



Palacio Real

INMUNO

FITNESS

vida
activa: 

Rutas: 10.000 pasos que puedes dar por tu ciudad.
Una manera activa y diferente de conocer las ciudades de España.

GSK

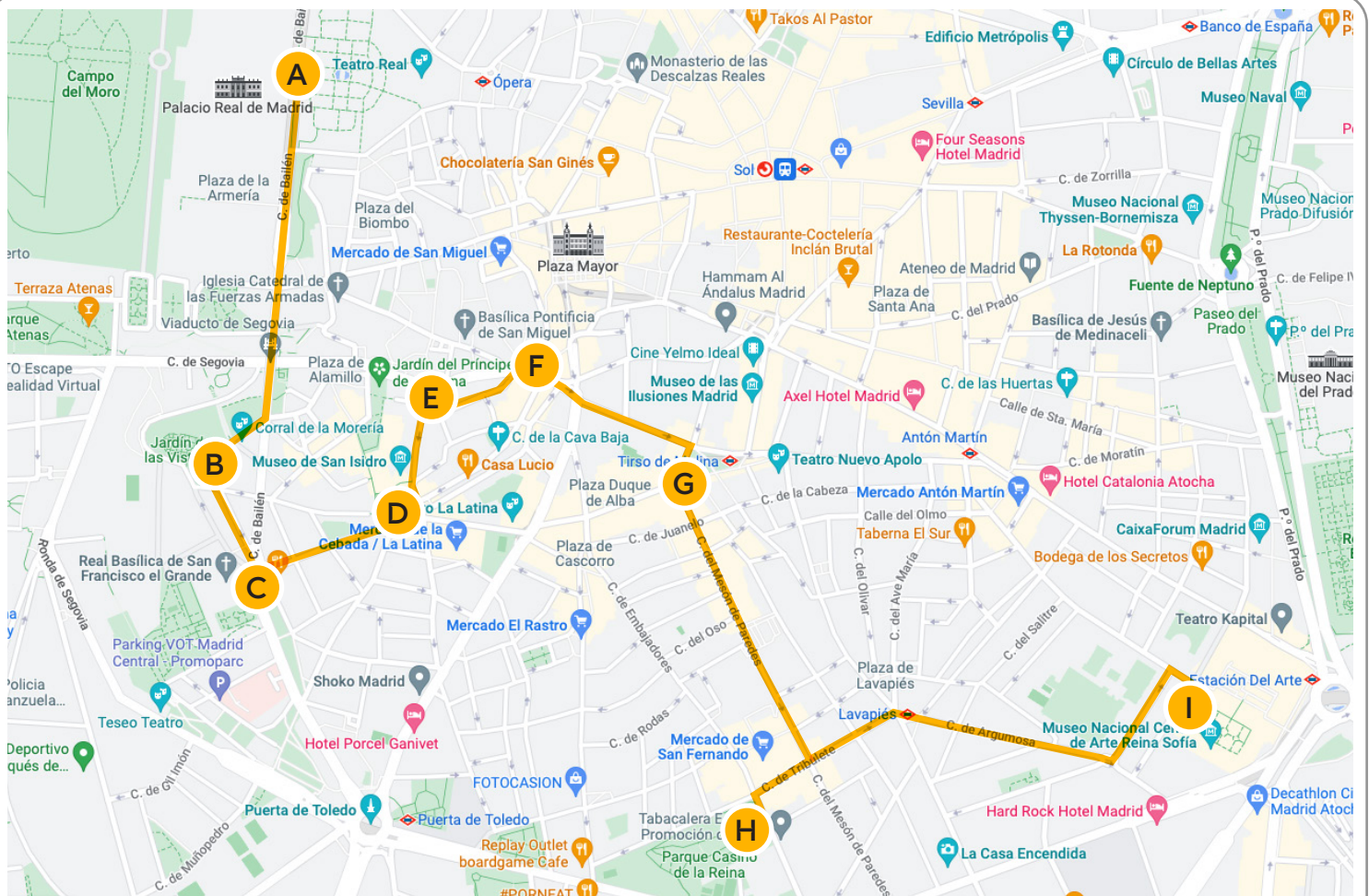
Para más información consulte con su médico



Museo Reina Sofía

Del Madrid de los Austrias hasta Lavapiés

Ruta: Esta ruta por el centro de Madrid empieza en la Plaza de Oriente, en frente del Palacio Real. Durante aproximadamente una hora recorrerás el Madrid de los Austrias, visitando bonitas plazas y jardines, hasta adentrarte al concurrido barrio de Lavapiés, donde podrás explorar sus estrechas calles, terminando el recorrido en el Museo Reina Sofía. ¿Tienes ganas de más? ¡Ánimate a subir hasta el Parque del Retiro y píérdete entre sus árboles!



- A** Palacio Real
- B** Jardín de las Vistillas
- C** Real Basílica de San Francisco el Grande
- D** Plaza de los Carros
- E** Jardín del Príncipe de Anglona
- F** Mercado de la Cebada
- G** Plaza de Tirso de Molina
- H** Parque Casino de la Reina
- I** Museo Reina Sofía

REFERENCIAS:

Página oficial de Turismo de la ciudad de Madrid. Itinerarios saludables por Madrid. [Internet]. [Acceso enero 2023]. Disponible en: <https://www.esmadrid.com/itinerarios-saludables-madrid#>

INMUNO

FITNESS

Si quieres seguir un estilo de vida Inmunofitness, recuerda tener en cuenta **estos cuatro pilares**: mantener una alimentación saludable, tener una vida activa, una mente sana y la prevención de enfermedades mediante la vacunación. **Para más información, consulta y revisa con tu médico el calendario vacunal.**

