

CONSEJOS PRÁCTICOS

- La persona que guía el grupo adopta un ritmo de marcha según el nivel de recorrido y las circunstancias. No sobrepases al guía. Si te sitúas delante irás imponiendo un ritmo mayor y crearás confusión en los demás, cansarás a quienes tengan más dificultades y provocando la dispersión del grupo, lo que puede ocasionar posibles pérdidas. Si vas detrás, no te retrases innecesariamente.
- Presta atención en el recorrido y mantén siempre a la vista a la persona que vaya delante de ti, asegurándote de que sea del grupo. Es la mejor manera de no perdernos. Nunca te quedes detrás del compañero o compañera que cierra el grupo.
- Aprender a disfrutar de la naturaleza sin dañarla es un objetivo del Taller. Te rogamos que no produzcas ningún tipo de contaminación medioambiental: No dejes restos inorgánicos (latas, plásticos, etc.) ni orgánicos (restos de fruta o comida).
- Procura no gritar, cantar o hablar en voz alta y no asustar a los animales.
- Lleva ropa y calzado adecuado, previendo que el tiempo puede cambiar, sobre todo en la montaña, chubasquero o impermeable, agua y algo de comida.



www.ccoomadrid.es



tallerdemedioambiente@usmr.ccoo.es

[INSCRIPCIONES AQUÍ](#)

27 enero 2024

Pantano de Buendía y Monasterio de Monsalud



Salida: 9:00 h. en Atocha

Precio: 30€ personas afiliadas - 35€ personas no afiliadas.

Incluye autocar, comida y seguro

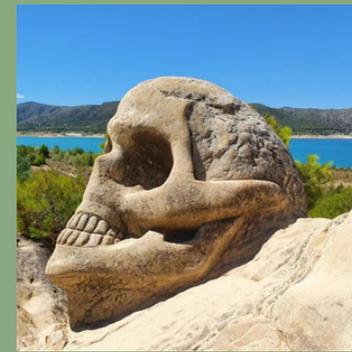
Dificultad: fácil

RUTA DE LAS CARAS - EMBALSE DE BUENDÍA

La ruta de las caras se encuentra junto al pantano de Buendía y la Sierra de Altamira, en la Alcarria conquense, y está formada por más de quince esculturas.

El embalse de Buendía está situado en el cauce del río Guadiela, afluente del Tajo. Forma, junto a los embalses de Entrepeñas, Bolarque, Zorita y Almoguera, parte del llamado Mar de Castilla y abastece el trasvase Tajo-Segura.

En el entorno que vamos a visitar dominan los pinares de pino carrasco, que alternan con sabino-enebrales de sabina mora y enebro de miera y matorral de diversas especies.



MONASTERIO DE MONSALUD

Próximo a la localidad de Sacedón se encuentra el Monasterio de Monsalud, construido en la segunda mitad del siglo XII, ejemplo de la presencia de la orden del Císter en la Península. Es uno de los monasterios más antiguos y con mejor conservación de la provincia, que sirvió de centro económico en la repoblación de Castilla y fue una influencia del románico del sur de Guadalajara y Cuenca.

