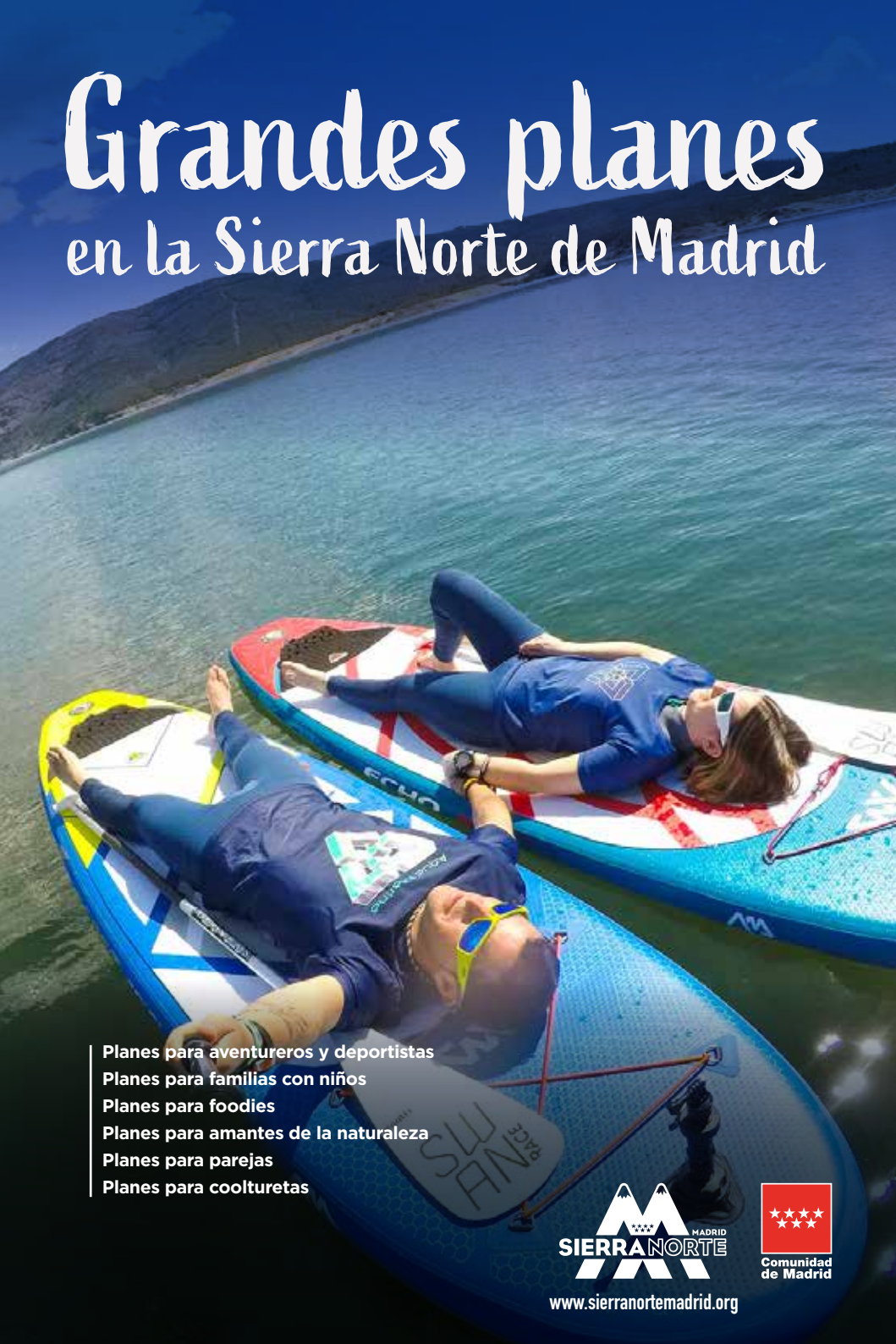
Grandes planes
en la Sierra Norte de Madrid



- Planes para aventureros y deportistas
- Planes para familias con niños
- Planes para foodies
- Planes para amantes de la naturaleza
- Planes para parejas
- Planes para coolturetas

MADRID SIERRA NORTE

Comunidad de Madrid

www.sierranortemadrid.org

Bienv

La Sierra Norte de Madrid es el lugar de encuentro de amantes de la naturaleza, el deporte, la cultura y el patrimonio más rural y natural de la Comunidad de Madrid.

En esta guía encontrarás una selección de GRANDES PLANES en la Sierra Norte de Madrid:

Imagina descubrir los espacios naturales, llenos de vida y belleza en los que respirar aire puro es posible de la mano de una pastora y su rebaño de cabras, a caballo, o subido en el 4x4 de un ganadero local.

Imagina pasear, recorrer y descubrir cada uno de los rincones de nuestros pequeños pueblos y villas, de la mano de guías cualificados, que te contarán curiosidades que nunca hubieras descubierto.

Imagina pasear por nuestros embalses, montado en una piragua, o subido en una tabla de paddle surf; el agua es un elemento esencial de la Sierra Norte de Madrid, forma parte del paisaje y nos ofrece una oportunidad única para descubrirlo desde esta perspectiva.

Imagina conocer las raíces que envuelven nuestras tradiciones, compartiendo experiencias con sus habitantes, que no cesan en su empeño de mantenerlas vivas, como talleres de pan o conciertos de música tradicional o ancestral.

¡Elige los GRANDES PLANES que más te gusten y disfruta de la Sierra Norte de Madrid!

Fotografía de portada: @quierovivirviajando

enido

Sierra Norte de Madrid

Centro de Innovación Turística de la Sierra Norte de Madrid, Villa San Roque.

Una antigua villa de recreo habitada es, en la actualidad, el Centro de Turismo Villa San Roque. Además de promocionar los recursos turísticos de la Sierra Norte y desarrollar proyectos para consolidar un destino sostenible y de calidad, el centro cuenta con sala de exposiciones, sala multimedia que acoge cursos, conferencias, seminarios... y un jardín botánico que presenta especies autóctonas y otras ornamentales y hortícolas que se dan en la Sierra Norte.

Somos la oficina de turismo del destino y nos encuentras en:
Avda. de La Cabrera, 36.
28751 La Cabrera (Madrid).
Tel.: 630 430 128
info@sierranortemadrid.org

www.sierranortemadrid.org

¡Síguenos en redes!

www.facebook.com/SierraNorteMadridTurismo.oficial

@sierranortemad

@sierranortedemadrid

MUNICIPIOS DE LA SIERRA NORTE DE MADRID
La Acebeda, Alameda del Valle, Berzosa del Lozoya, Braojos, Buitrago del Lozoya, Bustarviejo, Cabanillas de la Sierra, La Cabrera, Canencia, Cervera de Buitrago, El Atazar, El Berrueco, El Vellón y El Espartal, Garganta de los Montes-El Cuadrón, Gargantilla del Lozoya y Pinilla de Buitrago, Gascones, La Hiruela, Horcajo de la Sierra-Aoslos, Horcajuelo de la Sierra, Lozoya, Lozoyuela-Navas-Sieteiglesias, Madarcos, Montejo de la Sierra, Navalafuente, Navarredonda y San Mamés, Patones, Pinilla del Valle, Piñuécar-Gandullas, Prádena del Rincón, Puebla de la Sierra, Puentes Viejas, Rascafría-Oteruelo, Redueña, Robledillo de la Jara, Robregordo, La Serna del Monte, Somosierra, Torrelaguna, Torremocha de Jarama, Valdemanco, Venturada, Villavieja del Lozoya.

La organización técnica y la seguridad de las actividades son responsabilidad de las empresas que llevan a cabo las mismas y por lo tanto se reservan el derecho a cancelar y/o modificar dichas actividades por la seguridad de los clientes.

La información concerniente a las actividades que aparecen en esta guía ha sido facilitada por las empresas que las organizan. El Centro de Innovación Turística Villa San Roque no se hace responsable de las modificaciones que se puedan producir.

Precios 2020.

Símbolos de las actividades

Actividad accesible

Sumario

AVENTUREROS Y DEPORTISTAS

1 Alquiler de raquetas de nieve
2 Raquetas de Nieve en el Parque Nacional
3 Curso de Snowboard
4 Clases particulares de esquí
5 Curso colectivo de iniciación esquí nórdico
6 Raquetas de nieve en Madrid
7 Ruta guiada con raquetas de nieve
8 Piragüismo
9 Paddle Surf
10 Vela
11 Wind Surf
12 Piraguas en el embalse de Pinilla
13 Pack de alojamiento y piragüismo
14 Día de emociones y aventura para todos. Ruta en piragua.
15 Naturalmente refrescante... ¡Vive la aventura!
16 Hayedo de Montejo en familia
17 Barranquismo en Madrid
18 1, 2, 3... Salto!!! ¿Te atreves hacer puenting sobre el río Lozoya
19 Paseo a caballo
20 Ruta a caballo por el entorno natural del Valle de Lozoya
21 Paseos y rutas a caballo por el valle de Bustarviejo
22 "Abrazarse a los caballos" - Actividad emocional con caballos
23 Coge las riendas y escápate
24 Ruta a caballo por la Sierra de La Cabrera
25 Ruta a caballo por la Sierra Norte de Madrid
26 En bicicleta de montaña eléctrica por la Reserva de la Biosfera de la Sierra del Rincón
27 Alquiler de bicicletas eléctricas
28 Ruta guiada en bicicleta de montaña, gravel o carretera
29 De pueblo a pueblo y pedaleo porque me toca
30 Escalada
31 Circular al Mondalindo
32 La Senda del Genaro
33 Lozoya: montañas sin barreras
34 Curso de turismo activo accesible "Sierra Norte Abierta"
35 Parque de cuerdas y tirolinas

FAMILIAS CON NIÑOS

36 Vive una experiencia apícola en Braojos de la Sierra
37 Fin de semana rural
38 Un día en la huerta
39 Cabaña en los árboles, multiaventura y granja teatralizada para familias aventureras
40 Descubriendo el Puerto de Canencia en familia
41 Taller de fotografía en familia
42 Paseo en pony
43 ¡A trotar!
44 Esquí de fondo en familia
45 Cursos prácticos para aprender a hacer cosas que te gustan
46 Talleres en los que peques y adultos aprenden y participan a través de la experimentación
47 Rural Art. Arte y naturaleza en familia
48 Pajareando en familia
49 Talleres en familia
50 Finde artesano en Patones. Taller de cerámica y alojamiento ecológico
51 Apicultor por un día

FOODIES

52 Cerveza artesana, visita y cata
53 Calçotada: Jornadas Gastronómicas de cocina tradicional catalana
54 Calçotada
55 Viaje a las entrañas de Quesería Jaramera

NATURALEZA

56 ¡Científicos por un día! Anillamiento científico de aves en familia
58 Cursos medioambientales
57 Hilando cuentos
59 Senda ornitológica: entre valles y sierras
60 Gestión Forestal Sostenible
61 Paisaje cultural de los robles centenarios
62 Ruta de pastores extensivo
63 Hides fotográficos – Fotografía de fauna salvaje
64 Raíces del paisaje. Formas de vida en Sierra Norte
65 Educación ambiental en la Sierra Norte de Madrid
66 El bosque habitado

PAREJAS

67 'Baño de Gong' Un concierto de música ancestral, por Manuel Cuevas
68 Regalos saludables: Packs de sauna, masaje, comida energética y descanso en la naturaleza.
69 Sesion de spa
70 Fotopaseo en pareja

COOLTURETAS

71 Talleres de grabado y cerámica manual, la naturaleza como referente
72 Paseos temáticos por Patones
73 De la arquitectura a la mesa. Visita guiada
74 Braojos: La iglesia de San Vicente, la "Catedral de la Sierra Norte". Visita guiada
75 Buitrago del Lozoya, mucho más que murallas
76 Pastor y quesero por un día
77 El Valle de los Sueños
78 Visita al Museo de dibujo, obra gráfica española y obra contemporánea japonesa
79 Paredes de Buitrago, un pueblo atrincherado
80 Villa de Torrelaguna cruce de caminos entre ayer y hoy
81 Visitas monumentales guiadas al Conjunto Histórico de Buitrago del Lozoya

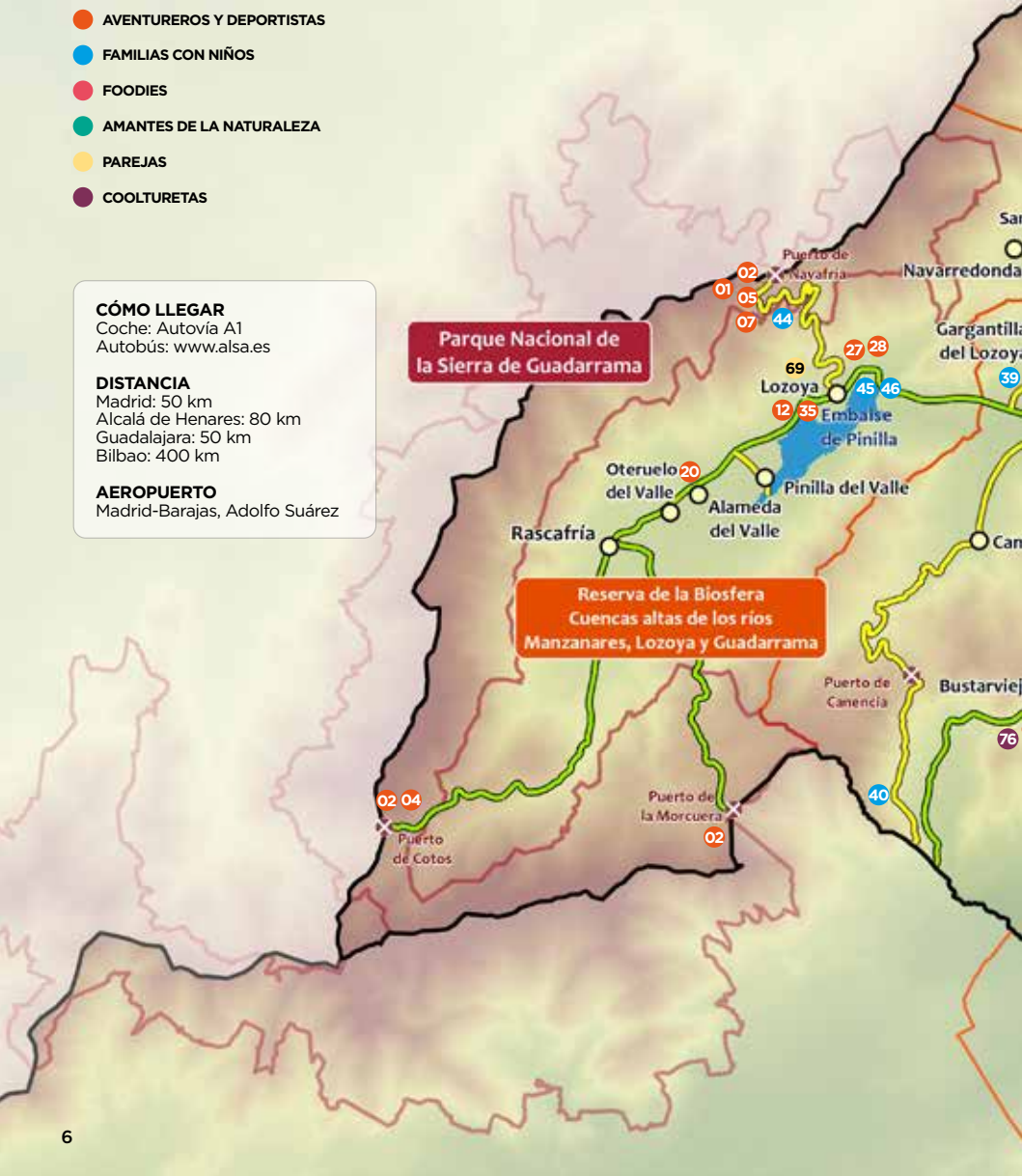
Localización de los Planes en la Sierra Norte de Madrid

- AVENTUREROS Y DEPORTISTAS
- FAMILIAS CON NIÑOS
- FOODIES
- AMANTES DE LA NATURALEZA
- PAREJAS
- COOLTURETAS

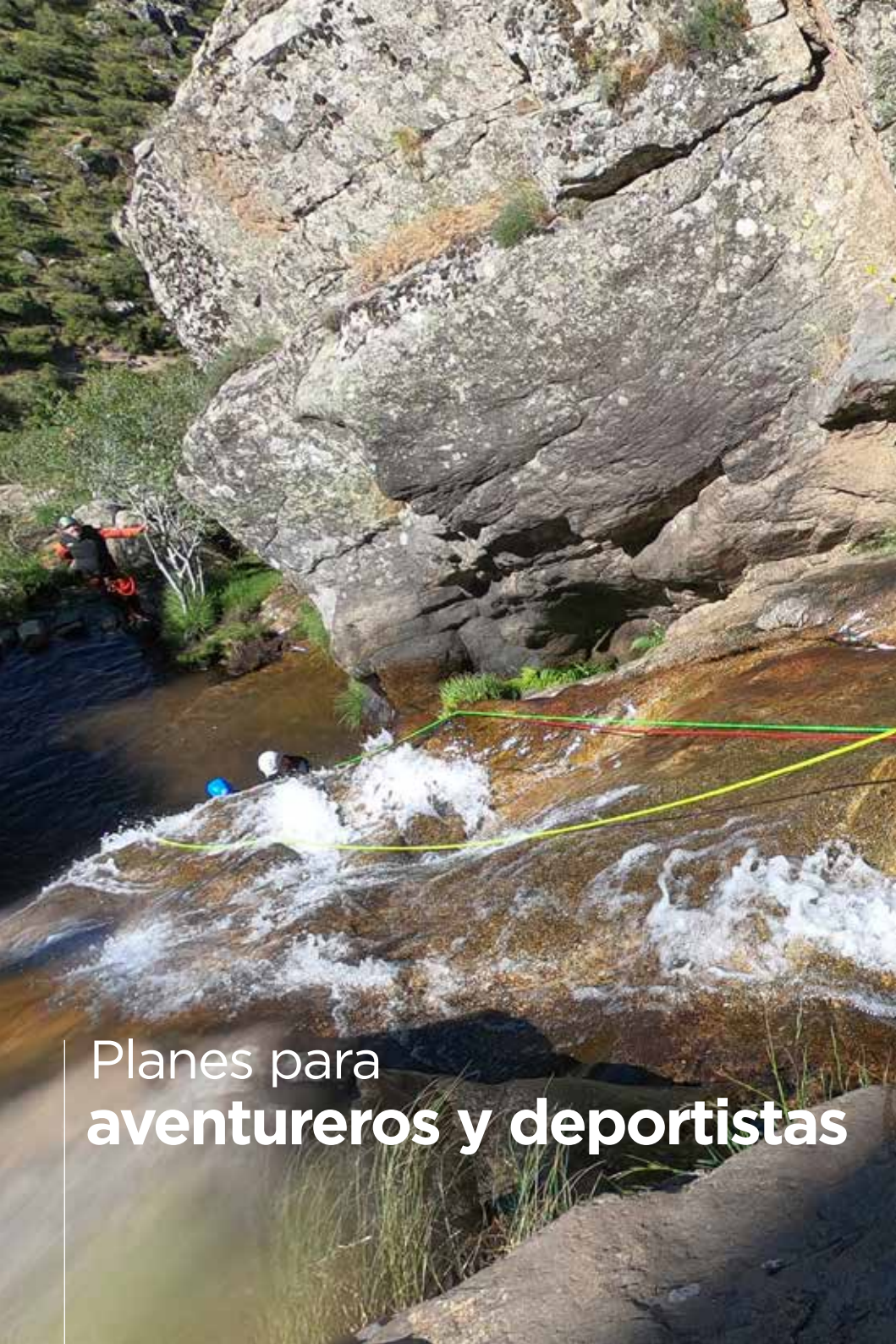
CÓMO LLEGAR
Coche: Autovía A1
Autobús: www.alsa.es

DISTANCIA
Madrid: 50 km
Alcalá de Henares: 80 km
Guadalajara: 50 km
Bilbao: 400 km

AEROPUERTO
Madrid-Barajas, Adolfo Suárez



Reserva de la Biosfera
Sierra del Rincón
Somosierra
Robregordo
La Acebeda
A-1
Puerto de
El Cardoso
La Hiruela
Puerto de
La Hiruela
Horcajo
de la Sierra
Montejo
de la Sierra
Aoslos
Horcajuelo
de la Sierra
Braojos
Piñuécar
Madarcos
Prádena
del Rincón
Puerto de
La Puebla
La Serna
del Monte
Gascones
Villavieja
del Lozoya
Gandullas
Paredes
de Buitrago
Puebla
de la Sierra
Embalse
de Puentes
Viejas
Buitrago
del Lozoya
Pinilla de
Buitrago
Serrada de la Fuente
Berzosa
del Lozoya
Mangirón
Embalse
de Riosequillo
Cinco
Villas
Embalse
de El Villar
Puentes
Viejas
Robledillo
de la Jara
El Cuadrón
Navas
de Buitrago
Cervera
de Buitrago
El Atazar
Lozoyuela
Sieteiglesias
Garganta de
los Montes
Embalse
de El Atazar
El Berrueco
Valdemanco
La Cabrera
Patones
de Arriba
Patones
Cabanillas
de la Sierra
Navalafuente
Torrelaguna
Torremocha
de Jarama
Redueña
Venturada
El Vellón



Planes para
aventureros y deportistas

01

15€
persona

Alquiler de raquetas de nieve

La Sierra Norte de Madrid es un escenario idílico para realizar rutas invernales, ya que además de montañas y nieve hay rutas para todos los niveles y edades.

Te ofrecemos alquiler de raquetas de nieve para 2 personas para que puedas realizar una ruta a tu aire sin monitor.

Y si quieres completar tu jornada con más actividades, los fines de semana tenemos abierto en el mismo Lozoya nuestro centro Multiaventura con un parque de cuerdas, tirolinas, karts de pedales, zona interior con bar, castillo hinchable y parque infantil de bolas.

Precio
15 €/pax.

Punto de encuentro
Lozoya, C/Toril 1.

Dónde se realiza la actividad
Por libre donde queráis ya que es alquiler sin monitor, pero tenemos el Puerto de Navafría a escasos 15 minutos y el de Cotos a 25.

Fechas
Invierno 2019-2020, válido hasta fin de nieve en primavera de 2020.

Duración
Todo el día.

Incluye
Raquetas y bastones.

No olvides
Llevaros ropa deportiva cómoda y de abrigo, guantes, calzado de montaña o el calzado deportivo más impermeable que tengáis. Recomendables gafas de sol y ropa/calzado de repuesto, así como cadenas para el coche si las tenéis, no son obligatorias (no las compréis sólo para esto) pero sí recomendables siempre que se va a la Sierra en invierno.

Además, en función de vuestra ruta os recomendamos algo de comer y beber, teléfono móvil. Es mejor llevar de más y aquí decidir qué llevar y qué no.

Otros
Imprescindible reserva previa. Si es en días de diario mínimo el día anterior antes de las 14h, y si es fin de semana como muy tarde el viernes por la mañana.

ORGANIZA / CONTACTO
Meridiano Raid
Tel.: 91 733 79 06 / 635 445 033
e-mail: info@meridianoraid.com
www.meridianoraid.com

02

35€
persona

Raquetas de nieve en el Parque Nacional

Descubre la montaña invernal del Parque Nacional de la Sierra de Guadarrama.

Con nuestras rutas verás lo fácil que es poder disfrutar en raquetas de nieve, de los parajes de las montañas de Peñalara, la Cuerda Larga o los Montes Carpetanos, acompañado por un guía de montaña titulado.

Las rutas, en grupos reducidos, se adaptan al nivel de los participantes y a las condiciones meteorológicas, primando siempre la abundancia y calidad de la nieve.

Precio
35 € por persona.

Punto de encuentro
Puerto de Cotos (Rascafría), Lozoya del Valle o alojamiento turístico en el Valle Alto y Medio del Lozoya.

Dónde se realiza la actividad
- Puerto de Cotos (Rascafría).
- Puerto de Navafría (Lozoya).
- Puerto de la Morcuera (Rascafría).

Fechas
Bajo demanda.

Duración
4 – 6 horas.

Incluye
Guía de montaña titulado, equipo raquetas de nieve y seguro de accidentes.

No olvides
Acudir con botas de montaña, pantalón y chaqueta invernal, impermeable, crema solar, guantes, gorro, gafas de sol, mochila, agua y picnic.

Otros
Grupo de 4 a 8 personas.

Descuento 10% a clientes alojados en hoteles y casas rurales de la Sierra Norte de Madrid.

ORGANIZA / CONTACTO
Madrid Backcountry
Tel.: 645 329 367
e-mail: info@madridbackcountry.com
www.madridbackcountry.com
www.facebook.com/madridbackcountry

60€ persona

Curso de Snowboard

Olvídate de tópicos, mitos y miedos, el snowboard conquista. Nada mejor que un día en la montaña acompañado de amigos, pareja o familiares para saber que ésta es una de las mejores experiencias con las que disfrutar del invierno.

Curso de iniciación, para un primer contacto con la tabla, o curso de perfeccionamiento, para abordar cada curva con decisión y confianza.

Para los riders con más experiencia, el curso puede ser de carving, freeride o splitboard.

La duración es de 4 horas en todos los casos, con un descanso para almorzar.

Precio
60 €

Punto de encuentro
Valdesquí.
La Pinilla.
Alojamiento turístico en el Valle Alto y Medio del Lozoya.

Dónde se realiza la actividad
Valdesquí, Rascafría.

Fechas
Bajo demanda.

Duración
4 horas.

Incluye
Curso de snowboard con profesor titulado de nivel 2 y seguro de accidentes.

Otros
Precio para curso de 2 personas.
Curso para 1 persona: 100 €.
Descuento 5% a clientes alojados en hoteles y casas rurales de la Sierra Norte de Madrid.

ORGANIZA / CONTACTO
Madrid Backcountry
Tel.: 645 329 367
e-mail: info@madridbackcountry.com
www.madridbackcountry.com
www.facebook.com/madridbackcountry

Clases particulares de esquí

Desde
30€
persona

¿Te gustaría aprender a esquiar? ¿Mejorar tu técnica?
Con nosotros puedes hacerlo, desde cualquier nivel, no importa si es la primera vez que te calzas unos esquís o si quieres adquirir mayor seguridad y soltura en pistas.

Nuestras clases particulares de esquí, están diseñadas para un máximo de 4 alumnos por profesor, ofreciendo así una atención más personalizada y exclusiva.

Trabajamos en las estaciones del Puerto de Navacerrada, Valdesqui y La Pinilla.

Somos profesionales en activo, con más de 10 años de experiencia impartiendo clases de esquí a niños, jóvenes y adultos.

¡Prueba con nosotros!

Precio
40 €/hora. 09:00 a 13:00.
30 €/hora. 13:00 a cierre.

Punto de encuentro
Punto de encuentro a concretar.

Dónde se realiza la actividad
Estaciones de esquí de:
- Puerto de Navacerrada. Cercedilla.
- Valdesquí. Rascafria.

Fechas
De diciembre a abril.

Duración
De 09:00 a 16:00 horas.

Incluye
Profesor titulado.
Seguro de RC, accidentes y rescate.

No olvides
Llevar ropa especifica de esquí, adecuada a las condiciones meteorológicas y adecuada a la práctica deportiva, aquí tienes una pequeña lista de lo más típico.
- Pantalón de esquiar impermeable.
- Sudadera/forro polar.
- Chaqueta cortavientos impermeable.
- Guantes, gorro y gafas.
- Pequeña mochila para guardar (opcional):
  - Algo de picar.
  - Una cantimplora.
- Crema de protección solar.

Otros
Requiere reserva previa.
Consulta las condiciones particulares.
No incluye:
- Alquiler del material de esquí.
- Forfait o pase a pistas.
- Alojamiento, transporte o comida.

ORGANIZA / CONTACTO
El Cielo es el Límite
Tel.: 644 479 142
e-mail: infocielolimite@gmail.com
http://cielolimite.com

05

55€
persona

Curso colectivo de iniciación esquí nórdico

El Esquí de Fondo es uno de los deportes más completos que existen en la actualidad. No es necesaria experiencia previa en deportes de nieve para iniciarse en él, lo principal es la coordinación y el equilibrio.

Se suele practicar en terrenos llanos u ondulados, sin mucha pendiente.

Comenzarán con el Estilo Clásico, este estilo se practica con los esquís dentro de unas trazas o huellas facilitando el aprendizaje, el objetivo es el deslizamiento recorriendo largas distancias sin apenas esfuerzo y disfrutar de la naturaleza en todo su esplendor.

A una hora de Madrid y 45' de Segovia, en pleno Parque Nacional de la Sierra de Guadarrama, nuestra pequeña Noruega en el Pinar de Navafría.

En el CENM NAVAFRIA podrás aprender de un modo fácil, seguro y divertido.

Nuestros Cursos Colectivos de Iniciación al Esquí de Fondo, son la mejor manera de aprender y disfrutar en grupo de este maravilloso deporte.
¿Te vienes?

Precio
55 €/persona.

Punto de encuentro
Puerto de Navafría, crtra M-637, km 11,400.

Dónde se realiza la actividad
Centro de Esquí Nórdico y Montaña de Navafría, a 11 km de Lozoya del Valle.

Fechas
Sábados y domingos del invierno.

Duración
3 horas.

Incluye
Entrada, Alquiler de esquís, botas y bastones, seguro RC y accidentes.

Otros
No olvidar guantes, gafas de sol, una braga para el cuello y el gorro.

Bebida para hidratarse y algo para picar de pie.

Otros
Imprescindible reserva previa.
Mayores de 14 años.

ORGANIZA / CONTACTO
Centro de Esquí Nórdico y Montaña de Navafría
Tel.: 687 375 430
e-mail: info@navafriaesqui.com
http://navafriaesqui.com

Raquetas de nieve en Madrid

Todos los inviernos, ese manto blanco que cae en las montañas hacen que necesitemos "algo" que nos ayude a caminar y que no nos hundamos... para ello usaremos las raquetas de nieve, con las que podremos caminar sin problema por una de las zonas más bonitas de nuestra querida Sierra. Conoce las laderas de Siete Picos y los Pinares de Valsaín de la mano de un guía titulado.

Precio
25 €/adulto; 23€/niños menores de 12 años.

Punto de encuentro
09.00 horas. Puerto de Navacerrada.

Dónde se realiza la actividad
09.00 horas. Puerto de Navacerrada.

Fechas
Sábados y domingos de diciembre 2019 a marzo de 2020 (aproximadamente).

Duración
3-4 horas.

Incluye
Guía de Montaña, Material técnico necesario (raquetas y bastones), Seguro de accidentes y RC.

No olvides
Ropa de montaña cómoda para caminar, Ropa de abrigo e impermeable (imprescindible), botas de montaña (Imprescindibles), guantes impermeables y gorro, mochila de 30 litros de capacidad, cantimplora o botella para el agua y comida para picar, gafas de sol, gorro y guantes de repuesto, crema para el sol y para los labios. Se recomienda llevar ropa de repuesto en el coche (sobre todo si van niños).

Otros
Previa Reserva. Preguntar por precios especiales para grupos.

ORGANIZA / CONTACTO
Amadablam aventura
Tel.: 620 17 11 87 / 91 002 08 14
e-mail: info@amadablamaventura.es
https://amadablamaventura.es

07

Ruta guiada con raquetas de nieve

28€ persona

¡Disfruta de la nieve y el paisaje de Navafría!

En el CENM de Navafría tienes la posibilidad de disfrutar de las Raquetas de Nieve de la mano de uno de nuestros guías de montaña. Nuestro equipo te acompañará y ayudará en el desarrollo de la actividad.

Ofrecemos distintas rutas en el entorno del Puerto de Navafría, en la entrada Oeste del Parque Nacional de la Sierra del Guadarrama, adaptándolas al nivel físico del grupo y a las condiciones de la nieve.

Las raquetas de nieve son una actividad física apta para personas de todas las edades. Todas nuestras actividades de raquetas de nieve las realizamos en grupos reducidos ofreciendo a nuestros clientes Atención personalizada, seguridad y diversión. Ven a descubrir "La Pequeña Noruega"...¿Te animas?

Precio
28 € / persona.

Punto de encuentro
Puerto de Navafría, crtra M-637, km 11,400.

Dónde se realiza la actividad
Centro de Esquí Nórdico y Montaña de Navafría, a 11 km de Lozoya del Valle.

Fechas
Fines de semana del invierno.

Duración
3 horas.

Incluye
Alquiler de raquetas y bastones, seguro RC y accidentes.

No olvides
Botas de montaña, guantes, gafas de sol, una braga para el cuello y el gorro.

Bebida para hidratarse y algo para picar de pie.

Otros
Imprescindible reserva previa.
Mayores de 14 años.
Consultar horario.

ORGANIZA / CONTACTO
Centro de Esquí Nórdico y Montaña de Navafría
Tel.: 687 375 430
e-mail: info@navafriaesqui.com
http://navafriaesqui.com

Piraguismo

Desde 6€ persona

Descubre el mayor embalse de la Comunidad de Madrid, sus bellos rincones, montado en una de nuestras piraguas, ya sea individual, doble o triple. Muy fáciles de manejar y completamente seguras ya que son insumergibles y autovaciables. Puedes alquilar por horas o día completo. Se pueden realizar rutas guiadas con monitor (avisar con antelación).

Precio
Alquiler de piraguas de 1, 2 y 3 plazas, incluyendo las embarcaciones, palas y chalecos salvavidas, con un precio de 1 h 6 €, 2 hs. 10 €, 3 hs. 14 € y todo el día 18 € (precios por persona fin de semana).

Punto de encuentro
Instalaciones náuticas "La Marina" Cervera de Buitrago. 28193 Madrid. Embalse de El Atazar.

Dónde se realiza la actividad
Embalse de El Atazar.

Fechas
De principios de mayo a finales de septiembre.

Duración
De 1 a 3 horas o el día entero.

Incluye
Embarcación, pala, chaleco salvavidas, servicio de salvamento, rampa de entrada, zona de pic-nic, baños y vestuarios. No está incluido en el precio el Canon de Entrada del Canal de Isabel II (3 ó 5 € por persona).

No olvides
Ropa de baño, toalla, crema solar, gorra...

ORGANIZA / CONTACTO
NORTESPORT - Fernando Vega
Tel.: 616 585 826
e-mail: fvegacampo@yahoo.es

09

Paddle Surf

Desde
10 €
persona

Encima de tu tabla de Paddle Surf podrás llegar a lugares inaccesibles del Embalse de El Atazar. Visitar calas y playas que te sorprenderán. Puedes alquilar por horas o día completo. Se pueden realizar rutas guiadas con monitor (avisar con antelación). También tienes opción de disfrutar en grupo (hasta 8 personas) con nuestras BIG PADDLE SURF.

Precio
Alquiler de tablas de paddle surf de diferentes tamaños, formas y volúmenes, incluyendo pala y chaleco salvavidas, con un precio de 1 h 10 €, 2 h. 16 €, 3 h. 20 € y también el BIG PADDLE, tablas enormes donde podéis montar hasta 7 personas.

Punto de encuentro
Instalaciones náuticas "La Marina" Cervera de Buitrago. 28193 Madrid. Embalse de El Atazar.

Dónde se realiza la actividad
Embalse de El Atazar.

Fechas
De principios de mayo a finales de septiembre.

Duración
De 1 a 3 horas.

Incluye
Embarcación, pala, chaleco salvavidas, servicio de salvamento, rampa de entrada, zona de pic-nic, baños y vestuarios. No está incluido en el precio el Canon de Entrada del Canal de Isabel II (3 ó 5 € por persona).

No olvides
Ropa de baño, toalla, crema solar, gorra...

ORGANIZA / CONTACTO
NORTESPORT - Fernando Vega
Tel.: 616 585 826
e-mail: fvegacampo@yahoo.es

Vela

Desde 35€ persona

Aprende, perfecciona o alquila nuestras embarcaciones de Vela Ligera o Vela de Crucero, en el Embalse de El Atazar. Con unas condiciones de viento que harán las delicias de los practicantes de este deporte.

Precio
Bautismo Náutico (primera toma de contacto con la vela) 3hs de duración, lo puedes hacer con Vela Ligera 35 € por persona o Vela de Crucero 40 € por persona. Curso de Iniciación, 8 hs. de duración con un precio de 100 € el de Vela ligera y 115 el de Vela de Crucero.

Curso de Perfeccionamiento, 8 hs. de duración con un precio de 115 € el de Vela Ligera y 125 el de Vela de Crucero.Para la realización de estos bautismos o cursos se necesita un mínimo de 4 personas. También puedes alquilar nuestros barcos, consulta directamente con nosotros.

Punto de encuentro
Instalaciones náuticas "La Marina" Cervera de Buitrago. 28193 Madrid. Embalse de El Atazar.

Dónde se realiza la actividad
Embalse de El Atazar.

Fechas
De principios de mayo a finales de septiembre.

Duración
3 u 8 horas.

Incluye
Bautismo Náutico (primera toma de contacto con la vela) 3hs de duración, lo puedes hacer con Vela Ligera 35 € por persona o Vela de Crucero 40 € por persona. Curso de Iniciación, 8 hs. de duración con un precio de 100 € el de Vela ligera y 115 € el de Vela de Crucero.

Curso de Perfeccionamiento, 8 hs. de duración con un precio de 115 € el de Vela Ligera y 125 el de Vela de Crucero.Para la realización de estos bautismos o cursos se necesita un mínimo de 4 personas. También puedes alquilar nuestros barcos, consulta directamente con nosotros.

No olvides
Ropa de baño, toalla, crema solar, gorra...

ORGANIZA / CONTACTO
NORTESPORT - Fernando Vega
Tel.: 616 585 826
e-mail: fvegacampo@yahoo.es

11

Wind Surf

Desde
14€
persona

Surca las aguas del embalse de El Atazar navegando en alguna de nuestras tablas de windsurf, desde las más básicas para los principiantes hasta las más "fun" para los iniciados que buscan nuevas sensaciones. Puedes alquilar nuestro material, o bien, aprender las nociones necesarias para empezar a navegar o perfeccionar tu técnica, con cursillos de 7 hs. de duración o clases individuales.

Precio
Alquiler de tablas de windsurf de última generación de diferentes tamaños y volúmenes, incluyendo el aparejo completo con diferentes medidas de vela y chaleco salvavidas, con un precio de 1 h. 14 €, 2 hs. 20 €, 3 hs. 27 € y todo el día 35 €. También puedes alquilar el traje de neopreno 5 € y los cabos y el arnés 3 €. Si prefieres realizar un curso de iniciación lo puedes hacer en 7 hs. Durante un fin de semana y un precio de 110 € en el que se incluye el material necesario (tablas, aparejos, chalecos), monitor y lancha de salvamento. También tienes opción de probar con 1 hora de clase, si es para 1 persona el precio es de 40 €, si fuesen 2 personas 60 € y 75 € si fuesen 3 personas, incluyendo lo mismo que en los cursos.

Punto de encuentro
Instalaciones náuticas "La Marina" Cervera de Buitrago. 28193 Madrid. Embalse de El Atazar.

Dónde se realiza la actividad
Embalse de El Atazar.

Fechas
De principios de mayo a finales de septiembre.

Duración
De 1 a 3 horas o todo el día.

Incluye
Embarcación, pala, chaleco salvavidas, servicio de salvamento, rampa de entrada, zona de pic-nic, baños y vestuarios. No está incluido en el precio el Canon de Entrada del Canal de Isabel II (3 ó 5 € por persona).

No olvides
Ropa de baño, toalla, crema solar, gorra...

ORGANIZA / CONTACTO
NORTESPORT - Fernando Vega
Tel.: 616 585 826
e-mail: fvegacampo@yahoo.es

Desde
8€
persona

Piraguas en el embalse de Pinilla

El embalse de Pinilla está a los pies de la Sierra de Guadarrama, un sitio idílico con vistas al Parque Natural. Un embalse en el que respirarás tranquilidad ya que sólo hay piraguas y paddle surf.

Además, en Lozoya, pueblo desde el que se accede al embalse, tienes servicios de restauración, alimentación y alojamiento. Y si quieres completar tu jornada con más actividades, los fines de semana tenemos un parque de cuerdas, tirolina, karts de pedales y chikipark.

Precio
Alquiler de piraguas: 1h 8€, 2 hs. 14 €, 3 hs. 18 €, 4 hs. 22€ y todo el día 25 €. Iniciación con monitor 1h 20€.

Punto de encuentro
Embarcadero de Lozoya (CP: 28742).

Dónde se realiza la actividad
Embalse de Pinilla.

Fechas
Primavera-verano 2020, válido hasta cierre de temporada en septiembre 2020.

Duración
Desde 1 hora al día entero.

Incluye
Piragua, palas y chalecos salvavidas.

No olvides
Ropa deportiva cómoda que pueda mojarse, ropa de cambio, gorra, crema solar y agua.

ORGANIZA / CONTACTO
Meridiano Raid
Tel.: 91 733 79 06 / 635 445 033
e-mail: info@meridianoraid.com
www.meridianoraid.com

13

Pack de alojamiento y piragüismo

135€

En el embalse de El Atazar, el más grande de la comunidad de Madrid podréis practicar la actividad de piragüismo y disfrutar del maravilloso entorno que lo rodea.

Además os podréis alojar en un estudio rural para 2 personas en la villa de El Berrueco, uno de los pueblos turísticos más visitados de España por su entorno, cultura y tradiciones.

Precio
135 €

Punto de encuentro
El Berrueco.

Dónde se realiza la actividad
El Berrueco. Embalse de El Atazar.

Fechas
01/05/2020 al 30/09/2020.

Duración
La hora de entrada en el estudio es del viernes de (15:00h a 22:00h).

La hora de salida del estudio es el domingo a las 12:00h de la mañana.

El horario de la actividad de piragüismo deberá comunicarlo al hacer la reserva.

Incluye
- Estancia para 2 personas en un estudio rural de los alojamientos de La Dehesa de El Berrueco durante 2 noches.
- 2 horas de piragüismo (sin monitor) para 2 personas en el embalse de El Atazar en El Berrueco.

El estudio dispone de un salón comedor con cocina americana, cuarto de baño completo, cama de matrimonio, tv, ropa de cama y de baño, menaje, chimenea y calefacción.

ORGANIZA / CONTACTO
C.B.Aquanor S.A.
Tel.: 91 868 61 36
e-mail: Info@cbaquanor.es
www.cbaquanor.es

Ideal para familias, grupos y particulares.

Disfruta de una aventura en el agua, realizando una ruta guiada en piragüa por las aguas tranquilas del pantano de Riosequillo.

¡Demuestra tu habilidad remando!

Precio
25 € Ruta piragua / por persona

Punto de encuentro
Gargantilla de Lozoya.

Dónde se realiza la actividad
Gargantilla de Lozoya.

Fechas
Piraguas (de marzo a octubre), circuito multiaventura (todo el año).

Duración
Ruta en piragua 2 horas.

Incluye
Piragua, pala, chaleco salvavidas, material técnico homologado, seguro accidentes y RC, monitores especializados.

No olvides
Llevar bañador, ropa que se pueda mojar y ropa de recambio. Agua y crema solar.

Otros
Combínalas con nuestros saltos de puenting, escalada, espeleología, barrancos o rutas BTT o con un circuito de Multiaventura donde pondrás a prueba tu equilibrio, fuerza y destreza.

ORGANIZA / CONTACTO
Asdon Aventura SL
Tel.: 91 883 47 99 / 667 759 645
e-mail: info@asdonaventura.com
www.asdonaventura.com

Entre los destinos más espectaculares de la Sierra Norte se encuentra Paredes de Buitrago, un paraíso natural en el que disfrutar de una jornada inolvidable navegando en Kayak o Paddle surf.

Practicar este deporte rodeado de paisajes tan espectaculares supondrá una delicia para tus sentidos... Durante la actividad, podrás investigar las diferentes zonas del embalse de Puentes Viejas, observar y avistar las distintas especies animales, o bien dar un relajante "paseo" en Paddle surf, ideal para los que practican técnicas de meditación.

Puedes hacer la actividad por libre, con tu pareja, grupo de amigos, familia... ¡Incluso con tu mascota!

Y para los que quieren más...
¡PACK ESTRELLA!

Ruta guiada en bici + kayak/paddle surf (incluye bici MTB 2019).

¡VIVE LA AVENTURA!

Precio
ALQUILER POR LIBRE
1h – 10 €/persona
3h - 15 €/persona
Día completo - 25 €/persona

RUTA GUIADA
Contrata un monitor/fotógrafo que te enseñará los rincones más especiales. Vive una aventura única y conoce de primera mano la historia de este lugar, generando recuerdos imborrables.

Duración: 3h – 25 €/persona.

Punto de encuentro
Paredes de Buitrago.

Dónde se realiza la actividad
Paredes de Buitrago.

Fechas
De mayo a octubre.

Duración
Alquiler por horas.

Incluye
Chaleco salvavidas, bote estanco, seguro de accidentes y RC, Fotos/videos para que te lleves un recuerdo imborrable de esta experiencia.

No olvides
Cangrejeras, bañador, toalla, ropa de cambio, crema solar.

Otros
Idiomas (español/ingles).
Contacta con nosotros para reservar y aprovecharte de descuentos y promociones especiales.

ORGANIZA / CONTACTO
Paredesparadise
Tel.: 618 647 516 / 606 420 752
e-mail: info@paredesparadise.com
www.paredesparadise.com

Hayedo de Montejo en familia

Una visita a un hayedo de leyenda, lejos de las aglomeraciones, visitaremos el hayedo desde la parte alta, lo rodearemos por completo y veremos una auténtica explosión de colores, unas tonalidades pocas veces vistas en la naturaleza, que sólo se ven en esta época del año. Este hayedo es uno de esos sitios que debes visitar, al menos, una vez en la vida. La ruta de senderismo la realizamos con un experto en interpretación del paisaje que nos irá contando tanto la historia natural del Hayedo, formación de las montañas como pequeñas historias sobre pueblos abandonados y usos que se hacían de las tierras en otra época. Esta visita nos permitirá conocer cómo se vivía aquí cuando la sierra era denominada "Sierra Pobre". Hoy en día, a toda esta zona se le conoce como Sierra del Rincón y alberga los tres hayedos más importantes de la zona centro: Hayedo de Montejo, Hayedo de la Quesera y Hayedo de Tejera negra.

Precio
25 €/adulto; 15€/niños menores de 12 años.

Punto de encuentro
09.30h Taberna el Trebol.

Dónde se realiza la actividad
09.30h Taberna el Trebol.

Fechas
Sábados y domingos de octubre y noviembre de 2020.

Duración
3-4 horas.

Incluye
Guía de montaña titulado UIMLA (interpretador del paisaje), Topo guía de la zona, Seguro Accidentes.

No olvides
Impermeable (imprescindible), botas de senderismo (imprescindible), mochila (recomendable 20l de capacidad), ropa de montaña cómoda para caminar, ropa de abrigo para esta época del año, camisetas transpirables, gorra y gafas de sol, bastones de caminar.

Otros
Previa reserva.

ORGANIZA / CONTACTO
Amadablam aventura
Tel.: 620 17 11 87 / 91 002 08 14
e-mail: info@amadablamaventura.es
https://amadablamaventura.es

17

35€ persona

Barranquismo en Madrid

Un descenso del que no te olvidarás, varios rápeles y un tobogán de 9 metros son algunas de las características de este descenso. En un entorno especial, entre Somosierra y el Parque Nacional Sierra de Guadarrama, este descenso se compone de una cascada vertical con varios resaltes, una primera parte horizontal con destrepes y un pequeño salto que depende del caudal que lleve en ese momento el río. Después de la gran cascada (que sólo se realiza con grupos pequeños y que tengan experiencia en rápeles largos) viene un rápel debajo de una cascada, un tobogán, y para finalizar un rápel volado. Sin duda, una experiencia inolvidable.

Precio
35 €/adulto; 32€/niños menores de 12 años.

Punto de encuentro
09.00 horas. Alto de Somosierra.

Dónde se realiza la actividad
09.00 horas. Alto de Somosierra.

Fechas
Sábados y domingos del 30 de marzo al 13 octubre 2020 (aproximadamente).

Duración
3-4 horas.

Incluye
Guía de Montaña, Material técnico colectivo (cuerdas, mosquetones, mochilas, bidones estancos y botiquín), Material técnico individual (neopreno completo, escarpines, arnés, baga de anclaje, ocho y casco), Seguro de accidentes y RC.

No olvides
Bañador, botas o zapatillas para el barranco (no chanclas). Este material se mojará por lo que conviene dejar en el coche calzado de repuesto, comida, agua, crema solar y protector labial.

Otros
Previa reserva.

ORGANIZA / CONTACTO
Amadablam aventura
Tel.: 620 17 11 87 / 91 002 08 14
e-mail: info@amadablamaventura.es
https://amadablamaventura.es

18

25€
persona

1, 2, 3... Salto!!!
¿Te atreves hacer puenting sobre el río Lozoya?

Tírate al Lozoya, el rio que baja desde las cumbres del Parque Nacional y que ha esculpido el gran Valle del Lozoya durante miles de años.

El puenting es una de las experiencias que nunca nos deberíamos perder, combina la superación personal con la máxima adrenalina. Salta al vacío en un entorno único. Máxima emoción para la máxima seguridad.
¡¡¡Tú puedes, Te atreves !!!
Descubre sensaciones únicas.

Precio
25€ Salto clásico.
35€ Salto Plus Extrem.
40€ Con fotos y video.

Punto de encuentro
Gargantilla de Lozoya.

Dónde se realiza la actividad
Gargantilla de Lozoya.

Fechas
Todo el año (los domingos).

Duración
Los domingos de 10 a 14. Otras fechas consultar.

Incluye
Material técnico homologado, seguro accidentes y RC, sistema de seguridad por triplicado sin tirones, monitores especializados.

No olvides
Llevar ropa cómoda, agua.

Otros
Combínalas con nuestro circuito de habilidad, tirolinas, piragua, escalada, espeleología, barrancos o rutas btt, granja teatralizada o actividades de ecoturismo.

ORGANIZA / CONTACTO
Asdon Aventura SL
Tel.: 91 883 47 99 / 667 759 645
www.asdonaventura.com

PARA AVENTUREROS Y DEPORTISTAS

Paseo a caballo

20 €
persona

Disfruta de un Paseo a Caballo por la Finca Equilibrium

Precio
20 €.

Punto de encuentro
Finca Equilibrium.

Dónde se realiza la actividad
Finca Equilibrium
Ctra N-320. Km 334, 55
28180 Torrelaguna / Madrid

Fechas
De martes a domingo.

Duración
3o minutos.

Incluye
Casco.

No olvides
Traer pantalones largos, botas o zapatillas de deporte.

ORGANIZA / CONTACTO
Finca Equilibrium
Tel.: 648 776 853
e-mail: comercial@fincaequilibrium.com
www.fincaequilibrium.com

Ruta a caballo por el entorno natural del Valle de Lozoya

15€ persona

El valle nos proporciona una inmensidad de posibles rutas, atravesando bosques, praderas, ríos, cañones, cumbres.... Lo que hacemos son rutas guiadas por el Valle, utilizando caballos preparados para todo tipo de jinetes, desde los que no han montado nunca hasta para jinetes experimentados. Las rutas son de 1, 2 o 3 horas, y las vamos organizando según demanda de los clientes, hasta un máximo de 10 caballos por ruta.

Precio
15 €/hora por persona.

Punto de encuentro
Finca el Soto, Oteruelo del Valle (Rascafria - 28749)

Dónde se realiza la actividad
Finca el Soto, Oteruelo del Valle (Rascafria - 28749)

Fechas
Todos los días.

Duración
1 o 2 horas.

Incluye
Guía y casco de seguridad.

No olvides
Pantalones largos, zapatos deportivos o botas.

ORGANIZA / CONTACTO
Caballos del Valle
Tel.: 649 734 517
e-mail: info@caballosdelvalle.es
www.caballosdelvalle.com

Paseos y rutas a caballo por el Valle de Bustarviejo

Paseos y rutas a caballo (individual, grupos y familias; niños y adultos) Conoce el entorno de Bustarviejo de una manera excepcional y respetuosa con el medio ambiente, observando la naturaleza desde un punto de vista nuevo y enriquecedor. Cada estación del año nos ofrece una panorámica diferente, con matices de diversos colores y sensaciones distintas, que solo pueden sentirse recorriendo estos parajes de una forma privilegiada, en compañía de nuestro amigos los caballos.

Precio
Desde 30 € persona.

Punto de encuentro
Paraje Las Beceas - Bustarviejo.

Dónde se realiza la actividad
Valle y entorno de Bustarviejo.

Fechas
Todo el año.

Duración
Desde una hora. A convenir, según la actividad.

Incluye
Guías de Turismo Ecuestre, seguro y casco.

No olvides
Ropa cómoda, pantalón largo y calzado deportivo o botas.

Otros
Reserva previa.

ORGANIZA / CONTACTO
Cuadra Las Beceas
Tel.: 647 827 540 (David)
677 771 057 (Andrés)
e-mail: cuadralasbeceas@hotmail.com
Facebook: Caballos Las Beceas Vidaecuestre

"Abrazarse a los caballos" - actividad emocional con caballos

Desde 30€ persona

¿Quieres pasar unas horas con nosotros y sentirte mejor que nunca? Nuestros caballos te ayudarán.

Reduce el estrés, controla la ansiedad y mejora tu ánimo. Te servirá para sentirte mejor y enfocar los problemas con una nueva visión.

¿Te gusta ver un caballo? ¿Te emociona tocarlo? Imagina que puedes hacerlo; acariciarlos, limpiarlos, conocerlos, abrazarte a ellos, jugar con la manada, conocer cómo piensan, compartir emociones. Puede ser algo inolvidable imágico!

Para ello, vamos aponer todo nuestro esfuerzo, todo nuestro cariño y todos nuestros conocimientos sobre caballos y naturaleza.

Precio
Desde 30 € persona.

Punto de encuentro
Paraje Las Beceas - Bustraviejo.

Dónde se realiza la actividad
Cuadra Las Beceas y entorno.
Paraje Las Beceas - Bustarviejo.

Fechas
Todo el año.

Duración
A convenir, según la actividad.

Incluye
Monitores, seguro y cascos.

No olvides
Ropa cómoda, pantalón largo y calzado deportivo o botas.

Otros
Reserva previa: actividad familiar, amigos y grupos.

ORGANIZA / CONTACTO
Cuadra Las Beceas
Tel.: 647 827 540 (David)
677 771 057 (Andrés)
e-mail: cuadralasbeceas@hotmail.com
Facebook: Caballos Las Beceas Vidaecuestre

23

20 € persona

Coge las riendas y escápate

Esta vez te toca a ti coger las riendas, escaparte de la normalidad y vivir la sierra de Madrid desde otro punto vista.

Porque si pasear las sendas y caminos donde no hay coches ya es de por sí bonito, no te imaginas lo que es hacerlo a caballo. Escuchar el ruido de sus cascos, ver a las vacas con sus terneritos mirarnos sin sorprenderse y levantar la vista al cielo para encontrar milanos al vuelo, como queriendo mostrar de lo que son capaces en una exhibición libre. Si tienes suerte podrás observar a los corzos comiendo hierba y seguirlos con la mirada mientras a la carrera saltan unas vallas que para ellos no existen. Esto y mucho más es lo que vivirás sintiendo a tu compañero de aventura, respetándolo, cuidándolo y logrando una complicidad con él que te sorprenderá.

Porque montar a caballo no es comparable a ir en bici, moto o coche; es compartir tu experiencia con otro ser que también disfruta, se alegra, se cansa o se asusta. En resumen, que siente.

Se trata de enseñarle a la vez que aprendes de él para, juntos, hacer de la aventura un recuerdo que guardar en la memoria.

De manera que si te animas a tomar las riendas de tu día, no dudes en apuntarte a este plan y compartir con nosotros nuestra pasión. ¡Te esperamos!

Precio
20 €/pax.

Punto de encuentro
Demei Ecuestre.

Fechas
Cualquier época del año.

Duración
1 hora.

Incluye
Ruta con monitor.

No olvides
Traer pantalón largo, calzado adecuado (deportivas o botas).

Otros
El uso de casco es obligatorio, si no tienes te lo préstamos. A los niños pequeños también les préstamos un chaleco de seguridad. Hacemos grupos según el nivel. Si no sabes te damos unas nociones básicas en la pista antes de salir. Para rutas más largas o cualquier duda consultar.

ORGANIZA / CONTACTO
Demei Ecuestre
Tel.: 663 355 599
e-mail: marioejames@gmail.com

50€
persona

Ruta a caballo por la Sierra de la Cabrera

Esta actividad te sumerge en la naturaleza, en estado puro, a lomos de un bello animal, como es el caballo. Disfrutarás de un inolvidable paseo cuyo principal itinerario transcurre entre encinas, enebros y quejigos, y el agradable aroma de las jaras y el romero de la Dehesa Boyal de Redueña, pasando por el emblemático Toro de Cabanillas, que nos reconducirá, por la magnífica dehesa de Roblellano, al Cerro de la Cabeza en la Cabrera para culminar en los alrededores del Convento de San Antonio, patrimonio cultural de arquitectura religiosa.

Precio
50 € por persona.

Punto de encuentro
Centro Ecuestre Albero. Finca La Armunia. Redueña. Madrid.

Fechas
Consultar disponibilidad.

Duración
3,5 horas, aproximadamente.

Incluye
Guía-profesor, material y medios para la realización de la actividad.

No olvides
Traer ropa cómoda, pantalón largo elástico, calzado de caña alta y guantes. Ropa de abrigo e impermeable si es invierno.

Llegar 15 minutos antes.

Otros
Imprescindible reservar previamente. Actividad apta para adultos con condiciones físicas adecuadas, y sujeta a condiciones meteorológicas.

ORGANIZA / CONTACTO
C.D.E. Centro Ecuestre Albero. Redueña.
Tel.: 649 898 178
e-mail: info@centroecuestrealbero.com
www.centroecuestrealbero.com

25

Ruta a caballo por la Sierra Norte de Madrid

15€ persona

Ven a montar a caballo en Madrid con rutas adaptadas a todos los niveles, desde 1 hora de duración a varios días.

Todas las rutas a caballo se realizan en la Sierra Norte de Madrid, un lugar privilegiado.

Disponemos de caballos adaptados a la iniciación ecuestre, hasta caballos de nivel avanzado, para que todo el mundo disfrute y encuentre su compañero mas apropiado.

Precio
15 € por persona y hora.

Punto de encuentro
Centro Hípico Buitrago.

Dónde se realiza la actividad
En el Centro Hípico Buitrago ubicado en el municipio de Buitrago del Lozoya.

Fechas
De martes a domingo.

Duración
Desde 1 hora en adelante.

Incluye
Breve explicación sobre el manejo del caballo; caballos completamente equipados.

Casco de equitación homologado.

No olvides
Venir con ropa cómoda adecuado a la época del año, y preferentemente una bota alta.

Otros
Trabajamos con cita previa.

ORGANIZA / CONTACTO
Centro Hípico y de pupilaje de Buitrago del Lozoya
Tel.: 608 14 12 71 / 91 868 11 39
e-mail: Info@centrohipicobuitrago.es
www.centrohipicobuitrago.es

En bicicleta de montaña eléctrica por la Reserva de la Biosfera de la Sierra del Rincón

Caminos, senderos, veredas, trochas, travesías...montones de kilómetros para recorrer por la Reserva de la Biosfera de la Sierra del Rincón y disfrutarlos en bicicleta eléctrica sin cansarse.

Puedes alquilar la bicicleta y descubrir nuevas rutas por tu cuenta o ir en grupo con un guía - mecánico para dedicarte sólo a pedalear y deleitarse con los bosques, paisajes y pueblos.

Precio
1 hora - 15 € por pax.
2 horas - 20 € por pax.
4 horas - 30 € por pax.
Guiadas: Rutas circulares de 20 a 30 km de longitud: 40€

Punto de encuentro
Casa Rural Fuente del Arca (Montejo de la Sierra).

Dónde se realiza la actividad
Salidas desde Montejo de la Sierra (desde otros pueblos de la sierra consultar disponibilidad y precio).

Fechas
Todo el año.

Duración
Alquiler por horas.
Actividad guiada: 2,5 h a 3 h.
Incluye
Incluye: Alquiler: bicicleta, casco y repuestos.

Actividad guiada: bicicleta eléctrica de montaña, casco y seguro, monitor / mecánico, y avituallamiento.

No olvides
Llevar ropa cómoda y calzado apropiado, agua y crema protectora.

Otros
Actividad guiada mínimo 2 personas.

Pack Promoción fin de semana alojamiento y actividad:
Fin de semana en nuestra Casa Rural Fuente del Arca de viernes a domingo en régimen de alojamiento y desayuno + ruta en bicicleta con guía para 4/5 personas.
Precio por persona: 90€

Promoción nueva actividad exclusiva (Pack Hayedos):
2 noches de alojamiento en Casa Rural Fuente del Arca y Pensión Completa + 3 días de rutas en bicicleta por los hayedos de la zona + enlaces en vehículo 4x4 + 1 monitor-guía durante toda la actividad + Casco y seguro.

PRECIO TOTAL por persona: 245€

OFERTA DE LANZAMIENTO
PRESENTANDO ESTE FOLLETO
195€ POR PERSONA

**Descuento adicional de un 10% para reservas de lunes a viernes

ORGANIZA / CONTACTO
Jarama Animación
Tel: 670 333 978 / 677 534 343
e-mail: jaramaanimacion@gmail.com
www.casaruralfuentedelarca.es

27

Alquiler de bicicletas eléctricas

25€ persona

Descubre las posibilidades que te dan las bicicletas eléctricas en el Valle de Lozoya. Disfruta del pedaleo asistido: llegar más lejos y con menos esfuerzo a parajes únicos de la Sierra de Madrid. Bosques finlandeses, lagos increíbles, y todo con la sensación de libertad que aporta montar en bicicleta!!

Precio
50 € / 2 personas.

Punto de encuentro
Ciclolodge El Nevero (Lozoya).

Dónde se realiza la actividad
Salida y Llegada: Ciclolodge El Nevero (Lozoya).

La ruta es libre; puedes disfrutar de 3 horas de pedaleo por los alrededores, pero te proponemos la preciosa pista forestal que rodea al pantano de Pinilla.

Fechas
Consultar disponibilidad.

Duración
3 horas.

Incluye
Bicicletas eléctricas gama alta 2020.
Alquiler de casco y bidón de agua.

No olvides
Ropa cómoda y apropiada a las condiciones climáticas.

Recomendable mochila, gafas de sol y protección solar. ¡¡Y muchas ganas de descubrir el Valle en bici!!

Otros
Imprescindible reserva previa.

ORGANIZA / CONTACTO
Ciclolodge El Nevero
Tel.: 91 856 36 74 / 690 882 179
e-mail: info@ciclolodge.com
www.ciclolodge.com

28

60€
persona

Ruta guiada en bicicleta de montaña, gravel o carretera

Te proponemos múltiples rutas guiadas por las carreteras o pistas forestales del Valle de Lozoya. Para todos los niveles. Tanto en bicicleta de montaña, gravel o carretera. Nosotros te asesoramos y planificamos tu salida en bici.

Desde nuestro centro tienes todos los puertos míticos de la Comunidad de Madrid a tiro de piedra : Morcuera, Canencia, Cotos, Navacerrada, Navafría, etc.

¡Descubre con Ciclolodge el Valle ciclista!

Precio
60 € / persona (mínimo 2 personas).

Punto de encuentro
Ciclolodge El Nevero (Lozoya).

Dónde se realiza la actividad
Salida y Llegada: Ciclolodge El Nevero (Lozoya).

Desde nuestro centro parten las diferentes rutas a elegir, en función de tus preferencias y gustos sobre las dos ruedas.

Fechas
Consultar disponibilidad.

Duración
Variable, en función de la ruta elegida.

Incluye
Guía-monitor para la ruta.

No olvides
Casco y ropa apropiada para la práctica del ciclismo y adecuada a las condiciones climáticas. Agua o bebidas de hidratación y barritas energéticas.

Recomendable gafas de sol, mochila para MTB y protección solar. ¡¡Y muchas ganas de descubrir el Valle en bici!!

Otros
Imprescindible reserva previa.

También hay opción de alquilar la bicicleta y el resto del equipo.

ORGANIZA / CONTACTO
Ciclolodge El Nevero
Tel.: 91 856 36 74 / 690 882 179
e-mail: info@ciclolodge.com
www.ciclolodge.com

40€
persona

De pueblo a pueblo y pedaleo porque me toca

Si te apasiona la bici de montaña y recorrer paisajes increíbles, estas de enhorabuena. En Sierra Norte de Madrid encontrarás el paraíso que estás buscando para pedalear y experimentar sensaciones únicas.

Contrata nuestros servicios y aventúrate a conocer los diferentes espacios naturales que nos rodean.

Asciende montañas, adéntrate en los bosques, pedalea por las orillas de los ríos, y conoce los diferentes pueblos y su historia acompañado de un guía/monitor de la zona.

Rutas para todos los niveles.

Contacta con nosotros para conocer nuestros modelos y tallas de bicicletas.

Precio
40 €/persona.

Punto de encuentro
Paredes de Buitrago.

Dónde se realiza la actividad
Paredes de Buitrago.

Fechas
Todo el año.

Duración
Mínimo 2 horas.

Incluye
Guías expertos, seguro de accidentes y R.C. Bici MTB 2019 (Conor, Orbea) casco, bidón, kit antipinchazos.

No olvides
Ropa y calzado cómodos, cortavientos, gafas de sol.

Otros
Idiomas (español/ingles).
Reserva previa. Grupos reducidos.

ORGANIZA / CONTACTO
Paredesparadise
Tel.: 618 647 516 / 606 420 752
e-mail: info@paredesparadise.com
www.paredesparadise.com

30

27 € persona

Escalada

Escalada de segundo o falso primero, en la que se garantiza la ausencia de caídas potencialmente peligrosas. Garantizando el disfrute de la actividad como primera forma de contacto con la roca.

Precio
27 €

Punto de encuentro
Patones de Abajo.

Dónde se realiza la actividad
En el Pontón de la Oliva, Patones de Abajo.

Fechas
Todo el año.

Duración
2 horas.

Incluye
Todo el material necesario para desarrollar la actividad, seguros de R.C. y Acc.

No olvides
Ropa cómoda, calzado de montaña, avituallamiento (agua y comida).

Otros
Descuentos a grupos.

ORGANIZA / CONTACTO
Habita Aventuras
Tel.: 627 235 572
e-mail: habitatuespacio@gmail.com
www.habitaaventuras.com

Circular al Mondalindo

Descubre con nosotros una de las cumbres más características de la Sierra.
¿Sabías qué en Bustarviejo hubo una mina de plata que funciono hasta hace poco? Todavía se pueden visitar las antiguas instalaciones que daban servicio.
Acompáñanos en esta ruta a uno de los picos más característicos de la Sierra Madrileña. Desde la cima del Mondalindo, tendremos unas vistas inmejorables de 360º, con Madrid al sur, Montes Carpetanos al norte, oeste Sierra de Guadarrama y este Atazar. Haremos una ruta montañera, de dificultad moderada que nos llevara por senderos a puntos de espectacular belleza y cargados de historia.
¿Nos acompañas?

Precio
15 € por persona.

Punto de encuentro
Pistas deportivas de Bustarviejo.

Dónde se realiza la actividad
Termino municipal de Bustarviejo.

Fechas
De marzo a noviembre.

Duración
De 4 a 5 horas aproximadamente.
Distancia: 14 km.
Desnivel: +650 m.

Incluye
Seguros de RC, accidentes y rescate.
Guía titulado.
Botiquín de primeros auxilios.

No olvides
Llevar ropa De llevar ropa adecuada a las condiciones meteorológicas y adecuada a la práctica deportiva, aquí tienes una pequeña lista de lo más típico.
- Botas de montaña, preferiblemente a zapatillas.
- Pantalones de senderismo/montaña.
- Sudadera/forro polar.
- Chaqueta cortavientos impermeable.
- Guantes, gorro y gafas (si fuese necesario).
- Chubasquero.
- Pequeña mochila para guardar:
  - Algo de picar.
  - Una cantimplora.
  - Cámara de fotos (opcional).
- Crema de protección solar.
- Bastones de senderismo (opcional)

Otros
- Puedes venir con tu mascota.
- Requiere reserva previa.
- Grupos reducidos.

PRESENTA ESTE FOLLETO Y OBTENDRÁS UN 25% DE DESCUENTO.

ORGANIZA / CONTACTO
El Cielo es el Límite
Tel.: 644 479 142
e-mail: infocielolimite@gmail.com
http://cielolimite.com

La Senda del Genaro

La Senda del Genaro, con sus más de 60 km de recorrido, discurre en el entorno que rodea el embalse de El Atazar, el de mayor capacidad de la Comunidad de Madrid. Está clasificada como GR-300 por la Federación Española de Montañismo. Se caracteriza por los valores etnográficos y ambientales que se aprecian a lo largo del recorrido. De gran interés son las construcciones hidráulicas asociadas a los embalses, las vías pecuarias llenas de historia, los paisajes abruptos llenos de contrastes cromáticos y una gran variedad de flora y fauna.

Precio
Gratuito. Sendas autoguiadas.

Punto de encuentro
Centro de información en C/ Real, 47 El Berrueco.

Fechas
Las épocas más recomendables para recorrer la senda son la primavera, cuando las laderas se cubren con los mantos blancos de la jara en flor y el otoño con la explosión de los árboles caducifolios como el roble melojo, la cornicabra o el fresno.

Duración
60 km divididos en 7 etapas de distinta longitud y desnivel. Desde 1 horas a 5 horas. Para todos los niveles.

Otros
Se puede recoger el Pasaporte de la Senda del Genaro y sellarlo en cualquiera de los bares, restaurantes u oficinas de turismo de los pueblos que unen las siete etapas.

En la aplicación Naturapps se puede descargar los tracks de las etapas y navegar sin necesidad de conexión 3G.

ORGANIZA / CONTACTO
Mancomunidad Embalse del Atazar
Tel.: 91 868 60 64
www.embalsedelatazar.es

33

Gratis

Lozoya: montañas sin barreras

Rutas para todos los públicos por las inmediaciones del Parque Nacional de la Sierra del Guadarrama. Lo novedoso de esta actividad es que incluye el uso de sillas todo terreno joëlettes, lo que permite el acceso a la misma de personas con diversidad funcional motora o dificultad en el anda.

Precio
Gratuito.

Punto de encuentro
Rotatorio, según el día.

Dónde se realiza la actividad
En el entorno del Parque Nacional de Guadarrama.

Fechas
Últimos domingos de cada mes.

Duración
De 3 a 4 horas.

Incluye
Conductores de joelette, guía intérprete, seguro de la actividad.

No olvides
Ropa adecuada para cada estación (chubasquero en otoño y primavera, gorra en verano, ropa de abrigo en invierno), almuerzo, agua y calzado apropiado.

Otros
Actividad subvencionada por el Ayuntamiento de Lozoya y por la Dirección General de Deportes de la Comunidad de Madrid.

ORGANIZA / CONTACTO
Asociación Roble Moreno
Tel.: 615188557
e-mail: info@roblemoreno.es

Reserva de la actividad:
http://bit.ly/Rutas_Lozoya19_20

34

Desde
220€

Curso de turismo activo accesible "Sierra Norte Abierta"

La Asociación Proyecto EIDÓS es pionera a nivel mundial en formación de profesionales y voluntarios en senderismo, montañismo y ocio activo en el medio natural, inclusivo y adaptado para personas con discapacidad física (ceguera y deficiencias visuales, sordera, sordoceguera y movilidad reducida).

En este curso impartiremos de forma intensiva una serie de conocimientos teórico-prácticos que servirán de base tanto a técnicos y autónomos del montañismo, como a trabajadores del sector de hostelería rural, miembros de asociaciones solidarias, monitores, coordinadores, educadores, etc. para poder ampliar el abanico de servicios y mejorar la calidad en la atención, así como en las propuestas de ocio activo inclusivo, a un colectivo con una demanda creciente de atención en el campo del turismo activo accesible.

Precio
330 €
PRECIOS REDUCIDOS:
- Personas con discapacidad: 220 €
- Profesores, alumnos y profesionales de materias relacionadas (consultar): 280 €

Punto de encuentro
Centro de Innovación Turística de la Sierra Norte de Madrid, Villa San Roque (La Cabrera).

Dónde se realiza la actividad
Clases Teóricas: Centro Villa San Roque. (Puede haber cambios de lugar, que se avisarían con antelación).
Prácticas: entorno natural de la Sierra de La Cabrera.

Fechas
Consultar disponibilidad en la web:
www.proyectoeidos.es
O a través de info@proyectoeidos.es

Duración
Viernes: 18 - 21
Sábado: 9 - 20
Domingo: 9 - 15
TOTAL: 20 HORAS

Incluye
Uso de material especial, seguros Ac. y RC.

No olvides
- Equipación completa para senderismo/montañismo (se enviará información detallada y listado de material y equipación obligatoria).
- Cuaderno y bolígrafo.

Otros
- Imprescindible pago de matrícula con antelación (en caso de suspensión del curso por falta de inscripciones u otros motivos, se devolverá íntegramente).
- CERTIFICACIÓN: A todos los participantes en el curso se les acreditará con un Certificación de Proyecto EIDÓS.

No dudes en solicitarnos información sobre los contenidos teórico-prácticos que veremos en este curso:

ORGANIZA / CONTACTO
Asociación Proyecto Eidós
e-mail: info@proyectoeidos.es
www.proyectoeidos.es

35

Parque de cuerdas y tirolinas

Desde 7 € persona

En el pueblo de Lozoya, a los pies de la Sierra de Guadarrama, se encuentra nuestro centro Multiaventura con actividades terrestres y acuáticas, a los pies del embalse de Pinilla. En el centro Multiaventura disponemos de un parque de aventuras de cuerdas de 3 plantas y 2 tirolinas, karts de pedales, zona interior con bar, parque infantil de bolas, castillo hinchable, camas elásticas... ¡Y mucha diversión!

Y si quieres completar tu jornada con más actividades tenemos piraguas, paddle surf y raquetas de nieve.

Precio
Pta Baja + tirolina 7€; Baja + 1ª pta + 2 tirolinas 12€; completo (3 ptas. + 3 tirolinas) 16€. Parque bolas + castillo hinchable + cama elástica 1h 8€. Pack 3h 20€.

Punto de encuentro
C/Toril 1, Lozoya.

Dónde se realiza la actividad
En Lozoya a los pies de la Sierra de Guadarrama y junto al embalse de Pinilla

Fechas
Sábados y domingos.

Duración
Sin duración específica, lo que tarden en hacerlo 1 vez. Salvo el pack 3h que pueden repetir lo que quieran.

Incluye
Actividad, material de seguridad, monitor y seguros.

No olvides
Ropa deportiva cómoda.

ORGANIZA / CONTACTO
Meridiano Raid
Tel.: 91 733 79 06 / 635 445 033
e-mail: info@meridianoraid.com
www.meridianoraid.com

www.sierranortemadrid.org

Planes para **familias con niños**

36

Vive una experiencia apícola en Braojos de la Sierra

Parte teórica: descripción de la interacción de las abejas con el medio ambiente: su trabajo como polinizadores unido al trabajo del apicultor ayudamos a mantener la biodiversidad de nuestro entorno. Cómo se organizan las abejas, cómo se cuidan, qué beneficios obtenemos de ellas: miel, polen, propóleo, etc...

Parte práctica: Optativo: paseo de 15 minutos al colmenar desde el punto de encuentro. Entrega para la actividad de traje de apicultor y guantes..... Identificación "in vivo" de las castas de abejas (obrera, reina, zángano); diferenciación de panales de miel, de cría, de polen..... Identificación de los útiles del apicultor; ahumador, alzacuadros, marcador de reina, etc.

Precio
20 € adultos y 10 € niños de 6 a 14 años.

Punto de encuentro
Casa de la Cultura de Braojos de la Sierra.

Dónde se realiza la actividad
Parte teórica: Casa de la Cultura de Braojos de la Sierra.

Parte práctica: Colmenar en Braojos de la Sierra.

Fechas
14 y 21 marzo; 4 y 18 abril; 2, 23 y 30 mayo; 13 y 27 junio; 18 julio; 12 y 19 septiembre; 10 de octubre.

20€
persona

Horario y duración
4 horas aproximadamente. De 10.00h. a 14.00h. (pudiendo retrasarse la hora de inicio a las 11.00h. si hace mucho frío para que existan condiciones adecuadas para las abejas).

Incluye
Traje y guantes de apicultor para realizar la actividad. Visita guiada al colmenar.

No olvides
Traer calzado deportivo tipo bota, ropa cómoda, crema solar, gorra y agua.

Otros
Ten en cuenta que no podrás acceder al colmenar si eres alérgico a las picaduras de abejas.

Necesaria reserva para realizar la actividad.

Actividad apta para disfrutar en familia.

ORGANIZA / CONTACTO
Centro de Innovación Turística Villa San Roque, en colaboración con Miel El Bardal.

RESERVA TU PLAZA EN:
Tel.: 630 430 128
e-mail: info@sierranortemadrid.
www.sierranortemadrid.org

¿Tienes ganas de un fin de semana en familia? ¡Te ofrecemos un fin de semana auténticamente familiar, auténticamente natural, activo y diferente!

Ven a descubrir nuestro centro de Agroturismo El Capriolo, donde se mezcla tradición, naturaleza y comodidad; Pero no únicamente esto, te prometemos una estancia llena de experiencias y actividades con las que os sumergiremos al completo en la naturaleza, la vida del campo y sus tareas campestres.
Para que disfrutéis conociendo y aprendiendo de la tradicional vida del campo. ¡Os esperamos!

Precio
Alojamiento + Desayuno Buffet + 2 Actividades + Taller para 4 personas: 480 €.

Punto de encuentro
Centro de Agroturismo El Capriolo Travesía Mayor, 17 Garganta de los Montes.

Dónde se realiza la actividad
Centro de Agroturismo El Capriolo Travesía Mayor, 17 Garganta de los Montes.

Fechas
Todo el año.

Duración
La duración de nuestras actividades son de mínimo 1 hora.

Incluye
Incluye estancia de 2 noches en nuestra casa de turismo rural, desayuno buffet, 2 actividades y taller específico por temporada (no incluye comidas ni cenas, pero hay cocina completamente equipada en cada alojamiento) y ¡Toda nuestra atención! Ideal para familias y grupos con ganas de hacer una inmersión en la vida del campo.

No olvides
Llevar ropa cómoda y calzado apropiado.

Otros
Dependiendo de la temporada os aconsejaremos sobre qué actividades y talleres son más interesantes para realizar.

ORGANIZA / CONTACTO
Agroturismo El Capriolo
Tel.: 610 079 335 / 91 869 66 07
e-mail: info@agroturismoelcapriolo.es
www.agroturismoelcapriolo.es

38

Desde
10€

Un día en la huerta

Actividad para disfrutar en grupo o en familia de un día de huerta. De acuerdo con la temporada, haremos semilleros, plantaremos hortalizas, recolectaremos... y siempre habrá algún fruto del trabajo para llevar a casa.

Precio
40 € grupo de 4 personas. 10€ adulto adicional. 5€ niñ@ adicional.

Punto de encuentro
C/ Corralillo, 23. Navalafuente, Madrid.

Dónde se realiza la actividad
C/ Corralillo, 23. Navalafuente, Madrid.

Fechas
A lo largo de todo el año.

Duración y horario
4 horas. HORARIO: A concretar con asistentes, dependiendo de la estación del año.

Incluye
Material, refrigerio y seguro.

No olvides
Llevar guantes y calzado cerrado.
En verano: crema solar y gorra.

Otros
Reserva previa. Grupo mínimo 4 personas. Tenemos en cuenta las distintas capacidades de los asistentes para que puedan realizar las tareas de la huerta. Disponemos de una mesa de cultivo en altura.

ORGANIZA / CONTACTO
Asociación Agroecológica Albalá para la Inclusión Social
Tel.: 605 25 30 26 / 698 875 854
e-mail: información@asociacionalbala.org
www.asociacionalbala.org
www.facebook.com/asociacionalbala

39

Desde
194€

Cabaña en los árboles, multiaventura y granja teatralizada para familias aventureras

¿Cuántas veces has soñado con tener una casa en un árbol?, y sentir esa sensación que se produce al estar encaramado en sus ramas: el contacto con la naturaleza, la aventura de explorar entre las ramas, estar alejado del mundo y alcanzar el horizonte con la mirada, tener una nueva perspectiva. Pues te lo ponemos fácil, en Monte Holiday Ecoturismo lo podrás disfrutar en familia (2 MAYORES + 2 NIÑOS).

Precio
Desde 194 €.

Fechas
Todo el año.

Duración
2 noches.

Incluye
ALOJAMIENTO en cabaña de madera situada en la copa de los arboles entre 4 y 7 m. de altura y con vistas al P.N. de la Sierra de Guadarrama. Tiene 12 m^2 más otros 12 m^2 de terraza. Equipada con 1 cama de matrimonio y 2 camas individuales, sanitario y lavabo, neverita, sabanas y toallas y calefacción.

GRANJA ECOTURÍSTICA para papás y niños: visita a la granja didáctica de Monte Holiday Ecoturismo.

MULTIAVENTURA para los dos niños: 1 circuito multiaventura de 45 minutos que incluye 1 circuito de habilidad y tirolinas. Todas las actividades son guiadas por un monitor deportivo.

PISCINA Y ANIMACIÓN: entre junio y septiembre, podréis disfrutar también de las 2 piscinas y de la animación estival con nuestros monitores y la entrada al show familiar del finde.

En la mayor parte de Monte Holiday Ecoturismo, tendrás acceso wifi a internet gratis. Consulta nuestra agenda de animación.

No olvides
Llevar guantes y calzado cerrado. En verano: crema solar y gorra.

Otros
Reserva previa. Grupo mínimo 4 personas. Tenemos en cuenta las distintas capacidades de los asistentes para que puedan realizar las tareas de la huerta. Disponemos de una mesa de cultivo en altura.

ORGANIZA / CONTACTO
Monte Holiday Ecoturismo
Tel.: 91 869 52 78 / 91 869 53 90
WhatsApp.: 691 584 523
e-mail: monteholiday@monteholiday.com
www.monteholiday.com

40

12€ persona

Descubriendo el Puerto de Canencia en familia

Ven a conocer uno de los rincones más especiales de la Sierra Norte Madrileña.

Te proponemos una ruta guiada de senderismo interpretativo por el entorno del Puerto de Canencia. En ella podréis descubrir la chorrera de Mojonavalle, acebos, pinos, tejos y otras especies vegetales. También podríamos encontrar restos o presencia de la fauna más característica de la zona.

La ruta la acompañaremos de unas actividades lúdicas para disfrutar de la naturaleza en familia. Según el numero de participantes podemos realizar actividades como gymkanas, tiro con arco, slack-line, juegos con paracaídas, juegos tradicionales, etc.

Ven con ganas de disfrutar, nosotros nos encargamos de todo lo demás...

Precio
12 € Adultos / 8 € Niños (6 a 13 años)

Punto de encuentro
Puerto de Canencia.

Dónde se realiza la actividad
Puerto de Canencia, Canencia.

Fechas
De marzo a noviembre.

Duración
3 a 4 horas aproximadamente.

Incluye
Seguros de accidentes, RC y rescate.
Guías y monitores titulados.
Material necesario para realizar las actividades.

No olvides
De llevar ropa adecuada a las condiciones meteorológicas y adecuada a la práctica deportiva, aquí tienes una pequeña lista de lo más típico.
- Botas de montaña, preferiblemente a zapatillas.
- Pantalones de senderismo/montaña.
- Sudadera/forro polar.
- Chaqueta cortavientos impermeable.
- Guantes, gorro y gafas (si fuese necesario).
- Chubasquero.
- Pequeña mochila para guardar:
  - Algo de picar.
  - Una cantimplora.
  - Cámara de fotos (opcional).
- Crema de protección solar.
- Bastones de senderismo (opcional).

Otros
Requiere reserva previa.

PRESENTA ESTE FOLLETO Y OBTENDRÁS UN 25% DE DESCUENTO.

ORGANIZA / CONTACTO
El Cielo es el Límite
Tel.: 644 479 142
e-mail: infocielolimite@gmail.com
http://cielolimite.com

41

60€
familia

Taller de fotografía en familia

¿Cansado de que no te salgan las fotos de tus niños? ¿Siempre te sale todo borroso?

Ven con nosotros, en una divertida mañana disfrutarás con tu familia de un taller donde te explicaremos como hacer las fotos como un verdadero profesional, tengas la cámara que tengas.

Además el taller se desarrolla durante un paseo para que podáis disfrutar de los rincones más bellos de Patones de Arriba y os contaremos muchas curiosidades sobre este hermoso pueblo.

Precio
60 euros por familia.

Punto de encuentro
Puerta de la iglesia en Patones de Arriba.

Dónde se realiza la actividad
Patones de Arriba.

Fechas
Mañanas, consultar disponibilidad.

Duración
2 horas.

Incluye
Profesor, folleto de referencia.

No olvides
Cámara de fotos, preferiblemente que no sea un móvil. Y alguna golosina para los niños...

Otros
Recomendamos llevar ropa cómoda de colores lisos, sin grandes logotipos ni dibujos que llamen mucho la atención. Calzado cómodo de media montaña.

ORGANIZA / CONTACTO
CucuFlash
Tel.: 696 114 562 / 609 349 699
e-mail: info@cucuflash.com
www.cucuflash.com

Paseo en pony

Disfruta de un Paseo en Pony para los más pequeños por la Finca Equilibrium.

Precio
20 €.

Punto de encuentro
Finca Equilibrium.

Dónde se realiza la actividad
Finca Equilibrium
Ctra N-320. Km 334, 55
28180 Torrelaguna / Madrid

Fechas
De martes a domingo.

Duración
30 minutos.

Incluye
Casco.

No olvides
Traer pantalones largos, botas o zapatilla de deporte.

20€
persona

ORGANIZA / CONTACTO
Finca Equilibrium
Tel.: 648 776 853
e-mail: comercial@fincaequilibrium.com
www.fincaequilibrium.com

Llega el finde y a todos os apetece hacer algo distinto, pero a veces las actividades que pueden y quieren hacer los mayores no valen para los niños y viceversa. Esto no os pasará si os animáis a dar un paseo a caballo. Durante el tiempo que paséis montando seréis iguales, no importa la edad, todos aprenderéis a la vez y cada uno será responsable de dirigir a su caballo y entenderse con él. Quizá os sorprenda ver cómo los pequeños aprender a trotar antes que sus padres y que en un rato estén explicando a los mayores cómo hay que hacer las cosas con absoluta naturalidad.

Disfrutaréis de compartir los paisajes, las sensaciones, de ver las cigüeñas en sus nidos, los terneritos corriendo o los milanos volando, pero sobre todo disfrutaréis de compartir vuestro tiempo y pasaréis un rato sin móviles (salvo para hacer fotos) sin videojuegos ni tablets, enseñando a vuestros hijos otras formas de disfrutar en la naturaleza.

Precio
20 €/pax.

Punto de encuentro
Demei Ecuestre.

Fechas
Cualquier época del año.

Duración
1 hora.

Incluye
Guía y ruta.

No olvides
Traer pantalón largo, calzado adecuado (deportivas o botas).

Otros
El uso de casco es obligatorio, si no tienes te lo prestamos. A los niños pequeños también les prestamos un chaleco de seguridad. Hacemos grupos según el nivel. Si no sabes te damos unas nociones básicas en la pista antes de salir. Para rutas más largas o cualquier duda consultar.

ORGANIZA / CONTACTO
Demei Ecuestre
Tel.: 663 35 55 99
e-mail: marioejames@gmail.com

Desde
94€

Esquí de fondo en familia

El Esquí de Fondo es uno de los deportes más completos que podemos practicar en la naturaleza, con múltiples beneficios para nuestra salud.

Apto para todas las edades y en Familia, los más pequeños pueden empezar a partir de los 6 años. En el CENM NAVAFRIA aprenderás de un modo fácil, divertido y seguro en un marco incomparable como es el Pinar de Navafría, dentro del PN. de la Sierra de Guadarrama, conocida entre sus visitantes como "la Pequeña Noruega".

Precio
Desde 94€ (1 hora de clases T.I. 1 adulto y 1 menor de 14) Otras opciones consultar.

Punto de encuentro
Puerto de Navafría, crtra M-637, km 11,400.

Dónde se realiza la actividad
Centro de Esquí Nórdico y Montaña de Navafría, a 11 km de Lozoya del Valle.

Fechas
Fines de semana y festivos de temporada invernal.

Duración
2 horas.

Incluye
Entrada a pista, alquiler de esquís, botas y bastones, seguro RC y Accidentes.

No olvides
No olvidar guantes, gafas de sol, una braga para el cuello y el gorro.

Bebida para hidratarse y algo para picar de pie.

Otros
Imprescindible reserva previa.
Edad mínima 6 años.
Horarios a consultar.

ORGANIZA / CONTACTO
Centro de Esquí Nórdico y Montaña de Navafría
Tel.: 687 375 430
e-mail: info@navafriaesqui.com
http://navafriaesqui.com

Cursos prácticos para aprender a hacer cosas que te gustan

Pasa un día agradable aprendiendo junto a otras personas que comparten tus inquietudes. Podrás hacer productos de cosmética natural, jabones, preparar tu propio botiquín natural, pan con masa madre, conservas o cerveza caseras, aprender a montar tu propio huerto y gallinero ecológicos, criar lombrices para hacer compost así como construir con madera juguetes, objetos para tu hogar o elementos para la huerta.

60€ persona

Precio
60 €/pax.

Punto de encuentro
Aula-taller de Espacio Inquietudes - Plaza Marqués de Lozoya, 10 Cp 28742 Lozoya (Madrid).

Dónde se realiza la actividad
Aula-taller de Espacio Inquietudes - Plaza Marqués de Lozoya, 10 Cp 28742 Lozoya (Madrid).

Fechas
Cualquier época del año.

Duración
De 10:30 a 18:30 aproximadamente.

Incluye
Materias primas (te llevas a casa lo que hayas elaborado en el taller) y la comida del mediodía.

No olvides
Traer ropa cómoda pues los cursos son muy prácticos... inos pondremos manos a la obra!

Otros
Consultar programación en la dirección web www.espacioinquietudes.com/agenda

Realizar reserva previa.
Posibilidad de añadir nuevas fechas, consúltanos.
Grupos de 3 a 8 personas.

ORGANIZA / CONTACTO
Espacio Inquietudes
Tel.: 688 972 555
e-mail: espacioinquietudes@gmail.com
www.espacioinquietudes.com

46

Talleres en los que peques y adultos aprenden y participan a través de la experimentación

En el taller de velas y jabones trabajaremos con materia prima de origen natural y diferentes utensilios para dar rienda suelta a la creatividad y la artesanía...¡y todo sin peligro para los peques! En el taller del huerto familiar ecológico realizaremos las tareas propias de la estación: plantar, sembrar, trasplantar, cuidar las hortalizas o preparar la tierra. También trabajaremos en el gallinero dando de comer a las gallinas, gallo, pollos y pollitos... ¡y recogiendo los huevos que hayan puesto! En los talleres, además de disfrutar en familia y aprender, introduciremos mensajes de ecología y respeto por la Naturaleza y el medio ambiente y además cantaremos algunas canciones relacionadas con la actividad que estemos haciendo.

Precio
10 €/pax por taller.

Punto de encuentro
Aula-taller de Espacio Inquietudes - Plaza Marqués de Lozoya, 10 Cp 28742 Lozoya (Madrid).

Fechas
En cualquier época del año.

Duración
1,5 horas.

Incluye
Materias primas (te llevas a casa lo que elabores en el taller: jabones, velas, semilleros y plantas).

10 €
persona y taller

No olvides
Traer ropa cómoda pues los cursos son muy prácticos... ¡nos pondremos manos a la obra!

Otros
Consultar programación en la dirección web www.espacioinquietudes.com/en-familia

Realizar reserva previa.
Posibilidad de añadir nuevas fechas, consúltanos.
Grupos de 4 a 12 personas.

ORGANIZA / CONTACTO
Espacio Inquietudes
Tel.: 688 972 555
e-mail: espacioinquietudes@gmail.com
www.espacioinquietudes.com

Rural Art. Arte y naturaleza en familia

¿Crees que la naturaleza es una fuente de inspiración para crear? ¿Te gustaría pintar paisajes como hacían los impresionistas en La Provenza? ¿Quieres aprender a aprovechar la luz natural para potenciar tus fotos de paisaje? ¿Sabías que la foto nocturna tiene muchísimas posibilidades y puedes llegar a fotografiar las estrellas?
Disfruta de una experiencia creativa en familia desarrollada en la naturaleza en la que descubriréis vuestras habilidades artísticas y os divertiréis explorando a través de diferentes técnicas pictóricas y fotográficas.
¡Súmate a este plan en familia y demuestra el artista que llevas dentro! ¡Desconecta de la ciudad y descubre la variedad de paisajes que tiene Torremocha de Jarama!

Planes RuralArt:
- Taller "Los Dadaistas" de creatividad en familia.
- Taller "Los Impresionistas" de pintura al aire libre.
- Taller "F64" fotografía de naturaleza.
- Taller "Galileo" fotografía nocturna.

Precio
- Taller "Los Dadaistas": 15€ por persona
- Taller "Los Impresionistas": 15€ por persona
- Taller "F64": 20€ por persona
- Taller "Galileo": 25€ por persona

Punto de encuentro
Centro Artesanal Torrearte. Nave 2-4. Torremocha de Jarama.

Dónde se realiza la actividad
Torremocha de Jarama.

Fechas
Fines de semana.

Duración
4h (Taller Galileo 6 horas).

Incluye
Profesoras con formación en Bellas Artes y Audiovisual, materiales necesarios para cada actividad.

No olvides
Llevar ropa cómoda e impermeable si es invierno. Sombrero y crema solar si es verano. Botas para caminar por el campo. Cámara de fotos y trípode (si no tienes, nosotras te la prestamos). Se recomienda llevar cantimplora y almuerzo.

Otros
Consultar programación en:
laproyectoradeideas@gmail.com
Posibilidad de añadir nuevas fechas.
Posibilidad de adaptación para personas con discapacidad.
Posibilidad de organizar lugar donde comer y hospedaje en la zona.
Grupos de 4 a 12 personas.

ORGANIZA / CONTACTO
La Proyectora de Ideas
Tel.: 679 614 422 / 666 014 747
e-mail: laproyectoradeideas@gmail.com

Pajareando en familia

Las aves están por todas partes aunque a menudo no reparemos en ellas. Pueblan pueblos y ciudades, cultivos, bosques, pastizales, roquedos de montaña... Os proponemos es sencillos paseos para toda la familia, recorriendo los mejores parajes del valle del Lozoya y La Sierra del Rincón, para iniciarse en la observación de aves, aprendiendo cuales son las especies más comunes de nuestros campos y los trucos que nos permiten Identificarlas. Y mientras buscamos los pájaros que nos rodean, desde los pequeños petirrojos a las grandes rapaces, nos internaremos por viejos caminos y pequeñas veredas para conocer los secretos de los más valiosos ecosistemas serranos, su flora, su fauna y los usos humanos que les han dado forma.

Precio
Grupos hasta 5 personas: 15 € por persona y 12 € los menores de 10 años.
Grupos de más de 5 personas: 12 € por persona y 10 € los menores de 10 años.

Punto de encuentro
Variable, dependiendo del recorrido programado (Parque Nacional de Guadarrama, Valle del Lozoya, Sierra del Rincón, Patones...).

Dónde se realiza la actividad
Variable, dependiendo del recorrido programado (Parque Nacional de Guadarrama, Valle del Lozoya, Sierra del Rincón, Patones...).

Fechas
Todo el año.

Duración
Desde 2-3 horas.

Incluye
Guía, seguro y material óptico.

No olvides
Ropa y calzado cómodo y adecuado a la época del año, agua, comida y crema solar.

Otros
Necesaria reserva previa.

ORGANIZA / CONTACTO
Wild Iberian Nature
Tel.: 681 268 935 / 619 848 124
e-mail: info@wildiberiannature.es
www.wildiberiannature.es

Desde
10€

Talleres en familia

Si a tu familia le gusta la naturaleza, si queréis disfrutar del entorno, si queréis aprender a conocer lo que os rodea, os proponemos una serie de actividades para todos, "Talleres en familia", donde además de pasártelo bien, podrás aprender a identificar los diferentes indicios de presencia de nuestra fauna ibérica, a conocer nuestras rapaces ibéricas, sintiéndolas de cerca, reconocer la flora que nos rodea y estudiar la fauna más desconocida y misteriosa de nuestros ecosistemas serranos. ¡¡¡No te lo puedes perder, Signatur te lo pone fácil!!!

Precio
20 € familia (2 adultos 2 niños)
10 € adultos
5 € niños

Punto de encuentro
La Cabrera.

Dónde se realiza la actividad
La Cabrera y alrededores.

Fechas
Sábados, consultar disponibilidad.

Duración
10:00 - 14:00h.

Incluye
Material didáctico.

No olvides
Ropa adecuada a la climatología, calzado adecuado y ganas de aprender.

Otros
Reserva previa.

ORGANIZA / CONTACTO
Signatur
Tel.: 699 203 766 / 91 868 03 72
e-mail: signaturmad@gmail.com
www.signaturweb.com

Desde
150€

Finde artesano en Patones. Taller de cerámica y alojamiento ecológico

No hay nada más relajante que el contacto con el barro. Por eso os proponemos una fin de semana en pareja o en familia diferente. Os alojaréis en una casa rural ecológica y disfrutaréis de un desayuno casero con productos de la zona. También realizaréis un taller de macetas para cactus que se desarrolla en un antiguo cocedero donde se elaboraba el vino que se ha rehabilitado como taller de cerámica. Allí aprenderemos una técnica muy especial de producir macetas. Manipulando distintos tipos de barro daremos forma a una maceta artesana con la técnica de bola perfecta para plantar cactus o crasas.

Para finalizar plantaremos un cactus o planta suculenta en una maceta similar a la que hemos elaborado en el taller. Un buen recuerdo con el que regresar a casa. Las macetas realizadas en el taller se podrán recoger en la casa rural una vez estén cocidas.

Precio
Parejas 150 €
Familias con un hijo 200 €
Familias con dos hijos 240 €

Punto de encuentro
Casa rural Melones.

Dónde se realiza la actividad
Casa rural Melones en Patones, Avenida de Madrid 109, Patones de Abajo.

Fechas
Consultar disponibilidad.

Duración
Dos noches de alojamiento, taller de cerámica de hora y media de duración.

Incluye
Parejas: dos noches de alojamiento y desayuno y taller de cerámica de hora y media de duración para dos personas.

Familias: dos noches de alojamiento y desayuno y taller de cerámica de hora y media de duración para dos adultos y hasta dos niños.

No olvides
Ropa cómoda que se pueda manchar. Traer muchas ganas de aprender y compartir una experiencia rural diferente con otras personas.

Otros
Imprescindible reserva previa.

ORGANIZA / CONTACTO
Casa Rural Melones
Tel.: 659 545 084
e-mail: info@casaruralmelones.com
www.casaruralmelones.com

51

Apicultor por un día

Los oficios tradicionales constituyen una forma de vida, un saber transmitido durante generaciones y generaciones y en la cultura serrana están ligados al uso del terreno, la utilización de los recursos endógenos y el aprovechamiento sostenible del territorio.
La apicultura forma parte del sector ganadero con unas características diferenciadas. Paralelamente al interés económico de los productos de la colmena se, encuentra también el beneficio que las abejas aportan al medio ambiente como insectos polinizadores que contribuyen a la mejora y mantenimiento de la biodiversidad.

Ven a disfrutar de una jornada apícola, en la que conocerás los trabajos fundamentales que tiene que realizar un apicultor/a a lo largo del año, convirtiéndote en uno de ellos por un día.

Vas a aprender entre otras cosas... qué es un colmenar, cómo es la vida en una colmena, conocerás sus habitantes (reina, obreras y zánganos) y el trabajo que realiza cada uno de ellos (cuidar y alimentar a la reina, calentar la cría, limpieza de la colmena, guardianas de la piquera...), etc.

Visitarás uno de nuestros apiarios y realizarás actividades como encender el humero, abrir una colmena y observar sus distintas partes... Dispondrás de un traje de apicultor para que la visita al colmenar sea gratificante, enriquecedora y segura.

La Jornada terminará con un taller de extracción de miel. Tendrás la oportunidad de manejar cuadros de miel operculada y con las herramientas adecuadas realizar de manera práctica y directa el proceso de la extracción de la miel, así como su envasado. Los asistentes serán obsequiados con un tarrito de miel de 250gr.

Precio
20 € adultos y 10 € niños de 6 a 14 años.

Punto de encuentro
SAT El Jabardo
C/ Solana (junto a la plaza del pueblo)
Robledillo de la Jara (Madrid)

20€
persona

Dónde se realiza la actividad
SAT El Jabardo
C/ Solana (junto a la plaza del pueblo)
Robledillo de la Jara (Madrid)

Fechas
8, 15, 22 y 29 febrero; 7 y 28 marzo; 11 y 25 abril; 9 y 16 mayo; 6 y 20 junio; 4 julio; 5 y 26 de septiembre; 3 y 17 octubre.

Horario y duración
4 horas aproximadamente. De 10.00h. a 14.00h. (pudiendo retrasarse la hora de inicio a las 11.00h si hace mucho frio para que existan condiciones adecuadas para las abejas).

Incluye
- Taller informativo, visita guiada al apiario, taller de extracción de miel.
- Traje protector para garantizar una visita segura.
- Tarrito de 250gr de miel.
- Seguro de responsabilidad civil para cada asistente.

No olvides
Llevar botas.

Otros
- No podrás venir si eres alérgico a la picadura de la abeja.
- El grupo máximo será de 15 personas.
- Necesario reserva previa.
- Organización de eventos para empresas.

ORGANIZA / CONTACTO
Centro de Innovación Turística Villa San Roque, en colaboración con SAT El Jabardo.

RESERVA TU PLAZA EN:
Tel.: 630 430 128
e-mail: info@sierranortemadrid.
www.sierranortemadrid.org

Planes para **foodies**

52

Cerveza artesana, visita y cata

Visita la fábrica de cerveza artesana Bailandera, en el municipio de Bustarviejo, a las puertas del Parque Nacional, y descubre en su propio bar, de la mano de las productoras, como se elabora la cerveza artesana y saborea diferentes variedades.

Precio
10 €.

Punto de encuentro
Camino de Arenales 2F, Bustarviejo

Dónde se realiza la actividad
Camino de Arenales 2F. Fábrica de Bailandera y Plaza de Bustarviejo, Bar de Bailandera. Bustarviejo.

Fechas
Jueves o viernes tarde, sábado y domingos todo el día.

Duración
1,5 horas.

Incluye
Visita y cata de 5 variedades.

Otros
Número de asistentes mínimo 10 personas. Imprescindible reserva y confirmación.

10€
persona

ORGANIZA / CONTACTO
Cerveza Artesana Bailandera
Tel.: 91 032 70 45
e-mail: cervezabailandera@gmail.com
www.cervezabailandera.es

Calçotada: Jornadas Gastronómicas de cocina tradicional catalana

Desde 25€

Una calçotada es una comida popular catalana que consiste en comer calçots, una cebolla tierna de forma alargada cocinada a fuego vivo, que se pela y se unta con salsa romesco.

Cuenta la historia que el calçot es originario de Valls (Tarragona), en el siglo XIX se empezó a cultivar una cebolla blanca, enterrándola sólo por la mitad y a medida que iba creciendo la iba calzando (tapando) con tierra, de ahí en catalán el nombre calçot. Pero hay documentos pictóricos romanos donde se demuestra que ya se degustaban cebollas muy parecidas a los calçots hace más de 2.000 años. Los romanos la llamaban porrus capitatus.

Es típico reunir un grupo de amigos e ir a comer calçots durante los meses de diciembre a principios de mayo. Es una comida muy divertida, una auténtica fiesta.

Precio
Menú Degustación: desde 25€

Dónde se realiza la actividad
Huerto San Antonio
C/ Subida al Convento, s/n
28751 – La Cabrera

Fechas
Fines de semana y festivos hasta fin de temporada (Abril 2020)
De Lunes a Viernes sólo para grupos.

Menú degustación Calçotada
- Pa amb tomàquet
- Teja de Calçots a la brasa con salsa Romesco individual
- Botifarra a la brasa con mongetes, alcachofa a la brasa y patata al 'caliu'
- Crema catalana
- Agua, copa de vino o refresco

Menú Calçotada vegetariana
- Pa amb tomàquet
- Teja de Calçots a la brasa con salsa Romesco
- Mix de croquetas (o similar) con mongetes, alcachofa a la brasa y patata al 'caliu'
- Crema catalana
- Agua, copa de vino o refresco

ORGANIZA / CONTACTO
Huerto San Antonio - Rural Inside
Tel.: 91 868 92 14 / 617 401 805
e-mail: info@ruralinside.com
www.huertosanantonio.com

54

Calçotada

Disfruta de una comida diferente como son los Calçots. Ven con tus amigos y familiares y pasa un dia distinto y divertido. Apuntate al Menu Calçots y prueba nuestras Escalibadas, Embutidos Catalanes con pan con tomate, Calçots con salsa romescu casera, Butifarra con monchetas y ali oli y de postre crema catalana casera todo esto regado con un buen vino.

39€
persona

Precio
39 € por persona (minimo 2 pax).

Punto de encuentro
Finca Equilibrium.

Dónde se realiza la actividad
Finca Equilibrium.
Ctra N-320. Km 334, 55
28180 Torrelaguna (Madrid)

Fechas
Del 16 de Noviembre de 2019 al 30 de Abril de 2020.

ORGANIZA / CONTACTO
Finca Equilibrium
Tel.: 648 776 853
e-mail: comercial@fincaequilibrium.com
www.fincaequilibrium.com

55

Viaje a las entrañas de Quesería Jaramera

Visita a nuestro obrador para aprender cómo elaboramos nuestro queso, ver su evolución en vivo y en directo.

Precio
Adultos/as: 15 €
Niños/as: 12 €

Punto de encuentro
Museo de Agricultura Torrearte. Torremocha del Jarama.

Dónde se realiza la actividad
Obrador de Quesería Jaramera, en Torrearte, Torremocha del Jarama.

Fechas
Consultar calendario en página web.

Duración
1,5 horas.

Incluye
Visita, explicación y degustación maridada de quesos

No olvides
Decirnos si tienes alguna alergia o intolerancia alimentaria.

Otros
Disponible para personas celíacas.

Desde
15€

ORGANIZA / CONTACTO
Quesería Jaramera
Tel.: 644 732 161
e-mail: info@queseriajaramera.com
www.queseriajaramera.com

Planes para **amantes de la naturaleza**

56

¡Científicos por un día! Anillamiento científico

Una jornada de campo para conocer el trabajo científico de biólogos expertos ornitólogos.

Visitaremos la Estación de Anillamiento de La Cabrera, donde veremos cómo se capturan, identifican, anillan, miden, pesan y se liberan. Escucharemos distintas explicaciones sobre ecología, biología y anatomía de las aves en general y de las especies capturadas en particular.

Siempre que no sean especies muy sensibles, las aves se pueden observar muy de cerca, además de ser liberadas por algún afortunado, pasando una mañana de actividad científica, amena y lúdica para toda la familia.

Se trata de una experiencia puramente científica, con la finalidad de aprender y convertir la observación de la naturaleza en una afición común, dando a conocer los valores naturales mediante el estudio científico de estas aves.

Una forma amena y lúdica de mostrar actividades reales de investigación mediante la observación y la experimentación, permitiendo la participación activa y el trabajo cooperativo en las tareas realizadas.

Precio
Adultos y niños de 4-14 años: 10€/persona. No recomendamos la actividad para niños menores de 3 años.

Punto de encuentro
Centro de Innovación Turística Villa San Roque. La Cabrera.

Fechas
25 Abril, 30 Mayo, 13 y 27 Junio, 12 Septiembre y 3 Octubre.

Duración
3 Horas (10:00 - 13:00h).

Incluye
Equipo docente formado por Doctores y Licenciados en Biología, anilladores expertos de aves, seguro de accidentes.

No olvides
Traer ropa cómoda en relación a las condiciones meteorológicas, tentempié y agua.

Otros
Necesario reserva previa. Recomendado para niños a partir de 4 años.

La actividad requiere un mínimo de 20 personas inscritas para llevarse a cabo. El grupo máximo será de 25 personas.

7 días antes del día programado para la actividad se reconfirmará la asistencia a la misma.

5 días antes del día programado para la actividad se confirmará la realización, o no, de la misma.

Las condiciones meteorológicas adversas, u otras condiciones operativas o técnicas, pueden ser motivo de cancelación de la actividad que quedará pospuesta a otra fecha.

ORGANIZA / CONTACTO
Centro de Innovación Turística Villa San Roque, La Cabrera, en colaboración con Enara Educación Ambiental.

RESERVA TU PLAZA EN:
Tel.: 630 430 128
e-mail: info@sierranortemadrid.org
www.sierranortemadrid.org

57

50€
persona

Cursos medioambientales

Con esta serie de cursos interpretativos y formativos, pretendemos haceros llegar a todos el conocimiento más diverso, el más desconocido, el más curioso, de todo lo que nos rodea, de especies emblemáticas, de especies en peligro, sobre sus rastros y restos, para ello hemos preparado las siguientes actividades:

- Biología y conservación del lobo ibérico
- Iniciación al manejo y cuidado de aves rapaces
- Indicios de presencia de fauna
- Carnívoros ibéricos

No te pierdas la magnífica oportunidad de formarte con los mejores profesionales del sector, con años de experiencia, con horas de campo, con muchas ganas de transmitir, con ilusión de compartir lo aprendido.

Por todo ello hemos diseñado este conjunto de actividades, donde además de adquirir conocimientos, disfrutaras aprendiendo. ¿Te lo vas a perder?

Signatur te lo pone fácil!!!

Precio
50 €

Punto de encuentro
La Cabrera.

Dónde se realiza la actividad
La Cabrera y alrededores.

Fechas
Consultar disponibilidad.

Duración
Fines de semana.

Incluye
Material didáctico.

No olvides
Ropa adecuada a la climatología, calzado adecuado y ganas de aprender.

Otros
Reserva previa.

ORGANIZA / CONTACTO
Signatur
Tel.: 699 203 766 / 91 868 03 72
e-mail: signaturmad@gmail.com
www.signaturweb.com

Hilando cuentos

Senda intergeneracional que nos trasportará a la sabiduría de la cultura pastoril de la Sierra del Rincón, en concreto a Prádena del Rincón. La Sierra del Rincón ha estado vinculada a la trashumancia, ese manejo de ganado relacionado con las estaciones del año ha enriquecido la diversidad natural y cultural de la Península Ibérica.

El patrimonio inmaterial de la Sierra del Rincón cobrará vida a través de la música, los romances, cuentos y tradición oral relacionada con la ganadería extensiva. Durante la actividad nos dejaremos envolver por los paisajes y profundizaremos en el conocimiento de su vegetación, la fauna que la habita, los usos del territorio...

Precio
16 € mayores 14 años.
10 € de 3 a 14 años.
Gratuito menores 3 años.
Mínimo son 15 adultos, máximo son 25 personas. Precios especiales para grupos.

Punto de encuentro
Prádena del Rincón.
La Cabrera.

Dónde se realiza la actividad
Dehesas de Prádena del Rincón.
Dehesa de La Cabrera.

Fechas
Todo el año.

Duración
4-5 horas, en sesión de mañana o tarde.

Incluye
La actividad será conducida por una educadora ambiental y un músico.
Recursos didácticos y seguros.

No olvides
Ropa y calzado adecuado a la meteorología y iganas de pasarlo bien!

Otros
Precios especiales para grupos.

Disponibilidad todos los días de la semana, previo acuerdo.

ORGANIZA / CONTACTO
De Raíz – Educación e Interpretación Ambiental
Tel.: 615 076 498
e-mail: info@deraiz.online
www.deraiz.online

59

16€ persona

Senda ornitológica: entre valles y sierras

Ruta ornitológica por el valle de Horcajuelo de la Sierra, al norte de la comunidad de Madrid y al pie de los cordales montañosos de Somosierra y Sierra Escalba. Un lugar privilegiado en la transición entre la Sierra de Guadarrama y la Sierra de Ayllón dentro del territorio declarado Reserva de la Biosfera Sierra del Rincón en 2005.

El recorrido abarcará desde los robledales montanos de roble melojo, a las alisedas pasando por cantuesares-tomillares y mosaicos agropecuarios formados por antiguos linares, huertas y prados.

Esta variedad de ecosistemas alberga gran variedad de avifauna. Destacaremos en la primavera: Los coloridos abejarucos, los infalibles cazadores como alcaudón dorsirrojo, alcaudón común y alcaudón real, las inquietas currucas como la carrasqueña, mirlona... el canto del cuco, la oropéndola.

Dentro de las rapaces: Águilas calzadas, milanos negros, ratoneros, milanos reales, buitre leonado, buitre negro y quizás nos sorprenda algún abejero europeo. Y durante todo el año ratoneros, milanos reales, buitres leonados, algún buitre negro... fringílidos como pinzones, verdecillos, verderones, jilgueros, pardillos...paseriformes como carboneros, herrerillos, escribanos..., pícidos como el pico menor. En el otoño podremos avistar las especies residentes y otras en paso migratorio.

Precio
16 € mayores 14 años
10 € de 10 a 14 años
Grupo mínimo: 7 adultos, máximo son 16 personas.
Precios especiales para grupos.

Punto de encuentro
Horcajuelo de la Sierra.

Dónde se realiza la actividad
Plaza de Horcajuelo de la Sierra.

Fechas
Abril a julio. Septiembre y octubre.

Duración
5-6 horas, en sesión de mañana o tarde. 9 km, dificultad media.

Incluye
La actividad será conducida por 1 educadora ambiental con gran experiencia cómo guía-intérprete de naturaleza; guías de campo y seguros.

No olvides
Indumentaria y equipo: Deberá ser adecuada a la meteorología, botas y ropa de campo. Se recomienda llevar prismáticos y telescopio, sólo si no es muy pesado. Habrá prismáticos de préstamo a disposición del grupo.

Otros
Destinatarios: Adultos, niños mayores de 9 años (siempre acompañados de un adulto).

Precios especiales para grupos, con disponibilidad todos los días de la semana.

ORGANIZA / CONTACTO
De Raíz – Educación e Interpretación Ambiental
Tel.: 615 076 498
e-mail: info@deraiz.online
www.deraiz.online

Gestión forestal sostenible

Entra en contacto con una manera sostenible y respetuosa de trabajar la tierra y gestionar los espacios naturales con la ayuda de caballos de tiro.

Conoce la importancia y beneficios del trabajo de estos animales de tiro en zonas forestales sensibles o protegidas al igual que en las labores hortícolas.

Podrás presenciar la puesta en marcha de técnicas reales de sacas de leña en un espacio protegido como es la Dehesa Boyal de Puebla de la Sierra, zona núcleo de la Reserva de la Biosfera Sierra del Rincón y realizar por ti mism@ actividades de laboreo de la tierra en huertas de este maravilloso enclave. Descubre los útiles y herramientas tradicionales con más de 100 años de antigüedad y los de origen moderno sin perder esa esencia de la actividad tradicional milenaria. La tracción animal.

Entra en contacto con estos animales de gran nobleza que poseen una voluntad para el trabajo y una complicidad con las personas propiciando una compenetración en plena armonía.

Precio
20 € adulto/ 10 € niño (entre 12 y 18 años) / niños de 0 a 11 años gratis.

Punto de encuentro
Plaza Mayor de Puebla de la Sierra.

Dónde se realiza la actividad
Puebla de la Sierra.

Fechas
- Actividad de Trabajo forestal con tracción animal, del 1 noviembre al 30 de abril.
- Actividad trabajo hortícola con tracción animal, del 15 abril al 30 de junio.

Duración
3 horas aproximadamente.

Incluye
Guía con Educador Ambiental y Experto local. Trabajo con caballos y útiles de laboreo.

No olvides
Calzado cómodo, agua, bocadillo para el almuerzo, cámara de fotos...

Otros
Actividad para grupos entre 10 a 20 personas máximo.

ORGANIZA / CONTACTO
Cooperativa "Los Apisquillos"
Tel.: 630 806 688
e-mail: rutasinterpretativas@gmail.com

61

15€ persona

Paisaje cultural de los robles centenarios

Ruta interpretativa guiada por la Dehesa Boyal de Puebla de la Sierra en la que adentrarse por el paisaje de robles centenarios trasmochos manejados de forma tradicional desde la Edad Media.

Conocerás la gestión vecinal del territorio que se llevaba desde hace siglos en este maravilloso paraje, declarado por la UNESCO zona núcleo de la Reserva de la Biosfera Sierra del Rincón en el año 2005. Descubre los diferentes aprovechamientos tradicionales de los recursos naturales a través de la ganadería, el carboneo y la extracción de leña en torno al ramoneo gracias a la organización comunal.

Serás consciente del pasado, el presente y el futuro de nuestros montes y su paisaje adehesado con más de 330 hectáreas. Tomando consciencia de la gran biodiversidad que alberga y entendiendo la gran importancia de la existencia de estos árboles y de su compromiso de gestión y mantenimiento.

Precio
15 € por adulto/ 7,5 € por niño (de 12 a 18 años) / niños de 0 a 11 años gratis.

Punto de encuentro
Plaza mayor de Puebla de la Sierra.

Dónde se realiza la actividad
Puebla de la Sierra (Madrid).
Dehesa Boyal.

Fechas
Todo el año.

Duración
3 horas.

Incluye
Guía con Educador Ambiental y experto local y visita.

No olvides
Calzado cómodo, agua, bocadillo para el almuerzo, cámara de fotos...

Otros
Actividad para grupos entre 10 a 20 personas máximo.

ORGANIZA / CONTACTO
Cooperativa "Los Apisquillos"
Tel.: 630 806 688
e-mail: rutasinterpretativas@gmail.com

Ruta de pastoreo extensivo

Pasa una mañana al aire libre en los paisajes de la Reserva de la Biosfera Sierra del Rincón de la mano de los últimos pastores locales.

Descubre y aprende a interpretar el entorno acompañado de nuestros rebaños de cabras y ovejas de Puebla de la Sierra. Conoce sus manejos en extensivo, con una alimentación ecológica, la convivencia con el lobo, los perros guardianes mastines, los perros pastor careas y demás. Todo ello acercándote a un oficio milenario y en peligro de extinción.

La actividad se desarrolla en Puebla de la Sierra, el municipio con mas hectáreas forestales de la Comunidad de Madrid, donde la actividad silvopastoril ha dado origen al paisaje cultural que allí reside desde hace siglos. Aprende los encantos de una actividad vinculada con la gestión del territorio y el medio rural. Disfrutando de la calma y tranquilidad de un paseo por la Sierra Norte de Madrid.

Conoce la importancia de esta actividad pastora que afianza el asentamiento de población y la gestión del medio natural de la manera más sostenible y respetuosa.

Precio
15 € por adulto/ 7,5 € por niño (de 12 a 18 años) / niños de 0 a 11 años gratis

Punto de encuentro
Plaza Mayor de Puebla de la Sierra.

Dónde se realiza la actividad
Puebla de la Sierra.

Fechas
Todo el año.

Duración
3 horas aproximadamente.

Incluye
Guía con Educador Ambiental y experto local y visita. Contacto con rebaño de ovejas y cabras.

No olvides
Calzado cómodo, agua, bocadillo para el almuerzo, cámara de fotos...

Otros
Actividad para grupos entre 10 a 20 personas máximo.

ORGANIZA / CONTACTO
Cooperativa "Los Apisquillos"
Tel.: 630 806 688
e-mail: rutasinterpretativas@gmail.com

63

Desde
60€

Hides fotográficos – Fotografía de fauna salvaje

Wild Iberian Nature ofrece una amplia red de hides ubicados en el Parque Nacional de la Sierra de Guadarrama y sus alrededores para fotografiar la fauna más destacada de los ecosistemas serranos. Vive la experiencia de observar al otro lado del cristal águila real, buitre negro, buitre leonado, busardo ratonero, milano real, milano negro, gato montés, gineta, garduña, zorro, pico picapinos, páridos, fringílidos, escribanos, córvidos y rapaces nocturnas. Nuestros hides cuentan con todos los permisos administrativos pertinentes.

Precio
Desde 60 €.

Punto de encuentro
Gargantilla del Lozoya.

Dónde se realiza la actividad
Hides Sierra de Guadarrama, Gargantilla del Lozoya.

Fechas
Todo el año.

Duración
5 - 8 horas.

Incluye
Guía.

No olvides
Ropa y calzado cómodo y adecuado a la época del año.

Otros
Previa reserva.

ORGANIZA / CONTACTO
Wild Iberian Nature
Tel.: 681 268 935 / 619 848 124
e-mail: info@wildiberiannature.es
www.wildiberiannature.es

Raíces del paisaje. Formas de vida en la Sierra Norte

Experimenta con tus sentidos en distintos ecosistemas de Sierra Norte de Madrid y descubrirás la diversidad de medios naturales acompañado de un guía/interprete.

Aprecia la vida en su estado salvaje.

Aventúrate a dar un paseo a través del tiempo y conoce los oficios tradicionales más representativos y sus repercusiones a nivel ambiental.

Montañas, dehesas, bosques, ríos...lugares repletos de especies animales y vegetales que nos muestran los encantos de la Sierra Norte de Madrid en cada una de las estaciones del año.

¡No te pierdas los talleres de micología en otoño!

Ven y adora la naturaleza con nosotros.

Precio
35 €/persona.

Punto de encuentro
Paredes de Buitrago.

Dónde se realiza la actividad
Paredes de Buitrago.

Fechas
Todo el año.

Duración
3 horas.

Incluye
Guías expertos, seguro, Fotos/videos para que te lleves un recuerdo imborrable de esta experiencia, prismáticos.

No olvides
Ropa y calzado cómodos.

Otros
Idiomas (español/ingles)

Reserva previa. Grupos reducidos.

ORGANIZA / CONTACTO
Paredesparadise
Tel.: 618 647 516 / 606 420 752
e-mail: info@paredesparadise.com
www.paredesparadise.com

Gratis

Educación ambiental en la Sierra Norte de Madrid

¿Te apetece participar en una actividad de educación ambiental?

Ven a descubrir al Centro de educación ambiental El Cuadrón las exposiciones temporales y permanentes, el espacio de coworking o la biblioteca.

Y únete a nuestros talleres, actividades de Turismo a tu Ritmo, jornadas y sendas guiadas por la Sierra Norte de Madrid.

Veremos cómo podemos mejorar nuestros hábitos diarios y qué alternativas existen para caminar hacia una vida más responsable y respetuosa con el Planeta.

¡Te esperamos!

Precio
Gratuito.

Dónde se realiza la actividad
Talleres, proyecciones, jornadas y exposiciones, en el Centro de educación ambiental El Cuadrón (Ctra. M-604, km 3. El Cuadrón).

Sendas guiadas y actividades de Turismo a tu Ritmo, por la Sierra Norte de Madrid.

Fechas
Durante todo el año.

Duración
3-4 horas (depende de cada actividad).

Incluye
Siempre, educadora ambiental y seguro
Y además, los materiales en los talleres.

No olvides
En las actividades de campo, ropa adecuada a la meteorología, calzado apropiado, cantimplora, tentempié, crema de protección solar.

Otros
Imprescindible reserva previa telefónica, desde 12 días antes de cada actividad, llamando al 91 869 42 79, de M a D de 10 a 15h y S de 10 a 18h.

Las actividades se realizan, en general, con un mínimo de 5 participantes y un máximo de 20.

CEA El Cuadrón pertenece a la Red de Centros de educación ambiental de la Comunidad de Madrid.

ORGANIZA / CONTACTO
Centro de educación ambiental El Cuadrón
Tel.: 91 869 42 79
Grupo whatsapp: http://bit.ly/ActividadesCEACuadron
Facebook: @eavallelozoya
http://eacuadronsierranorte.blogspot.com.es

30€
4 personas

El bosque habitado

Taller interpretativo de identificación de rastros de fauna ibérica. Donde aprenderás a identificar las huellas y demás indicios que nos deja a fauna que habita nuestra sierra. Y todo ello acompañado de un paraje natural incomparable de la Sierra Norte de Madrid.

Nuestro curso incluye:
- Metodología del rastreo
- Diferenciación de rastros
- Elaboración y obtención de rastros y huellas
- Práctica de rastreo en campo

Esta y otras actividades las puedes encontrar en nuestra web www.signaturweb.com

Precio
30 €, mínimo 4 participantes.

Punto de encuentro
La Cabrera.

Dónde se realiza la actividad
La Cabrera y alrededores.

Fechas
Sábados, consultar disponibilidad.

Duración
10:00 - 17:00h.

Incluye
Diploma de aprovechamiento, guía y seguro.

No olvides
Ropa adecuada a la climatología, calzado adecuado y ganas de aprender.

Otros
Reserva previa.

ORGANIZA / CONTACTO
Signatur
Tel.: 699 203 766 / 91 868 03 72
e-mail: signaturmad@gmail.com
www.signaturweb.com

Planes para **parejas**

67

Desde
25€
persona

"Baño de Gong" Un concierto de música ancestral, por Manuel Cuevas

El gong es una herramienta antigua y poderosa y mucho más que un simple instrumento de percusión. El gong genera un nuevo estado energético, elimina los bloqueos y acelera los procesos de curación del cuerpo. Durante el baño de gong el cuerpo llega a un estado de relajación profunda que alivia las tensiones donde la respiración se vuelve profunda y consciente. Terminado de escuchar su sonido, uno se siente ligero y lleno de energía.

Los efectos terapéuticos del Gong no se asocian solamente al plano físico: trae grandes beneficios también para la mente y el espíritu. Es eficaz para el tratamiento de problemas relacionados con el estrés, la depresión, la fatiga mental, el manejo de la ira, los sentimientos de soledad y separación. Es un aliado para vencer miedos y fobias. La terapia con el gong es, pues, una manera de cuidar nuestro cuerpo, mente y alma.

El estado propicio a la meditación y la relajación obtenidos con este instrumento están al alcance de todos, incluso aquellos que nunca han practicado yoga u otras disciplinas que favorecen estados introspectivos. El único requisito para disfrutar de un baño de gong es la voluntad de pararse, relajarse y ponerse a escuchar. Abrirse y aceptar el cambio.

Precio
- Concierto: 25 €
- Concierto y cena 40 €
- Concierto, cena, una noche de alojamiento y desayuno desde 85 €
- Consultar otras opciones...

(Reserva necesaria)

Dónde se realiza la actividad
Huerto San Antonio
C/ Subida al Convento s/n
28751 – La Cabrera

Fechas
Consultar fechas:
www.huertosanantonio.com

Horario y duración
Hora: 19:00 h
Duración aprox.: 1h 15 min.

ORGANIZA / CONTACTO
Huerto San Antonio - Rural Inside
Tel.: 91 868 92 14 / 617 401 805
e-mail: info@ruralinside.com
www.huertosanantonio.com

Regalos saludables: Packs de sauna, masaje, comida energética y descanso en la naturaleza

Regala una experiencia que conecta con la cultura del vapor, una sabiduría ancestral de salud física y mental. Una experiencia vital en un lugar de ensueño en un paisaje natural único, el corazón de la Sierra de la Cabrera. Un enclave natural lleno de energía e historia, que ya descubrieron y disfrutaron diversos asentamientos celtas, desde el siglo IV a.C.

Los distintos packs que se pueden personalizar según preferencias incluyen una sesión (50 min) de Sauna finlandesa de barril situada en medio del bosque, junto a una antigua alberca con agua de manantial y ducha fría de exterior, masajes integrales relajantes, un almuerzo o comida energética (que puede ser adaptada según necesidades alimentarias, vegetariana, vegana, macrobiótica, alergias o intolerancias...), y la posibilidad de disfrutar de un alojamiento rural en un paraje natural idílico.

Precio
- Sesión de sauna (50 min): 16€
- Sesión de sauna + desayuno energético: 24 €
- Sesión de sauna + comida energética: 34 €
- Sesión de sauna + masaje (1h) 54 €
- Sauna, masaje (1h) y desayuno energético: 62€
- Sauna, masaje (1h) y comida energética: 70€
- Sauna, masaje (1h), comida energética, descanso en habitación 4 horas: desde 90€
- Consultar otras opciones...

Desde 16€ persona

Dónde se realiza la actividad
Huerto San Antonio
C/ Subida al Convento s/n
28751 – La Cabrera

Fechas
Todo el año.

ORGANIZA / CONTACTO
Huerto San Antonio - Rural Inside
Tel.: 91 868 92 14 / 617 401 805
e-mail: info@ruralinside.com
www.huertosanantonio.com

PAREJAS

69

Sesión de spa

Las mejores vistas del pantano de Pinilla desde nuestro espacio de relajación, y frente a la pradera de nuestro centro.

Para tus tardes post entreno, o para darte un momento de relax. Combina nuestra sauna finlandesa con columna de hidromasaje y jacuzzi.

Ya sabes, irelájate o rueda!

30€
2 personas

Precio
30 € / 2 personas.

Punto de encuentro
Ciclolodge El Nevero (Lozoya).

Dónde se realiza la actividad
Ciclolodge El Nevero (Lozoya).
SPA situado en las propias instalaciones.

Fechas
Consultar disponibilidad.

Duración
1 hora.

Incluye
Acceso a vestuarios y albornoz.

No olvides
Bañador y chanclas.

Otros
Imprescindible reserva previa.

ORGANIZA / CONTACTO
Ciclolodge El Nevero
Tel.: 91 856 36 74 / 690 882 179
e-mail: info@ciclolodge.com
www.ciclolodge.com

Fotopaseo en pareja

Una sesión de fotos en las calles y rincones de Patones de Arriba. Un recuerdo inolvidable para disfrutar con tu pareja.

60€
2 personas

Precio
60 € por pareja.

Punto de encuentro
Puerta de la iglesia en Patones de Arriba.

Dónde se realiza la actividad
Patones de Arriba.

Fechas
Mañanas, consultar disponibilidad.

Duración
1 hora.

Incluye
Fotos que hayan salido en alta resolución con enlace de descarga.

No olvides
Recomendamos llevar ropa cómoda de colores lisos, sin grandes logotipos ni dibujos que llamen mucho la atención. Calzado cómodo de media montaña.

Otros
Ropa y calzado cómodos, pero que no sea chandal y deportivas. El look más bien casual.

ORGANIZA / CONTACTO
CucuFlash
Tel.: 696 114 562 / 609 349 699
e-mail: info@cucuflash.com
www.cucuflash.com

Planes para **coolturetas**

71

Talleres de grabado y cerámica manual, la naturaleza como referente

Somos dos artistas plásticos que desarrollamos nuestra obra aquí en la Sierra Norte y con nuestros talleres de grabado y cerámica creativa haremos que tanto niños como adultos compartan nuestras obras y realicen la suya propia.

Es una magnifica oportunidad de sentir el arte y disfrutar con estas técnicas de estampación de un grabado; del tacto del barro en las manos y de comprobar su versatilidad. La naturaleza como inspiración y estimulo para la creación tanto en la cerámica manual como en la impresión de un grabado en la prensa (tórculo).

Pretendemos que cada participante se lleve a su casa su obra y quede en la memoria la vivencia de esta experiencia plástica y vital.

Precio
20 € por persona.

Punto de encuentro
Fundación Berrutti.

Dónde se realiza la actividad
Talleres de la Fundación Berrutti.

Fechas
Un fin de semana al mes todo el año.

Duración
2 horas.

20€ persona

Incluye
Materiales para grabado, herramientas y barro.

No olvides
Ropa cómoda y delantal.

Otros
Necesario reservar con una semana de antelación.

La actividad requiere un mínimo de 10 personas inscritas para realizarse. El grupo máximo será de 14 personas.

ORGANIZA / CONTACTO
Fundación Berrutti
Tel.: 686 565 186 / 617 381 680
e-mail: Charovilla123@telefonica.net
www.berruttiycharovilla.com

72

3€
persona

Paseos temáticos por Patones

Patones es mucho más que Patones de Arriba y por eso una vez al mes realizamos paseos temáticos por el entorno en el que os enseñaremos nuestro rico patrimonio: El Conjunto arqueológico de la Dehesa de la Oliva, la presa del Pontón de la Oliva y el Museo Aula Geológica son algunos de estos lugares.

- "Un viaje a través del tiempo: desde la prehistoria hasta el medievo" es un recorrido por el Conjunto Arqueológico de la Dehesa de la Oliva que nos permite viajar desde el Paleolítico superior, cuando los hombres y mujeres de las cavernas utilizaban las cuevas, continuar en el neolítico donde comienza a utilizarse la parte externa del cerro, seguir en la Edad de Hierro con la presencia de un castro, continuar en el periodo romano con la creación de la "ciudad sin nombre" y terminar en el siglo VI d.C. en una antigua necrópolis visigoda. ¿Quieres conocer cómo ha cambiado la forma de vida en este cerro milenario? Pues no puedes perderte este paseo.
- "El Pontón de la Oliva, un laboratorio para transportar el agua" nos descubre la presa del Pontón de la Oliva, la primera de Madrid y que da nombre al Canal de Isabel II. Una presa repleta de historias y leyendas pero, además, un lugar de geología y naturaleza espectacular y que en su día sirvió como laboratorio de arquitectura e ingeniería civil. Descúbrelo a través del paseo temático.
- "Se geólogo por un día" es una propuesta para familias en la que puedes descubrir una historia de millones de años a través de las rocas, entender cómo se formó el paisaje de tu alrededor y comprender por qué Patones de Arriba es un pueblo de arquitectura negra. Y qué mejor forma que visitando nuestro Museo-Aula Geológica de Patones, localizado en un paraje de enorme diversidad geológica.

Precio
3 € por persona.

Punto de encuentro
Plaza del Ayuntamiento de Patones.

Dónde se realiza la actividad
A concretar con el guía local.

Fechas
Último domingo de cada mes.

Horario y duración
De 11 a 13h. Aproximadamente 2 horas de duración.

Incluye
Guía y visita.

No olvides
Llevar ropa cómoda adecuada a cada estación y calzado para caminar por el campo.

Otros
Imprescindible reserva previa. Grupos de 5 a 20 personas.

ORGANIZA / CONTACTO
Ayuntamiento de Patones.
Concejalía de Turismo.
Tel.: 91 843 20 26 (sab, dom y festivos de 11 a 18 h) 91 843 29 06 (viernes laborables de 9 a 15 h).
e-mail: turismo@patones.net

De la arquitectura a la mesa. Visita guiada

¿Quieres conocer Patones de Arriba de otra forma? Te proponemos un viaje gastronómico cargado de leyendas y curiosidades. Nos transportaremos al pasado, cuando Patones aún no se había abandonado por sus habitantes, y a través de la arquitectura tradicional descubriremos la forma de vida de sus vecinos.

Descubriremos Patones de Arriba andando por sus sinuosas calles, descubriendo su singular arquitectura de pizarra negra. Visitaremos los cortes donde se guardaban a los cerdos, los arrenes y tinados, las eras, los hornos de pan, el lavadero y la fuente y entenderemos por qué Patones de Arriba está declarado Bien de Interés Cultural y Villa de Madrid.

Una visita con preciosas panorámicas del pueblo y rincones escondidos.

Precio
2,5 € por persona.

Punto de encuentro
Centro de Iniciativas Turísticas, Educativas, Culturales y de Ocio (CITECO) en Patones de Arriba.

Dónde se realiza la actividad
Plaza del Llano, 1. CITECO Antigua iglesia. Patones de Arriba.

Fechas
Sábados, domingos y festivos.

Horario y duración
De 12 a 13:30h. Aproximadamente hora y media de duración.

Incluye
Guía y visita.

No olvides
Llevar ropa y calzado cómodo.

Otros
Se puede reservar con antelación, o acudir 15 minutos antes del comienzo de la ruta y reservar directamente en CITECO, siempre y cuando exista disponibilidad de cupo. Grupos de 5 a 20 personas.

ORGANIZA / CONTACTO
Ayuntamiento de Patones.
Concejalía de Turismo.
Tel.: 91 843 20 26 (sab, dom y festivos de 11 a 18 h) 91 843 29 06 (viernes laborables de 9 a 15 h).
e-mail: turismo@patones.net

Gratis

Braojos: La iglesia de San Vicente, la "Catedral de la Sierra Norte". Visita guiada

Visita guiada de la iglesia de San Vicente, conocida como la "Catedral de la Sierra Norte", que tiene 400 años de historia y es el templo donde se baila la Pastorela, una ofrenda en forma de danza que realizan los hombres vestidos con trajes tradicionales. Además en su interior el visitante puede encontrar retablos creados por Gregorio Hernández en el Renacimiento, lienzos del maestro Vicente Carducho o dos tablillas atribuidas a Pedro de Berruguete "El Viejo". También una pila bautismal en piedra del siglo XV o una imagen de un Cristo crucificado del siglo XIV. El templo también cuenta en la torre con un pequeño museo, donde hay tallas de santos y un juego de cáliz y custodia del siglo XVII.

Precio
Gratuita.

Punto de encuentro
Oficina de turismo de Braojos, Pz. del Sol, 5

Dónde se realiza la actividad
Braojos.

Fechas
Fines de semana. Para otras fechas, consultar disponibilidad con la oficina de turismo.

Duración
45 min aprox.

Incluye
Visita guiada a la Iglesia San Vicente Mártir con acceso al museo que se encuentra en la torre, visionado del video de "La Pastorela" y acceso al campanario (excepto en periodos de mantenimiento y limpieza). Folleto incluido y opción de alquiler de audioguías (previa consulta y disponibilidad).

No olvides
¡Desconectar de la rutina y retroceder en el tiempo para conocer las singularidades de esta gran obra, y en definitiva disfrutar del encanto Cultural, Tradicional y Natural del pueblo de Braojos de la Sierra!

Otros
Imprescindible reserva previa. Se puede reservar a través de la web: www.turismo.braojos.org o llamando por teléfono. Grupos máx. 20 personas.

ORGANIZA / CONTACTO
Ayuntamiento de Braojos de la Sierra
Tel.: 608 750 854 (Whatsapp)
e-mail: turismo@braojos.org

Buitrago del Lozoya, mucho más que murallas

Unas murallas con origen musulmán y reformada por cristianos, te trasladará a una historia que salvando las distancias te envolverá como si estuvieras viviendo las escenas de "Juego de tronos". Nos adentraremos a Buitrago desde el puente para tener una perspectiva exterior del pueblo, ya dentro visitaremos la Iglesia de Santa María del Castillo, el Castillo, la Torre del Reloj, la Muralla y el Potro de Herrar. Y por supuesto, te hablaremos de Juana la Beltraneja, personaje que fue heredera al Trono de Castilla y que vivió en Buitrago.

Como es habitual, no solo nos quedamos en el pueblo, sino que aprovechamos para conocer el exterior. Haremos parte de la ruta del Pinar de la Gariña, descubriendo gracias a la ayuda de unos prismáticos las aves que nos acompañaran en el recorrido a orillas del río Lozoya.

Además, si los tiempos nos lo permiten, podremos visitar el Museo de Picasso y conocer las obras que ponen de relieve la figura del célebre artista.

Precio
12 €/persona.

Punto de encuentro
Plaza de la Constitución (Buitrago del Lozoya).

Dónde se realiza la actividad
Buitrago del Lozoya.

Fechas
Todo el año.

Horario y duración
10:00 a 14:00h aproximadamente.

Incluye
Seguro de accidentes, intérprete histórico y del paisaje, gestión del transporte colaborativo a Buitrago.

Otros
Dirigido a todos aquellos aventureros que les gusta hacer una inmersión en los pueblos.

Facilitamos a aquellos conductores que quieran optimizar su viaje en coche a Buitrago, el contacto con aquellos que quieran desplazarse en vehículo y no tengan forma.

ORGANIZA / CONTACTO
Impulso Territorial
Tel.: 657 556 454
e-mail: Info@impulsoterritorial.com

Pastor y quesero por un día

Si quieres sentirte pastor y quesero por un día no dudes en venir a visitarnos. Podrás conocer a nuestras cabras, ver dónde y cómo viven, aprenderás a ordeñar, disfrutarás de un rato muy agradable por el campo y aprenderás cómo se pastorea, qué comen nuestras cabras y qué beneficios tiene la ganadería extensiva. Después con la leche recién ordeñada podrás visitar nuestra pequeña quesería artesana, donde elaboramos productos naturales y sin ningún tipo de conservante. Allí podrás visitar las instalaciones, aprenderás cómo funciona una quesería, podrás hacer queso y disfrutarás de una deliciosa cata de todos nuestros productos.

Precio
15 €/persona.

Punto de encuentro
Calle Hiruelo, s/n, 28720 Bustarviejo, Madrid

Dónde se realiza la actividad
La visita a la quesería es en la calle Hiruelo en el propio pueblo de Bustarviejo y la visita a la ganadería es en la finca la dehesa del valle a 6 km de Bustarviejo, en la carretera de Miraflores.

Fechas
Todo el año, preferiblemente los fines de semana.

Duración
4 horas.

Incluye
Visita guiada a la ganadería, pastoreo, visita guiada a la quesería, cata de quesos y demostración de elaboración de queso.

No olvides
Ropa cómoda y de campo.

ORGANIZA / CONTACTO
La Caperuza
Tel.: 643 723 381
e-mail: queserialacaperuza@gmail.com

77

El Valle de los Sueños

El Valle de los Sueños es un parque escultórico que invita a disfrutar y descubrir el arte paseando por la naturaleza en un entorno privilegiado declarado Reserva de la Biosfera por la UNESCO en 2005.

Un proyecto que saca el arte de las ciudades y los museos para el disfrute de todos en un entorno rural de excepcional belleza. La creación de este itinerario escultórico ha sido posible gracias a la implicación de 63 escultores con 113 obras.

Como presentación veremos el museo de interpretación de El Valle de los Sueños, un museo de nueva construcción donde hay obras japonesas y esculturas donde podrás disfrutar de una proyección como introducción al itinerario de esculturas que después visitaremos: "El Valle de los Sueños".

Precio
Gratuito.

Punto de encuentro
Pza. Carlos Ruiz, 1 (Ayuntamiento-Oficina de Turismo).

Dónde se realiza la actividad
Itinerario por el municipio de Puebla de la Sierra. Museo en Travesía de la Iglesia s/n.

Fechas
Se puede visitar de forma autoguiada, siempre que se desee.

Gratis

Para visita guiada, grupos de 10 o más personas.
Viernes, sábados y domingos de 10h a 18 h.

Duración
Duración 2 horas (adaptable).

Incluye
Guía acompañante por el museo y el Itinerario escultórico.

No olvides
Ropa cómoda y ganas de disfrutar.

ORGANIZA / CONTACTO
El Valle de los Sueños
Tel.: 91 869 72 54
e-mail: turismo.pueblabelasierra@gmail.com
https://elvalledelossuenos.wixsite.com/elvalledelossuenos
Facebook: valle de los sueños

Visita al Museo de dibujo, obra gráfica española y obra contemporánea japonesa

Museo donde contemplarás bellos grabados originales de los artistas españoles más reconocidos como son Picasso, Antonio López, Tàpies, Chillida, Canogar...

Además, fue el primer museo japonés de España, donde puedes apreciar obra japonesa contemporánea de artistas de renombre.

No te pierdas este magnífico museo enclavado en un pueblo con unos valores paisajísticos de extraordinaria belleza, declarado Reserva de la Biosfera por la UNESCO en 2005.

Precio
Gratuito

Punto de encuentro
Pza. Carlos Ruiz, 1. Puebla de la Sierra.

Dónde se realiza la actividad
Ayuntamiento de Puebla de la Sierra.

Fechas
Viernes, sábados y domingos de 10h a 18 h.

Duración
Duración aproximada 30 min.

Gratis

Incluye
Guía acompañante.

No olvides
Venir con ganas de disfrutar y aprender sobre arte.

ORGANIZA / CONTACTO
El Valle de los Sueños
Tel.: 91 869 72 54
e-mail: turismo.pueblladelasierra@gmail.com
https://elvalledelossuenos.wixsite.com/elvalledelossuenos
Facebook: valle de los sueños

25€
persona

Paredes de Buitrago, un pueblo atrincherado

¡Ven y descubre "El frente del agua"! Una de las rutas con mayor valor patrimonial de la región.

La posición estratégica de este municipio tuvo una gran repercusión en la Guerra Civil Española (1936-1939).

Este conflicto dejó una huella imborrable en el paisaje, y actualmente tenemos la posibilidad de visitar restos que aún se conservan perfectamente.

Durante el tiempo que duro la guerra, en Paredes de Buitrago fijaron sus posiciones ambos bandos, construyendo bunkers, nidos de ametralladora, observatorios, refugios, trincheras...para disputarse el dominio de las aguas que abastecían a la población de la capital.

Contrata una de nuestras rutas de la Guerra Civil Española, y descubre muchas historias y testimonios reales que te dejarán fascinado.

Precio
25 €/persona

Punto de encuentro
Paredes de Buitrago.

Dónde se realiza la actividad
Paredes de Buitrago.

Fechas
Todo el año.

Duración
3 horas.

Incluye
Guía local, Seguro de R.C., fotos/videos para que te lleves un recuerdo imborrable de esta experiencia.

No olvides
Ropa y calzado cómodos.

Otros
Reserva previa. Grupos reducidos
Idiomas (español/inglés)

ORGANIZA / CONTACTO
Paredesparadise
Tel.: 618 647 516 / 606 420 752
e-mail: info@paredesparadise.com
www.paredesparadise.com

Villa de Torrelaguna, cruce de caminos entre ayer y hoy

Visita uno de los pueblos con más historia de la sierra, declarado conjunto historico artístico desde 1974. Cuna de personajes como el Cardenal Cisneros o Santa María de la Cabeza.

En la visita hacemos un recorrido exterior donde veremos el antiguo pósito hoy Ayuntamiento, Abadia Concepcionistas Descalzas, Antigua Alhondiga y almacén de sal hoy restaurante, casas solariegas, restos de muralla, antiguo hospital hoy Casa de Cultura.

Precio
1,50 €/persona

Punto de encuentro
Plaza Mayor.

Dónde se realiza la actividad
Torrelaguna.

Fechas
Todo el año.

Duración
45 minutos aprox.

1,5€ persona

Incluye
Folletos turísticos del pueblo.

No olvides
Calzado cómodo.

Otros
Gran oferta gastronómica.

ORGANIZA / CONTACTO
Oficina de Turismo de Torrelaguna
Tel.: 91 843 14 03 / 636 614 872
e-mail: turismotorrelaguna@gmail.com
www.torrelaguna.es/turismo

81

Visitas monumentales guiadas al Conjunto Histórico de Buitrago del Lozoya

Visita guiada por los monumentos y edificios más representativos del municipio de Buitrago del Lozoya, donde podrán disfrutar de un agradable paseo por el casco antiguo y conocer el origen de la localidad.

Precio
Desde 3 €/persona.

Punto de encuentro:
Oficina de Turismo de Buitrago del Lozoya.
C/Tahona, 19.

Fechas
Durante todo el año, de martes a domingo.

Duración
Duración aproximada de 1 hora y 15 minutos.

Horarios
De 10:00h, 12:00h y 16:00h.

Incluye
Entrada a la exposición "Dos Milenios de Artillería".

Otros
Se necesita reserva previa con al menos una semana de antelación y bajo disponibilidad. Grupo mínimo de 8 personas.

ORGANIZA / CONTACTO
Oficina de Turismo Buitrago del Lozoya
C/ Tahona, 19
Tel: 674 381 244
e-mail: turismo@buitrago.org
www.buitrago.org

Fiestas y eventos tradicionales

PRIMAVERA

- **Quema de Judas** en Montejo de la Sierra. Durante el sábado Santo.
- **Braojos Tradicional** en Braojos de la Sierra. El último fin de semana de mayo.
- **El Esquileo** en Puebla de la Sierra. Primer fin de semana de junio.
- **Corpus Christi** en Torrelaguna y Cabanillas de la Sierra, en junio.
- **Jornada de la Vereda y la Villa** en Villavieja del Lozoya. El penúltimo fin de junio.

Corpus Christi. Torrelaguna

VERANO

- **Repicadanzas** en Montejo, Prádena del Rincón y Puebla de la Sierra. Primera semana de julio (se alterna cada año).
- **Feria Medieval** en Buitrago de Lozoya. Primer fin de semana de septiembre.
- **Feria Agroecológica**, en El Berrueco. El primer fin de semana de septiembre.
- **Fiesta de la Retama** en Navarredonda. Día de San Pedro, 29 de junio o fin de semana anterior.
- **"La Siega"** En El Berrueco, en julio.

OTOÑO

- **Fiesta de Recolección del Pero** de La Hiruela. En octubre (varía en función de la maduración de la fruta).
- **Madarcos Ayer y Hoy** en Madarcos. El primer fin de semana de octubre.

Recolección de Pero. La Hiruela

INVIERNO

- **Mercadillo de Navidad**, en El Berrueco
- **Belenes vivientes** en Buitrago de Lozoya y El Berrueco. En diciembre.
- Danza pastoril **La Pastorela** en Braojos de la Sierra. 24-25 de diciembre/1-6 enero.
- **La Vaquilla – Festividad de San Sebastián** en Braojos de la Sierra, Canencia, Navalafuente, Navarredonda y San Mamés. En enero.
- **La Vaquilla de Carnaval** en Braojos de la Sierra (martes de carnaval), Canencia, Puebla de la Sierra (sábado de carnaval), El Berrueco (carnaval), El Atazar (carnaval) y Valdemanco. Lunes y martes de carnaval.
- **Los Máscaros** en Braojos de la Sierra. Martes de carnaval.

Feria Medieval. Buitrago del Lozoya

La Pastorela. Braojos de la Sierra

Museos

MUSEO PICASSO
Ayuntamiento de Buitrago de Lozoya
Plaza de Picasso, 1. 28730 Buitrago del Lozoya (Madrid)
Tel.: 91 868 00 56 (ext. 4) / 674 38 12 75
Email: museopicasso@buitrago.org / museopicasso@madrid.org
www.madrid.org/museopicasso
www.comunidad.madrid/centros/museo-picasso-coleccion-eugenio-arias

MUSEO LUIS FEITO
Oficina Comarcal de Medio Ambiente
Las Eras de Oteruelo. 28740 Oteruelo del Valle, Rascafría (Madrid)
Oficina de Turismo de Rascafría: 91 869 18 04

FUNDACIÓN BERRUTTI
M-610, km 4,100. 28729 Valdemanco (Madrid)
Tel.: 617 38 16 80 / 686 56 51 80 / 91 260 44 06
Email: charovilla123@telefonica.net
www.berruttiycharovilla.com

MUSEO FUNDACIÓN DE VARGAS
Camino Blanca, 32. 28191 Horcajuelo de la Sierra (Madrid)
Email: turismohorcajuelo@gmail.com
www.fundaciondevargas.com

MUSEO REGIONAL DE AGRICULTURA
Polígono Artesanal Torrearte
C/ Torrearte, 3. 28189 Torremocha de Jarama (Madrid)
Tel.: 91 868 36 82
Email: areasociocultural@torremochadejarama.es
museoagricultura@torrearte.org
www.museoagricultura.com

LA FRAGUA DE VILLAVIEJA
C/ La Fragua, 29. 28739 Villavieja del Lozoya (Madrid)
Ayto. de Villavieja del Lozoya
Tel.: 91 868 03 41
Email: turismo@villaviejadellozoya.es

MUSEO ETNOGRÁFICO + MOLINO HARINERO (LA HIRUELA)
C/Herrerías, 2. 28191 La Hiruela (Madrid)
Tel.: 690 865 132
Email: lahiruelaweb@gmail.com
www.turismolahiruela.es

MUSEO ETNOLÓGICO Y FRAGUA (HORCAJUELO)
Museo Etnológico: Travesía Carretera, 1. 28191 Horcajuelo de la Sierra (Madrid)
Fragua: detrás del Ayuntamiento
Tel.: 91 869 70 22

MUSEO ETNOGRÁFICO (LOZOYUELA)
Av. Madrid, 40. 28752 Lozoyuela (Madrid)
Tel.: 91 869 41 29 / 671 545 951
Email: turismo@lozoyuela.com
www.turismolozoyuela.com

MUSEO DEL AGUA
C/ Real, 47. 28192 El Berrueco (Madrid)
Tel.: 91 868 62 40
Email: turismo@elberrueco.org
www.elberrueco.org

ERAS DE TRILLAR
C/ de las Eras. 28189 El Atazar (Madrid)
Tel.: 91 868 60 64
Email: administracion@embalsedelatazar.es
www.embalsedelatazar.es

Museo de la Fragua (Villavieja del Lozoya)

Museo de la Cantería

MUSEO DE LA CANTERÍA
Museo al aire libre por el pueblo de El Berrueco.
Oficina de Información Turística de El Berrueco.
C/ Real, 47 – El Berrueco – 28192 – Madrid
Tel.: 91 868 62 40
www.elberrueco.org
Email: turismo@elberrueco.org

MUSEO ARTE EN EL PAISAJE "LAND ART"
Museo al aire libre por el pueblo de Las Navas de Buitrago.
Av. de Madrid, 40. 28752, Lozoyuela (Madrid)
Tel.: 91 869 41 29 / 671 545 951
www.turismolozoyuela.com
Email: turismo@lozoyuela.com

EL VALLE DE LOS SUEÑOS
Senda escultórica al aire libre en Puebla de la Sierra.

SALA MUNICIPAL DE EXPOSICIONES DE BUITRAGO DEL LOZOYA
C/ Tahona, 19. 28730 Buitrago del Lozoya (Madrid)
Tel.: 91 868 00 56 (ext. 4) / 674 38 12 75
Email: comunicacion@buitrago.org / eventosculturalesbuitrago@gmail.com
www.ayto-buitragodellozoya.es

CENTRO DE EDUCACIÓN AMBIENTAL DE EL CUADRÓN
M-604, km 3,3. 28743 El Cuadrón, Garganta de los Montes (Madrid)
Tel.: 91 869 42 79
Email: cuadronsierranorte@gmail.com
www.comunidad.madrid/actividades/2018/exposicion-oficios-tradiciones-sierra-norte-madrid
eacuadronsierranorte.blogspot.com/p/exposiciones.html

SALA DE EXPOSICIONES "ANTIGUO CORRAL DEL CONCEJO"
C/ Real, 47. 28192 El Berrueco (Madrid)
Tel.: 91 868 62 40
Email: turismo@elberrueco.org
www.elberrueco.org

SALA DE EXPOSICIONES VILLA SAN ROQUE
Avda. de La Cabrera, 36. 28751 La Cabrera (Madrid)
Tel.: 91 277 81 01
Email: info@sierranortemadrid.org
www.sierranortemadrid.org

CENTRO COMARCAL DE HUMANIDADES SIERRA NORTE
Avda. de La Cabrera, 96. 28751 La Cabrera (Madrid)
Tel.: 91 868 95 30
Email: cchsn@madrid.org
www.comunidad.madrid/centros/centro-comarcal-humanidades-cardenal-gonzaga

CENTRO ARTESANAL TORREARTE
C/ Torrearte, 3.
28189 Torremocha de Jarama (Madrid)
Tel.: 91 868 36 82
Email: areasociocultural@torremochadejarama.es
museoagricultura@torrearte.org
www.torrearte.org

CENTRO DE INICIATIVAS TURÍSTICAS, EDUCATIVAS, CULTURALES Y DE OCIO (CITECO)
Plaza del Llano de Patones de Arriba
Abierto sábados, domingos y festivos de 11 a 18h
91 843 29 06
http://turismo.patones.net
turismo@patones.net

MUSEO-AULA GEOLÓGICA
Camino Campoalbillo
Visita previa reserva
91 843 29 06
http://turismo.patones.net
turismo@patones.net

Centro de Innovación del Sector Turístico
de la Sierra Norte de Madrid "Villa San Roque"

Avenida de la Cabrera, 36. 28751 La Cabrera (Madrid) Tel. 630 430 128
info@sierranortemadrid.org

¡Síguenos en redes!

www.facebook.com/SierraNorteMadridTurismo.oficial

@sierranortemad

@sierranortedemadrid

www.sierranortemadrid.org

Dirección General de Administración Local
CONSEJERÍA DE VIVIENDA Y ADMINISTRACIÓN LOCAL
Comunidad de Madrid