

# 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 culturetas



[www.sierranortemadrid.org](http://www.sierranortemadrid.org)



# Bienvenido

## Sierra Norte de Madrid

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!**



## 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.: 91 277 81 01

Horario: De lunes a sábados:  
De 10:00 a 17:00h.  
Domingo: de 10:00 a 15:00h.

info@sierranortemadrid.org

[www.sierranortemadrid.org](http://www.sierranortemadrid.org)

## Sumario

### ¡Síguenos en redes!



[www.facebook.com/SierraNorteMadridTurismo.oficial](https://www.facebook.com/SierraNorteMadridTurismo.oficial)



[@sierranortemad](https://twitter.com/sierranortemad)



[@sierranortedemadrid](https://www.instagram.com/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

# Localización de los Planes en la Sierra Norte de Madrid



## CÓMO LLEGAR

Coche: Autovía A1  
Autobús: [www.alsa.es](http://www.alsa.es)

## DISTANCIA

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

## AEROPUERTO

Madrid-Barajas, Adolfo Suárez



Parque Nacional  
Sierra de Guadarrama

Reserva de la Biosfera  
Sierra del Rincón

Planes para  
**aventureros y deportistas**



# Piragüismo

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 insubmersibles y autovaciales. 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  
[www.sierranorte.com/nortesport](http://www.sierranorte.com/nortesport)



# 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  
[www.sierranorte.com/nortesport](http://www.sierranorte.com/nortesport)



# 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

www.sierranorte.com/nortesport



# 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

www.sierranorte.com/nortesport



# Piraguas en el embalse de Pinilla

Desde  
**8€**  
persona

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.

En este regalo te ofrecemos alquiler de piraguas para 3 persona para que podáis realizar una ruta a vuestro aire en el embalse.

**Precio**  
8 €/pax.

**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**  
1 hora.

**Incluye**  
Piragua, palas y chalecos salvavidas.

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

**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



# 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.

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





**25€**  
persona

## Día de emociones y aventura para todos. Ruta en piragua.

Ideal para familias, grupos y particulares.

Disfruta de una aventura en el agua, realizando una ruta guiada en piragua 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

Combinálas 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



Desde  
**10€**  
persona

## Naturalmente refrescante... ¡Vive la aventura!

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 lles un recuerdo imborrable de esta experiencia.

### No olvides

Cangrejas, bañador, toalla, ropa de cambio, crema solar.

### Otros

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

### ORGANIZA / CONTACTO

#### Paredesparadise

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

# Alquiler de raquetas de nieve

15€  
persona

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.

En este regalo 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 Navafria 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 olvidés**  
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

# Raquetas de nieve en el Parque Nacional

35€  
persona

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, acompañados 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 Navafria (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 olvidés**  
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.  
La Pinilla, Cerezo de Arriba (Segovia).

#### 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](mailto:info@madridbackcountry.com)  
[www.madridbackcountry.com](http://www.madridbackcountry.com)  
[www.facebook.com/madridbackcountry](https://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, Valdesquí 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. Rascafría.  
- La Pinilla. Riaza.

#### 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 específica 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 el el Límite

Tel.: 644 479 142  
e-mail: [infocielolimite@gmail.com](mailto:infocielolimite@gmail.com)  
<http://cielolimite.com>

13



## Curso colectivo de iniciación esquí nórdico

55€  
persona

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

14



## Parque de cuerdas y tirolinas

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**  
7 €/pax.

**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 hacer 1 vez esta planta.

**Incluye**  
Realización de la planta baja del parque de cuerdas, material de seguridad y monitor

**No olvides**  
Ropa deportiva cómoda.

**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



## Barranquismo en Madrid

35€  
persona

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, boga de anclaje, ocho y casco), Seguro de accidentes y RC.

### No olvides

Bañador, botas o zapatillas para el barranco (no chancas). 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](mailto:info@amadablamaventura.es)

<https://amadablamaventura.es>



25€  
persona

## 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 (intérprete 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](mailto:info@amadablamaventura.es)

<https://amadablamaventura.es>



25€  
persona

## 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



25€  
persona

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

Tírate al Lozoya, el río 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

Combinálas 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



# 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**  
30 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 (Rascafría - 28749)

**Dónde se realiza la actividad**  
Finca el Soto, Oteruelo del Valle (Rascafría - 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

Desde  
**30€**  
persona

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 Ecuéstre, 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 Vidae-  
cuestre



## “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.

### 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.

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 a poner todo nuestro esfuerzo, todo nuestro cariño y todos nuestros conocimientos sobre caballos y naturaleza.

### Precio

Desde 30 € persona.

### Punto de encuentro

Paraje Las Beceas - Bustarviejo.

### Dónde se realiza la actividad

Cuadra Las Beceas y entorno.  
Paraje Las Beceas - Bustarviejo.

### ORGANIZA / CONTACTO Cuadra Las Beceas

Tel.: 647 827 540 (David)  
677 771 057 (Andrés)  
e-mail: cuadralasbeceas@hotmail.com  
Facebook: Caballos Las Beceas Vidae-  
cuestre





## 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 de 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 terneros 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 (deportivos 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.: 663 355 599  
e-mail: marioejames@gmail.com

20€  
persona



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 Roblallano, 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 medio 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 adecuada, 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



## Ruta a caballo por la Sierra Norte de Madrid

Desde  
**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@centrohípicobuitrago.es  
www.centrohípicobuitrago.es



Desde  
**15€**  
persona

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

Caminos, senderos, veredas, trochas, travessías...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€

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



## Alquiler de bicicletas eléctricas

15€  
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**  
30 € / 2 personas.

**Punto de encuentro**  
Ciclodge El Nevero (Lozoya).

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

La ruta es libre; puedes disfrutar de 2 horas de pedaleo por los alrededores, pero te proponemos la preciosa pista forestal que rodea al pantano de Pinilla.

**Fechas**  
Consultar disponibilidad.

**Duración**  
2 horas.

**Incluye**  
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**  
**Ciclodge El Nevero**  
Tel.: 91 856 36 74 / 690 882 179  
e-mail: info@ciclodge.com  
www.ciclodge.com



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 puer- tos míticos de la Comunidad de Madrid a tiro de piedra: Morcuera, Canencia, Cotos, Navacerrada, Navafría, etc.

¡Descubre con Ciclodge el Valle ciclista!

**Precio**  
60 € / persona (mínimo 2 personas).

**Punto de encuentro**  
Ciclodge El Nevero (Lozoya).

**Dónde se realiza la actividad**  
Salida y Llegada: Ciclodge 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 barras 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**  
**Ciclodge El Nevero**  
Tel.: 91 856 36 74 / 690 882 179  
e-mail: info@ciclodge.com  
www.ciclodge.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 avénturate 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

**27€**  
persona

## Escalada en top rop

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  
habitaaventuras.com

15€  
persona

## 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 funcionó 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 lleve 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 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 el el Límite**

Tel.: 644 479 142

e-mail: [infocielolimite@gmail.com](mailto:infocielolimite@gmail.com)

<http://cielolimite.com>

Gratis

## 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

Gratis. Sendas autoguiadas.

### Punto de encuentro

Centro de información en C/ Real, 47 El Berreuco.

### 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 hora 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](http://www.embalsedelatazar.es)



## 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 joëlletes, 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](mailto:info@roblemoreno.es)

Reserva de la actividad:  
[http://bit.ly/Rutas\\_Lozoya19\\_20](http://bit.ly/Rutas_Lozoya19_20)

Gratis

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](http://www.proyectoeidos.es)  
O a través de [info@proyectoeidos.es](mailto: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 Certificado 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](mailto:info@proyectoeidos.es)  
[www.proyectoeidos.es](http://www.proyectoeidos.es)



Desde  
**12€**  
persona

## Pajareando en familia

Las aves están por todas partes aunque a menudo no reparamos 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



**15€**  
persona

## Ruta guiada con raquetas de nieve

### ORGANIZA / CONTACTO

#### Centro de Esquí Nórdico y Montaña de Navafría

Tel.: 687 375 430  
e-mail: info@navafriaesqui.com  
http://navafriaesqui.com

Planes para  
**familias con niños**





# Vive una experiencia apícola en Braojos de la Sierra



**20€**  
persona

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 (obrero, 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

#### 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

Miel El Bardal de Braojos

Tel.: 652 216 745

e-mail: mielelbardal@gmail.com



450\*  
€

## Fin de semana rural

¿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: 450 €.

### 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



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€ niño@ 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



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 árboles entre 4 y 7 m. de altura y con vistas al P.N. de la Sierra de Guadarrama. Tiene 12 m<sup>2</sup> más otros 12 m<sup>2</sup> de terraza. Equipada con 1 cama de matrimonio y 2 camas individuales, sanitario y lavabo, neverita, sábanas 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 in-

cluye 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



**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 número 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 el el Límite**  
Tel.: 644 479 142  
e-mail: infocielolimit@gmail.com  
http://cielolimit.com



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@cucufly.com  
www.cucufly.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



# ¡A trotar!

**20€**  
persona

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 terneros 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

Consultar

# Esquí de fondo en familia



**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 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.

**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.

**60€**  
persona

**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](http://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](mailto:espacioinquietudes@gmail.com)  
[www.espacioinquietudes.com](http://www.espacioinquietudes.com)



## 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 elaboras en el taller: jabones, velas, semilleros y plantas).

**10€**  
persona y taller

**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/en-familia](http://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](mailto:espacioinquietudes@gmail.com)  
[www.espacioinquietudes.com](http://www.espacioinquietudes.com)



Desde  
**15€**

## Rural Art. Arte y naturaleza en familia

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

**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](http://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](mailto:signaturmad@gmail.com)  
[www.signaturweb.com](http://www.signaturweb.com)



## Talleres en familia

Desde  
**10€**

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



# Apicultor por un día

20€  
persona

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)

#### Dónde se realiza la actividad

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

#### Fechas

#### 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

- 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

##### SAT El Jabardo

Tel.: 610 555 151 / 676 053 423  
e-mail: sateljabardo@gmail.com  
<https://el-jabardo-sat9.webnode.es>



Planes para  
**foodies**



## 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**  
Numero 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](mailto:cervezabailandera@gmail.com)  
[www.cervezabailandera.es](http://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](mailto:info@ruralinside.com)  
[www.huertosanantonio.com](http://www.huertosanantonio.com)



# Calçotada

Disfruta de una comida diferente como son los Calçots. Ven con tus amigos y familiares y pasa un día 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.

#### Precio

39 € por persona (mínimo 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.

**39€**  
persona

#### ORGANIZA / CONTACTO

**Finca Equilibrium**

Tel.: 648 776 853

e-mail: [comercial@fincaequilibrium.com](mailto:comercial@fincaequilibrium.com)  
[www.fincaequilibrium.com](http://www.fincaequilibrium.com)



# Viaje a las entrañas de Quesería Jaramera

Visita a nuestro obrador para aprender como 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 celiacas.

Desde

**15€**

#### ORGANIZA / CONTACTO

**Quesería Jaramera**

Tel.: 644 732 161

e-mail: [info@queserijaramera.com](mailto:info@queserijaramera.com)  
[www.queserijaramera.com](http://www.queserijaramera.com)

A scenic view of a wooden dock extending into a calm lake. The dock is made of weathered wooden planks and is supported by several dark wooden posts. The water is still, reflecting the surrounding trees and the clear blue sky. The trees are lush and green, with some showing early autumn colors of yellow and orange. The sky is a clear, bright blue. The overall atmosphere is peaceful and natural.

Planes para  
**amantes de la naturaleza**

# ¡Científicos por un día! Anillamiento científico de aves en familia

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.: 91 277 81 01  
e-mail: info@sierranortemadrid.org

MÁS INFORMACIÓN EN:  
sierranortemadrid.org



# Cursos medioambientales

50€  
persona

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

16€  
persona



# Hilando cuentos

Senda intergeneracional que nos transportará 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.  
Gratis 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 ganas 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

## Senda ornitológica: entre valles y sierras

16€  
persona

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 linajes, huertas y prados.

Esta variedad de ecosistemas alberga gran variedad de avifauna. Destacaremos en la primavera: Los coloridos abejarucos, los infalibles cazadores como alcaudón dorirrojo, 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... fringílicos 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 como 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@deraiiz.online  
www.deraiz.online

20€  
persona

## 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 mismo 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



## Paisaje cultural de los robles centenarios

15€  
persona

Ruta interpretativa guiada por la Dehesa Boyal de Puebla de la Sierra en la que adentrarse por el paisaje de robles centenarios trasnochados 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 olvidés

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



15€  
persona

## 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 olvidés

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



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, ginetá, garduña, zorro, pico picapinos, páridos, fringíllidos, 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



**15€**  
persona

## 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



## Educación ambiental en la Sierra Norte de Madrid

Gratis

¿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/ActividadesCEACuadrón>  
Facebook: @eavallelozoya  
<http://eacuadrónsierranorte.blogspot.com.es>

Esta página descuadra,  
se podría poner una  
foto de la Sierra

A photograph of a young man and woman sitting in a field of tall grass at sunset. The man is in the foreground, seen from behind, wearing a dark t-shirt. The woman is sitting next to him, wearing blue jeans, and they are holding hands. The background is a soft, golden glow from the setting sun, creating a romantic and peaceful atmosphere.

Planes para  
**parejas**



## “Baño de Gong” Un concierto de música ancestral, por Manuel Cuevas

Desde  
**25€**  
persona

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](http://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](mailto:info@ruralinside.com)  
[www.huertosanantonio.com](http://www.huertosanantonio.com)



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

Desde  
**16€**  
persona

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...

### 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](mailto:info@ruralinside.com)  
[www.huertosanantonio.com](http://www.huertosanantonio.com)



## 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!

**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.

**30€**  
2 personas

**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.

**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

**60€**  
2 personas

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@cucufash.com  
www.cucufash.com

Planes para  
**culturetas**



## 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 magnífica 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 estímulo 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

## Paseos temáticos por Patones

3€  
persona

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 medieval” 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

Plaza del Ayuntamiento de Patones.

### 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 laborales de 9 a 15 h).  
e-mail: turismo@patones.net





## De la arquitectura a la mesa

**2,5€**  
persona

¿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

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



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

Gratis

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

iDesconectar 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.braojos.org/turismo-braojos/web-turismo-braojos](http://www.braojos.org/turismo-braojos/web-turismo-braojos) 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



12€  
persona

## 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, 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](mailto:Info@impulsoterritorial.com)



15€  
persona

## 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](mailto:queserialacaperuza@gmail.com)

## 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.puebladelaSierra@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.puebladelaSierra@gmail.com  
<https://elvalledelossuenos.wixsite.com/elvalledelossuenos>  
Facebook: valle de los sueños



## Paredes de Buitrago, un pueblo atrincherado

25€  
persona

¡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 histórico 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, Abadía 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

# Oficinas de Información y Centros de Recursos

# 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.



Feria Medieval. Buitrago del Lozoya

## OTOÑO

- **Fiesta de Recolectión 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.



Recolectión 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.



La Pastorela. Braojos de la Sierra



para Oria  
su amigo  
el 17.5.98.



Museo de la Fragua (Villavieja del Lozoya)



Museo de la Cantería

# 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@villaviejadelozoya.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 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 / eventos culturales@buitrago@gmail.com  
www.ayto-buitragodelozoya.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  
eacudronsierranorte.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-comarcial-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. 91 277 81 01  
info@sierranortemadrid.org

*¡Síguenos en redes!*



[www.facebook.com/SierraNorteMadridTurismo.oficial](https://www.facebook.com/SierraNorteMadridTurismo.oficial)



[@sierranortemad](https://twitter.com/sierranortemad)



[@sierranortedemadrid](https://www.instagram.com/sierranortedemadrid)



[www.sierranortemadrid.org](http://www.sierranortemadrid.org)



Comunidad  
de Madrid