Las Palmas
de Gran Canaria
Ciudad de mar y culturas

La guía para vivir la ciudad

Índice

Bienvenida 2

La ciudad
- Datos de interés 3
- Cómo moverse 4
- Ciudad de mar y culturas 5

Ciudad de mar
- Playas y deportes acuáticos 7
- Puertos y deportes náuticos 8

Ciudad de culturas
- Cinco siglos de historia 9
- Cultura y cine 10
- Diversión a todo color 11

Experiencias
- Gastronomía 13
- Niños y familias 14
- Compras 15
- Naturaleza 16
- Arquitectura 17
- Salud y deportes 19
- Música 20

Mapas y directorios 22

Ruta 24 horas 29

Ruta 72 horas 30

Información útil 31

Leyenda

LPA

ÍNDICE
Estas siglas ubicadas en el márgen superior de las páginas te permitirán volver al índice en un solo clic.

ENLACE WEB
Pincha en estos enlaces para acceder a páginas webs, rutas, mapas o ampliar información.

TIP
Aquí encontrarás consejos, recomendaciones o datos prácticos para hacer de tu visita una experiencia redonda.

CURIOSIDAD
Te damos claves sobre Las Palmas de Gran Canaria que solo solemos conocer las personas locales, ¡queremos que te enamores de nuestra ciudad tanto como los que vivimos en ella!

TESTIMONIO
Son artistas, escritores, deportistas, músicos... que han nacido o residido aquí, ¡y tienen mucho que contar sobre la ciudad!

EDITA
Turismo LPA, Las Palmas de Gran Canaria, S.A.

FOTOS
Nacho González
Tony Hernández
Quique Curbelo
Turismo de Gran Canaria

COORDINACIÓN Y CONTENIDOS
SILBO Comunica

DISEÑO Y MAQUETACIÓN
Claudia Be

DEPÓSITO LEGAL
GC 626-2024

Turismo LPA, Las Palmas de Gran Canaria, S.A. no se hace responsable de los errores u omisiones que se puedan encontrar en esta guía, pero agradecemos que nos comuniquen por escrito cualquier error o información omitida.

www.lpavisit.com · info@lpavisit.com
Teléfono: 928 446 987 / 928 446 969

¡Vive Las Palmas de Gran Canaria!

Te damos la bienvenida a nuestra casa, Las Palmas de Gran Canaria, el primer destino urbano de las islas Canarias y del Atlántico medio. La ciudad más cosmopolita del archipiélago.

En este paraíso urbano bañado por el océano Atlántico y con un entorno natural único, su clima templado, la calidad del aire y su incomparable luz te acompañarán durante todo el año.

Somos una ciudad de mar, de horizontes abiertos al océano, que encuentra el marco perfecto desde la orilla de playas urbanas singulares, bien conectadas y accesibles. Con Las Canteras como referente europeo y emblema local.

Una ciudad de culturas, vibrante y efervescente, rebosante de vida en cada una de las cuatro estaciones. La música, la ópera y el teatro, protagonistas estelares de sus festivales y eventos. La gastronomía, insignia de su crisol cultural.

Y también de celebración. Una ciudad de carnaval, la gran fiesta multicultural, lúdica e inclusiva, abierta a todo el mundo, que impregna las calles de alegría y color. Y de fiestas populares, donde los barrios se van dando el relevo para festejar su vecindad y su sentir.

Una ciudad histórica. Nuestro casco antiguo, preservado con mimo, nos habla de otros tiempos y mantiene viva la huella de ilustres personajes locales y visitantes. Pasado y presente se sienten también en sus barrios populares, pintorescos y llenos de encanto.

Estás en una ciudad segura y confiable, con los servicios e infraestructuras de una urbe europea, y en la que trabajamos diariamente para construir un futuro más sostenible para quienes la disfrutan.

Las Palmas de Gran Canaria es una ciudad 100 % canaria, de personalidad abierta y tolerante. Con un estilo de vida genuino que le imprime su gente: alegre, cálida, diversa, acogedora, y que recibe a sus visitantes como a una amistad esperada.

ISLAS CANARIAS **GMT / UTC+0**

Clima

22ºC >>> 17ºC 25ºC

temperatura media anual

temperatura media en invierno

temperatura media en verano

20ºC

temperatura media anual del agua

+ de 4.000

horas de sol al año

El mejor clima del mundo

Según un estudio comparativo de más de 600 ciudades turísticas realizado por la Universidad de Siracusa (Nueva York).

>>> **Las Palmas de Gran Canaria es una ciudad vibrante para disfrutar al aire libre.**

Uno de los aires más limpios de Europa

La Agencia Europea de Medio Ambiente, la OMS y el Observatorio de Sostenibilidad coinciden en la buena calidad del aire.

>>> **Las Palmas de Gran Canaria fue la ciudad española que más redujo sus niveles de contaminación en 2021: -45 %.**

Datos de interés

MÁS INFORMACIÓN

FUNDACIÓN

24 junio 1478
>>> 5 siglos de historia

POBLACIÓN

378.797 habitantes (2024)
>>> ciudad más poblada de Canarias y 9ª de España

COSTE DE LA VIDA

Viaje en guagua: 1,40 €
Taxi de Puerto a Vegueta: 10 €
Café: 1,20 - 1,50 €
Cerveza: 2 - 3 €
Menú del día: 12 €
>>> según la Confederación Empresarial de Hostelería de España, es el más barato del país

SEGURIDAD

De las diez ciudades más pobladas de España, es en la que menos delitos se cometen
>>> tasa de 11,2 delitos (enero-marzo 2024)

SUPERFICIE

100,55 km²

5 DISTRITOS

Vegueta – Cono Sur – Tafira
Centro
Isleta – Puerto – Guanarteme
Ciudad Alta
Tamaraceite – San Lorenzo – Tenoya

5 PLAYAS

Las Canteras
El Confital
Las Alcaravaneras
La Puntilla (San Cristóbal)
La Laja
>>> suman una longitud de 5,53 km de playas urbanas

ZONAS VERDES

3.224.735 m²
>>> 8,54 m² por cada habitante

VÍAS CICLISTAS

30,5 km

PREVISIÓN METEOROLÓGICA DE LA SEMANA

La ciudad presume en verano de la "panza de burro", un curioso mar de nubes provocado por los alisios que suaviza la temperatura. Esta pantalla solar natural suele desaparecer por las tardes... ¡a disfrutar del sol!

"Lo primero que sorprende al viajero cuando llega a Las Palmas de Gran Canaria es la luz [...] puede llegar a la ciudad en febrero, con el cielo cerrado, o en septiembre con el cielo azul, pero siempre encontrará un destello de luz que, por más que busque, no logrará comparar con el recuerdo de ningún otro lugar"

José Luis Correa, novelista, natural de LPA

TOP LPA

El Carnaval

Declarado Fiesta de Interés Turístico Internacional, es la mejor excusa para visitar la ciudad en invierno.

Naturaleza

Es posible disfrutar de la flora endémica del archipiélago canario o visitar los vestigios de un volcán sin salir de la ciudad.

>>> El **Jardín Botánico Canario "Viera y Clavijo"**, también llamado Jardín Canario, alberga más de 600 especies endémicas de Canarias, entre otras variedades.

>>> La **Caldera de Bandama**, con una estructura volcánica formada hace 5.000 años, es un Espacio Natural Protegido.

Ciudad de mar y culturas

Sus cinco playas urbanas, sus dos puertos, su diversidad marina, su oferta cultural, su nutrida agenda de eventos, la diversidad de sus gentes...

>>> **Es el primer destino urbano de las islas Canarias.**

Las Canteras

Una de las mejores playas urbanas del mundo.

La ciudad de Colón

El histórico almirante recaló en la ciudad en tres de sus cuatro viajes atlánticos, donde dejó una huella imborrable.

Gastronomía

El crisol de culturas que se da en la ciudad se plasma en su variedad gastronómica. Un destino con infinidad de propuestas para disfrutar de experiencias culinarias en las que se cuida tanto el comer como el entorno, liderada por talentosos chefs que suman estrellas Michelin y soles Repsol.

Cómo moverse por la ciudad

La capital grancanaria es el epicentro de las comunicaciones insulares. De aquí parten las principales carreteras y rutas de transporte público que conectan toda la isla. A pie, en bicicleta, en transporte público... Las Palmas de Gran Canaria tiene una gran variedad de opciones para que elijas la que más se ajuste a tus preferencias y necesidades.

Distancias desde Las Palmas de Gran Canaria

Aeropuerto → 25 km
Agaete → 32 km
Arucas → 15 km
Caldera de Bandama → 18 km
Cruz de Tejeda → 33 km
Gáldar → 25 km
Jardín Botánico → 10 km
Playa del Inglés → 50 km
Puerto de Mogán → 75 km
Teror → 20 km

Bicicleta o patineta

La ciudad cuenta con más de 30 kilómetros de carril bici, una red bidireccional que recorre la parte baja de la ciudad y se extiende también a la zona alta.

>>> 800 estaciones en los 5 distritos para aparcar VMP –vehículo de movilidad personal.
>>> 30,5 km de carril bici/patinete.

La forma más sencilla de disfrutar de esta red que conecta toda la ciudad es a través del servicio público de préstamo de bicicleta y patinetas, disponibles a través de la *app* MOXSI

SÍTYCLETA

Las Palmas de Gran Canaria fue la primera ciudad de España en disponer de un sistema público de bicicletas inteligentes. Desde 2020, más de 400 *smart bikes* forman parte de este servicio de alquiler, que cuenta con opciones mecánicas, eléctricas y para personas con movilidad reducida, y con 50 estaciones, algunas ubicadas en la zona alta de la ciudad.

SÍTYNETA

Sistema público de préstamo, esta vez de patinetas eléctricas, que vertebra también la parte baja y la alta de la ciudad a través de 15 estaciones y más de 50 vehículos. Cada patineta dispone de un casco plegable integrado en su estructura para que el viaje sea lo más seguro posible.

>>> Disponible todos los días de 06:00 a 23:00.
>>> Diferentes tarifas y bonos para residentes y visitantes.

¿Las bicicletas son para el verano?

¡Discrepamos! Las Palmas de Gran Canaria es una ciudad perfecta para disfrutar de un recorrido a pedales si se dan dos factores: que no llueva y que tu radio de acción sea principalmente la parte baja de la ciudad. Hay servicios privados que ofertan rutas temáticas a dos ruedas y también hay rutas guiadas en Sítycleta.

CANARYCLETA BICIPASEOS

En coche

No es la mejor opción si quieres evitar el tráfico o buscar aparcamiento; sí lo es si valoras la libertad de movimiento y ser autónomo. La ciudad cuenta con aparcamientos públicos y espacios de estacionamiento regulados en zonas Azul y Verde. Lo más cómodo es hacerte con la *app* LPA Park para que puedas abonar fácilmente las tasas y consultar en tiempo real las plazas libres que hay en cada momento y su ubicación.

DESCARGA LPA PARK

A pie

Los habitantes de la ciudad realizan a pie más del 30 % de sus desplazamientos cotidianos. Y es que el suave clima, el trazado llano junto al mar y las dimensiones de la ciudad hacen del paseo un verdadero placer.

En guagua

Así llamamos aquí a los autobuses, que recorren toda la ciudad con su llamativo color amarillo. Se cree que la palabra guagua es una herencia cubana, un elemento más del legado cultural traído por los emigrantes canarios que volvieron a las islas. Las guaguas cubren un circuito cercano a los 750 kilómetros conectando los cinco distritos y son una de las opciones más recomendables para recorrer la ciudad por su frecuencia y servicio.

>>> Servicio 24/7
>>> Más de:
- **45 líneas – tres líneas nocturnas**
- **800 paradas**
- **600 conductores**
- **250 vehículos**

>>> Seguridad: mortalidad cero en los últimos tres años.
>>> Sostenible: 12,7 g CO_2/km recorrido (vs. 156 del vehículo particular).

GUAGUAS MUNICIPALES

Las mejores líneas para conocer la ciudad son las que unen de forma rápida la zona Puerto-Canteras con los barrios históricos de Vegueta y Triana... ¡apunta!
>>> Línea 1: Teatro – Puerto
>>> Línea 12: Puerto – Hoya de la Plata
>>> Línea 17: Teatro – Auditorio

CONSULTA EL RESTO DE LÍNEAS

Un viaje cuesta 1,40 € y se adquiere en la propia guagua. Si vas a estar varios días en la ciudad y crees que te moverás principalmente en este medio, hazte con un Bono Guagua en estaciones, estancos y bazares. Con una recarga mínima de 8,50 €, el viaje te saldrá por 0,42 céntimos... es decir, ¡podrás hacer 20 trayectos!

Guagua turística

Coloquialmente conocida como la *guiriguagua*, este bus turístico ofrece un tour guiado en *packs* de 24 horas y 48 horas siguiendo el modelo "hop-on, hop-off", o lo que es lo mismo, sube y baja tantas veces como quieras o necesites. Según la opción elegida, el *pack* incluye entradas a diferentes atracciones o tours guiados a pie y en bicicleta, funciona de lunes a domingo y está disponible en ocho idiomas.

MÁS INFORMACIÓN

Global

Así se llama el servicio de guaguas interurbanas que enlaza la capital con el resto de los municipios de la isla. Sus más de 120 líneas tienen salida y destino en las principales estaciones de la ciudad: la de San Telmo –también conocida como El Hoyo– o el Intercambiador de Santa Catalina.

GUAGUAS GLOBAL

En taxi

Tu mejor opción si necesitas realizar un trayecto de puerta a puerta. Las Palmas de Gran Canaria tiene un excelente servicio de taxis, con las tarifas urbanas más baratas de todo el país. Es fácil encontrarlos circulando por las diferentes calles y hay más de 40 paradas distribuidas por la ciudad.

Ciudad de mar y culturas

Las Palmas de Gran Canaria se ha forjado desde la convivencia multicultural que le han brindado las circunstancias: una ciudad europea, ubicada junto al continente africano, con fuertes lazos con América Latina. Ser una ciudad portuaria abierta al mar le ha dado acceso a cientos de culturas diferentes que han ido moldeando su personalidad abierta, su identidad inclusiva, su variada gastronomía y, sobre todo, la forma de vivir de sus habitantes... empática, cercana, activa. Una rareza singular que confiere a la ciudad una riqueza única.

Una ciudad, dos centros

Estás en una ciudad vibrante y cosmopolita en la que su actividad cotidiana –económica, comercial y de ocio– gira en torno a dos centros neurálgicos. Aquí no podrás ir o bajar al centro... ¡porque hay más de uno! Te damos las mejores pistas para que los vivas al máximo.

El Puerto

En el Puerto y Las Canteras la vida gira en torno al mar, enmarcada en el simbólico istmo que deja a uno de sus lados la playa de Las Canteras y al otro el Puerto de la Luz y la playa de Las Alcaravaneras. Museos, centros y zonas comerciales, deportes acuáticos, opciones de restauración y la mejor vida nocturna te esperan aquí.

El casco histórico

En Triana y Vegueta, la vida transcurre entre edificios que cuentan la historia de la ciudad. Desde el estilo modernista –con influencias decorativas del *art déco* y del *art nouveau*– de la calle Triana, hasta las edificaciones emblemáticas, casas señoriales, monumentos, ermitas y plazas de Vegueta. El conjunto conforma un entramado de calles, muchas peatonales, donde disfrutar de museos históricos y modernos, de la mejor gastronomía y del *shopping* más selecto.

UNA CAPITAL DE DOS ALTURAS

Además de dos centros neurálgicos, otra característica de la ciudad es que se asienta a dos alturas. La ciudad baja se extiende desde la zona de Puerto-Canteras y su característico istmo, y transcurre paralela al mar hasta el barrio de San Cristóbal y la playa de La Laja, dejando entremedias Ciudad Jardín, Arenales, Triana y Vegueta. Pero la orografía ha tenido un papel fundamental en el desarrollo de la ciudad, que ha ido creciendo sobre lomos, hoyas y barrancos en lo que se conoce como Ciudad Alta, donde se concentra un conjunto de barrios como Escaleritas, Schamann, Barrio Atlántico y Siete Palmas... ¡y los mejores miradores panorámicos de la ciudad! No dejes de subir a los de Altavista, Cuatro Cañones o El Cardón para disfrutar de las mejores vistas de la ciudad baja.

"¿Que de dónde soy? Eso lo sabe todo el mundo. ¡De Las Palmas!"

Benito Pérez Galdós – escritor, natural de LPA (extraído de 'La Esfera')

¿Necesitas algo guiado?

RUTAS URBANAS

¡Date un saltito!

Utilizamos esta expresión local, que significa pasarse por algún sitio y hacer una visita de corta duración, para compartir contigo los imprescindibles de cada zona.

Puerto-Canteras-Alcaravaneras

- Playa de Las Canteras
- El Confital
- Castillo de La Luz y Fundación de Arte y Pensamiento Martín Chirino
- Mercado del Puerto
- Acuario Poema del Mar
- Museo Elder de la Ciencia y la Tecnología
- Centro Comercial Las Arenas y El Muelle
- Auditorio Alfredo Kraus
- Centro de Arte La Regenta
- Zona comercial de Mesa y López
- Playa de Las Alcaravaneras
- Mercado Central
- Parque Santa Catalina

Vegueta-Triana

- Museo Canario
- Centro Atlántico de Arte Moderno
- Casa de Colón
- Casa-Museo Pérez Galdós
- Mercado de Vegueta
- Gabinete Literario
- Palacete Rodríguez Quegles
- Plaza del Pilar Nuevo
- Calle mayor de Triana
- Parque San Telmo
- Castillo de Mata
- Plaza de Santa Ana
- Casas Consistoriales
- Catedral

Ciudad Alta-Centro

- Mirador de Altavista
- Mirador de Cuatro Cañones
- Mirador del Cardón
- INFECAR - Feria de Gran Canaria
- Gran Canaria Arena
- Estadio de Gran Canaria
- Parque Juan Pablo II
- Centro Comercial 7 Palmas, La Ballena y Alisios
- Ciudad Jardín
- Parque Doramas
- Hotel Santa Catalina
- Pueblo Canario
- Parque Romano
- Muelle Deportivo

SITYCLETA

Playas y deportes acuáticos

En Las Palmas de Gran Canaria, el día amanece en tres playas y se despide en otras dos. Bañada por el Atlántico, los habitantes de la ciudad tienen un fuerte vínculo con ellas, auténticas zonas de recreo donde no solo disfrutan de un día de playa, sino de un rato de lectura, de una partida de cartas con sus amistades, de un paseo por la orilla o de la práctica de deportes. Por aquí dicen que la vida es mejor en cholas –así llamamos al calzado abierto y ligero, tipo sandalia–... ¡Súmate a la vida playera!

¿Estás en la ciudad en Navidad? No te pierdas este belén al aire libre que reúne cada año a los mejores escultores de arena del mundo.

BELÉN DE ARENA

Las Canteras

Es la playa más famosa de la ciudad y la avalan multitud de reconocimientos, como la Q de Calidad Turística, las banderas de Gestión Ambiental y Accesibilidad Universal o el haber sido elegida una de las mejores playas urbanas de Europa por quienes la han disfrutado.

Una lengua de arena dorada de más de 3 km de longitud y una singularidad: su arrecife calcáreo de más de 100.000 años de antigüedad, conocido como La Barra, que hace de rompeolas natural y alberga un ecosistema único, con diferentes hábitats y una variada muestra endémica de flora y fauna marinas. Una playa rebosante de vida todos los días de la semana, que cuenta con servicio de vigilancia y socorrismo todo el año, tres balnearios, duchas y lavapiés, zona deportiva, parques infantiles y una amplia oferta de restauración y ocio a lo largo de todo su paseo y sus calles aledañas.

>>> **Deportes:** surf y bodyboard [La Cícer], windsurf, paddle surf, piragüismo o kayak, snorkel, buceo, natación, tenis playa y vóley playa [Playa Grande].

Accesibilidad universal
Las Canteras cuenta con una zona preferente para personas con movilidad reducida, accesible también para personas ciegas con elementos en braille y audioguía. Dotada de zona de sombra, servicio de asistencia y préstamo de material para el baño, duchas y aseos adaptados y vestuarios accesibles. La playa dispone a lo largo de toda su extensión de rampas de acceso a la arena.

"Es increíble poder tener una playa así en el corazón de Las Palmas de Gran Canaria. Allí he pasado gran parte de mi infancia"

Carla Suárez Navarro – extenista profesional, natural de LPA

El Confital

Situada en la península de La Isleta, Paisaje Natural Protegido, este reducto privilegiado es la prolongación natural de la playa de Las Canteras y accesible a pie. La playa está formada por tableros de roca y una franja de arena gruesa dorada, con pequeñas calitas de aguas cristalinas. Cuenta con servicio de aseo y salvamento de temporada, se permite el naturismo, y es perfecta para disfrutar del atardecer. Si tienes pensado pasar el día, te recomendamos que lleves comida y bebida.

>>> **Deportes:** surf y bodyboard [nivel avanzado, su derecha se considera una de las mejores olas de Europa], trail running y senderismo.

La Laja

Si Las Canteras y El Confital destacan por sus atardeceres, la playa de La Laja lo hace por su amanecer. De arena negra y oleaje moderado, sus 1.200 metros de largo la hacen ideal para pasear. Está presidida por una escultura del dios Tritón, ubicada sobre un mirador que permite observar todo el litoral este de la capital hasta la península volcánica de La Isleta, y rodeada de formaciones rocosas. Además, cuenta con tres piscinas naturales cuyas aguas se renuevan de forma natural por el efecto de las mareas.

>>> **Deportes:** surf y bodyboard [nivel avanzado], buceo, kayak y pesca.

Las Alcaravaneras

De arena dorada, es una de las mejores playas portuarias de España y la calidad de sus aguas está avalada por controles periódicos. Ubicada junto al Muelle Deportivo, cuenta con balneario –provisto de aseos, duchas y taquillas–, clubes de piragüismo y vóley playa, canchas deportivas de uso libre y permite la práctica de todo tipo de actividades náuticas... ¡es la playa deportiva por excelencia!

>>> **Deportes:** paddle surf, windsurf, piragüismo o kayak, natación y vóley playa.

La Puntilla

Si te gusta lo genuino, esta es tu playa. Ubicada en el barrio marinero de San Cristóbal, es una pequeña cala de arena dorada y corrientes tranquilas por estar al abrigo del muelle de pescadores, desde el que también se puede acceder al baño, caracterizado por su agua cristalina. Si vas por la mañana, verás a los pescadores llegar en sus barcas y trasladar sus capturas a la cercana cooperativa, en la que se vende y compra pescado fresco.

>>> **Deportes:** snorkel, natación y pesca.

Consulta las páginas oficiales de turismo para conocer las empresas que ofrecen servicios para la práctica de deportes como el surf, el piragüismo o kayak, el paddle surf o el buceo.

MAPAS DE BUCEO

GRAN CANARIA SURF SPOTS

LPA BEACH
Así se llama la *app* gratuita que recoge información en tiempo real sobre las mareas, la ocupación, el tiempo o los servicios y horarios de Las Canteras, Las Alcaravaneras y La Laja.

DESCARGA IOS

DESCARGA ANDROID

Puertos y deportes náuticos

Una ventana al mar, un horizonte que se pierde en la inmensidad del océano... el desarrollo de la capital grancanaria está marcado por su apertura marítima a través de su puerto comercial y de sus muelles deportivos. Son excelentes puntos de partida para entender el carácter marinero local y disfrutar de la navegación y de la pesca.

"Puerto de Gran Canaria sobre el sonoro Atlántico,
con sus faroles rojos en la noche calina,
y el disco de la luna bajo el azul romántico
rielando en la movible serenidad marina..."

Tomás Morales – poeta
(extraído de 'Las Rosas de Hércules')

Puertos deportivos y navegación

Marina Las Palmas

Es la dársena de embarcaciones menores más grande de Canarias y lugar de tránsito de navegantes trasatlánticos procedentes de los cinco continentes, con 1.363 atraques en pantalanes para barcos de hasta 50 metros de eslora. Localizado en la costa este de la ciudad, este puerto deportivo cuenta con talleres especializados y un completo servicio de mantenimiento para realizar cualquier reparación o adquirir repuestos náuticos, reuniendo una decena de restaurantes, bares y tiendas. De aquí parte la Atlantic Rally for Cruisers (ARC), una regata de navegación trasatlántica en velero que cada año pone rumbo al Caribe.

MARINA LAS PALMAS

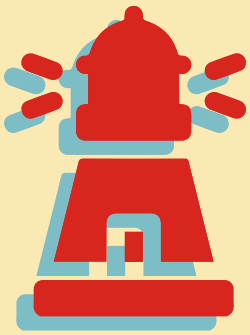
Real Club Náutico de Gran Canaria

Entidad privada y de gran solera en la ciudad. Data de 1908 y Alfonso XIII fue su primer presidente honorífico. Destaca por su escuela de vela y su pequeña marina de 135 atraques, con dique seco para 35 embarcaciones, varadero para más de 150 barcas de vela ligera y servicio de *travelift*. En su palmarés destacan siete medallas de oro olímpicas en vela, pero con el paso del tiempo ha ampliado su oferta a otras actividades deportivas como el piragüismo o el windsurf, que, junto con los cursos de vela en categoría Optimist, están disponibles también para personas no socias.

CLUB NÁUTICO

Puerto de Las Palmas

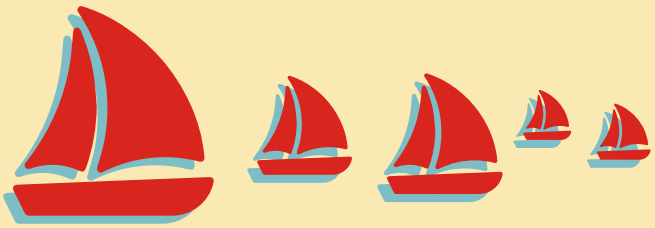
El primer puerto de Canarias y del Atlántico medio, es también el más grande del archipiélago y el de mayor tránsito en la encrucijada entre Europa, África y América. Popularmente conocido como Puerto de La Luz, conecta con más de 180 puertos internacionales a través de una treintena de líneas marítimas.



Su construcción, iniciada en 1883, conllevó la transformación económica, social y cultural que marcaría la aparición de una nueva ciudad, con el surgir de barrios como La Isleta, Los Arenales y Ciudad Jardín. Ya Cristóbal Colón fondeó sus embarcaciones en la bahía de Las Palmas en su camino a América.

"... en 1883, se inauguraron las obras del gran puerto refugio de La Luz, porvenir de esta ciudad y de la isla toda. Y empezó la verdadera nueva vida. El pleito grande aquí es el de hacer ciudad, el de hacer ciudad en esta avanzada de España sobre América y sobre África, en esta portalada de América para España y para Europa"

Miguel de Unamuno – escritor y filósofo,
visitante de LPA (extraído de 'La Gran Canaria')



Deportes náuticos

La vela ha dado a Las Palmas de Gran Canaria siete medallas olímpicas de oro, dato que confirma la importancia que tiene este deporte en la ciudad. El Real Club Náutico, el Real Club Victoria, el Club Marítimo Varadero y la Federación Insular de Vela cuentan con escuelas dedicadas a la práctica de este deporte. El Club Victoria oferta además windsurf, kayak, piragüismo y paddle surf.

ESCUELA REAL CLUB VICTORIA

FEDERACIÓN INSULAR DE VELA

CLUB MARÍTIMO VARADERO

Curiosidades

Banco Mundial de Alimentos

Desde 2012, Naciones Unidas tiene en el Puerto de Las Palmas una de sus más importantes plataformas logísticas del Programa Mundial de Alimentos (WFP), clave para la distribución de alimentos y ayuda humanitaria en África occidental –que puede llegar al continente en 48 horas–. El gofio es uno de los alimentos que componen su reserva.

Los cambulloneros

Un negocio en forma de trueque prosperó al albor del nuevo puerto, a finales del siglo XIX. El de cambullón era un oficio de intercambio o de prestación de servicios a los buques que llegaban a la isla, cuyo nombre se cree que procede de la expresión inglesa *come buy on*, con la que los cambulloneros ofrecían sus mercancías. Desde alimentación, artesanía, tabaco o alcohol, hasta pájaros canarios en jaulas... a cambio de relojes, medicamentos, jabones o radios. De hecho, las carreras de los cambulloneros para llegar los primeros con sus pequeños botes a los grandes barcos recién atracados son el germen de la vela latina canaria.

Cinco siglos de historia

1478
El 24 junio, Juan Rejón funda la primera ciudad fuera del continente europeo gobernada por los Reyes Católicos.

1492
Antes de recalar en América, Cristóbal Colón hizo su última escala en Las Palmas de Gran Canaria.

1574
Según los cronistas de la ciudad, en esta fecha se tiene la primera referencia de la celebración de fiestas de carnaval en la capital.

1599
A pesar de la heroica defensa de sus habitantes, la ciudad fue holandesa durante diez días, tras una ofensiva liderada por Pieter van der Does que la dejó gravemente destruida. El corsario británico Francis Drake lo había intentado, también sin éxito, en 1595.

1843
Benito Pérez Galdós nace en el barrio de Triana.

Siglos XVII y XVIII
Las Palmas de Gran Canaria sufrió un letargo y decaimiento notable, del que no consiguió salir hasta apropiarse de las ideas de la Ilustración.

1883
La construcción del Puerto de La Luz propició la modernización de la ciudad.

S. XIX
La colonia inglesa que se asentó en la isla dejó una huella imborrable e introdujo nuevas costumbres.

1891
Se inaugura el primer campo de golf de España, el Real Club de Golf de Las Palmas, impulsado por un grupo de británicos residentes en la isla.

1954-1955
La película *Moby Dick*, de John Houston, se rodó parcialmente en la ciudad, protagonizada por Gregory Peck.

1967
Aquí se abrió el primer restaurante japonés de España, el Fuji.

1997
Abre sus puertas el Auditorio Alfredo Kraus, en honor al tenor canario de renombre internacional.

1989
Nace la Universidad de Las Palmas de Gran Canaria (ULPGC), que destaca por ser referente internacional como centro investigador sobre turismo o albergar el Banco de Algas Español (BAE).

1993
Se inaugura la remodelación del Paseo de Las Canteras, que bordea los más de 3 km de esta playa urbana.

2003-2014
Se inauguran, respectivamente, el Estadio de Gran Canaria, casa de los partidos de la UD Las Palmas, y el Gran Canaria Arena, sede del Club Baloncesto Gran Canaria y del Campeonato Mundial de Baloncesto 2014.

2023
LPA presenta su candidatura a Ciudad Europea de la Cultura 2031.

2024
¡Gran Canaria será sede del Mundial de Fútbol 2030!

¡Y todo lo que nos queda por vivir!

Personajes cruciales

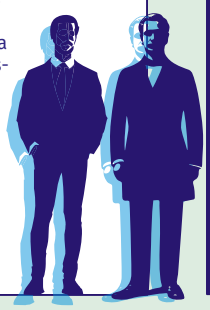
Benito Pérez Galdós
Natural del barrio de Triana, Benito Pérez Galdós está considerado el novelista español más importante después de Cervantes, aunque apenas escribió sobre su tierra natal o sobre el archipiélago. Una ruta sigue sus pasos en la ciudad que lo vio nacer.

LA CIUDAD DE GALDÓS *RUTA PÉREZ GALDÓS*

Cristóbal Colón
Antes de su primer viaje en busca del nuevo mundo, Colón recaló en la capital grancanaria para reparar una de sus naves, La Pinta. Su expedición se instaló durante varias semanas en Vegueta –Cristóbal se hospedaba en la actual Casa de Colón, que sirve de museo–, quedando la isla y la ciudad marcadas para siempre por su huella. De los cuatro viajes que hizo Colón a América, Gran Canaria tiene un papel fundamental en tres.

Néstor y Miguel Martín-Fernández de la Torre
Si durante tu viaje alguien se refiere a "Néstor", está evocando a este pintor, gran representante del modernismo canario y de la corriente simbolista europea, que también destacó en las artes escénicas y en la intervención ornamental de edificios. La obra de su hermano Miguel, principal exponente del racionalismo arquitectónico en Canarias, es el reflejo de la evolución de la ciudad: muchos edificios emblemáticos llevan su firma y suyo es el plan de ordenación urbanística que unió la ciudad antigua (Vegueta – Triana) con la ciudad nueva (Puerto). La colaboración de los hermanos devino en proyectos icónicos para Las Palmas de Gran Canaria, como el Pueblo Canario.

LA MIRADA DE UN ARQUITECTO



La ciudad escrita

¿Te apetece sumergirte en Las Palmas de Gran Canaria a través de la literatura? ¡Toma nota!

Carmen Laforet
Carmen pasó su infancia y adolescencia en esta ciudad, que retrató en su obra *La isla y los demonios*, recalando en lugares como el Puerto de Las Palmas, Triana y la Caldera de Bandama. Desde 2022 es hija adoptiva de la isla de Gran Canaria, a la que dedicó una guía turística en 1961.

Alexis Ravelo
El escritor grancanario, paradigma de la novela negra española, utilizó su ciudad de nacimiento como escenario en muchas de sus historias... permitiendo al lector pasear por sus calles a través de las letras. Por ejemplo, en la saga de seis entregas en torno a uno de sus más notables personajes, Eladio Monroy.

Agatha Christie
"La reina del misterio" se trasladó a Las Palmas de Gran Canaria en 1927 y vivió una temporada en el Hotel Metropole –una de las sedes actuales del Ayuntamiento–, desde donde escribió *Una señorita de compañía*, ambientada en rincones como la Alameda de Colón, San Cristóbal o la plaza de Santa Ana.

> *"Tenía dos playas perfectas; la temperatura también lo era (...) La mayor parte del día soplaba una brisa estupenda y las noches eran lo suficientemente cálidas para sentarse a cenar al aire libre"*
>
> ***Agatha Christie – escritora, visitante de LPA***

Una ciudad que vibra con la cultura y el cine

En los espacios culturales de Las Palmas de Gran Canaria se dan cita la memoria histórica, el recuerdo y vida de personajes célebres y las expresiones artísticas en toda su amplitud. La ciudad ha servido además de plató a rodajes épicos que te invitamos a descubrir recorriendo sus localizaciones.

Una ciudad de cine

Las Palmas de Gran Canaria ha sido Casablanca, la Polinesia francesa, Guinea Ecuatorial o La Habana, y también el escenario de la decisiva secuencia final del *Moby Dick* de John Houston. Numerosos rodajes nacionales e internacionales han convertido la ciudad en residencia temporal de actores y actrices como Brad Pitt, Gregory Peck, Shirley McLaine, Marion Cotillard o Jennifer López. Si te apetece recorrer la ciudad de la mano del cine, no te pierdas las rutas autoguiadas que te desvelan localizaciones, anécdotas y detalles de estos rodajes... ¡Te sorprenderá descubrir la versatilidad de la capital!

RUTAS DE CINE

LPA Film Festival

Cada mes de abril, Las Palmas de Gran Canaria extiende su alfombra roja y da la bienvenida al talento cinematográfico en el Festival Internacional de Cine. Cuenta con diferentes secciones –en las dos oficiales, largometrajes y cortos optan por alzarse con un premio Lady Harimaguada–, y es una oportunidad para disfrutar de una cuidada selección de cintas y de otras actividades.

LPA FILM FESTIVAL

Animayo

El Festival Internacional de Animación, Efectos Visuales y Videojuegos celebra su edición anual cada primavera con actividades para todos los públicos, entre las que se cuentan estrenos, ponencias, talleres, exposiciones y estands.

ANIMAYO

Ocean Film Tour

Las Palmas de Gran Canaria es la primera escala en España de este festival de cine itinerante dedicado a los océanos, que es el más grande de su categoría en Europa y recorre cada año diversas ciudades.

OCEAN FILM TOUR

La voz canaria de Marlene Dietrich

Josefina de la Torre fue uno de los iconos de las vanguardias españolas del siglo XX y formó parte de la Generación del 27. Sobrina del tenor Néstor de la Torre, hermana del escritor y director de cine Claudio de la Torre, prima de Néstor (pintor) y Miguel (arquitecto) Martín-Fernández de la Torre; fue íntima de García Lorca, de Ernestina de Champourcín y de Saulo Torón, y tuvo un *affaire* con Luis Buñuel. Nació en Las Palmas de Gran Canaria y destacó en todo tipo de disciplinas artísticas: escritora –prefería que la llamaran poetisa a poeta, y escribió novelas de amor y de misterio bajo el seudónimo de Laura de Cominges–, cantante soprano popular de zarzuela, fundadora de su propia compañía de teatro... y entre su perfil polifacético en el mundo del celuloide –actriz, guionista y de las primeras mujeres ayudantes de dirección–, dobló en castellano a Marlene Dietrich desde los estudios Paramount en Joinville (Francia). Todo comenzó en el Teatro Mínimo, un patio de butacas que los hermanos De la Torre montaban en su propia casa familiar de Las Canteras...

ESPACIOS

Casa de Colón

Ubicada en el corazón de Vegueta, en la antigua Casa de los Gobernadores –punto exacto de la fundación de la ciudad de Las Palmas de Gran Canaria–, inició su andadura como institución cultural en los años 50 con la misión de investigar y difundir la historia de Canarias y sus relaciones con América. Ciencia e investigación, conocimiento y debate, arte, cine, música o educación confluyen en la agenda de este museo histórico.

CASA DE COLÓN

CAAM

Son las siglas del Centro Atlántico de Arte Moderno, que cuenta con un interesante programa de exposiciones y actividades vinculadas a la cultura contemporánea. Se ubica en un edificio histórico singular de la calle Los Balcones, rehabilitado por el prestigioso arquitecto Francisco J. Sáenz de Oiza.

CAAM

Casa-Museo Pérez Galdós

La casa natal del escritor canario más universal de todos los tiempos, uno de los mejores representantes de la novela realista decimonónica, es una muestra de la arquitectura doméstica canaria del siglo XIX. Convertida en museo, recrea los principales escenarios hogareños en los que Benito Pérez Galdós hizo vida, recogiendo una colección documentada de enseres personales que dan testimonio de su entorno cotidiano.

CASA-MUSEO PÉREZ GALDÓS

Casa África

Está Casa Asia en Barcelona, Casa América en Madrid, Casa Árabe en Córdoba y Madrid, y Casa África, ¡aquí! Las Palmas de Gran Canaria es sede de esta institución que forma parte de la Red de Casas. Su objetivo es fomentar las relaciones entre África y España a través de actividades divulgativas, educativas y culturales.

CASA ÁFRICA

Fundación de Arte y Pensamiento Martín Chirino

Martín Chirino, ganador del Premio Nacional de Artes Plásticas y uno de los artistas canarios más cosmopolitas del siglo XX, legó a la ciudad y al barrio que lo vio nacer –La Isleta– esta fundación que recoge su trayectoria artística. Su obra escultórica, principalmente en hierro forjado, tiene referencias constantes al paisaje y a la cultura ancestral de las islas Canarias.

FUNDACIÓN MARTÍN CHIRINO

Centro de Arte La Regenta

Se sitúa en el edificio de una antigua fábrica de tabaco, de la que hereda su nombre. Dedicado al arte contemporáneo multidisciplinar –artes plásticas, diseño, imagen, arquitectura, soporte corporal, arte urbano o sonido–, sus actividades son gratuitas y abiertas a la participación de personas de todas las edades.

LA REGENTA

Diversión a todo color

¿Te gustan las fiestas populares? El Carnaval de Las Palmas de Gran Canaria, que desde el siglo XVI transforma la ciudad en un jolgorio único, es uno de los más destacados del mundo. ¿Perteneces a la comunidad LGTBIQA+? Encontrarás espacios inclusivos y seguros para disfrutar con toda libertad: Gran Canaria es uno de los destinos top en el mapa de la diversidad sexual y de género. ¿Te apetece un poco de ocio nocturno? ¡Sigue leyendo!

El Carnaval

El Carnaval de Las Palmas de Gran Canaria, declarado Fiesta de Interés Turístico Internacional, es la celebración popular más multitudinaria de la ciudad y una tradición histórica con casi cinco siglos de recorrido. Durante algo más de tres semanas, la capital se ve inmersa en un espectáculo de alegría y color en torno a una alegoría que cambia cada año: la temática que inspira disfraces, carrozas y el gran escenario desde el que se celebran los eventos principales, como los concursos de murgas, comparsas o maquillaje corporal, y las galas de la Reina y Drag Queen. Disfruta de la espontaneidad y diversión que caracterizan a esta fiesta, uno de los grandes alicientes para visitar la ciudad en la temporada de invierno, en el Carnaval de Día, en los populares mogollones, en la Gran Cabalgata que recorre las arterias de la ciudad y en el singular evento que cierra los festejos: el Entierro de la Sardina.

CARNAVAL DE LAS PALMAS DE GRAN CANARIA

> *"En los tres días de carnaval casi todas las casas estaban francamente abiertas, desde media mañana a medianoche, para las innumerables máscaras que recorrían las calles con algazara [...] El pueblo todo, desde las clases menesterosas hasta las más ricas, tomaban parte activa en estas expansiones"*
>
> ***Domingo J. Navarro – escritor, médico y cronista de la ciudad, natural de LPA (extraído de 'Recuerdos de un noventón')***

Vida nocturna

Prolongar la cena en las terrazas de restaurantes ubicados en zonas peatonales, disfrutar de una copa en el mejor clima, cantar tus canciones favoritas en un karaoke o bailar hasta el amanecer al ritmo de potentes decibelios. Aquí hay planes para todos los gustos.

En la zona de Vegueta, puedes disfrutar de la sencillez de un paseo por el casco histórico, la luz de las farolas confiere a su arquitectura otro semblante. En sus calles peatonales y plazas, y también en las colindantes a Triana, la noche ofrece una cara más bulliciosa y ociosa. Encontrarás tascas, bodegones, restaurantes, coctelerías, locales de música en vivo y discotecas para tomarle el pulso a la noche capitalina.

El epicentro del ocio nocturno se concentra en la zona del Puerto –parque Santa Catalina, Las Canteras, Guanarteme, Muelle Deportivo...–, con una variada oferta para dar rienda suelta a tu espíritu nocturno. Una noche que puede empezar con un agradable paseo por la avenida de Las Canteras, donde el atardecer o ver cómo la luna riela en el mar son una delicia.

Agenda cultural

La vida artística de la ciudad se manifiesta en otros espacios, como el Palacete Rodríguez Quegles, el Museo Castillo de Mata, el Edificio Miller o el Centro Cultural Pepe Dámaso, cuyas agendas puedes comprobar en:

LPA VISIT

> *"Soy isleño, estoy condicionado como todos los canarios por el sentimiento de la insularidad, que va unido a nuestra vida y al arte; lo han tenido desde Néstor, que es nuestro padre, a Millares, Chirino, Manrique... Más yo me quedé aquí, para entregarme a una búsqueda de lo vernáculo: la Rama, el Teide, las ocho islas. Soy archipielágico, pero a la vez soy universal"*
>
> ***Pepe Dámaso – artista total, agaetero residente en LPA***

LGTBIQA+

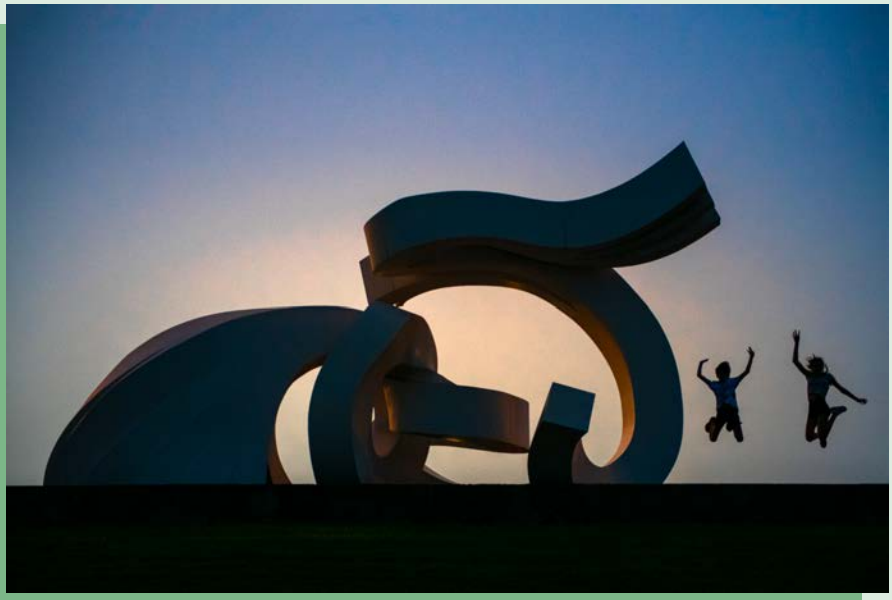
Las Palmas de Gran Canaria es una ciudad tolerante y diversa, donde el clima de respeto e inclusión es una de sus señas de identidad. Terrazas, discotecas y locales de ambiente, mayormente en torno al Puerto y Las Canteras pero también en la zona de Vegueta, albergan *dragshows*, fiestas temáticas, buena música y compañía para celebrar por todo lo alto la diversidad.

Gala Drag Queen

Una de las citas ineludibles del Carnaval, seña del carácter abierto, transgresor y diverso de las fiestas. Con más de veinticinco años de historia, ha ido adquiriendo fama internacional, por lo que se retransmite en directo a nivel nacional por televisión y en plataformas online, obteniendo grandes cotas de audiencia. Durante la velada, más de una decena de participantes se calzan enormes plataformas y compiten, con actuaciones de tres minutos y medio en las que se valoran baile, *playbacks*, maquillaje y vestuario, por alzarse con el cetro de reinona del Carnaval. Un auténtico espectáculo, del que Las Palmas de Gran Canaria es el máximo exponente.

DRAG QUEENS

LAS PALMAS DE GRAN CANARIA



Del km 0 a los sabores globales

Desde el saber hacer de una cocina casera plasmada en genuinos potajes hasta las técnicas punteras que reinventan el producto local en restaurantes con estrella, la gastronomía en Las Palmas de Gran Canaria está en plena efervescencia. Con un fuerte arraigo en el km 0, adopta también influencias de cocinas como la africana, la asiática o la latina, en una oferta culinaria heterogénea repleta de emociones, sabores, tradición y vanguardia.

En el último lustro, la capital grancanaria ha sido escenario de una verdadera revolución gastronómica que se traduce en la suma de sus primeras estrellas Michelin. *Foodies*, personas expertas en gastronomía, periodistas, chefs de todo el mundo y apasionados de la buena cocina se dan cita en sus variados restaurantes para asistir a este renacer. Desde la propuesta marinera del barrio de San Cristóbal, el tapeo de Vegueta y Triana, los vinos y carnes de Tafira, las terrazas de Las Canteras y Ruiz de Alda, o la historia del primer restaurante japonés de España... Ponle nombre a lo que te apetece, estás en la capital gastronómica del archipiélago y encontrarás opciones para satisfacer todos tus antojos.

Un viaje por el mundo a través del paladar

En los años 70 del siglo pasado, por su condición de Puerto Franco, Las Palmas de Gran Canaria era la ciudad de España con más variedad de cocinas. Hoy, después de cinco siglos de intercambio cultural, su oferta gastronómica despunta por contar con propuestas de más de 150 orígenes diferentes.

La cata obligada

Sencilla, aunque imaginativa. Ecléctica, pero genuina. Si lo que te apetece es adentrarte en el recetario canario, ¡no dejes de probar estos platos!

DEL CAMPO
Papas arrugadas con mojo, potaje de berros, caldo de millo o de papas.

CARNES
Pata de cerdo, ropa vieja, puchero canario, carne fiesta, carajacas.

PESCADO Y MARISCO
Capturas locales como el cherne, la vieja, la sama y la morena, lapas con mojo, gofio escaldado, churros de pescado, sancocho.

POSTRES
Mousse de gofio, huevos mole, polvito uruguayo.

El queso, un producto que enamora
Canarias es la comunidad autónoma en la que se consume más queso, ¡más de 11 kg por habitante al año! El queso ha pasado de ser un habitual en la mesa de los hogares canarios a un producto que brilla con luz propia en los fogones y menús más selectos. Gran Canaria tiene una gran tradición quesera, con más de 80 miniqueserías que elaboran quesos únicos –en cuyo sabor y olor inciden su variedad geográfica, de microclimas y biodiversidad– que acumulan todo tipo de distinciones internacionales. Los quesos Flor de Guía, Media Flor de Guía y de Guía –con Denominación de Origen Protegida–, los quesos curados de Fagajesto o Pajonales y los ahumados de Valsequillo son un éxito seguro que podrás probar y comprar en los mercados de la capital.

Ruta del Vino
Es posible hacer enoturismo sin salir de Las Palmas de Gran Canaria. Disfruta de catas o maridajes y adéntrate en el sabor volcánico de los vinos con Denominación de Origen Protegida Gran Canaria en las múltiples vinotecas que hay en la ciudad, a través de las referencias que encontrarás en los mercados de abastos o poniendo rumbo a Tafira y a la Caldera de Bandama. Si quieres ahondar más, la Ruta del Vino de Gran Canaria es la única ruta española fuera del territorio peninsular y la primera del archipiélago canario.

RUTA DEL VINO

Mercados

Mercado del Puerto
Pionero en combinar puestos de alimentación y gastronómicos, el primer gastromercado de las islas destaca también por su estructura de hierro –firmada por la compañía Eiffel en 1891 con decoraciones de estilo modernista– y por su agenda de actividades.

Mercado Central
Es el más grande y variado de la ciudad, con más de 120 puestos, y emblemático por su suelo de damero y los dos ejemplares de flamboyán que flanquean su entrada principal. Ideal para catar productos locales o disfrutar de unos churros.

Mercado de Vegueta
Primer mercado de abastos del archipiélago canario –data de 1856–, en sus coloridos puestos destacan las frutas tropicales y productos de proximidad como el pan, los quesos, los pescados o las aceitunas.

Otros
El Mercado de Altavista, en la parte alta de la ciudad, y el Mercado Agrícola de San Lorenzo –que abre únicamente los domingos por la mañana– son otras excelentes opciones para degustar los mejores productos locales.

"Cuando a uno le falta algo, lo echa de menos, y eso determinó que naciera mi amor por mi tierra, que iba plasmando por donde pasara en algún guiño: un mojo, unas papas... Estando lejos, me enamoré de mi gastronomía y vi sus posibilidades"

Abraham Ortega – chef, natural de LPA

Diccionario para no perderse

Más allá de las papas, el gofio y los plátanos, hay todo un universo culinario por descubrir a través de las palabras.

Arvejas – guisantes
Batata – boniato
Beterrada – remolacha
Café especial (barraquito) – café con capas: leche espumada, limón, canela, leche condensada y licor
Emboste – comida variada y abundante
Enyesque – pequeña porción de alimento, tapa
Escarola – lechuga iceberg
Jilorio – ganas de comer
Leche y leche – café cortado con leche y leche condensada
Millo – maíz
Papas del país (o zanahorias o cualquier producto del huerto) – cultivado en el archipiélago
Piña de millo – mazorca
Queque – bizcocho
Sancochar – hervir
Roscas – palomitas

Una ciudad, cientos de aventuras por vivir

Descubrir nuevas experiencias, explorar escenarios desconocidos, conectar con otras realidades... viajar con niños es emocionante y Las Palmas de Gran Canaria, un destino perfecto por su clima, sus actividades de ocio al aire libre y culturales, sus parques o sus museos. ¿Le pides a tu viaje diversión garantizada, libre de estrés y recuerdos inolvidables? ¡Te guiamos!

Despierta su curiosidad... ¡con pinceladas de léxico canario!
Aquí el columpio se llama remo, las cangrejeras para ir a la playa son calamares y las chanclas son cholas, si te salpican con agua te chingan, los bebés se cogen perretas y no berrinches, y si los niños se ponen muy juguetones están enralados...
¿No es divertido?

DESCUBRE MÁS PLANES EN FAMILIA

Las Canteras

Entre sus más de tres kilómetros de litoral y trazado sinuoso, hay rincones ideales para el disfrute de los más pequeños. Playa Chica es una calita para iniciarse en la natación o en el snorkel, que en marea baja deja al descubierto un conjunto de charcones y arrecifes –El Charcón– perfecto para explorar la vida marina en la misma orilla. Playa Grande es otra excelente opción por su gran extensión de arena y suave oleaje. La zona de La Cícer es más apropiada para la juventud: es el mejor lugar para estrenarse en el surf y los juegos de pelota están permitidos.

Museo Elder

Un trepidante viaje a través del conocimiento y progreso humano para conocer los entresijos de la ciencia a través de la diversión. Cuatro plantas dedicadas a disciplinas como la tecnología, las matemáticas, la física, la biología o la astronomía, con elementos interactivos que aseguran el aprendizaje mediante la participación directa. Cine 3D, planetario, simuladores, robots... un espacio para todos los públicos en el que es imposible aburrirse y donde la expresión ¡guau! estará en boca de toda la familia.

MUSEO ELDER

Museo Canario

¿Un poco de antropología y arqueología? Conoce la cultura de los habitantes prehispánicos de la isla y su modo de vida en este museo, con once salas dedicadas a la población aborigen de Gran Canaria, la organización de sus asentamientos, sus actividades productivas y depredadoras, sus creencias y prácticas rituales... y lo que despierta mayor curiosidad en los más pequeños: momias en muy buen estado de conservación, entre las que destaca la conocida como "Momia Nº 8".

MUSEO CANARIO

Piscinas naturales de La Laja

No hace falta salir de la ciudad para disfrutar de una piscina natural. La playa de La Laja cuenta con tres: una infantil con forma de medialuna, otra familiar y una tercera adaptada para deportes reglados de 50 metros de longitud. De julio a septiembre, hay servicio de socorrismo y baños públicos.

Recuerdos de la infancia

Hay dos lugares emblemáticos que han marcado la infancia de muchas generaciones de la ciudad. El Pueblo Canario, inmerso en el Parque Doramas, es un recinto declarado Bien de Interés Cultural, con una agradable terraza. En la zona de Vegueta y vigilando la fachada de la Catedral, los perros de Santa Ana son un grupo escultórico de ocho canes de hierro cuyos lomos brillan de tanto subirse en ellos... ¡Volverás a casa con una bonita foto!

Acuario Poema del Mar

Más de 450 especies y 35 ecosistemas acuáticos diferentes componen su propuesta, dividida en tres zonas –Jungla, Arrecife-Playa y Océano Profundo–. Busca peces payaso en Nemo Kids, un circuito infantil que permite meterse dentro de un arrecife; persigue tiburones a través de pequeñas claraboyas o grandes ventanales –aquí está la mayor ventana curva de exposición del mundo–, o piérdete en el espectáculo de color y movimiento que ofrecen las medusas.
En el restaurante Néstor podrás comer sin perder detalle de lo que ocurre en su enorme pecera.

POEMA DEL MAR

"Nuestros juguetes de la ciudad quedaban arrinconados cuando vivíamos en la playa de La Laja. Allí nos dimos cuenta de que los juguetes que se pueden comprar son sucedáneos de los verdaderos que puede poseer un niño... Todo lo que aprendí en esa playa me parece lo más importante y lo más verdadero que he aprendido en mi vida"

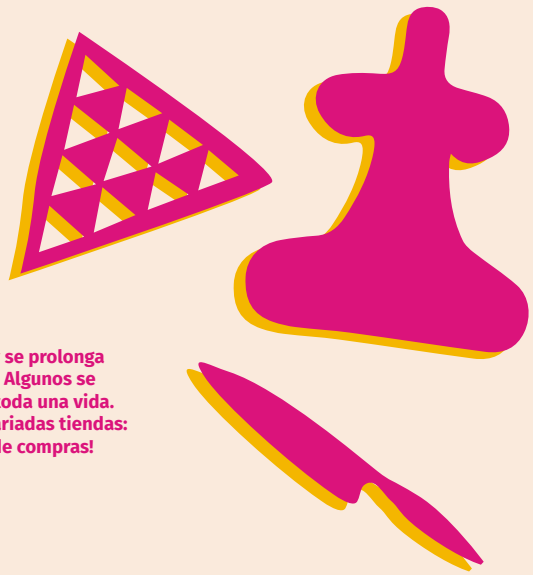
Carmen Laforet – escritora, residente en LPA

¡Correr, saltar y jugar!

Los mejores parques infantiles

	ZONA DE JUEGO		QUIOSCO	
Parque	**0-3 años**	**> 3 años**	**Zona infantil**	**Alejado**
Parque del Estadio Insular	●	●	●	
Parque Doramas	●	●		●
Parque Romano	●	●	●	
Parque Santa Catalina	●	●		●
Parque Juan Pablo II	●	●	●	
Parque San Telmo	●	●		●
Plaza de Churruca	●		●	
Parque de Arena (Las Canteras)	●	●		●
Parque de Las Rehoyas	●	●		●

Shopping: recuerdos de maleta



Un viaje se graba en la memoria, en fotografías, en vídeos... y se prolonga en los objetos y *souvenirs* que nos llevamos de vuelta a casa. Algunos se disfrutan pronto y duran poco, otros nos acompañan años o toda una vida. Las Palmas de Gran Canaria esconde tesoros únicos en sus variadas tiendas: moda, artesanía, alimentación, arte, literatura... ¡Nos vamos de compras!

Compras con ventaja

Las islas Canarias cuentan con los impuestos más bajos de la Unión Europea, al tener un régimen fiscal especial. Aquí se aplica el IGIC y no el IVA, lo que se traduce en un impuesto sobre el consumo del 7 %. O lo que es lo mismo: ¡puedes comprar más por menos!

Hecho aquí

Si te gusta la idea de apoyar la producción local, hazle hueco en la maleta a productos típicos cotidianos, como el gofio; con denominación de origen, como quesos, vinos y ronmiel de Canarias; o a productos *delicatessen* especialmente singulares, como el café de Agaete –en el norte de la isla está uno de los pocos cafetales de toda Europa–, la miel de Gran Canaria –única en el mundo gracias al clima y a la labor de la abeja negra canaria, que le saca el máximo partido al néctar de la flora endémica–, o las sales de Tenefé –la sal más premiada de las islas se produce artesanalmente en estas salinas desde hace más de 250 años–. Los podrás encontrar en algunos mercados de abastos, supermercados y en tiendas *gourmet*.

Otro bonito recuerdo de tu visita puede ser comprar artesanía –alfarería tradicional, cestería, cerámica, cuchillería canaria, joyería con diseños de pintaderas...–, instrumentos musicales –timple, chácara, bandurria, bucio–, productos de aloe vera autóctono, literatura canaria –hay tiendas especializadas, aunque la mayor parte de las librerías cuenta con referencias– e incluso moda o arte –hay decenas de firmas de moda y artistas locales que te permitirán comprar prendas únicas–.

Abrimos los domingos

Entre el 1 de octubre y el 30 de abril, coincidiendo con la temporada de cruceros, los grandes almacenes y centros comerciales de la zona Puerto - Las Canteras permanecen abiertos los domingos.

Zonas comerciales abiertas

Triana

La primera calle comercial de la capital se ha ido adaptando al paso del tiempo para mantenerse como uno de los centros de compras más selectos de la ciudad, junto a las aledañas Cano, Perdomo, Escritor Benito Pérez Galdós, Travieso o Viera y Clavijo. Es el lugar para adentrarse en las últimas tendencias.

ZONA TRIANA

Mesa y López

Otra de las zonas comerciales de referencia en la capital, con una oferta completa y variada que reúne a más de 160 establecimientos y en la que encontrarás desde grandes almacenes, firmas nacionales e internacionales, juguetes e incluso *outlets*. Ideal para encontrar de todo.

ZONA MESA Y LÓPEZ

Puerto-Canteras

La construcción del Puerto de La Luz a finales del XIX impulsó a su alrededor una interesante actividad comercial y mercantil que refleja el mestizaje cultural y racial que caracteriza a la ciudad. ¿Uno de sus mejores alicientes? La mejor tecnología y perfumería a precios muy competitivos.

VIVE PUERTO-CANTERAS

"Bajando la calle de los Malteses, empezaban a encontrarse en ella, y en la Peregrina, las únicas tiendas del modestísimo comercio de toda la isla, representado por tres avecindados malteses y dos varoniles isleñas, algo turbulentas, que siendo entre sí comadres y cuñadas se amaban como perros y gatos"

Domingo J. Navarro – escritor, médico y cronista de la ciudad, natural de LPA (extraído de 'Recuerdos de un noventón')

Siete Palmas

Formada por un conglomerado de comercios acotados en un espacio definido en la zona alta de la ciudad, muy cerca de grandes complejos deportivos como el Estadio de Gran Canaria o el pabellón Gran Canaria Arena.

BULEVAR SIETE PALMAS

Schamann

También en Ciudad Alta, es una de las zonas comerciales tradicionales de Las Palmas de Gran Canaria desde la década de los sesenta del siglo XX, liderada por las calles Pedro Infinito y Zaragoza. Comercios pequeños y familiares.

ZONA COMERCIAL SCHAMANN

Centros comerciales

¿Prefieres un lugar que concentre en un mismo edificio múltiples tiendas y opciones de ocio y restauración? Las Palmas de Gran Canaria cuenta con centros comerciales con todas las comodidades y servicios.

Ciudad Alta

7 PALMAS

LA BALLENA

LAS RAMBLAS

Puerto – Las Canteras

LAS ARENAS

EL MUELLE

Afueras

EL MIRADOR

ALISIOS

Espacios naturales sin salir de la ciudad

Si bien las playas son los patios de recreo de la ciudad, los parques urbanos se reivindican como sus verdaderos pulmones verdes. También hay espacio para el turismo activo. Jardines, paisajes volcánicos, barrancos y senderos permiten disfrutar de la naturaleza singular de la isla ¡sin abandonar la capital!

Turismo activo

Algunos de los atractivos singulares que ofrece la naturaleza del archipiélago pueden disfrutarse sin salir del municipio de Las Palmas de Gran Canaria. Barrancos por los que recorrer el pasado agrícola de la ciudad, los vestigios de un volcán o un jardín botánico único en el mundo esperan ser explorados... ¡Actívate!

> *"Este es el cráter más perfecto de Canarias, una depresión cóncava de tierra y rocas de una uniformidad como solo la naturaleza sabe crear..."*
>
> ***Charles Edwardes – viajero británico, visitante de LPA (extraído de 'Excursiones y estudios en las Islas Canarias')***

Caldera y Mirador de Bandama

La Caldera de Bandama es un Espacio Natural Protegido y un ejemplo de la actividad volcánica más reciente de Gran Canaria. Formada hace 5.000 años por una erupción freatomagmática –se da cuando agua y magma interaccionan–, está considerada de gran valor geológico por mostrar diversas etapas del vulcanismo insular. Tiene 216 metros de profundidad, supera los mil metros de diámetro y los tres kilómetros de perímetro, su flora es de carácter termófilo y la habita una rica fauna en la que destacan aves rapaces como la aguililla o el cernícalo. El explorador y escritor británico Charles Edwardes lo interpretó erróneamente, puesto que este monumento natural no es un cráter, sino una depresión formada al hundirse o desplomarse este tras haber ganado mucha altura... ¡pero eso no la hace menos espectacular! La caldera se puede bordear en una ruta circular o descender a su interior, y su majestuosidad también puede disfrutarse desde el Mirador del Pico de Bandama, que ofrece una panorámica de la caldera, del municipio de Las Palmas de Gran Canaria y de parte de la zona noreste de la isla.

Bahía del Confital: Red Natura 2000

Esta bahía es una de las Zonas Especiales de Conservación (ZEC) incluidas en la red europea de espacios protegidos con la finalidad de preservar su biodiversidad y su alto valor geológico, de gran interés científico. Esta zona de esparcimiento natural alberga la Reserva Marina de El Confital, unos de los lugares escogidos por algunas especies de cetáceos y mamíferos marinos para asentarse; la Cueva de los Canarios, un antiguo poblado aborigen formado por 20 cuevas de distintas dimensiones excavadas en la toba volcánica, catalogado como Bien de Interés Cultural y zona de interés arqueológico; y es además refugio para la cría de charranes, una especie marina migratoria en estado de vulnerabilidad que está aumentando su colonia en este litoral gracias a un proyecto de recuperación. Un paisaje de tierra y mar, montaña y playa de indudable valor medioambiental, en el que se puede practicar el senderismo.

Jardín Botánico Canario "Viera y Clavijo"

Conocido coloquialmente como Jardín Canario, le sobran motivos para merecer una visita: es el más grande de España con sus 27 hectáreas de extensión, reproduce a escala los diferentes ecosistemas que alberga Gran Canaria y es un centro de conservación e investigación de la flora macaronésica –la procedente de Canarias, Madeira, Azores y Cabo Verde– puntero a nivel mundial. Proyectado por el botánico sueco Eric R. Sventenius, entre senderos y cascadas podrás disfrutar de un bosque de laurisilva; de palmeras procedentes de todo el mundo –destaca la *Pritcharda munroi*, una especie hawaiana de la que solo sobreviven dos ejemplares en su hábitat natural, la isla de Molokai, y que se está recuperando aquí–; de un jardín de suculentas con una selección de alrededor de 2.000 especies crasas de todo el mundo; de nenúfares, bonsáis, ejemplares de gingko biloba o baobab, de flora en peligro de extinción..., y con algo de suerte, del lagarto gigante de Gran Canaria, el lacértido más largo del mundo. Una joya natural única en el mundo a escasos 15 minutos del centro de la ciudad.

JARDÍN CANARIO

Sendero del Guiniguada

Una de las formas de llegar al Jardín Canario, ubicado al borde del barranco de Guiniguada, es a través de este sendero de 7,5 km que parte desde El Pambaso de Vegueta. De tres metros de ancho, se puede recorrer fácilmente a pie o en bicicleta, y discurre entre antiguas explotaciones agrícolas y ganaderas, cuevas aborígenes y la omnipresente palmera *Phoenix canariensis*. El Guiniguada es un barranco crucial en la economía e historia de la ciudad, y las infraestructuras antiguas que encontrarás a tu paso –molinos de agua, terrazas de cultivo, acequias, casonas...– dan fe de su importancia.

Parques urbanos

Perfectos para descansar, pasear, hacer un picnic o practicar deporte... todos cuentan con parques infantiles y algunos son biosaludables, lo que significa que están equipados con aparatos para ejercitarse.

Parque Doramas

Inmerso en Ciudad Jardín, junto al Pueblo Canario y el emblemático Hotel Santa Catalina, este oasis natural hereda su nombre del guerrero aborigen Doramas, uno de los principales líderes de la resistencia durante la conquista europea de finales del siglo XV. Sus jardines cuentan con ejemplares de dragos, ficus, palmeras y otras especies autóctonas o foráneas, plasmando el carácter cosmopolita de la ciudad; además de un estanque con carpas koi, tortugas, patos y cisnes que enamora a los más pequeños.

Parque Juan Pablo II

Sus más de 120.000 metros cuadrados de extensión –alrededor de veinte mil son césped–, más de mil árboles y 700 palmeras lo convierten en el pulmón verde más grande de la capital. Ubicado en Ciudad Alta, este recinto alberga un lago artificial con varias cascadas y puentes de madera, canchas polideportivas, pista de coches radio control, rocódromo, un kilómetro de carril bici y más de dos kilómetros de senda para pasear. Es un parque inclusivo y accesible para personas con discapacidad y diversidad funcional.

Parque Romano

Es el parque deportivo por excelencia y está ubicado en Ciudad Jardín. Ideal para los que buscan un lugar equipado y gratuito para hacer ejercicio, correr o practicar la escalada en pleno centro de la ciudad.

Parque San Telmo

En uno de los extremos de la calle Triana, este lugar es testigo de los orígenes de la capital: aquí se localizaba la muralla que la protegía en su flanco norte, así como el primer muelle desde el que la ciudad comenzó a abrirse al mundo. La ermita de San Telmo esconde uno de los retablos más bellos de la isla, su Quiosco de la Música acoge ocasionalmente el repertorio de la Banda Municipal y el puesto de dulces del Quiosco Bernardo es toda una institución del comercio histórico. ¡De su quiosco modernista te hablaremos más adelante!

Parque del Estadio Insular

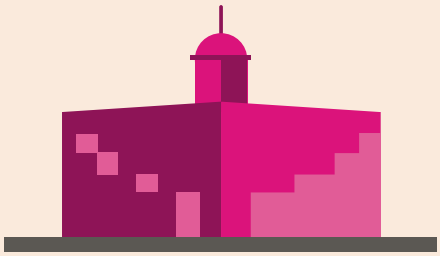
Emplazado en el antiguo estadio de fútbol, del que conserva parte de su estructura, fue el templo de la UD Las Palmas desde los años 50 hasta 2003. Reabierto como parque, cuenta con 48 especies diferentes de palmeras, además de seis mil metros cuadrados de césped en los que se permiten los juegos de pelota.

Edificios que hacen historia

"No había vuelto desde que era un chico.
Barnizados con aire del Atlántico,
he visto, transparente de alegría,
la torre de la iglesia
y el arco enorme, en calma, del mercado"

Joan Margarit Consarnau – poeta y arquitecto, hijo de Joan Margarit i Serradell, residente en LPA (extraído del poema Arquitecto en Las Palmas')

El valor que aporta la arquitectura en la construcción y, sobre todo, en la forma que adopta una ciudad es inmenso. La urbanización deja tras de sí una huella cuyos pasos pueden seguirse a través de etapas, edificios emblemáticos e historias que impregnan para siempre su crónica. La de Las Palmas de Gran Canaria es mayormente modernista. ¿Te animas a recorrerla?



1. Auditorio Alfredo Kraus
1997, contemporánea – Óscar Tusquets

"Fortaleza que protege y faro que orienta" según su arquitecto principal, destaca por su escenario, con un gran ventanal abierto al Atlántico, y por sus esculturas inspiradas en la fauna marina, a cargo de Juan Bordes.

2. Edificio Yaiza
1972, moderna – José Luis Jiménez

Su Torre Yaiza I es el edificio más alto de la isla, con 105 metros, y el segundo del archipiélago.

3. Hotel Concorde
1969, moderna – Salvador Fábregas

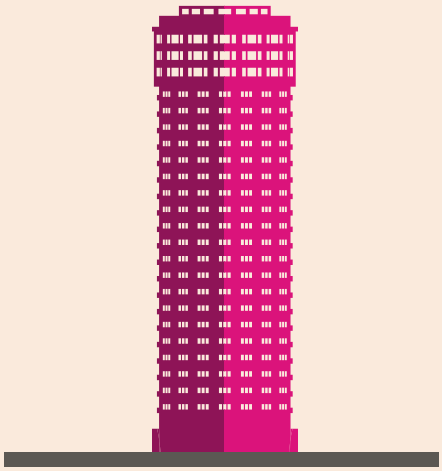
Un ejemplo de cómo se puede trabajar el hormigón armado sin olvidar la estética, representada en sus enormes pilares con cabeza de hongo y la estructura en pliegues de su fachada.

4. Torre Woermann
2000, contemporánea – Ábalos & Herreros, Casariego y Guerra

En el istmo de Santa Catalina, sus 18 plantas se visten de vidrio de diferentes colores con motivos de algas –que simulan su ascensión desde el océano– y la inclinación de su cima pretende ser un saludo a su vecina con más solera: la torre del Hotel AC Gran Canaria.

5. Castillo de La Luz
1494, colonial / 2013, remodelación – Nieto Sobejano

Construido en el siglo XV por orden de Isabel I de Castilla, es Monumento Histórico-Artístico. Sufrió el ataque de la expedición Drake y Hawkins (1595) y el asedio del holandés Pieter van der Does (1599). Hoy es sede de la Fundación de Arte y Pensamiento Martín Chirino.



6. Hotel AC Gran Canaria
1967, moderna – Pedro Massieu

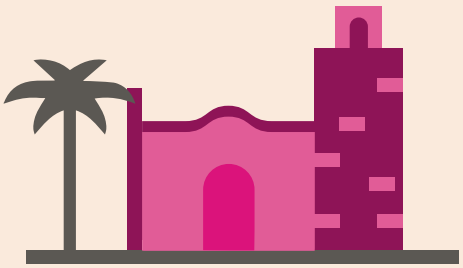
Es uno de los edificios más emblemáticos del *skyline* capitalino. Un polígono de dieciséis lados, 84 metros de altura y 26 plantas, que repite impecablemente su forma geométrica de hormigón visto hasta parecer un tronco de palmera.

7. Mercado Central
1958, moderna – Joan Margarit i Serradell

Un edificio con gran influencia de la arquitectura moderna brasileña en el que destacan las formas curvas de su entrada principal, que rompen con las líneas rectas del resto del conjunto.

8. Hotel Santa Catalina
1952, neocanario – Miguel Martín-Fernández de la Torre

Su edificio original, de madera y firma británica, alojó el que se consideró "mejor hotel de Europa" desde el año de su inauguración: 1890. La Primera Guerra Mundial provocó su cierre, en 1923 fue adquirido por el Ayuntamiento y en 1946 se derrumbó, para levantarse nuevamente según el proyecto de Miguel Martín-Fernández de la Torre. Reabrió en 1952, suponiendo un gran impulso turístico y social para la ciudad, y tras diversas ampliaciones, reformas y remodelaciones, estrenó su tercera época en 2019 manteniéndose como uno de los tesoros de la arquitectura neocanaria. No en vano, es el hotel más antiguo del archipiélago y ha tenido como huéspedes a Winston Churchill, Ava Gardner, Frank Sinatra o Yves Saint Laurent.



9. Pueblo Canario
1937-1950, neocanario – Miguel y Néstor Martín-Fernández de la Torre

Este complejo arquitectónico compuesto por un conjunto de casas inspiradas en la arquitectura tradicional canaria representa el universo de Néstor Martín-Fernández de la Torre. Lo diseñó en su totalidad, bocetándolo en las arquitecturas pintadas de su serie 'Visiones de Gran Canaria', pero nunca pudo verlo concluido, tarea que acometió su hermano Miguel.

10. Jefatura Superior de Policía
1994, contemporánea – Ramón Chesa y Javier Mena

Abanderado de la nueva arquitectura pública, el edificio simboliza la apertura a la ciudadanía de la Policía Nacional en elementos como su hall acristalado, destinado a la atención pública, en el puente también de cristal que une sus dos torres y en el gran ventanal que rompe su fachada principal curvada.

11. El Obelisco
1957, moderna – Joan Margarit i Serradell

Construcción simbólica de 25 metros de altura, se levantó a partir de roca volcánica para embellecer el nuevo barrio de Arenales, entre Vegueta-Triana y el Puerto.

ART NOUVEAU
La capital grancanaria es una de las ciudades españolas representantes del modernismo y que conserva un mejor patrimonio. Disfruta de las obras de dos de sus máximos exponentes –Laureano Arroyo y Fernando Navarro– en las fachadas de las calles Triana (números 65, 76, 78, 80, 82, 98 y 101), Benito Pérez Galdós (4), Cano (29), Torres (19), Juan de Quesada (1) y La Pelota (18).

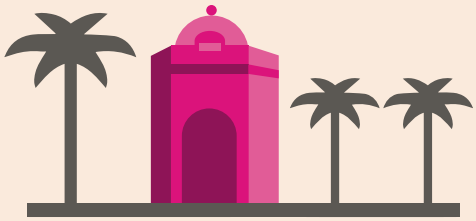
Ciudad Jardín, el barrio de los ingleses
Durante casi 100 años, la presencia británica fue numerosa en la ciudad, donde pasan a controlar cientos de empresas, desarrollar el Puerto de Las Palmas o levantar hoteles como el Metropole, que aloja hoy oficinas del ayuntamiento. Este barrio es el mejor reflejo del pasado inglés de la capital, concebido en estilo racionalista siguiendo el trazado urbano de una *garden city*.

12. Castillo de Mata
1577, colonial – Juan Alonso Rubián

Es uno de los pocos vestigios del sistema defensivo de la ciudad del siglo XVI, fue declarado Monumento Histórico Artístico en 1949 y en 2015 se inauguró como Museo de la Ciudad y del Mar.

13. Cabildo Insular
1942, racionalismo – Miguel Martín-Fernández de la Torre

Es la mejor muestra de la corriente racionalista y el mayor hito de la arquitectura moderna insular. Martín trabajó en este proyecto desde 1929 a 1932, y el edificio, modificado durante su ejecución, no se culminó hasta 1942, acabada la guerra civil española. Es una hábil composición de volúmenes verticales y horizontales, con influencia de Le Corbusier, entre los que sobresale la torre.



14. Quiosco de San Telmo
1923, modernismo canario – Rafael Massanet

Este pequeño templete se puede considerar el último gran exponente del movimiento modernista en la capital, con su planta octogonal, cúpula semiesférica y adornos frutales. Se trajo desmontado desde Manises, Valencia, una de las factorías de azulejos cerámicos más punteras de España. La Modernista es hoy uno de los lugares más icónicos para tomar algo.

15. Gabinete Literario
1919, modernismo canario – Fernando Navarro y Rafael Massanet

Es el paradigma y culmen de la arquitectura modernista de la ciudad y en él se han dado cita las grandes figuras de la cultura, las artes y la política. En este escaso ejemplo del modernismo aplicado en exterior e interior, destaca su escalera monumental y la decoración del Salón Dorado.

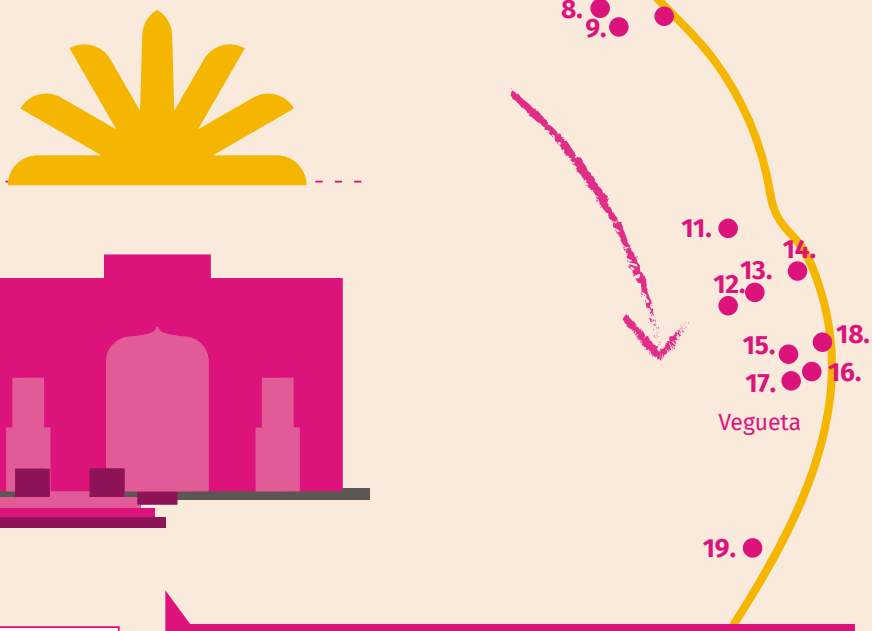
16. Casa de Colón
Siglo XVI, colonial y neocanario – Secundino Zuazo, Néstor Álamo y Santiago Santana

Se construyó mediante la fusión de varias viviendas de los siglos XVI y XVIII, entre ellas la antigua casa del gobernador, en las que se mezclaron elementos originales con otros recreados en estilo gótico y neocanario. Entre estos últimos sobresale el balcón cubierto de la calle Herrería, inspirado en uno similar pintado por Néstor Martín-Fernández de la Torre en una de sus 'Visiones de Gran Canaria'.

17. Catedral de Canarias
Siglo XVI, neoclásico y gótico

Se ordenó construir por los Reyes Católicos y es Bien de Interés Nacional en la categoría de Monumento Histórico-Artístico. Conocida comúnmente como Catedral de Santa Ana, es el principal edificio de culto católico de Canarias y su torre ofrece una de las panorámicas más memorables de la ciudad. Las salas que rodean el Patio de los Naranjos albergan el Museo Diocesano de Arte Sacro, que esconde una profusa colección de pintura flamenca y piezas de imaginería religiosa talladas por Luján Pérez, y cuya Sala de la Seda destaca por mantener su estructura de cantería vista, con techumbre de piedra volcánica y pino canario.

Ruta arquitectónica LPA



ARQUITECTURA MODERNA Y CONTEMPORÁNEA

NÉSTOR, MODERNISMO Y NEOCANARIO

"Este hogar en que vivo, pienso y sueño,
por tus manos, Miguel, edificado,
es el refugio cándido y pequeño
que tengo a mis amores consagrado"

Saulo Torón – poeta, teldense residente en LPA (extraído del poema 'Hogar' dedicado a Miguel Martín-Fernández de la Torre)

Paraíso para el retiro

La colonia británica fue la primera en darse cuenta de las bondades que ofrecía la ciudad como retiro de descanso y para el turismo de salud. Lo demás es historia: un clima cálido con uno de los mejores inviernos de Europa, playas que se prestan a la desconexión, una excelente oferta de spa y talasoterapia y espacios naturales para conectar con la naturaleza. Aquí se detiene el tiempo.

"Sobre el mar, bajo el cielo, blancas, densas,
vienen todas las velas desplegadas
en el aire, dorado y transparente.
Y en la proa, delgada como brisa,
la corona de espuma alborotada
es adorno rizado de su frente"

Josefina de la Torre – poetisa, natural de LPA
(extraído de 'Poemas de la isla')

Autocuidado y bienestar

Las Palmas de Gran Canaria es un destino idóneo para escapar del estrés y mimarse, avalado por centros de spa y *wellness* con instalaciones punteras, terapias pioneras y grandes profesionales, que cuentan con una amplia carta de tratamientos de belleza, bienestar y salud. Descubre los secretos y beneficios de la talasoterapia; las propiedades del aloe vera, de las algas o lodos marinos; las fórmulas estéticas más innovadoras... y aliméntate de forma saludable, la comida sana es una de las grandes apuestas en la oferta de restauración que brinda la ciudad.

Bajar el ritmo y (des)conectar

Un paseo tranquilo por la orilla de la playa a primera o última hora del día, dejarse mecer por la brisa yodada y el arrullo sonoro del mar, contemplar el horizonte infinito que se pierde en la inmensidad atlántica, hacer una parada bajo la sombra de un pinar o andar por un barranco en el que el silencio solo se rompe con el trinar de los pájaros... ¡respira hondo! Lo harás inhalando uno de los aires más limpios de España –según diversos informes y estudios– y disfrutando de un destino perfecto para practicar la meditación, el *mindfulness* o simplemente para bajar el ritmo y descansar. Más allá del asfalto, hay recónditos rincones donde encontrar la paz que necesitas... ¿Sabías que al mar se le atribuyen propiedades curativas?

Un gimnasio inagotable

La capital grancanaria también es un enorme polideportivo al aire libre, dotado de una piscina natural que ocupa nada menos que el 20 % de la superficie del planeta: el Atlántico. Destino de invierno para deportistas de élite y destino atemporal para cualquier amante del deporte... la oferta deportiva abarca opciones muy versátiles para practicar o para ver.

Deportes para hacer...

Si eres de los que no renuncian al *workout* cuando viajas, aquí encontrarás parques idóneos para el *running* o para practicar esa tabla diaria que te mantiene en forma, así como diversos gimnasios de fitnes y *boxes* de *crossfit* que ofertan pases de día. ¿Practicas el yoga? Multitud de escuelas ofrecen diferentes modalidades de esta disciplina (hatha, ashtanga, vinyasa, bikram, kundalini...) y también sesiones al aire libre en espacios como la playa. Y lo mismo con el pilates, hay centros en los que podrás seguir trabajando la fuerza muscular durante tu visita. Los amantes del golf encontrarán en la ciudad nada menos que dos de los sietes campos con los que cuenta la isla: el Real Club de Golf de Las Palmas –el más antiguo de España– y Las Palmeras Golf.

... y deportes para ver

Desde un partido de fútbol de primera división –la Unión Deportiva Las Palmas juega en LaLiga–, de baloncesto –el Club Baloncesto Gran Canaria nos representa en la Liga ACB–, de voleibol –destaca el Club Voleibol Guaguas– y hasta de hockey línea –Club Molina Sport–. La ciudad cuenta con equipos de primer nivel jugando en las mejores competiciones nacionales e internacionales.

UD LAS PALMAS

CLUB VOLEIBOL GUAGUAS

CB GRAN CANARIA

CLUB MOLINA SPORT

Lucha canaria

Los aborígenes del archipiélago utilizaban la lucha cuerpo a cuerpo para resolver conflictos y zanjar rencillas, y de esta tradición parte este histórico deporte vernáculo que es pura honestidad y honorabilidad. Dos personas luchan, utilizando mañas y traspiés en un juego que combina fuerza y habilidad, para desequilibrar y tumbar al contrario. Pierde el que primero toque la arena del terrero –así se llama el espacio de competición– con cualquier parte del cuerpo que no sean las plantas de los pies. La nobleza es la regla, escrita y no escrita, número 1 de este deporte: los jugadores se saludan antes de comenzar la *agarrada*, el juego se para si alguien se "da por caído", el vencedor ayuda al vencido a levantarse y lo saluda nuevamente, y nadie celebra el triunfo antes de que el árbitro proclame quién ha ganado. Síguele la pista al calendario de competiciones insulares y regionales, hay varios equipos en la ciudad y terreros que acogen luchadas. ¡Es una experiencia genuina!

FEDERACIÓN REGIONAL DE LUCHA

FEDERACIÓN DE GRAN CANARIA

Vela latina canaria

Ya te contamos el germen de esta modalidad genuina de vela que se realiza en botes de madera provistos de velas: los cambulloneros. Su primera competición oficial se celebró en la ciudad en el año 1904 y su práctica está declarada Bien de Interés Cultural desde 2016. Los fines de semana de abril a septiembre, las reñidas regatas –llamadas *pegas*– reúnen a miles de espectadores en la Avenida Marítima para disfrutar de esta singular competición que solo podrás ver aquí.

FEDERACIÓN DE VELA LATINA CANARIA

Un viaje por la música

Las Palmas de Gran Canaria no se entiende sin su fuerte vínculo con la música, que desde siempre forma parte de su ADN y que encuentra hueco en el calendario de la capital a lo largo de todo el año, con una programación musical que se extiende 24/7. Todo un lujo para locales y visitantes, cuya agenda puedes seguir consultando la oferta –combina la mejor música, danza y teatro– de los siguientes espacios.

"Debería haberme ido, y estoy todavía aquí; uno no se va de una isla a su antojo, sobre todo cuando la dificultad material se complica con un secreto anhelo de no irse, porque siento que no encontraré tan pronto el reposo y la tranquilidad que disfruto aquí..."

Camille Saint Saëns – compositor, residente en LPA e Hijo Adoptivo de la ciudad desde 1900

Teatro Pérez Galdós

Referente de la vida cultural de la ciudad, comenzó su andadura en 1890 como Teatro Tirso de Molina, hasta adoptar el nombre del gran escritor local en 1902. Acoge la temporada de ópera.

TEATRO PÉREZ GALDÓS

Teatro Guiniguada

Espacio multidisciplinar que acoge artes escénicas, especialmente de autoría canaria, y que proyecta cada semana los ciclos que programa la Filmoteca Canaria.

TEATRO GUINIGUADA

Auditorio Alfredo Kraus

Sede de la Orquesta Filarmónica de Gran Canaria, también es la base principal de la programación del Festival de Música de Canarias, del Festival Mar Abierto y del International Bach Festival Canarias.

AUDITORIO

Teatro Cuyás

Alberga, cada temporada, los títulos más destacados de la cartelera nacional y espectáculos internacionales en todas y cada una de las disciplinas de las artes escénicas.

EL CUYÁS

"Somos costeros, arriando velas"

Así comienza la letra de uno de los grandes himnos del folclore canario, compuesto por Pancho Guerra. Es más que probable que suene en alguna de las citas gratuitas que ofrecen música canaria en directo:

Cada dos sábados, 11:00 – Plaza de España: la cultura canaria toma las ramblas de Mesa y López cada quince días con las actuaciones de música y baile de dos agrupaciones folclóricas, además de talleres y exhibiciones de juegos o actividades tradicionales.

Domingos, 11:00 – Pueblo Canario: las agrupaciones Poliguanches, San Cristóbal, Roque Nublo y Chemida son las encargadas de ofrecer el mejor folclore canario en la cita semanal que tiene lugar en este rincón singular inmerso en el parque Doramas.

Auditorio José Antonio Ramos

Este anfiteatro, que lleva el nombre de uno de los timplistas más destacados de la ciudad, es la plaza habitual del ciclo de música de raíz Musicando y uno de los espacios más bonitos para disfrutar de eventos culturales al aire libre.

PROGRAMACIÓN

Las citas ineludibles !!

Enero - febrero

FESTIVAL DE MÚSICA DE CANARIAS

Las Palmas de Gran Canaria comparte con el resto de islas del archipiélago la programación de este festival de música clásica. Orquestas, coros, solistas y batutas de prestigio recorren durante cinco semanas los principales escenarios de la ciudad.

FIMC

Febrero - junio

TEMPORADA DE ÓPERA ALFREDO KRAUS

Durante seis meses del año, de invierno a verano, este festival organizado por la asociación Amigos Canarios de la Ópera fomenta el gusto por la lírica ofreciendo producciones de las óperas más famosas con la participación de primeras figuras de renombre internacional. Su oferta se completa con un ciclo de cine y conferencias.

ÓPERA LAS PALMAS

Junio

FIESTAS FUNDACIONALES

Fundada el 24 de junio de 1478 con el nombre original de El Real de las Tres Palmas, la ciudad celebra cada verano el aniversario de su nacimiento. Con una amplia programación de varias semanas que incluye eventos culturales, deportivos y de ocio, el hito más importante es la Noche de San Juan, con un espectáculo de fuegos artificiales sobre el cielo de la playa de Las Canteras.

Julio

TEMUDAS FEST

Este festival internacional aúna teatro, música y danza y tienen lugar cada verano en la ciudad, con propuestas gratuitas que se celebran en la calle y una programación de pago acogida en diferentes espacios culturales.

TEMUDAS

FESTIVAL INTERNACIONAL CANARIAS JAZZ Y MÁS

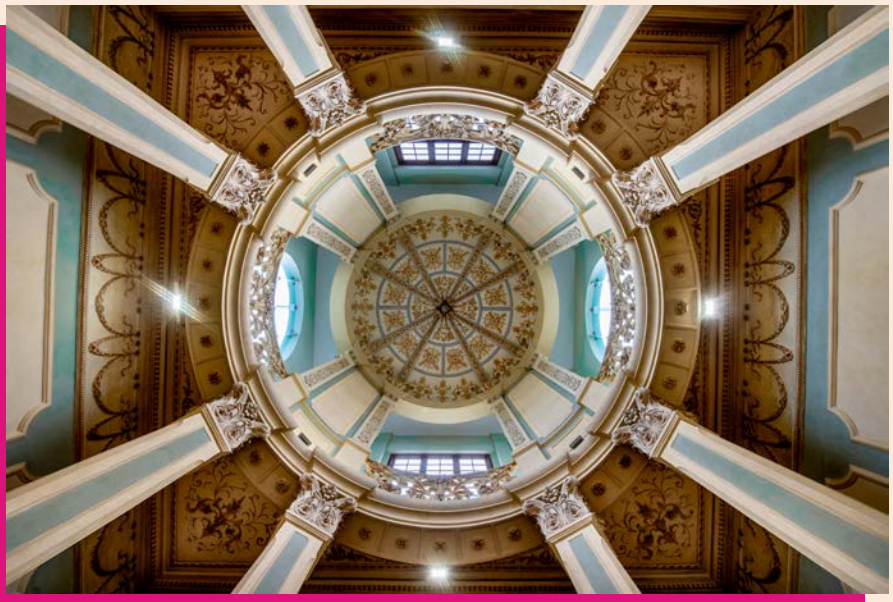
Las Palmas de Gran Canaria es sede de esta cita veraniega con más de tres décadas de historia en la que los principales auditorios y teatros del archipiélago, y sus plazas más emblemáticas, acogen durante varias semanas a un nutrido elenco de artistas que son referentes del género.

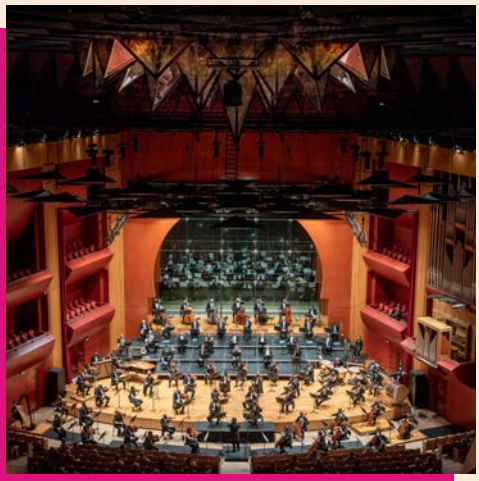
CANARIAS JAZZ

GRANCA LIVE FEST

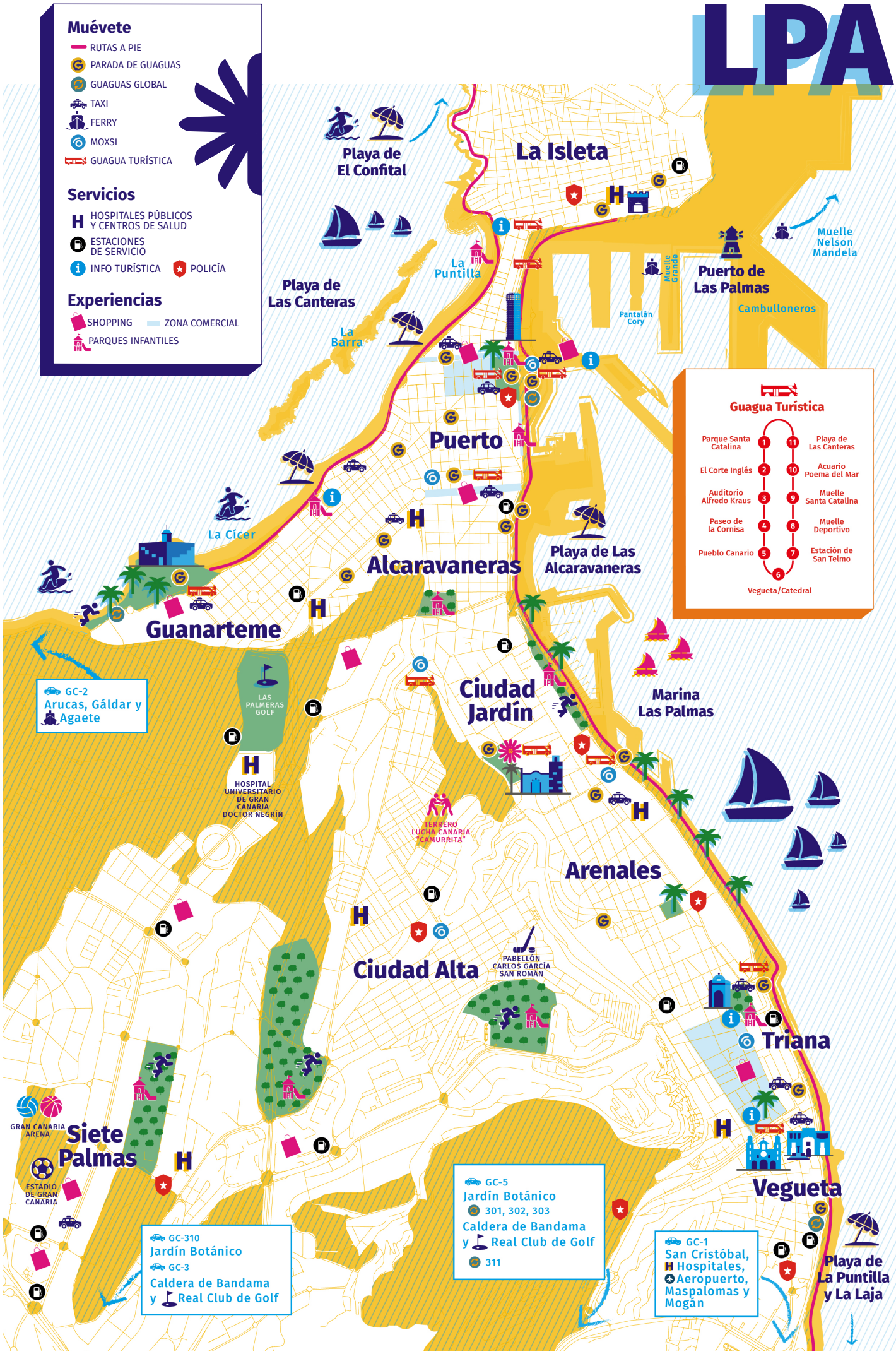
Es el gran festival musical de Canarias. Dedicado al pop-rock nacional e internacional, se celebra durante varios días con cabezas de cartel de la talla de Rosalía, Black Eyed Peas, Maluma, C. Tangana o Camilo, espacios gastronómicos y de ocio, y un compromiso con la sostenibilidad avalado por la certificación Eventsost.

GRANCA LIVE FEST





LPA


Muévete
RUTAS A PIE
PARADA DE GUAGUAS
GUAGUAS GLOBAL
TAXI
FERRY
MOXSI
GUAGUA TURÍSTICA
Servicios
HOSPITALES PÚBLICOS Y CENTROS DE SALUD
ESTACIONES DE SERVICIO
INFO TURÍSTICA
POLICÍA
Experiencias
SHOPPING
ZONA COMERCIAL
PARQUES INFANTILES
Playa de El Confital
La Isleta
La Puntilla
Playa de Las Canteras
La Barra
Muelle Nelson Mandela
Puerto de Las Palmas
Muelle Grande
Pantalán Cory
Cambulloneros
Guagua Turística
Parque Santa Catalina
El Corte Inglés
Auditorio Alfredo Kraus
Paseo de la Cornisa
Pueblo Canario
Vegueta/Catedral
Playa de Las Canteras
Acuario Poema del Mar
Muelle Santa Catalina
Muelle Deportivo
Estación de San Telmo
Puerto
La Cícer
Alcaravaneras
Playa de Las Alcaravaneras
Guanarteme
GC-2
Arucas, Gáldar y Agaete
LAS PALMERAS GOLF
HOSPITAL UNIVERSITARIO DE GRAN CANARIA DOCTOR NEGRÍN
Ciudad Jardín
Marina Las Palmas
TERRERO LUCHA CANARIA "CAMURRITA"
Arenales
Ciudad Alta
PABELLÓN CARLOS GARCÍA SAN ROMÁN
Triana
GRAN CANARIA ARENA
Siete Palmas
ESTADIO DE GRAN CANARIA
Vegueta
GC-310
Jardín Botánico
GC-3
Caldera de Bandama y Real Club de Golf
GC-5
Jardín Botánico
301, 302, 303
Caldera de Bandama y Real Club de Golf
311
GC-1
San Cristóbal, Hospitales, Aeropuerto, Maspalomas y Mogán
Playa de La Puntilla y La Laja

Canteras - Isleta
Puerto - Alcaravaneras
Guanarteme

Museos, espacios culturales y de ocio

1- MUSEO ELDER DE LA CIENCIA Y LA TECNOLOGÍA
Parque Santa Catalina
Martes a domingos, 10:00 - 20:00
Entrada: 3 a 8 €
PMR, fotos, consigna, tienda
www.museoelder.es

2- FUNDACIÓN DE ARTE Y PENSAMIENTO MARTÍN CHIRINO
Juan Rejón, s/n
Martes a sábados, 10:00 - 19:00 // Domingos y festivos, 10:00 - 14:00
Entrada: 2 a 4 €
Visitas guiadas gratuitas los miércoles, previa reserva (excepto agosto)
PMR, fotos
www.fundacionmartinchirino.org

3- CENTRO DE ARTE LA REGENTA
León y Castillo, 427
Martes a viernes, 10:00 - 14:00 | 17:00 - 21:00 // Sábados, 10:00 - 14:00
Entrada: gratuita
PMR, consigna, tienda, biblioteca
www.laregenta.org

4- AUDITORIO ALFREDO KRAUS
Avenida Príncipe de Asturias, s/n
Taquilla: lunes a viernes, 16:00 - 21:00
Entrada: según programación
PMR
www.auditorioteatrolaspalmasgc.es

5- ACUARIO POEMA DEL MAR
Avenida de Los Consignatarios, s/n
Lunes a domingos, 09:30 - 17:30
Entrada: 13 a 27 €
PMR, wifi, tienda
www.poema-del-mar.com

Espacios deportivos

6- PARQUE LITORAL EL RINCÓN
Carretera del Rincón, 15
Abierto 24/7

7- PLAZA DE LOS JARDINES DEL ATLÁNTICO
Sagunto - Avenida de Las Canteras
Abierto 24/7

8- CANCHAS DE BALONCESTO DE GUANARTEME
Secretario Padilla, 70
Abierto 24/7

9- PISCINA LEÓN Y CASTILLO
Guayedra, 17
Lunes a viernes, 07:00 - 22:00
www.deporteslaspalmasgc.com // www.piscinaleoncastillo.es

10- CANCHAS DEPORTIVAS ALCARAVANERAS
Playa de Las Alcaravaneras
Abierto 24/7

Arquitectura y lugares

11- TORRE WOERMANN
Albareda, 42

12- GRÚA TITÁN
Plaza de Canarias

13- HOTEL CONCORDE
Tomás Miller, 85

14- HOTEL AC GRAN CANARIA
Eduardo Benot, 3-5

15- EDIFICIO YAIZA
Avenida Mesa y López, 77-81

16- PASARELA ONDA ATLÁNTICA
Pérez Muñoz, s/n

Transportes

17- INTERCAMBIADOR SANTA CATALINA
Plaza de Canarias
Guaguas Municipales y Global

18- MUELLE NELSON MANDELA
Naviera Armas (conexiones marítimas con resto de islas y Cádiz)

19- OFICINA GUAGUAS MUNICIPALES
Parque Santa Catalina

20- MUELLE DE LA LUZ Y MUELLE CAMBULLONEROS SUR
Fred. Olsen (conexiones marítimas con resto de islas y Huelva)

Parques, plazas y jardines

Parque Santa Catalina (con parque infantil)
Parque Marítimo Santa Catalina
Parque Blanco (con parque infantil)
Parque Castillo de La Luz (con parque infantil)
Plaza del Pueblo
Avenida de Las Canteras (parques infantiles)
→ Parque de Arena – Paseo de las Canteras, 5
→ La Cícer – Calle Numancia, 21
Plazoleta Farray
Plaza de Churruca (con parque infantil)
Plaza del Pilar (con parque infantil)
Plaza de la Música
Plaza de España
Parque urbano del Estadio Insular (con parque infantil)
Parque Pino Apolinario (con parque infantil)

Mercados, mercadillos y áreas comerciales

21- MERCADO DEL PUERTO
Albareda, 76
Puestos del mercado: lunes a jueves, 07:00 - 14:00 // Viernes y sábados, 07:00 - 15:00
Restauración y venta de productos: martes a jueves, 10:00 - 16:00 | 20:00 - 24:00 // Viernes y sábados, 10:00 - 24:00 // Domingos, 12:00 - 20:00
www.mercadodelpuerto.net

22- RASTRO MUNICIPAL
Simón Bolívar (Parque Blanco)
Domingos, 09:00 - 14:00

23- MERCADO CENTRAL
Galicia, 24
Puestos del mercado y galería comercial: lunes a sábados, 08:00 - 14:00
Supermercado (planta alta): lunes a sábados, 09:00 - 21:30

24- CENTRO COMERCIAL LAS ARENAS
Carretera del Rincón, s/n
Tiendas: lunes a sábados, 10:00 - 22:00
Hipermercado: lunes a sábados, 09:00 - 22:00
Restauración y ocio: domingos a jueves, 11:00 - 01:00 // Viernes y sábados, 11:00 - 03:00
www.cclasarenas.com

25- CENTRO COMERCIAL EL MUELLE
Muelle Santa Catalina, s/n
Tiendas: lunes a sábados, 10:00 - 22:00
Hipermercado: lunes a sábados, 09:00 - 22:00
Restauración y ocio: lunes a domingos, 10:00 - 22:00
www.ccelmuelle.es

Playas

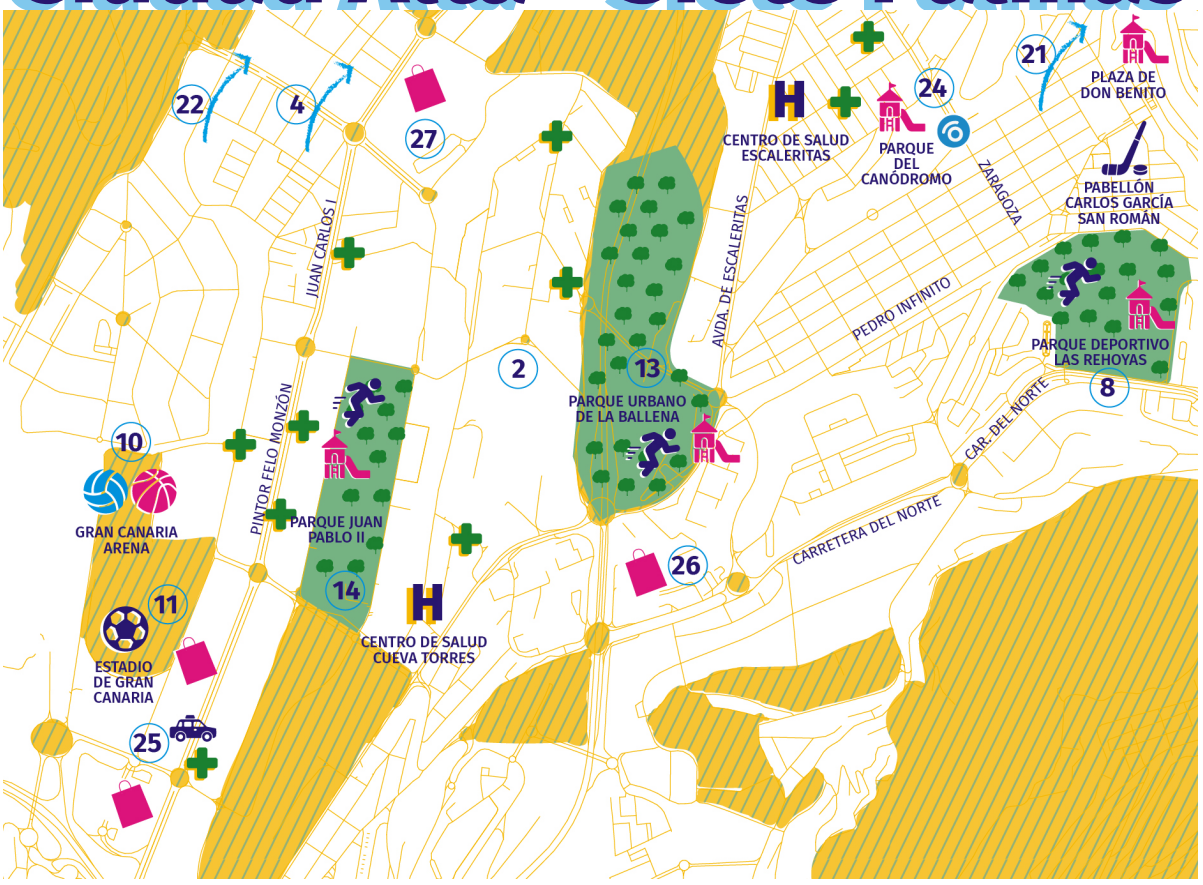
LAS CANTERAS
Servicios: vigilancia, rescate y primeros auxilios. Balnearios (L-D, 08:00 a 20:00) con servicios adaptados. Zona preferente PMR y de accesibilidad universal. Zona deportiva. Hamacas y sombrillas (L-D, 09:00 a 18:00). Policía local turística.
Deportes: surf, bodyboard, paddle surf, kayak, snorkel, buceo, natación, tenis playa, vóley playa.

EL CONFITAL
Servicios (Semana Santa y julio a septiembre): vigilancia, rescate y primeros auxilios. Baños públicos.
Deportes: surf, bodyboard, buceo, trail running, mountain bike.

ALCARAVANERAS
Servicios: vigilancia, rescate y primeros auxilios (Semana Santa y julio a septiembre). Balneario (L-D, 11:00 a 18:00) con servicio PMR. Baños públicos. Zona deportiva.
Deportes: paddle surf, kayak, vela, vóley playa.

Ciudad Jardín - Arenales

Ciudad Alta - Siete Palmas



Museos, espacios culturales y de ocio

1- CASA ÁFRICA
Alfonso XIII, 5
Lunes a viernes, 09:00 - 15:30 (verano) // 08:00 – 18:00 (resto)
Entrada: gratuita
PMR, wifi, fotos, biblioteca
www.casafrica.es

2- INFECAR - Feria de Gran Canaria
Avenida de la Feria, 1
Entrada y horario: según programación
PMR, wifi, parking
www.infecar.es

3- CCA - Centro de Cultura Audiovisual Gran Canaria
Cádiz, 34
Lunes a viernes, 10:00 - 14:00 (13:30 verano) | 16:30 - 20:30 (20:00 verano)
Entrada: gratuita
www.cca.grancanaria.com

Espacios deportivos

4- COMPLEJO DEPORTIVO LAS PALMERAS GOLF
Dr. Alfonso Chiscano Díaz, s/n
Lunes a viernes, 08:00 - 21:00 // Sábados y domingos, 08:00 - 20:00
www.deporteslaspalmasgc.com // www.laspalmerasgolf.es

5- INSTALACIÓN DEPORTIVA PARQUE ROMANO
Avenida José Ramírez Bethencourt, s/n
Abierto 24/7

6- CLUB DE NATACIÓN METROPOLE
Paseo Alonso Quesada, s/n
Lunes a viernes, 06:00 - 22:00 // Sábados y domingos, 07:00 - 21:00
www.cnmetropole.com

7- PISTAS DE TENIS CARLA SUÁREZ
Ortiz de Zárate, s/n
Lunes a viernes, 10:00 - 15:00 | 16:00 - 21:00 //
Sábados, domingos y festivos, 10:00 - 13:00
www.federaciontenisgrancanaria.com/instalaciones

8- PARQUE DEPORTIVO LAS REHOYAS
Carretera General del Norte, s/n
Lunes a domingos, 07:00 - 23:30
www.complejolasrehoyas.com

9- PABELLÓN CARLOS GARCÍA SAN ROMÁN
Doctor Jiménez Neyra, 41
www.deporteslaspalmasgc.com // www.clubmolinasport.com

10- GRAN CANARIA ARENA
Fondos de Segura, s/n
www.grancanariadeportes.com // www.cbgrancanaria.net

11- ESTADIO DE GRAN CANARIA
Fondos de Segura, s/n
www.grancanariadeportes.com // www.udlaspalmas.es

12- TERRERO DE LUCHA CANARIA "CAMURRITA"
Valle Inclán, 18

13- PARQUE URBANO DE LA BALLENA
Barranco de La Ballena
Abierto 24/7

14- PARQUE JUAN PABLO II
Hoya del Enamorado s/n
Lunes a domingos, 07:00 – 23:00
www.deporteslaspalmasgc.com

Arquitectura y lugares

15- PUEBLO CANARIO
Francisco González Díaz, 6

16- HOTEL SANTA CATALINA
León y Castillo, 227

17- JEFATURA SUPERIOR DE POLICÍA
Luis Doreste Silva, 68

18- FUENTE LUMINOSA
Plaza Fuero Real de Gran Canaria, s/n

19- EL OBELISCO
Plaza de la Constitución

20- MIRADOR ALTAVISTA
Plaza de Agustín Castillo, s/n

21- MIRADOR CUATRO CAÑONES
Cuatro Cañones, 7

22- MIRADOR DE EL CARDÓN
Urbanización Díaz Casanova

Parques, plazas y jardines

Parque Romano (con parque infantil)
Parque Doramas (con parque infantil)
Plaza de la Feria
Plaza del Fuero Real de Gran Canaria
Plaza de los Derechos Humanos
Parque del Canódromo (con parque infantil)
Plaza de Don Benito (con parque infantil)
Parque Juan Pablo II (con parque infantil)
Parque urbano de La Ballena (con parque infantil)

Mercados, mercadillos y áreas comerciales

23- CENTRO COMERCIAL LA MINILLA
Pintor Juan Guillermo, 6-8
Tiendas: lunes a sábados, 09:15 - 21:15
Restauración: según establecimiento
www.laminillacc.com

24- MERCADO DE ALTAVISTA
Juan Ramón Jiménez, 45
Lunes a jueves, 07:00 - 14:00 // Viernes, sábados y vísperas de festivo, 07:00 - 15:00
www.mercadoaltavista.es

25- CENTRO COMERCIAL Y DE OCIO 7 PALMAS
Avenida Pintor Felo Monzón, 44
Tiendas: lunes a sábados, 10:00 - 22:00
Restauración y ocio: lunes a domingos, 09:00 - 22:00
www.cco7palmas.com

26- CENTRO COMERCIAL LA BALLENA
Carretera General del Norte, 112
Tiendas: lunes a sábados, 10:00 - 22:00
Hipermercado: lunes a sábados, 09:00 - 22:00
Restauración y ocio: lunes a domingos, 09:00 - 22:00
www.centrocomerciallaballena.com

27- CENTRO COMERCIAL LAS RAMBLAS
Avenida Juan Carlos I, 29
Tiendas: lunes a sábados, 10:00 - 21:00
Restauración: lunes a domingos, 10:00 - 22:00
www.lasramblascentro.com

Triana - Vegueta San Cristóbal - Afueras*

* incluye Cono Sur, Tafira, Tamaraceite y San Lorenzo

Museos, espacios culturales y de ocio

1- CASA-MUSEO PÉREZ GALDÓS
Cano, 6
Martes a domingos, 10:00 - 18:00
Entrada: gratuita
Visitas guiadas cada hora en punto
PMR, fotos, consigna, biblioteca
www.casamuseoperezgaldos.com

2- CASTILLO DE MATA
Domingo Guerra del Río, 147
Lunes a viernes, 10:00 - 14:00 // Sábados y domingos, 11:00 - 14:00
Entrada: gratuita
www.lpacultura.com

3- TEATRO PÉREZ GALDÓS
Plaza de Stagno, 1
Taquilla: lunes a viernes, 10:00 - 13:00
Entrada: según programación
PMR, consigna, cafetería
www.teatroperezgaldos.es

4- TEATRO CUYÁS
Viera y Clavijo, s/n
Taquilla: lunes a viernes, 17:00 - 20:30 // Sábados, 11:30 – 13:30
Entrada: según programación
PMR, cafetería-restaurante
www.teatrocuyas.com

5- CENTRO CULTURAL CICCA
Alameda de Colón, 1
Exposiciones: lunes a viernes, 10:00 - 13:30 | 17:30 - 21:00
Taquilla: lunes a viernes, 09:00 - 13:30 | 17:30 - 21:00
Entrada: según programación
PMR, cafetería-restaurante
www.fundacionlacajadecanarias.es

6- GABINETE LITERARIO
Plaza de Cairasco, 1
Lunes a sábados, 08:00 - 23:00
Entrada: según programación
www.gabineteliterario.com

7- CASA DE COLÓN
Colón, 1
Lunes a sábados, 10:00 - 18:00 // Domingos y festivos, 10:00 - 15:00
Entrada: 0 a 4 €
PMR, fotos, wifi, tienda, biblioteca
www.casadecolon.com

8- MUSEO CANARIO
Doctor Verneau, 2
Lunes a viernes, 10:00 - 20:00 // Sábados, domingos y festivos, 10:00 - 14:00
Entrada: 0 a 5 €
PMR, fotos, wifi, consigna, tienda, biblioteca
www.elmuseocanario.com

9- CASAS CONSISTORIALES
Plaza de Santa Ana, 1
Lunes a viernes, 10:00 - 13:00 | 17:00 - 20:00 // Sábados y domingos, 10:00 - 13:00
Visitas guiadas los domingos
Entrada: gratuita
PMR
www.laspalmasgc.es

10- CENTRO ATLÁNTICO DE ARTE MODERNO
Los Balcones, 11
Martes a sábados, 10:00 - 21:00 // Domingos, 10:00 - 14:00
Entrada: gratuita
PMR, fotos, wifi, consigna, tienda, biblioteca
www.caam.net

11- MUSEO DIOCESANO DE ARTE SACRO
Espíritu Santo, 20
Lunes a viernes, 10:00 - 18:00 // Sábados, 10:00 - 16:00
Entrada: 4 a 6 €
PMR
www.catedraldecanarias.es

12- TEATRO GUINIGUADA
Mesa de León, 2
Horario y entrada: según programación
PMR
www.elteatroguiniguada.com

13- ESPACIO CULTURAL JESÚS ARENCIBIA
Avenida 8 de Marzo, s/n
www.lpacultura.com

Arquitectura y lugares

14- CABILDO DE GRAN CANARIA
Bravo Murillo, 23

15- QUIOSCO DE SAN TELMO
Triana, 111

16- ERMITA DE SAN TELMO
Triana, 22

17- PALACETE RODRÍGUEZ QUEGLES
Escritor Benito Pérez Galdós, 4

18- CATEDRAL DE CANARIAS
Obispo Codina, 13

19- ERMITA DE SAN ANTONIO ABAD
Plaza San Antonio Abad, 2

20- LADY HARIMAGUADA
Avenida de Canarias, s/n

21- TORREÓN DE SAN PEDRO MÁRTIR
Avenida de Canarias, s/n

22- EXORDIO EL TRITÓN
Mirador de La Laja, s/n

23- JARDÍN BOTÁNICO VIERA Y CLAVIJO
Carretera del Dragonal, km 7

24- MIRADOR DEL PICO DE BANDAMA
GC-802 - Carretera de Bandama

Parques, plazas y jardines

Parque San Telmo (con parque infantil)
Plaza Hurtado de Mendoza
Plaza de Stagno
Plaza de Cairasco
Alameda de Colón
Plaza de Santa Ana
Plaza del Pilar Nuevo
Plaza de San Antonio Abad
Plaza de San Agustín
Plaza del Espíritu Santo
Plaza de Santo Domingo
Parque de la Mayordomía (con parque infantil)

Mercados, mercadillos y áreas comerciales

25- MERCADO DE VEGUETA
Mendizábal, 1
Lunes a jueves, 07:00 - 14:00 // Viernes y sábados, 07:00 - 14:30
www.facebook.com/mercadovegueta

26- MERCADILLO DE ARTESANÍA Y CULTURA
Plaza del Pilar Nuevo
Domingos, 10:00 - 14:00

27- MERCADO AGRÍCOLA DE SAN LORENZO
Antonio Martel Rodríguez, 8
Domingos, 08:00 - 13:30

28- CENTRO COMERCIAL ALISIOS
Hermanos Domínguez Santana, s/n
Tiendas: lunes a sábados, 10:00 - 22:00
Hipermercado: lunes a sábados, 09:00 - 22:00
Restauración y ocio: lunes a domingos, 09:00 - 00:00
www.vivealisios.com

29- CENTRO COMERCIAL EL MIRADOR
Avenida Santa Rita de Casia, 5
Tiendas, restauración y ocio: lunes a sábados, 10:00 - 22:00
www.elmiradorshopping.com

Espacios deportivos

30- COMPLEJO DEPORTIVO VEGA DE SAN JOSÉ
León, s/n
Abierto 24/7
www.deporteslaspalmasgc.com

31- CIUDAD DEPORTIVA DE GRAN CANARIA
Paseo Blas Cabrera Felipe, 3
Lunes a viernes, 06:30 - 23:00 // Sábados, 08:00 - 20:00 // Domingos, 09:00 - 13:00
www.ciudaddeportivagc.com

Playas

32- LA PUNTILLA
Servicios (Semana Santa y julio a septiembre): vigilancia, rescate y primeros auxilios.
Deportes: snorkel, natación y pesca.

33- LA LAJA Y PISCINAS NATURALES
Servicios (Semana Santa y julio a septiembre): vigilancia, rescate y primeros auxilios. Baños y aseos públicos (zona norte - Torre del Viento)
Deportes: surf, bodyboard, buceo, kayak y pesca.

Transportes

34- ESTACIÓN DE SAN TELMO
Avenida Rafael Cabrera, 40
Guaguas Municipales y Global

24h: Ruta para tomarle el pulso a LPA

Si solo tienes un día para conocer Las Palmas de Gran Canaria, apuesta por sus dos centros. Apenas cinco kilómetros separan el casco histórico –una joya de la arquitectura colonial y modernista– de una de las mejores playas urbanas del mundo y el auténtico pulmón de la capital grancanaria, Las Canteras.

Por la mañana

Disfruta de las raíces históricas de la ciudad perdiéndote por su núcleo fundacional a través de un recorrido por Vegueta y Triana.

1. Plaza de Santo Domingo: comienza aquí tu ruta por Vegueta, donde las piedras de sus calles y casas te devolverán una y otra vez al pasado.
2. Ineludible recalar en algunos de sus rincones más emblemáticos; sigue este orden: plaza del Espíritu Santo, plaza mayor de Santa Ana, Catedral de Canarias, calle San Marcial, plaza del Pilar Nuevo, pasaje Pedro de Algaba, plaza y ermita de San Antonio Abad, calle Montesdeoca, y llega hasta el número 1 de la calle Mendizábal.
3. ¡Estás en la puerta del Mercado de Vegueta! Te recomendamos entrar a este edificio que data de 1858 y dejarte aconsejar por las personas que regentan sus puestos para tomar un *snack* de media mañana y probar productos de proximidad: coloridas frutas, quesos, aceitunas, pan...
4. Cruza la carretera del Centro y en la plaza del Guiniguada encontrarás un monumento dedicado a Benito Pérez Galdós, escritor que también da nombre al imponente teatro aledaño.
5. Subiendo la calle Lentini llegarás a la plaza de las Ranas, flanqueada por un encantador quiosco y la Biblioteca Insular de Gran Canaria. Muy cerca está la plaza de Cairasco, donde se ubica el Gabinete Literario, de arquitectura modernista con aires neoclásicos, y el Hotel Madrid, testigo vivo de un episodio crucial de nuestro país: la guerra civil.
6. Callejea por General Bravo, Pérez Galdós, Cano y las perpendiculares que las cortan, y piérdete en sus tiendas o ante el Palacete Rodríguez Quegles, emblema del modernismo.
7. Baja hacia la calle Triana, la primera zona comercial de la ciudad y principal arteria del barrio, y disfruta del legado modernista de sus edificios emblemáticos –los números 65, 76, 78, 80, 82 o 101 son algunos de sus ejemplos– o de la variada oferta de sus tiendas.
8. Al final de la calle encontrarás la *Espiral del Viento*, una pieza escultórica de Martin Chirino, uno de los artistas grancanarios más internacionales.
9. Si cruzas la calle pondrás el pie en el parque San Telmo, con su pequeña ermita y su parroquia, su quiosco de la música y su quiosco La Modernista, otro tesoro del modernismo canario que data de 1923, ideal para sentarse a tomar algo y poner fin a nuestro recorrido matutino.

Comer y cambiar de barrio

Cualquiera de los dos centros de la ciudad tiene excelentes opciones gastronómicas. Pero si quieres aprovechar para probar platos locales, no deben faltar en tu mesa las papas con mojo, el gofio escaldado, la ropa vieja y un plato o bocadillo de pata de cerdo. En cualquier caso, nuestro siguiente recorrido tendrá como escenario la zona del Puerto. Puedes llegar desde el parque San Telmo alquilando una Sítycleta en su parada nº 10 y disfrutar de un paseo por el carril bici de la Avenida Marítima o subiéndote a las líneas 1 o 17 en su estación de guaguas. También hay una parada de taxis en uno de los laterales del parque.

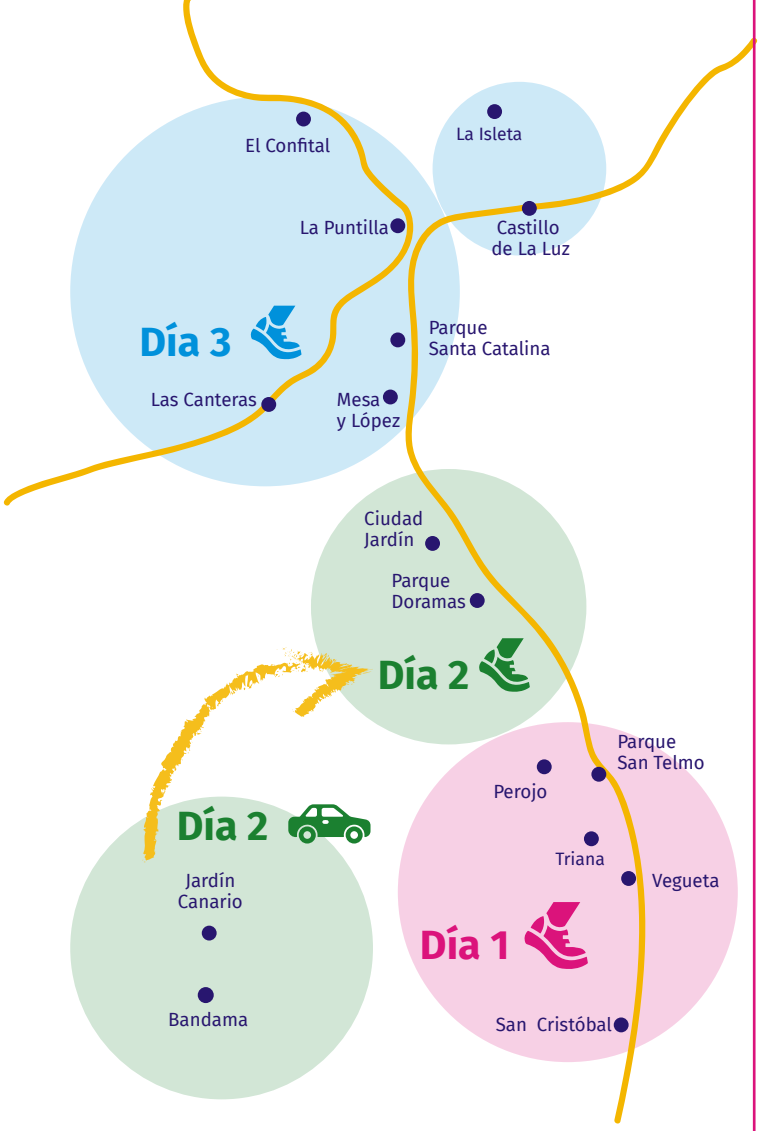
Por la tarde

Haz una toma de contacto con la zona del Puerto visitando su paraje más preciado: Las Canteras. Date un baño, recorre su paseo urbano y disfruta de uno de los mejores lugares de la isla para ver el atardecer.

10. ¿Tienes toalla? Recupera fuerzas en la arena dorada de la playa de Las Canteras y date un baño reparador en aguas atlánticas. Playa Grande es una excelente opción, pues las aguas suelen estar calmas, por la protección de La Barra –un arrecife natural rocoso que protege la bahía–, y también cuenta con servicio de sombrillas y hamacas.
11. El paseo urbano de Las Canteras recorre toda su longitud, más de tres kilómetros de punta a punta. Dirígete desde La Puntilla hacia La Cícer y presta atención a los carteles explicativos que hay dispuestos sobre la avenida, te darán pistas sobre la geología, biología o la evolución histórica de este paraje natural. Aunque es difícil quitar la vista del horizonte abierto, también hay edificios con valor patrimonial, como el Hospital de San José o la casa del doctor Apolinario Macías. ¿Se te abrió el apetito? Nada más local que saborear un helado de entre las múltiples opciones que encontrarás en el recorrido.
12. Reconocerás La Cícer por ser la franja en la que se practica surf. También es una de las mejores zonas para ver el atardecer... los tonos naranjas, rosados e incluso violáceos tiñen un horizonte en el que, en días claros, es fácil distinguir la silueta del Teide –también es fácil confundirla con la Montaña de Gáldar, que está en Gran Canaria–. Hay muchísimas terrazas en las que sentarte a acompañar el espectáculo con una bebida o tapa.

72h: Lo mejor de la ciudad en tres días

Exprime al máximo una visita corta a Las Palmas de Gran Canaria con esta propuesta que recoge diferentes atractivos que reflejan su carácter cosmopolita y sus virtudes camaleónicas. El pasado colonial y británico, la identidad marítima de sus playas y barrios marineros, su rostro más verde y la mejor gastronomía.



Día 1: Ciudad de cultura e historia

09:00 Comienza el día en Vegueta. Pasea por sus calles peatonales y déjate sorprender por su arquitectura y encanto. Fíjate bien en los balcones de madera, tallados artesanalmente, de sus casas coloniales, y visita la Catedral y la plaza mayor de Santa Ana. Hazle hueco a sus numerosos museos: en El Museo Canario y en la Casa de Colón recorrerás la historia; en el CAAM, la mejor selección de arte contemporáneo de la ciudad.

13:00 La Avenida Marítima conecta el litoral de la ciudad de norte a sur a través de un paseo peatonal que te permitirá llegar al barrio marinero de San Cristóbal, pasando por la escultura *Lady Harimaguada* de Martín Chirino y los vestigios del Castillo de San Cristóbal, de 1578. Una vez en el barrio pesquero, sus restaurantes sirven pescado fresco de excelente calidad. Completa la visita con un baño en su puerto o playa –o en las cercanas piscinas naturales de La Laja– y emprende el paseo de vuelta.

17:00 Deshaz el camino por la Avenida Marítima y accede a la calle Triana desde el Mercado de Vegueta cruzando la carretera del Centro. Disfruta de su arquitectura modernista y del mejor *shopping* por sus calles aledañas... o adéntrate en la vida de Benito Pérez Galdós en su Casa-Museo.

21:00 Las calles con la mejor oferta gastronómica del casco histórico son Mendizábal, La Pelota, Triana y perpendiculares, Escritor Benito Pérez Galdós, Cano, y las plazas de Cairasco y de Hurtado de Mendoza. También hay propuestas culinarias avaladas por los astros, que puedes consultar en las guías Repsol y Michelin. Termina el día disfrutando de tu bebida favorita en una de las terrazas que esconden las azoteas de la zona.

Día 2: Ciudad verde y Ciudad Jardín

09:00 La jornada empieza en las afueras de la ciudad, en la Caldera de Bandama, de la que podrás disfrutar a través del sendero circular que la bordea en un paseo que no debería superar la hora y media. Luego dirígete al Jardín Canario –a poco más de 10 minutos en coche o taxi– para disfrutar de las 27 hectáreas que lo erigen como el jardín botánico más grande de España. Reserva al menos tres horas para disfrutar tranquilamente de sus atractivos.

14:00 Tanto Tafira como Bandama cuentan con destacadas opciones para comer, especialmente para disfrutar de platos basados en carne o legumbres, regados con los caldos de origen volcánico que se producen en la zona. No en vano, estás en uno de los enclaves de la Ruta del Vino de Gran Canaria.

17:00 Vuelve al centro de la ciudad para seguir los pasos de la huella británica que tanto ha marcado su historia. Pasea por el parque Doramas, que alberga dos de las construcciones más emblemáticas de Las Palmas de Gran Canaria: el Pueblo Canario y el Hotel Santa Catalina. Piérdete en los escritos de Alonso Quesada recopilados bajo el nombre *Smoking Room*, para empaparte de las costumbres y la vida social de la colonia inglesa que se asentó aquí. Callejea por Ciudad Jardín, que esconde muchísimos secretos por descubrir fruto del legado "de los ingleses".

21:00 Las mejores opciones para cenar se encuentran en el Hotel Santa Catalina, que aloja restaurantes de sobrado prestigio; en el Muelle Deportivo, que cuenta con buenas alternativas para disfrutar de una velada gastronómica junto al mar; y en el barrio de Alcaravaneras, cuyas calles esconden opciones culinarias para todos los gustos y bolsillos.

Día 3: Ciudad de mar, sol y playa

09:00 Adéntrate en la actividad portuaria de la ciudad disfrutando del trajín diario del Puerto de La Luz, a cuyos muelles se puede acceder desde diferentes puntos. Disfruta del barrio marinero de La Isleta perdiéndote por sus estrechas calles de pintorescos comercios, y recala en el Castillo de la Luz, antiguo bastión frente a los piratas y hoy fortaleza que custodia la obra del escultor Martín Chirino en la fundación que lleva su nombre. El Acuario Poema del Mar, el Museo Elder o el Centro de Arte la Regenta son excelentes opciones culturales y de ocio, y en torno al Parque Santa Catalina o la calle Mesa y López encontrarás tiendas para hacer las últimas compras.

13:00 Comerás de maravilla en las múltiples opciones del Mercado del Puerto, el Paseo de Las Canteras, el Parque Santa Catalina y sus alrededores, o la calle Ruiz de Alda. Aquí se concentran cocinas de diversas partes del mundo.

16:00 Disfruta de la joya indiscutible de la ciudad: Las Canteras. Ya sea paseando por su avenida, descansando en su arena, tomando el sol o disfrutando de reconfortantes baños. Desde La Puntilla, emblema pesquero de La Isleta, puedes llegar a El Confital a través de un paseo peatonal y disfrutar también de su playa así como de uno de los mejores puntos de la ciudad para ver el atardecer.

21:00 Cierra estas tres jornadas dándote un homenaje gastronómico en el que tendrás opciones para disfrutar de la mejor cocina canaria tradicional o evolutiva, de los sabores de Japón, Corea o Filipinas, y de propuestas muy innovadoras en torno al *fast-food*. Si el ánimo te pide más, estás en el mejor sitio para disfrutar de la vida nocturna de la ciudad.

Puntos de información turística

Todos los puntos cierran el 25 de diciembre y el 1 y 6 de enero

EN VEGUETA
Plaza Hurtado de Mendoza, s/n (plaza de Las Ranas)
Lunes a domingos, 10:00 - 15:00

EN TRIANA
Parque San Telmo: frente a la ermita de San Telmo
Lunes a domingos, 09:00 - 14:00 | 15:00 - 18:00

EN PUERTO – CANTERAS
Las Canteras - La Puntilla: plaza Saulo Torón
Lunes a domingos, 09:00 - 14:00 | 15:00 - 18:00

LAS CANTERAS-LA CÍCER
Plaza Alcalde Fernando Ortiz Wiot (plaza de Churruca)
Lunes a domingos, 09:00 - 15:00 | 16:00 - 18:00

MUELLE SANTA CATALINA
Frente al Muelle de cruceros
Días de atraque de cruceros, 08:30 - 13:00

TELÉFONO DE INFORMACIÓN TURÍSTICA
Lunes a domingos, 10:00 - 15:00

900 920 092

FOLLETOS TURÍSTICOS

MAPAS TURÍSTICOS

Redes sociales LPA Visit

Días festivos

En estos días, que se corresponden con festividades nacionales, autonómicas o locales, los comercios permanecen cerrados, así como algunos servicios de restauración.

1 de enero: Año Nuevo
6 de enero: Día de Reyes
4 de marzo (2025): Martes de Carnaval
17 y 18 abril (2025): Jueves y Viernes Santo
1 de mayo: Día del Trabajo
30 de mayo: Día de Canarias
24 de junio: Conmemoración de la Fundación de la Ciudad
15 de agosto: Asunción de la Virgen
8 de septiembre: Día del Pino
12 de octubre: Fiesta Nacional
1 de noviembre: Todos los Santos
6 de diciembre: Día de la Constitución
8 de diciembre: Inmaculada Concepción
25 de diciembre: Navidad

Teléfonos de utilidad

Emergencias 112

POLICÍA LOCAL
Urgencias – 092
Policía Turística – 928 262 313
>>> Paseo de Las Canteras s/n (junto al Hotel Reina Isabel)
Objetos perdidos – 928 446 410

Taxi 928 460 000 | 928 469 000 | 928 154 777
Guaguas Municipales 928 305 800
Guaguas Global 928 252 630
Moxsi (bicicleta y patineta) 928 446 000
Guagua turística 928 381 630
Aeropuerto 928 579 130

Hospitales públicos
Hospital Universitario de G.C. Doctor Negrín – 928 450 000
Hospital Universitario Insular – 928 444 000
Hospital Universitario Materno Infantil – 928 444 500

Hospitales privados
Hospital Perpetuo Socorro – 928 499 900
Hospital Vithas Las Palmas – 928 297 151
Hospitales Universitarios San Roque – 928 012 600
Clínica Cajal – 928 369 166
Hospital La Paloma – 928 234 466

FARMACIAS DE GUARDIA

Distancias a pie desde Santa Catalina

Playa de Las Canteras: 5 minutos
Zona comercial Mesa y López: 10 minutos
Castillo de La Luz: 15 minutos
Pueblo Canario: 30 minutos
Parque San Telmo: 45 minutos
Zona comercial Triana: 50 minutos
Vegueta: 60 minutos
San Cristóbal: 1 hora 30 minutos

Seas como seas,
vengas de
donde ***vengas***,
aquí no
necesitas ***filtro***

Tus stories, un lugar
#LasPalmasdeGranCanaria

Ayuntamiento de Las Palmas de Gran Canaria

Las Palmas de Gran Canaria
Ciudad de mar y culturas

lpavisit.com