

### TURISMO ACTIVO CERCA DE MADRID

Para la gente que vive en una ciudad y que busca algo diferente de su rutina diaria, ofrecemos algunas ideas para el turismo activo.

#### ❖ **Madrid: ecoturismo en la Sierra Norte**

En un entorno natural, María y Emilio ofrecen clases para experimentar en la cocina, en la huerta, con la fotografía, con la cerámica... para adultos y para niños. No es posible aburrirse aquí.

**Dónde:** Lozoya - Madrid

**Precio:** de 10 € a 60 €  
por persona

**Edad mínima:** no hay

**Duración:** de 2 horas a una jornada completa

**Más información:** [www.espacioinquietudes.com](http://www.espacioinquietudes.com)

#### ❖ **Madrid: escalada en rocódromo**

Actividad guiada para jóvenes y adultos. En nuestro rocódromo de 4 caras tridimensional puedes aprender de forma fácil y segura los conocimientos básicos de este apasionante deporte.

**Dónde:** Rocódromo, Provincia de Madrid

**Precio:** 10 € por persona

**Edad mínima:** no hay

**Duración:** 2 horas

**Más información:** <https://grupoasdon.com/actividad-escalada-madrid.php>

#### ❖ **Madrid: disfrutar en el Embalse de San Juan**

Actividad para toda la familia que se puede hacer en un mismo día: comienza en las piraguas (kayak o canoa) en el pantano y termina con la escalada de roca natural. Es una actividad a nivel de principiantes.

**Dónde:** Embalse de San Juan, al oeste de Madrid

**Edad mínima:** 7 años

**Precio:** 42 € por persona

**Duración:** 5 horas (2 horas en kayak y 3 horas de escalada)

**Más información:** [www.yucalcari.com](http://www.yucalcari.com)

#### ❖ **Madrid: en bici por el Madrid urbano**

Una excursión al patrimonio cultural e histórico de la capital, conectado por pasillos verdes. Paseo ideal para ciclistas principiantes que busquen rutas sencillas con un contenido temático.

**Dónde:** punto de encuentro Paseo de Yaserías, 15 - Arganzuela, Madrid

**Duración:** 3 horas

**Precio:** 35 € por persona

**Más información:** [www.rutaspangea.com](http://www.rutaspangea.com)

*adaptado de: [www.que.es](http://www.que.es), 24-06-16*

*<https://grupoasdon.com>, sin fecha*