalhadonid
Salamanca
Zamora
El Carenero
Leon
Palencia

VALTERRA
Calle Velazquez
Perez Galdos
Crauyo y Fajardo
Dr Alfonso Espinola
Extremadura
El Malacabardo
Gob Garcia Hernandez
La Anaza
Tres Amigos
La Mercedes
Jorge Paz Peraza
J Septiembre

EL LOMO
Calle La Inez
Tenerife
Fajardo
Hinos Zerolo
Calle Colegio
Emilio Rev
Aquil Diaz
Otilia Diaz
Ayuntamiento
Av Coll
Av Vargas

EL LOMO
Calle La Inez
Tenerife
Fajardo
Hinos Zerolo
Calle Colegio
Emilio Rev
Aquil Diaz
Otilia Diaz
Ayuntamiento
Av Coll
Av Vargas

D
Nestor De La Torre
San Sebastian
Bilbao
Alava
Victoria
Alava
Guipuzcoa

VALTERRA
Ibiza
Sito De Cabreron
Gincho
Carretera A Los Marmoles
Botavara
Trinquete
Escotilla
Timon
Mastelero
Via Medular
Hippolito Frias
Puerto De Naos

VALTERRA
Calle Velazquez
Perez Galdos
Crauyo y Fajardo
Dr Alfonso Espinola
Extremadura
El Malacabardo
Gob Garcia Hernandez
La Anaza
Tres Amigos
La Mercedes
Jorge Paz Peraza
J Septiembre

EL LOMO
Calle La Inez
Tenerife
Fajardo
Hinos Zerolo
Calle Colegio
Emilio Rev
Aquil Diaz
Otilia Diaz
Ayuntamiento
Av Coll
Av Vargas

EL LOMO
Calle La Inez
Tenerife
Fajardo
Hinos Zerolo
Calle Colegio
Emilio Rev
Aquil Diaz
Otilia Diaz
Ayuntamiento
Av Coll
Av Vargas

Oceano Atlantico 0 250 m

Academia Brasil	C4	Canalejas	B4	Fayna	A1
Achagua	C2	Capellania	D3	Fco Acosta Espinosa	A2
Agachadilla	A2	Caracas	A1	Finca Flora	A3
Agrup Los Campesino	B2	Carlos III	A2	Finlandia	D2
Agrup Los Gofiones	B2	Carretera A Los Marmoles	D2	Folias	C3
Ajey	C3	Catalunya	B3 C3	Fray Luis De Leon	C2
Alava	D1	Cervantes	C1	Fred Olsen	A4
Alc Lorenzo Cabrera	A2	Cesto	C2	Gaire	A2
Alcalde Gines De La Hoz	A2 A3	Chalana	D3	Galvia	B2
Almeria	B1	Chaveta	C2	Garajonay	C2
Ancla	D2	Chimia	B1	Garcia Escamez	A3 B3
Andalucia	B2 C2	Chinchorro	D3	Gincho	D2
Angel Ganivet	B2	Circunvalacion	A1 B1	Gob Garcia Hernandez	C3 D3
Ansite	B2	Ciudad Real	A2	Gongora	A3
Apolo	B3	Clavuo y Fajardo	C3	Gran Canaria	B3
Aquil Fdez	C4	Cobos	A2	Granada	C1
Arado	B2 C2	Colombia	A3	Guadalajara	A1
Arcipreste De Hita	C1	Conde De Niebla	B3	Guanareme	A1
Argentina	A3 A4	Cordoba	B3 C3	Guasia	B1
Argentina	C3	Coronel Capaz	B2 C2	Guataca	C2
Arniches	B2	Crucero Baleares	C1	Guatemala	A3
Arpon	D2	Ctra Las Playas II	A1 B1 D1	Guatisea	B1 C1
Augusto Lorenzo	A3	Cuenca	B2	Guigoa	B1
Avenida Coll	C4	Del Norte	B3	Guillermo Tophan	C1 C2
Avenida De Las Playas	B3 C3 D3	Dieciocho Julio	B4	Guincho	C2
Avenida De Naos	D3	Domantes De Sangre	C2	Guipuzcoa	D1
Avenida Olof Palme	D3 D4	Dr Alfonso Spinola	C3	Hernandez Pacheco	A2
Avenida Rafael Glez Negrin	A4 B4	Dr Fleming	B3	Hinos Alvarez Quintero	A2
Avenida Vargas	C4	Dr Gomez Ulla	B3	Hinos Zerolo	B4
Barqueta	C2	Dr Gregorio Maranon	A2	Hipolito Frias	D3
Benidorm	C2	Dr Ramon Y Cajal	B2	Honduras	B1 B2
Bernegal	C3	Dr Severo Ochoa	A2 A3	Huelva	B2 C2
Bilbao	D1	El Antonio	B2	Ibiza	C2 D2
Blas Cabrera Topham	A3 B3	El Carenero	C2	Igausu	A1
Bocaina	D2	El Greco	A4	Igualdad	B4
Borges Diaz	C3	El Isleno	A2	Inge Paz Peraza	C3 C4
Botabara	B3	El Malacabado	C3	Isas	C3
Botavara	D2	El Pedro	A4 B4	Jaen	B2
Brasilia	A3 B3	El Rafael	A2	Jerez	B2 B3
Cadera	A2	El Salvador	B2	Jose Antonio	A4
Cadiz	C2	El Toscon	A3	Jose Betancort	B4
Calderon De La Barca	B2 C2	El Vicente	A2	Jose Ortega Gasset	A3 A4
Calle Colegio	B4	Emilio Rev	B4 C4	Jose Pereyra	A2 B2
Calle De Colon	B3	Enrique Suarez	C1	Juan Carlos	B3
Calle Francos	B4	Escotilla	D2 D3	Juan Sebastian Elcano	B2
Calle Guenia	A3 A4	Eugenio Doris	A4	Juan XXIII	A2
Calle La Inez	A4 B4	Extremadura	C3	La Anaza	C3
Calle Velazquez	C3	Fajardo	B4	La Fermina	B2
Calvo Sotelo	A3 A4	Fasnia	C1	La Graciosa	B3

La Joaquina	B2	Oscar Romero	B2 B3	Tarragona	C3
La Marina	B4	Otilia Diaz	B4 C4	Tebete	A1
La Mercedes	C3 D3	Palangre	D3	Tegala	A1
La Palma	C3	Palencia	C2	Tegaso	A1
La Pardela	A1	Palma Mallorca	C2	Temisas	B1
La Porra	B4	Pamplona	A2	Tenecheide	C2
La Rosa	C3	Paraiso	A2 A3	Tenerife	B3
La Santa Maria	A2	Parque Islas Canarias	B4	Tenerife	B4
La Sotileza	C3	Parranada Los Buches	A3	Tenique	A1
Laguna	B3	Penas Blancas	A2	Terrero	A2
Las Majadas	B2	Perez Galdos	C3	Teruel	A3
Lebrillo	A3	Peru	A3	Testeyna	A2
Leon	C2	Planton	B2	Tias	A1
Leon y Castillo	B3 C3	Plaza Del Vesubio	C2	Tias - San Bartolomé	B2 C1
Lomos Altos	B2	Portugal	A4 B4	Tilama	A2
Los Afrecho	A3	Potera	D2	Timbayba	A2
Los Ajaches	A2	Princesa Guayarmina	C2	Timon	D3
Los Cabezos	A2	Princesa Ico	C2	Timon	D2
Los Infantes	A3	Princesa Teguisse	C2	Timple	C3
Los Mojones	A2 B2	Puerto De Naos	D3	Tinache	A2
Los Sabandenos	B2	Puerto Rico	B3	Tinamala	A2 B2
Los Volcanes	A2	Quesera	B2	Tindaya	A1
Luis Braille	A2	Reina Sofia	A3 B3	Tinguaton	B3 C3
Luis De Guadarfia	A2	Remo	D2	Tisalaya	A2
Luis Morote	B4	Riego	B4	Togio	C2
Malaga	B1	Risco Prieto	A3	Toledo	A1
Malaguenas	C3	Rociega	D2 D3	Tomas Lubary	A3
Managua	A1	Ronda	B2 B3	Traina	D3
Mar De Plaza	A1	Roque Del Oeste	B3	Traspies	A1 A2
Maracaibo	A1	Roque Nublo	A2	Trece Septiembre	C3 C4
Marques Santillana	C1	Rubicon	A4 B4	Tres Amigos	C3
Martin	A2	Ruiz De Alda	B3	Triana	A4 B4
Mastelero	D3	Salamanca	C2	Trina	A3
Mejico	A3	Salinas	A2 B2	Trinquete	D2
Menendez Pelayo	B2 C2	Salvador Allende	A3	Valladolid	C2
Miguel P De Rivera	B4	San Juan De La Cruz	C1	Velacho	D3
Monterrey	A1	San Sebastian	C1 D1	Veracruz	A1
Mosta	C1	Santa Teresa	A3	Via Medular	A3 B3 D3
Mtna Tisalaya	C2 D2	Sevilla	B2	Vicente Guerra	B2
Mtna Ubique Brega	A2	Sitio De Cabreron	D2	Vitoria	D1
Muyay	B1	Taburiente	B2	Vizcaya	C1 C2
Navarra	A2	Tagoror	A4	Volcande La Corona	B2
Nestor De La Torre	C1 D1	Tamaragua	A4	Yagabo	A4
Nicaragua	C3 D3	Tampico	A3	Zamora	C2
Ntra Sra Volcanes	B3				