

# Monja

Barranco de la Monja, Las Lajas

**Info: La qualità di questa descrizione non è stata ancora controllata o è stata valutata negativa.**

Se si conosce questo canyon, si prega di controllare questa descrizione e di inviare una segnalazione con una valutazione per questa descrizione utilizzando Segnalazioni +Nuova segnalazione. Se notate un errore, fatecelo sapere o unitevi alla comunità per correggere voi stessi questa descrizione.

**Creare:** 2023-11-20 21:13:36

**Aggiornamento:** 2026-03-31  
10:45:21

**Stampa:** 2026-04-21 05:04:14

**Paese:** España / Spain **Regione:** Canarias / Canary Islands **Sottoregione:** Santa Cruz de Tenerife **Città:** Buenavista del Norte

**Difficoltà:** estremamente difficile

**Grado:** v7 a5 V

**Tempo totale:** 5h25

**Tempo avvicinamento:** 25min

**Tempo giaro:** 5h

**Tempo ritorno:** 0min

**Altitudine di entrata:** 515m

**Altitudine di uscita:** 0m

**Altitudine delta:** 515m

**Lunghezza del canyon:** 850m

**Rapel più alto:** 300m

**Quantità rapelli:**

**Transporto:**

**Tipo di roccia:**

**Area di ingresso:** km<sup>2</sup>

**Stagione:**

**Orientamento:**

**Tempo migliore:**

**Valutazione:** ★ 2.6 (1)

**Info:** ★ 0 ()

**Belay:** ★ 0 ()

**Specialità:**

**Attrezzatura:**

**Sintesi:** (traduzione alternativa)

It is the most extreme canyon in Tenerife.

**Idrologia:**

**Accesso:** (traduzione alternativa)

In Teno Alto, turn right onto the first dirt road to reach the small road to La Mulata, then turn left and park a little further on near a cattle farm (cows). About 2 km from the crossroads in Teno.

**Avvicinamento:** (traduzione alternativa)

From the corral, follow the dirt road to the right and then turn left into a fork. Then walk on sight through the hills until you reach the beginning of the canyon.

**Giro:** (traduzione alternativa)

It is the most extreme canyon on Tenerife. The beginning is very varied, with moderately difficult rappels and beautiful rock formations. The end is a 300 meter high waterfall with an intermediate ledge.

There are 14 rappels in total. The large waterfall is divided into 6 parts: 46 m + 50 m + 60 m + 16 m and after the large ledge 40 m + 82 m.

At the first rappel of the large waterfall step you have to swing 6 meters, orographic left, at the next rappel you have to swing 3 meters to the right.

- Very technical canyon. Strong friction on the ropes.

- Pay particular attention to the swell: the sea must be very calm so that you can swim to the boat. Find out about the sea conditions and consult with the boat driver.

- Beware of strong winds during the last rappel, risk of the ropes becoming entangled.

- Inform yourself thoroughly about the regulations of the Teno Park

**Ritorno:** (traduzione alternativa)

There is no land route for the return journey. It is essential that you are picked up by boat: You must therefore book a boat first.

There are three different options for the way back: Punta de Teno, Buenavista del Norte or Puerto de los Gigantes. A5 for the distance you have to swim in the sea to the boat. A1 for the canyon.

**Coordinate:**

Inizio del canyon [28.3606 -16.8869](#)

Fine del canyon [28.3648 -16.8872](#)

Parcheggio all'entrata [28.3530 -16.8867](#)

**Rapporti:**

2023-03-09 | System User | ★ ★ | 📖 | 📍 | |

Daten importiert von <https://www.descente-canyon.com/canyoning/canyon/24116/Monja.html>