

FIN DE SEMANA

Como un 'cowboy' por Madrid

Rutas a caballo por la sierra, vóley playa con vistas al Palacio Real o un festival grafitero. Pistas para despedir el verano al aire libre en la región

por REYES CUEVAS



De arriba abajo, edición del concurso Pinta Malasaña 2020 en el mercado de los Mostenses, en Madrid; kayaks del Club Deportivo Ocio y Aventura, en el pantano de San Juan, y el skatepark de Madrid Río. ALESSANDRO AVONDO (ALAMY)

Las alternativas de ocio se pintan de verde en la Comunidad de Madrid para disfrutar lo que queda de buen tiempo. La demanda de lugares abiertos durante la pandemia ha configurado un nuevo mapa de planes urbanos y también para disfrutar de la naturaleza que salpican la región madrileña. Solos o en grupo, por libre o en modo *tour*. Hay ofertas gratis y de pago para todos los públicos. Eso sí, sin olvidarse de la mascarilla en el bolsillo.

● Cabalgando por Guadarrama

● Turismo ecuestre

El creciente interés por la equitación y las rutas a caballo invita a descubrir la sierra madrileña cabalgando en pequeños grupos con monitor y guía de turismo ecuestre. La página de reservas turísticas Viator organiza paseos privados por los montes de la sierra de Guadarrama, que incluyen interesantes explicaciones sobre la fauna del lugar. Dirigido tanto para iniciados como para jinetes expertos, es posible sentirse *cowboy* por un día.

Rutas en grupo (2,30 horas), 50 euros. Paseos privados (2 horas), 90 euros. viator.com.

● Paseos muy saludables

● Senderismo y *scape room*

Madrid en Verde es una propuesta de la Red de Centros de Educación Ambiental con 50 itinerarios para hacer senderismo por la comunidad. En su página web facilitan mapas, audioguías e información de los recorridos que discurren por cañadas, caminos del agua y espacios de interés ornitológico. Por ejemplo, para conocer el parque regional del Sureste, la cuenca del río Alberche o el valle del Lozoya. Se recomienda un máximo de 10 senderistas por grupo para garantizar la distancia social. Adeni organiza también "rutas saludables" y en la capital los guías de Civitatis añaden rutas de leyendas y escenarios de cine, y Viator juegos de habilidades y *escape room*.

Madrid en Verde (comunidad.madrid). Adeni: rutas gratuitas en 22 municipios de la Sierra Norte (adeni.es). Actividades de Civitatis.com y Viator.com (desde 10 euros).

● La comunidad sobre ruedas

● Rutas en segway

Moverse sobre ruedas está a la última. Para hacerlo en segway, hay rutas guiadas por el Retiro, la Casa de Campo y el parque de Juan Carlos I. Euro Segway Madrid Tours oferta, además, un *tour* exprés de cuatro kilómetros por el Madrid histórico, y Segway Trip propone recorridos combinados con paradas para tapear o tomar un chocolate con churros. Para amantes de la bici urbana, Madrid Bike Tours las alquila para trayectos diurnos o nocturnos, también en versión eléctrica. Fuera de la ciudad, Rutas en Bici da pistas para pedalear por la sierra. Otra alternativa es combinar bici y transporte público por libre, guiándose con el programa de Rutas Verdes de la región, como las de Pitis, El Pardo, Manzanares el Real o Peñalara. O mezclar bicicleta y tren con la referencia de las *Bicitren*, publicaciones de Tomás Lorenzo Velayos con 45 itinerarios ciclistas. Para los más lanzados, Viator.com

dispone de *tours* en *buggy* y *tuk tuk* (minivehículos a motor) por el Madrid castizo, que callejean por el barrio de los Austrias y los Borbones.

Euro Segway Madrid: 1 hora desde 20 euros (segwaymadrid-tours.com). Segway Trip: 1 hora desde 25 euros (segwaytrip.com). Madrid Bike Tours: 1 hora desde 21,90 euros (madridbiketours.com). Rutas en Bici (rutasenbici.net). Programa Rutas Verdes (crtm.es). Bicitren 1 y 2 (comunidad.madrid). Viator.com: rutas en 'buggy' (1 hora desde 35 euros) y 'tuk tuk' (desde 40 euros).

● Un brindis después de volar

● Una hora en globo

Aerotours califica de "experiencia imborrable" el trayecto en globo aerostático que durante una hora sobrevuela el parque nacional de Guadarrama (para grupos desde dos personas). La travesía incluye, además de mucha adrenalina, almuerzo, vídeo y brindis con cava. Siempre en las Nubes —a través de la empresa de experiencias Aladinia— ofrece vuelos de tres horas para grupos de 6 a 10 personas e incluye un diploma. Es necesario indumentaria cómoda y tener cumplidos los 18 años.

Aerotours: desde 340 euros, precio para dos personas (aerotours.com). Aladinia: 160 euros, por persona (aladinia.com).

● Adrenalina en el agua

● Flyboard y banana boat

El Club Deportivo Ocio y Aventura ofrece divertidas actividades acuáticas desde 2013 en el pantano de San Juan, en la localidad de San Martín de Valdeiglesias. Este es el único pantano navegable a motor de la región, y el lugar para practicar *flyboard*, *wakeboard*, *paddle surf*, rutas en kayak y *banana boat*. También disponen de tranquilos paseos en barco. Otros muchos clubes operan en la zona. Dicen que, en estos tres años, ha habido un bum.

Actividades (1 hora de duración) desde 150 euros para grupos (mínimo tres personas); ociopantanosanjuan.com.

● En el skatepark

● Locos por el monopatín

En mitad de Madrid Río, la avenida verde que recorre ambos márgenes del Manzanares, se asoma a un lado el skatepark Ignacio Echeverría, cuyo nombre recuerda al joven patinador vasco asesinado en los atentados de Londres de 2017. Jóvenes y niños peinan sus dunas de hormigón sobre el monopatín, mientras suena música *trap* o latina en algún altavoz portátil. En sus 2.300 metros cuadrados cabe también una pista de patinaje para deslizarse en patinetes o bicicletas. Además, el pasado mes de julio se inauguró un skatepark de 880 metros cuadrados también en homenaje al joven conocido como el héroe del monopatín en la localidad madrileña de Paracuellos del Jarama.

Paseo de la Choperá, 4. Madrid Río. Gratis.

● Safari de grafitis

● Arte urbano en Malasaña

Desde 2016, el concurso anual Pinta Malasaña reúne a cientos de artistas para *grafitear* —con permiso— cierres metálicos y cristaleras de los comercios de este céntrico barrio madrileño. El próximo 19 de septiembre, hasta 100 creadores internacionales intervendrán en un centenar de espacios. "Estamos abiertos a *performances* e instalaciones efímeras", añaden desde la publicación digital *Somos Malasaña*, que junto a Madrid Street Art Project organiza este festival de arte urbano. Suben mapas y rutas a su web para facilitar recorridos, y pueden surgir visitas guiadas. Este colectivo también prepara "safaris" de grafitis por Lavapiés.

Pinta Malasaña: 19 septiembre, de 8,00 a 20,00; pintamalasaña.com y madridstreetartproject.com. 'Safaris' grafiteros en Lavapiés: 1 hora y media de duración, 15 euros (para grupos).

● Arena, música y vóley

● La playa, en la capital

Queda poco tiempo para disfrutar, hasta el 15 de septiembre, de la efímera playa MadBeach Club instalada en Madrid. Este multiespacio de 17.000 metros cuadrados, situado en Puerta del Ángel, ofrece conciertos (Sidonie, este sábado 11 de septiembre), actuaciones y clases de vóley playa, por días o semanas. Los sábados sirven aperitivo y *paellada* (de 12.30 a 16.00). Mientras azuza el calor, el público fluye pizpireto por sus zonas de ocio.

MadBeach Club (Puerta del Ángel): acceso gratuito excepto tardes de concierto (hasta las 17.30); madbeachclub.es. Clases de vóley desde 55 euros (beachvolleyacademy.org).