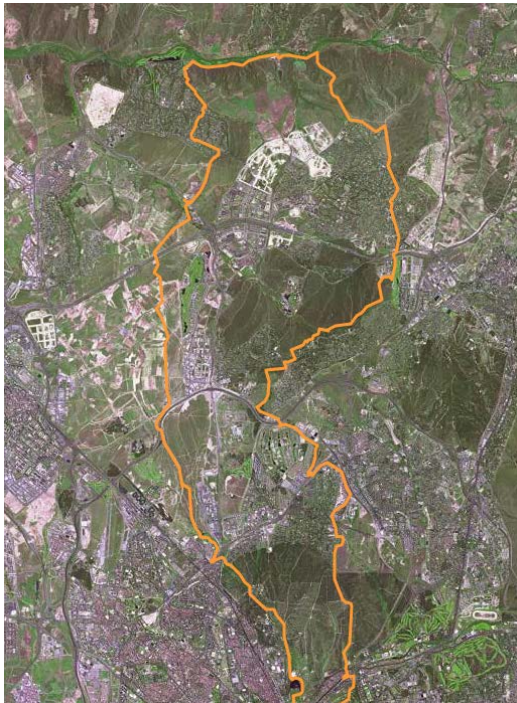


## Anillo Verde de Madrid

Proponemos realizar el circuito circular que nos llevara por zonas próximas a Madrid ciudad. La ruta transcurre por la zona norte de Madrid. Llevándonos por las zonas verdes que tiene nuestra ciudad a sus alrededores. Rodaremos por la zona de los Humedales de Somosaguas, Boadilla del Monte y diferentes espacios que hacen de pulmón de nuestra ciudad.

La ruta no debemos de infravalorarla por ser una circular cerca de la ciudad, sin duda, aunque no tiene una gran dificultad técnica, sus más de 60 km y sus casi 520 metros de desnivel, hacen que debamos de ir preparados física y mentalmente para su realización.

Saldremos de una zona del lago de la Casa de Campo, desde aquí, nuestra ruta nos llevara por diferentes y vario pintos puntos, en algunos casos tendremos que recorrer pequeños tramos de urbanizaciones, pero sin duda su mayor parte nos transcurre por zona de parque y caminos que nos harán pensar que estamos muy lejos de la gran ciudad.



**Distancia: 58 km**

**Desnivel +: 510 metros**

**Desnivel -: 510 metros**

**Dificultad: moderada**

**Cota Max.: 743 metros**

**Cota Min.: 579 metros**

**Duración: 5 h min**

## Planning:

08:30 **Salida desde Lago de Casa de Campo.**

<https://www.google.com/maps/place/Lago+de+la+Casa+de+Campo/@40.4178363,-3.7307879,51m/data=!3m1!1e3!4m5!3m4!1s0xd42280f1301ea9b:0xa23ef0ad9eadd814!8m2!3d40.4189281!4d-3.7327191>

09.00 **Incorporación en el punto Colonia Jardín.**

<https://www.google.com/maps/place/Lago+de+la+Casa+de+Campo/@40.3968883,-3.775762,49m/data=!3m1!1e3!4m5!3m4!1s0xd42280f1301ea9b:0xa23ef0ad9eadd814!8m2!3d40.4189281!4d-3.7327191>

13:30 **Llegada al punto de inicio.**

### ¿Qué debemos de llevar?:

- Chaqueta cortavientos o chaqueta caliente.
- Culote.
- Mallot.
- Casco.
- Ropa y calzado deportivo y/o de ciclismo.
- Guantes
- Gafas de sol.
- Crema solar y protección labial.
- Un litro de agua mínimo por persona.
- Comida para media mañana.
- Cámara de repuesto.
- Bomba.
- Parches para reparación.

### ¿Qué incluye?:

- Seguro de RC y Accidentes.
- Guías titulados.
- 2 guías uno por grupo, si algún grupo excede de 8 personas irán 2 guías en ese grupo.