

RUTAS NO GUIADAS:

- [Ruta Verde 1](#) por el Valle de La Angostura: desde el Puerto de Los Cotos a El Paular y Rascafría
- [Ruta Verde 5](#) por el Arroyo de la Umbría: del Puerto de Los Cotos al Monasterio de El Paular

PISTAS CICLABLES:

Viales que atraviesan el Monte Cabeza de Hierro para su uso con bicicleta:

- [Pista ciclable Calderuelas](#). [Mapa Enlace en Sendas Madrid](#)