

## Bienestar Plus



### Dibujando en la naturaleza: Monasterio de Valfermoso

26 y 27 febrero 2022 (Cultural y nivel 1)

#### Descripción:

Con este viaje iniciamos una serie de excursiones en las que combinaremos marchas a pie con el arte de dibujar. Dirigidos por una profesora de dibujo aprovecharemos las rutas de senderismo para plasmar en nuestros cuadernos la belleza de los rincones por los que pasamos, sin que sea necesario más que un cuaderno y lápices de colores. Así pues, a lo largo del recorrido se realizarán varias paradas para tomar notas y dibujar, inspirados en la belleza de la naturaleza.

Además, en este viaje contamos con el aliciente de alojarnos en la hospedería del monasterio de Valfermoso —un remanso de paz y espiritualidad, regido por monjas benedictinas—, participando en la tarde del sábado en un taller impartido por la profesora.

El río Badiel es un afluente del Henares que, al erosionar "las alcarrias", ha creado un solitario vallecito donde "las campiñas" se extienden por ambas orillas del curso fluvial creando un paisaje de inesperada belleza. En este escenario caminaremos de pueblo en pueblo, tras los pasos de Álvaro Fárez, en el Camino del Cid.

El Real Monasterio de San Juan Bautista fue fundado por el Rey Alfonso VIII a principios del siglo XIII, siendo regido desde entonces por monjas benedictinas, quienes tras numerosos avatares históricos han conducido a este cenobio hasta nuestros días, ofreciendo la posibilidad de disfrutar de una sosegada y cálida hospitalidad como un complemento esencial en este viaje.

#### Datos técnicos

**Precio:** 225€ (205€ socios). Suplemento individual: +25€.

**Salida:** Sábado, 26, febrero, 9 am, desde [Templo de Debod](#), [Monumento a los Caídos](#), [calle Ferraz](#).

**Alojamiento:** en la hospedería del Real Monasterio de San Juan Bautista, en Valfermoso de las Monjas (Guadalajara).

**Guías:** Los tiempos para dibujar estarán dirigidos por Isabel Navarro.

#### Programa del viaje

##### - Sábado, 26: Madrid-Monasterio de Valfermoso.

Salida a las 9 am desde [Templo de Debod](#), [Monumento a los Caídos](#), [calle Ferraz](#). Viaje en autocar hasta Torremocha del Campo (Guadalajara), en cuyas inmediaciones iniciaremos la primera de las marchas, recorriendo el río Dulce hasta las inmediaciones de la población de Pelegrina (7 km, con un desnivel de 150 m de subida y bajada).

Seguidamente nos trasladaremos al Monasterio de Valfermoso, donde llegaremos a a las 14 h para comer en el mismo monasterio. Tras la comida tiempo libre hasta las 16 h en que realizaremos una marcha por los alrededores, de nivel 1.

Al regresar al monasterio, disfrutaremos de un taller impartido por Isabel Navarro hasta la hora de la cena, a las 21 h.

##### - Domingo, 27: De pueblo en pueblo.

A las 9 h realizaremos una sesión de ejercicios de estiramientos, Chi-Kung y meditación guiada.

Desayuno a las 10,15 h, tras lo cual nos iremos a caminar en silencio por el valle del Badiel, iniciando la marcha en el mismo monasterio siguiendo las marcas del Camino del Cid hasta el pueblo de Utande, tras pasar por el de Gajanejos (6 km, con 150 m de subida y bajada).

Regreso con el autocar al monasterio para comer a las 14,15h. A las 16:00 h se realiza el cierre y despedida.

Hacia las 16,30 h emprendemos el viaje de regreso a Madrid, donde está previsto llegar en torno a las 18,30 h.

#### Isabel Navarro Merino

Aficionada a la pintura desde muy corta edad en 1974 se licenció en la Escuela Técnica Superior de Arquitectura de Madrid.

Los cuadernos son otra forma de vivir los viajes, creando un diario "de a bordo" donde recoger los paisajes y las vivencias a través de dibujos, a los que se pueden añadir notas escritas relativas al lugar, hojas de los árboles..... Es una caja personal dónde guardar el viaje.

Los dibujos que acompañan este programa han sido realizados por ella, a lo largo de diferentes excursiones.

#### Condiciones generales

**Precio:** 225€ (205€ socios). Suplemento individual: +25€.

**Incluye:**

\*Transporte en autocar.

\*Alojamiento en la hospedería del monasterio de Valfermoso, en habitación doble con baño.

\*Dos comidas, cena y desayuno.

\*Seguro de viaje y guías.

*No incluye:* Excursiones opcionales; entradas a museos, monumentos, etc.

*Forma de Pago:* Es necesario abonar 100€ como señal. El resto se pagará siete días antes de iniciar el viaje.

Puede efectuarse el pago mediante:

\*Ingreso/transferencia: En cualquiera de nuestras cuentas corrientes ([pincha aquí](#)).

\*Con tarjeta por teléfono, facilitando los números de la tarjeta.

\*Con tarjeta en nuestra oficina.

\*En efectivo en nuestra oficina (*si se abona el viaje en metálico te regalamos el Seguro de Cancelación o te descontamos 15€ del precio final*).

*Cancelación del viaje:*

Cualquier cancelación esta sujeta a una serie de gastos, que se detallan a continuación:

\**Gastos de Anulación:* Que serán los que cobren las empresas de servicios (Transporte, alojamiento, etc.).

\**Penalización:* Sobre el importe total, se aplicará: El 10% cancelando entre 7 y 2 días. El 25% cancelando dentro de las 48 horas. El 100% no presentándose en la salida.

\**Gastos de Gestión:* 30€ cancelando entre 7 y 2 días. 45€ cancelando dentro de las 48 horas.