

CIRCUITO ADENI DE RUTAS SALUDABLES



Fecha: 13 DE AGOSTO 2016

Programación:

Distancia: 13 KILOMETROS/ 10

9:00 h Punto de encuentro Plaza Virgen de la Soledad

Plazas: 150

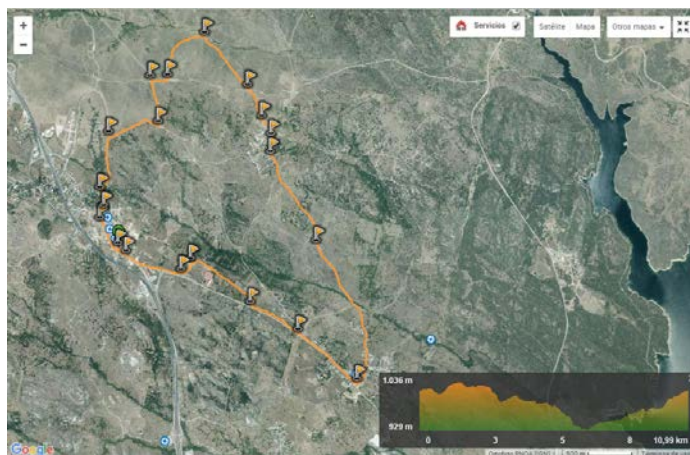
9:15 h Salida

Nombre y mapa de la ruta:

13:30 h Llegada aproximada

1. RODEANDO EL MUNICIPIO

2. PASEO AL PUENTE ROMANO



Descripción:

Una ruta increíble uniendo los tres núcleos urbanos que conforman el municipio, Lozoyuela, Navas y Sieteiglesias. Ambas rutas podrán realizarse **a pie o en bicicleta de montaña** (cada persona debe aportar la suya).

La primera es un itinerario significativo porque **recupera los antiguos caminos que servían de comunicación a los vecinos** y que nos permite observar la típica arquitectura serrana, tanto en las casas, como en el resto de las construcciones ganaderas, fuentes, abrevaderos etc.

Para las personas que quieran **iniciarse en marcha nórdica**, podrán disfrutar haciendo la ruta del Puente Romano, sobre el río Jábalo. También podremos iniciarnos en la práctica de **senderismo y montañismo adaptados** para situaciones de discapacidad, conociendo y practicando con las sillas "yoëlettes".

Inscripciones: En el Ayuntamiento de Lozoyuela-Navas-Sieteiglesias de 9:00 a 14:00 h. Llamando al teléfono 91 869 88 07 o en el mail deportes@lozoyuela.com, en la página web: www.youevent.es.

Precio de la actividad: 5 euros, incluye seguro, paella y entrada a la piscina tras la ruta



PLAZA DE LA CONSTITUCION N° 1
28752 LOZOYUELA (MADRID)
TLF. 91.8694561 FAX 91.8694511



Colaboran: Grupo de Marcha Nórdica de Valdemorillo y Asociación Roblemoreno (Lozoya)