



RUTA TERAPÉUTICA

La hoya de San Blas

Fecha: 23 de septiembre

Horario: de 09.00h- 17.00h

Precio: 25€

Forma de pago: Mediante bizum o efectivo

Guía: Mayra Díaz: montañera con amplia experiencia en rutas de senderismo consciente

Contacto: Info@mundomayra.com

T: + (34) 650 83 29 66

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

Actividad física de salud y bienestar para contrarrestar el estrés de la vida urbana

Datos técnicos de la ruta:

Ruta circular
Distancia: 13 km
Tiempo: 3h 40 Aprox
Dificulta: Fácil
Desnivel: 396 m
Altitud máxima: 1476 m
Fuente de agua. Si

El recorrido es pista forestal ancha y cómoda
Iremos despacio disfrutando del camino y siempre siguiendo las indicaciones del guía,
cada participante es responsable de sus decisiones y seguridad

En caso de improbables contingencias contamos con los servicios el 112

¿Qué tienes que llevar?

Ropa adecuada a la climatología, un chubasquero ligero siempre

- Calzado adecuado
- Comida y bebida

Bolsa para residuos



mundo maya

CONSCIENCIA PARA EL EQUILIBRIO

Planning

A las 9.00h**. Desayuno en pastelería Piccola**

Dirección: Pl. de la Villa, 8, 28791 Soto del Real, Madrid
Podéis aparcar en en el **parque** de la avenida de España

Comenzaremos la ruta a las 10.00h

Comida. De picnic en el mirador, vistas impresionantes al embalse de Santillana con las torres de Madrid al fondo

¿Cómo ir?

36 min (45,5 km) por M-607. Desde Madrid

También se puede llegar en autobús. Línea 726 con salida en el Intercambiador de Plaza de Castilla y parada en Soto del Real

Lo mejor es ir en coche compartiendo plazas y gastos 5€ que se le entregarán al conductor.
Si no tienes coche envíame un WhatsApp para organizarlo

La excursión se realiza con un mínimo de seis participantes
Confirma tu asistencia por WhatsApp **T: 650 83 29 66**

¡Apúntate a disfrutar de la magia de la naturaleza!.