

# CICLANDO ARGANZUELA

Asociación Andecha  
Información e inscripciones:  
722520247 contacto@equipoandecha.org

CREANDO  
VÍNCULOS  
COMUNITARIOS EN  
EL TEJIDO  
ASOCIATIVO DE  
ARGANZUELA



DIRIGIDO A GRUPOS DE HASTA 15 PERSONAS

## RUTAS EN BICICLETA

Horario: de 18 a 20h

Lugar de encuentro: Mobeo Matadero.  
P.º de la Chopera, 14

Trae tu bici, o te dejamos una gratis

## OTRAS ACTIVIDADES

Horario: de 19 a 20h

Lugar: El Juana Doña P.º de la Chopera, 10



MADRID

Con la colaboración de C.D. Bicisalud, El Elena Arnedo y El Juana Doña

# 24

MAYO

Conociendo mi bici  
Taller de mecánica y reparación de bicicletas

# 07

JUNIO

Cliclando Madrid Río  
Ruta en bici por Madrid Río y el Parque Lineal del Manzanares

# 21

JUNIO

¡Muévete en bici!  
Ruta urbana en bici por el Pasillo Verde-Delicias-Parque Tierno Galván-Yeserías

# 11

JULIO

Buscando el equilibrio  
Iniciación al Slackline en el Parque Enrique Tierno Galván

# 19

JULIO

Cuidando nuestro cuerpo  
Circuito de actividades físico-deportivas donde se trabajarán ejercicios de fuerza, resistencia y equilibrio

# 13

SEPTIEMBRE

Rueda rueda  
Ruta en bici por Madrid Río-Príncipe Pío-Puerta de los Franceses-Casa de Campo

# 18

OCTUBRE

Conociendo mi bici II  
Taller de mecánica y reparación de bicicletas

# 15

NOVIEMBRE

Mueve, estira y respira  
Taller de estiramientos y autocuidados