

Escursionismo a Anacapa Island

Benvenuti a Anacapa Island, una delle cinque isole del Channel Islands National Park. Anacapa è composta da tre isolotti: Est, Centro ed Ovest. In questo momento, sei su East Anacapa. Middle & West Anacapa sono isole i cui territori sono tutelati per la fauna selvatica, mentre invece è possibile visitare una piccola spiaggia sull'isola ovest, denominata Frenchy's Cove, che però può essere raggiunta solo in barca.

Dopo esservi resi conto delle dimensioni delle aspre scogliere, utilizzando la scala che si trova a Landing Cove, troverete un sistema di sentieri a forma di "8" che serpeggia fra pendenze lievi e sensazionali punti panoramici. Inoltre, troverete magnifici panorami costieri e l'ultimo faro costruito sulla costa occidentale. Una guida del sentiero è disponibile per conoscere meglio questa ed altre risorse dell'isola.

Gli escursionisti devono pianificare in maniera responsabile i loro percorsi affinché i loro viaggi vengano effettuati nella massima sicurezza. Per salvaguardare la vostra sicurezza, cercate di limitare il vostro impatto sulla natura per ridurre i danni alle risorse naturali. I visitatori devono essere in una buona condizione fisica e devono seguire le normative e le linee guida nella sezione "Limitare il vostro impatto", presenti nel giornale del parco ed elencati di seguito:

- Per favore, rimanete sui sentieri contrassegnati da apposita segnaletica durante la vostra escursione ad Anacapa Island.
- Evitate di sporgervi da punti ripidi e pericolosi. Le passine di legno della ferrovia poste a terra delimitano il confine di sicurezza delle aree di panoramiche. Per la vostra propria sicurezza, non oltrepassate e non sostate su questi segnali. Alcune dei punti pericolosi non sono segnalati. Data l'erosione causata dal mare e quindi la conseguente fragilità, non affacciatevi ai bordi della scogliera. I bambini devono essere sorvegliati in ogni momento da un adulto.
- Data la natura rocciosa e selvaggia di East Anacapa, l'accesso in acqua è possibile solo a Landing Cove (non vi sono spiagge, solo una banchina).
- Per proteggere la natura e i visitatori, non gettate nulla in acqua nell'oceano sottostante.
- Gli escursionisti non dovrebbero mai effettuare escursioni da soli, se possibile viaggiate sempre in coppia, in questo modo vi potrete aiutare qualora vi siano dei problemi.
- Portate con voi e bevete molta acqua. Un litro di acqua è necessario per passeggiate brevi, mentre sicuramente di più per le escursioni più lunghe.
- Fate attenzione alla quercia velenosa, al "jumping cholla cactus," alle zecche ed agli scorpioni. La quercia velenosa può essere identificata attraverso il tipo di foglia che è divisa in tre piccole foglioline lucide attaccate. Alcune zecche possono portare malattie, controllate i vostri vestiti e la pelle dopo ogni escursione.
- Per prevenire gli incendi, non fumate sui sentieri o nelle aree boschive. È permesso fumare solo nelle aree consentite nel centro visite.
- Gli escursionisti devono informarsi preventivamente sugli orari di partenza delle imbarcazioni che li riporteranno sulla terraferma. Per conoscere gli orari, chiedete informazioni al guardiaparco oppure ai dipendenti della struttura.

Destinazioni delle escursioni:

Destinazione (dal Centro Visite)	Distanza (km del giro completo)	Difficoltà	Descrizione
1. Inspiration Point	3km	Facile	Panorama straordinario. Da non perdere.
2. Pinniped Point	600mt	Facile	Punto di osservazione per scorgere un punto dove si riuniscono i leoni marini californiani.
3. Cathedral Cove	900mt	Facile	Si affaccia su di una baia con delle formazioni rocciose meravigliose.
4. Lighthouse	800mt	Facile	Si può osservare il faro costruito nel 1932.

Escursioni a Santa Cruz Island

Diversi sentieri e strade attraversano la parte orientale di Santa Cruz Island, fornendo ai visitatori l'opportunità di effettuare escursioni spettacolari. La difficoltà di questi sentieri e strade va dai sentieri battuti ed attrezzati, relativamente piani e muniti di segnaletica, come quelli della Scorpion Valley, ai percorsi montuosi, non curati, e accidentati dell'area di Montañon. Gli escursionisti devono assumersi la responsabilità individuale di organizzare i propri viaggi e di effettuare escursioni a piedi in maniera sicura. Per effettuare un'escursione sicura, riducendo l'impatto sulla vegetazione e sulla fauna e diminuendo i danni alle risorse, è bene che i visitatori siano in buone condizioni fisiche e si attengano ai regolamenti e alle direttive della brochure "Limitare il vostro impatto", disponibile all'interno del giornale del parco ed elencati di seguito:

- Restate sui sentieri e sulle strade durante l'esplorazione—evitate i sentieri dedicati agli animali, che possono essere stretti, instabili, pericolosi e accidentati.
- Evitate le aree a strapiombo sul mare, essendo franabili ed instabili. Assicuratevi di non avvicinarvi agli strapiombi e di avere sotto controllo i vostri bambini.
- Non effettuate escursioni da soli—viaggiate almeno in coppia e vigilate sull'altra persona che è con voi. Questa sistema vi permette di ricevere aiuto nel caso si verifichino problemi.
- Portate con voi una buona quantità d'acqua. Un litro d'acqua è sufficiente per le camminate brevi, ma potrebbe servirvene di più per le camminate più lunghe.
- Fate attenzione alle querce velenose, ai cactus cholla, alle zecche e agli scorpioni. Le querce velenose possono essere identificate dalle foglie a grappolo, di colori brillanti. Alcune zecche possono trasmettere malattie, quindi controllate i vostri vestiti e la pelle esposta dopo aver fatto un'escursione a piedi.
- Allo scopo di prevenire gli incendi boschivi, non fumate sui sentieri o nelle aree di boscaglia. Fumare è permesso unicamente sulla spiaggia.
- Non è permesso effettuare escursioni al di là del confine del parco nazionale, sulla proprietà di The Nature Conservancy. Il confine è segnato da un recinto tra Prisoners Harbor e Valley Anchorage.
- Al momento di lasciare l'isola, è responsabilità dei visitatori di presentarsi in orario al luogo di partenza della barca. Informatevi sugli orari di partenza guardando la vostra carta d'imbarco o chiedendo alla guardia forestale o ai dipendenti delle linee.
- Al momento di lasciare l'isola, prendete con voi quello che avete portate al parco nazionale, inclusi i rifiuti. Non ci sono contenitori per la spazzatura sull'isola, quindi per favore portate i vostri rifiuti con voi.
- Non nutrite, direttamente o indirettamente, gli animali. Assicuratevi di utilizzare i contenitori a chiusura ermetica disponibili presso i tavoli da picnic o dietro al chiosco, nell'area d'orientamento. Gabbiani, corvi, moffette, topi, e specialmente volpi, spesso, hanno avuto accesso al cibo dei visitatori. Sfortunatamente, le volpi nell'area di Scorpion si sono abituate al cibo umano. Se il cibo e i rifiuti non sono tenuti sotto controllo in modo corretto o se nutrite direttamente gli animali, riceverete una segnalazione e una multa.

Destinazione	Distanza <small>(in miglia, di andata e ritorno)</small>	Difficoltà	Descrizione
Da Scorpion Beach:			
1. Historic Ranch	.5	Facile	Osservate il complesso storico Scorpion Ranch, risalente al tardo Ottocento. Vi sono aree espositive che includono un chiosco d'orientamento, una fucina da fabbro, alcuni utensili da fattoria e un centro visitatori collocato nella casa ranch Scorpion.
2. Cavern Point Loop	2	Moderato	Spettacolare. Vi sono meravigliosi panorami costieri e c'è l'opportunità di osservare le balene. Allo scopo di evitare un percorso ripido, effettuate l'escursione in senso orario, cominciando dal campeggio (vicino al sito #22) e ritornando a Scorpion Anchorage . Da Cavern Point , si può anche seguire in sentiero North Bluff, andando ad ovest per due miglia, verso Potato Harbor.
3. Potato Harbor	5	Moderato	Quest'escursione è più lunga di quella di Cavern Point , ma anche qui vi sono meravigliosi panorami costieri. Non vi è un accesso alla spiaggia.
4. Scorpion Canyon Loop	4.5	Moderato a Faticoso	Un'escursione panoramica a forma circolare all'interno dell'isola, dove si può osservare l'unico uccello dell'isola, lo scrub-jay. Per evitare un percorso ripido, effettuate l'escursione in senso orario, cominciando da Smugglers Road, in direzione del pozzo petrolifero, poi fin giù nello Scorpion Canyon , fino a ritornare alla spiaggia. Per vedere lo scrub-jay, allontanatevi dal sentiero e seguite la biforcazione dello Scorpion Canyon verso destra (o nord-ovest), ma preparatevi a passare per un percorso molto roccioso.
5. Smugglers Cove	7.5	Faticoso	Seguite Smugglers Road verso la spiaggia di Smugglers Cove . Portate con voi dell'acqua, poiché questa non è disponibile a Smugglers Cove .
6. Montañon Ridge	8	Faticoso	Questa escursione è riservata agli escursionisti più esperti. Vi sono panorami splendidi. Questa cresta può essere raggiunta anche da Smugglers Cove (8 miglia fra andata e ritorno, con escursioni al di fuori dei sentieri) e Prisoners Harbor (21 miglia fra andata e ritorno).
Da Smugglers Cove:			
7. Smugglers Canyon	2	Faticoso	Un'escursione al di fuori del sentiero e nel letto di un ruscello (l'acqua è stagionale), con vegetazione indigena e canyon con pareti ripide. Il terreno è spesso sconnesso.
8. Yellowbanks	3	Moderato	Questa escursione porta ad un punto panoramico. L'unico modo per accedere alla spiaggia è compiere una scalata.
9. San Pedro Point	4	Moderato	Questa escursione è riservata agli escursionisti più esperti, che hanno familiarità con le escursioni al di fuori dei sentieri. Porta ad un punto panoramico, ma non vi è accesso alla spiaggia.
Da Prisoners Harbor:			
10. Prisoners Harbor	.5	Facile	Visitate l'area storica di Prisoners Harbor e cercate lo scrub-jay (di solito trovato negli alberi vicini o nella vegetazione accanto al torrente). Camminate lungo la Navy Road per un breve tratto e avrete la possibilità di osservare l'area dall'alto.
11. Del Norte Camp	7	Faticoso	Seguite il sentiero accidentato Del Norte, ad est del campeggio nell'area remota. Portate con voi dell'acqua, poiché non è presente dell'acqua potabile in questo campeggio.
12. Navy Road / Del Norte Loop	8.5	Faticoso	Un percorso più lungo, a forma circolare, che va a Del Norte Camp (Campeggio Del Norte) e dà la possibilità di osservare i panorami del lato sud dell'isola.
13. Chinese Harbor	15.5	Faticoso	Un'escursione lungo il sentiero Del Norte o la Navy Road , che termina a una spiaggia di ciottoli.
14. China Pines	18	Faticoso	Un'escursione lungo il sentiero Del Norte o la Navy Road , con l'opportunità di osservare il rarissimo Santa Cruz Island pine (un tipo di pino).
15. Pelican Bay	4	Moderato a Faticoso	L'accesso a questo sentiero è riservato a chi ha ottenuto un permesso speciale da parte di The Nature Conservancy o che sono accompagnati dal personale di Island Packers (il concessionario di barche).

Escursioni a Santa Rosa Island

Diversi sentieri e strade attraversano Santa Rosa Island, fornendo ai visitatori l'opportunità di effettuare escursioni spettacolari. La difficoltà di questi sentieri e strade va da percorsi relativamente piani come quello di Water Canyon Beach al percorso accidentato e di montagna di Black Mountain. Gli escursionisti devono assumersi la responsabilità individuale di organizzare i propri viaggi e di effettuare escursioni a piedi in maniera sicura. Per effettuare un'escursione sicura, riducendo i danni alla vegetazione ed il disturbo alla fauna e diminuendo i danni alle risorse, è bene che i visitatori siano in buone condizioni fisiche e si attengano ai regolamenti ed alle linee guida della brochure nella sezione “Limitare il vostro impatto”, disponibile all'interno del giornale del parco ed elencati di seguito:

- I ranch a Bechers Bay sono aperti al pubblico, ad eccezione delle visite guidate. Tuttavia, i visitatori possono usare l'area picnic sul prato del ranch principale. I servizi igienici non sono distanti.
- Le spiagge situate dietro e le dune di sabbia tra Skunk Point e la parte nord di East Point (compresi) sono chiuse per le escursioni a piedi nel periodo che va dal 1 marzo al 15 settembre, per proteggere l'area di nidificazione dello *snowy plover*, una specie d'uccello riconosciuta a livello federale e a rischio d'estinzione. Per favore, in caso di media o alta marea, rimanete nelle aree dove la sabbia è bagnata o in prossimità della carreggiata.
- Per favore evitate di disturbare gli animali (le foche e i leoni marini) e gli uccelli marini che avvistate sull'isola.
- Durante l'esplorazione di Santa Rosa Island si raccomanda di usare il sistema di sentieri e strade prestabilito. Per favore, evitate i sentieri che utilizzano gli animali, che possono essere stretti, accidentati, instabili e pericolosi.
- Evitate le aree a strapiombo sul mare, potrebbero franare e sono poco sicure. Non avvicinatevi agli strapiombi e tenete sotto controllo i vostri bambini durante tutto il tempo dell'escursione.
- Non effettuate escursioni da soli —viaggiate almeno in coppia e vigilate sull'altra persona che è con voi. Questo sistema vi permette di ricevere aiuto nel caso si verificano problemi.
- Portate con voi una buona quantità d'acqua. Un litro d'acqua è sufficiente per le camminate brevi, ma potrebbe servirvene di più per le camminate più lunghe.
- Fate attenzione alle querce velenose, ai cactus cholla, alle zecche e agli scorpioni. Le querce velenose possono essere identificate dalle foglie a grappolo, di colori brillanti. Alcune zecche possono trasmettere malattie, quindi controllate i vostri vestiti e la pelle esposta dopo avete fatto un'escursione a piedi.
- Allo scopo di prevenire gli incendi boschivi, non fumate sui sentieri o nelle aree di boscaglia.
- Al momento di lasciare l'isola, è responsabilità dei visitatori di presentarsi al luogo di partenza della barca o della linea aerea in orario. Informatevi sugli orari di partenza chiedendo alla guardia forestale o ai dipendenti delle linee. Questo tipo di viaggi non è organizzato ogni giorno.

Destinazione (dal molo)	Distanza (in miglia, viaggio di andata e ritorno)	Difficoltà	Descrizione
1. Campeggio	3 (.5 dalla pista)	Facile	Un sentiero piatto che corre lungo la terrazza costiera, fino al campeggio del Water Canyon.
2. Water Canyon Beach	3 (all'entrata della spiaggia)	Facile	Se il vento non è troppo forte, esplorate i due miglia di spiaggia ricoperti di meravigliosa sabbia bianca.
3. Water Canyon	3	Moderato a Faticoso	Anche se il viaggio di andata e ritorno all'imbocco del Water Canyon è lungo solo tre miglia, il canyon continua per altri sei miglia e termina vicino a Soledad Peak (Punta della Solitudine). Seguite il corso d'acqua e i sentieri degli animali attraverso un canyon bello e ricco d'acqua durante tutto l'anno, e di vegetazione sulle ripide pareti. Questo tracciato è riservato ad escursionisti esperti e passa attraverso zone esterne ai sentieri.
4. Cherry Canyon	3.5 (via il sentiero cappio)	Moderato	Un'escursione a forma circolare, ricca di vegetazione rivierasca e viste sulla Bechers Bay. Altri sentieri si biforcano lungo il percorso che va al Cherry Canyon, permettendo così di arrivare a Black Mountain (Montagna Nera), al campeggio e alla spiaggia del Water Canyon.
5. Black Mountain	8	Faticoso	Una salita lunga e ripida che premia con boschi di querce e ottime viste (se il tempo lo permette) di Santa Rosa, San Miguel, Santa Cruz, e della terraferma. I visitatori possono effettuare un'escursione che includa il sentiero del Cherry Canyon e Telephone e Soledad Road.
6. Torrey Pines	5 (alla base dei pini) 7.5 (via il sentiero del cappio)	Moderato Faticoso	Su questo sentiero è possibile vedere uno delle specie di pino più rare al mondo, il Torrey Pine. Il percorso più facile e moderato permette ai visitatori di vedere i pini lungo la Coastal Round. Il percorso più faticoso segue il sentiero fin sulla cima del bosco, offrendo panorami spettacolari. Per il percorso migliore, prendete il sentiero lungo il bordo occidentale del bosco, procedete fino in cima, poi passate lungo il bordo est, più ripido. Per una discesa più facile e graduale, seguite la strada verso Southeast Anchorage.
7. East Point	16	Faticoso (a causa della lunghezza)	Un'escursione bella lungo la costa o lungo la Coastal Road con l'opportunità di osservare i Torrey Pines e la spiaggia. Le spiagge posteriori e le dune di sabbia tra Skunk Point e la parte nord di East Point (compresi) sono chiuse per le escursioni a piedi nel periodo che va dal 1 marzo al 15 settembre. Per favore, in caso di media o alta marea, rimanete nelle aree dove la sabbia è bagnata o in prossimità della carreggiata.
8. Lobo Canyon	9 (all'imbocco del canyon)	Faticoso	Un canyon spettacolare, con scogliere scolpite dal vento e dall'acqua, un ruscello attivo tutto l'anno, con vegetazione rivierasca e una costa spettacolare alla sua foce. Ne vale la pena.

Esploriamo San Miguel Island

Benvenuti a San Miguel Island, una delle cinque isole del Channel Islands National Park. Questa terra è anche tua e difenderla dipende anche da te. Per favore, fermati cinque minuti, leggi questo comunicato e vedi quello che puoi fare per proteggere San Miguel. Queste informazioni e la mappa sul retro ti mostreranno cosa puoi visitare e fare quando sei a San Miguel.

Informazioni sull'isola

A San Miguel vi sono degli habitat incontaminati come le piscine causate dalle maree, si trovano piante rare e le strane foreste fatte di chalice. Quattro specie di foche e di leoni marini si riproducono proprio in questa isola. Per circa 10.000 anni gli indiani Chumash hanno vissuto qui. Nel 1542 Juan Rodriguez Cabrillo mise piede su questa isola e fu il primo European ad esplorare la costa della California. Per circa 100 anni l'isola venne utilizzata dagli allevatori di pecore e dopo venne utilizzata dall'esercito Americano, e solo nel 1980 venne inserita nel Channel Islands National Park.

Aree aperte al pubblico

Molte zone di San Miguel sono chiuse al pubblico per difendere la flora, le piante molto delicate ed i suoi aspetti geologici. Comunque vi sono parecchie zone che sono raggiungibili e da esplorare e, se accompagnati siete da un guardiaparco, allora potrete visitare molto di più.

Se decidi di fare una escursione senza essere accompagnati dal personale del parco puoi visitare la spiaggia di Cuyler Harbor, il monumento a Cabrillo e il sito di Lester.

Il sentiero di Nidever Canyon ti porterà verso il sito del ranch al monumento ed alla stazione dei guardiaparco. Il sentiero inizia in cima alle dune sopra Gull Rock. Attraversa ad est la parete del canyon.

Come contattare i guardiaparco

Per poter visitare altre parti del parco come Point Bennett o la foresta di chalice devi essere accompagnato da un guardiaparco.

I guardiaparco che si trovano a San Miguel possono essere contattati sulla frequenza marina numero 16. Puoi organizzare un trek con loro se li contatti alla sede del parco al numero (805) 658-5730.

Regole da seguire nell'isola

- Quello che si trova sull'isola è protetto e non raccogliere nulla.
- Gli animali domestici non sono ammessi.
- Non si può fumare né accendere fuochi.
- Porta con te al momento di andare via tutta la spazzatura.
- Gli escursionisti devono camminare sui sentieri.
- Gli escursionisti devono essere accompagnati eccetto che nei sentieri segnati su questa mappa.
- In questa isola si applicano le regole stabilite dallo Stato della California. E' vietato pescare nelle riserve marine.

Sicurezza

- Fate attenzione quando attraversate il punto di caduta massi lungo la spiaggia.
- Il sentiero del Nidever Canyon è ripido e scivoloso, fate attenzione a dove camminate.

- L'Hantavirus è stato trovato nella popolazione dei topi cervi sull'isola di San Miguel. Questa è una malattia particolarmente pericolosa ed è necessario seguire delle precauzioni: evitate ogni contatto con i roditori; mettete il cibo e l'acqua in recipienti a prova di roditori. Per maggiori informazioni, per favore leggete il comunicato che si trova sul cartello nell'area per campeggiare.
- Portate con voi molta acqua da bere e non rischiate di disidratarvi.
- Gli escursionisti non devono uscire da soli ma sempre in compagnia.

Utilizzare la mappa

Questa mappa è la tua guida nelle aree aperte di San Miguel Island. Le linee tratteggiate segnano i sentieri ed i tratti di spiaggia dove potete andare da soli.

- Potete camminare sulla spiaggia avanti e indietro sino alle rocce.
- La distanza dalle palme all'area di campeggio è di circa 1,5 Km.
- I bagni si trovano sia nella stazione dei guardiaparco che nell'area campeggio.
- Nell'isola non vi è acqua potabile.
- Si può ormeggiare solamente a Cuyler Harbor.
- E' possibile pescare solamente nell'area aperta di Cuyler Harbor (fuori dalla riserva marina).

Escursionismo a Santa Barbara Island

Benvenuti a Santa Barbara Island, una delle cinque isole del Channel Islands National Park. Dopo aver scalato le falesie accidentate usando il sentiero scosceso che viene dall'insenatura da sbarco troverete poco più di cinque miglia di sentieri che attraversano i versanti gentili e le basse cime delle montagne per arrivare ai punti panoramici e alle magnifiche viste costiere

Gli escursionisti hanno bisogno di assumere la responsabilità individuale della pianificazione del loro viaggio e di fare escursionismo in sicurezza. Per aumentare la vostra probabilità di un escursionismo sicuro, non turbate la fauna selvatica e diminuite il danno alle risorse. I visitatori dovrebbero essere in forma e devono seguire le norme e le istruzioni nella sezione della rivista del parco chiamata "Limitare il vostro impatto" e quelle elencate sotto:

- Per favore, rimanete nel sistema designato di sentieri quando fate escursionismo intorno all'isola. Delle parti dei sentieri sono soggetti a chiusura quando i pellicani nidificano da Gennaio ad Agosto.
- Evitate gli strapiombi. Le traversine ferroviarie di legno segnano il confine sicuro in alcuni punti panoramici dove potete stare per vedere il panorama. Per la vostra sicurezza, non state in piedi su queste traversine ferroviarie e non fate un passo oltre le traversine ferroviarie. Alcuni strapiombi non sono segnati. Per favore, non andate vicino agli strapiombi scoperti perché questi strapiombi si stanno erodendo e possono essere molto fragili. I bambini dovrebbero essere sempre sorvegliati da un adulto.
- Poiché Santa Barbara Island è un'isola di falesie, l'accesso al mare è solo all'insenatura da sbarco (la spiaggia non c'è, c'è solo un molo).
- Per proteggere la fauna selvatica ed i visitatori, non lanciate niente dall'isola nel mare sottostante.
- Gli escursionisti non dovrebbero mai fare escursionismo da soli – andate sempre in coppia. Questo permette a uno dei due di cercare aiuto se incontrate problemi.
- Portate molta acqua e bevete. Un litro di acqua è sufficiente per una passeggiata breve, ma ne è necessaria di più per un'escursione più lunga.
- Fate attenzione alla rovere velenosa, cholla cactus "saltante", alle zecche e agli scorpioni. La rovere velenosa può essere identificata dai suoi gruppi di tre foglie lucide.

Alcune zecche portano malattie; controllate il vostro vestito e la pelle scoperta dopo un'escursione.

- Per aiutare ad evitare un incendio boschivo, è vietato fumare a Santa Barbara Island.
- Quando partono dalle isole, i visitatori sono responsabili di arrivare al punto di partenza della barca in orario. Fate attenzione all'orario di partenza. Chiedete alla guardia forestale o ai dipendenti al proprietario della barca per l'ora di partenza.

Hiking Destinations

Destinazione (Dall'ufficio turistico)	Distanza (Miglia, andata e ritorno)	Difficoltà	Descrizione
1. Arch Point	1	Moderato	Viste magnifiche e fiori di campo in stagione.
2. Elephant Seal Cove	2.5	Faticoso	Potete vedere gli elefanti marini dal punto panoramico.
3. Webster Point	3	Faticoso	Viste costiere fantastiche.
4. Sea Lion Rookery	2	Moderato	Potete vedere i leoni marini dal punto panoramico.
5. Signal Peak	2.5	Faticoso	Punto più elevato dell'isola con viste di Sutil Island.

• Delle parti dei sentieri sono soggetti a chiusura quando i pellicani nidificano a Gennaio ad Agosto.

• Gli escursionisti devono rimanere sui sentieri dell'isola per proteggere la vegetazione, gli uccelli marini che stanno nidificando e per la sicurezza dei visitatori.