

Montañismo **en familia**

DÍA	RUTAS	DIFICULTAD	DESNIVEL	LUGAR Y HORA DE SALIDA
8 de octubre	CABEZA LIJAR -Madrid- [9 km]	Media	Desnivel de subida: 350 m. Desnivel de bajada: 590 m.	GSD Vallecas [09:00 h.]
19 de noviembre	LA HIRUELA -Madrid- [10 km]	Media - Baja	Desnivel de subida: 370 m. Desnivel de bajada: 370 m.	GSD Vallecas [09:00 h.]
17 de diciembre	PUEBLOS NEGROS -Guadalajara- [11 km]	Media	Desnivel de subida: 160 m. Desnivel de bajada: 200 m.	GSD Vallecas [08:30 h.]
21 de enero	PRADOS Y ALDEAS -Pedraza- [11 km]	Media - Baja	Desnivel de subida: 105 m. Desnivel de bajada: 180 m.	GSD Vallecas [09:00 h.]
11 de febrero	RAQUETAS DE NIEVE -Guadarrama- [7 km]	Media	Desnivel de subida: 390 m. Desnivel de bajada: 390 m.	GSD Vallecas [08:00 h.]
11 de marzo	MAJADA DEL COJO -Madrid- [12 km]	Media	Desnivel de subida: 150 m. Desnivel de bajada: 770 m.	GSD Vallecas [09:00 h.]
22 de abril	SENDA HERREROS -Madrid- [9 km]	Media	Desnivel de subida: 250 m. Desnivel de bajada: 720 m.	GSD Vallecas [09:00 h.]
20 de mayo	EL RÍO ERESMA -Segovia- [10 km]	Media	Desnivel de subida: 70 m. Desnivel de bajada: 650 m.	GSD Vallecas [09:00 h.]
3-4 de junio	TRAVESÍA PEGUERINOS - EL ESCORIAL (Noche)	Día 1. Río Aceña - Fuente de Las Negras en la Casa de la Cueva		
		Media	Desnivel de subida: 390 m. Desnivel de bajada: 70 m.	GSD Vallecas [09:00 h.]
		Día 2. Fuente de Las Negras - El Escorial		
Media	Desnivel de subida: 200 m. Desnivel de bajada: 790 m.	Regreso en tren		

Guía de montaña titulado • Seguro de asistencia • Ficha de cada actividad • Asesoramiento previo vía email • Botiquín • Guía acompañante en raquetas, escalada y en salidas de senderismo con más de 35 participantes

