

EUROPA

Inflight Magazine

MARZO 2019 • N° 186

EJEMPLAR GRATUITO PARA EL VIAJERO

48
HORAS EN
GRANADA

TORRE EIFFEL

EL COLOSO
DE HIERRO
CUMPLE
130 AÑOS

Samuel L.
JACKSON

«El cine me recordará por ser un tío 'cool'»

AUSTRALIA 10 postales de otro mundo HOLI La India, sin castas VANCOUVER Por Ryan Reynolds

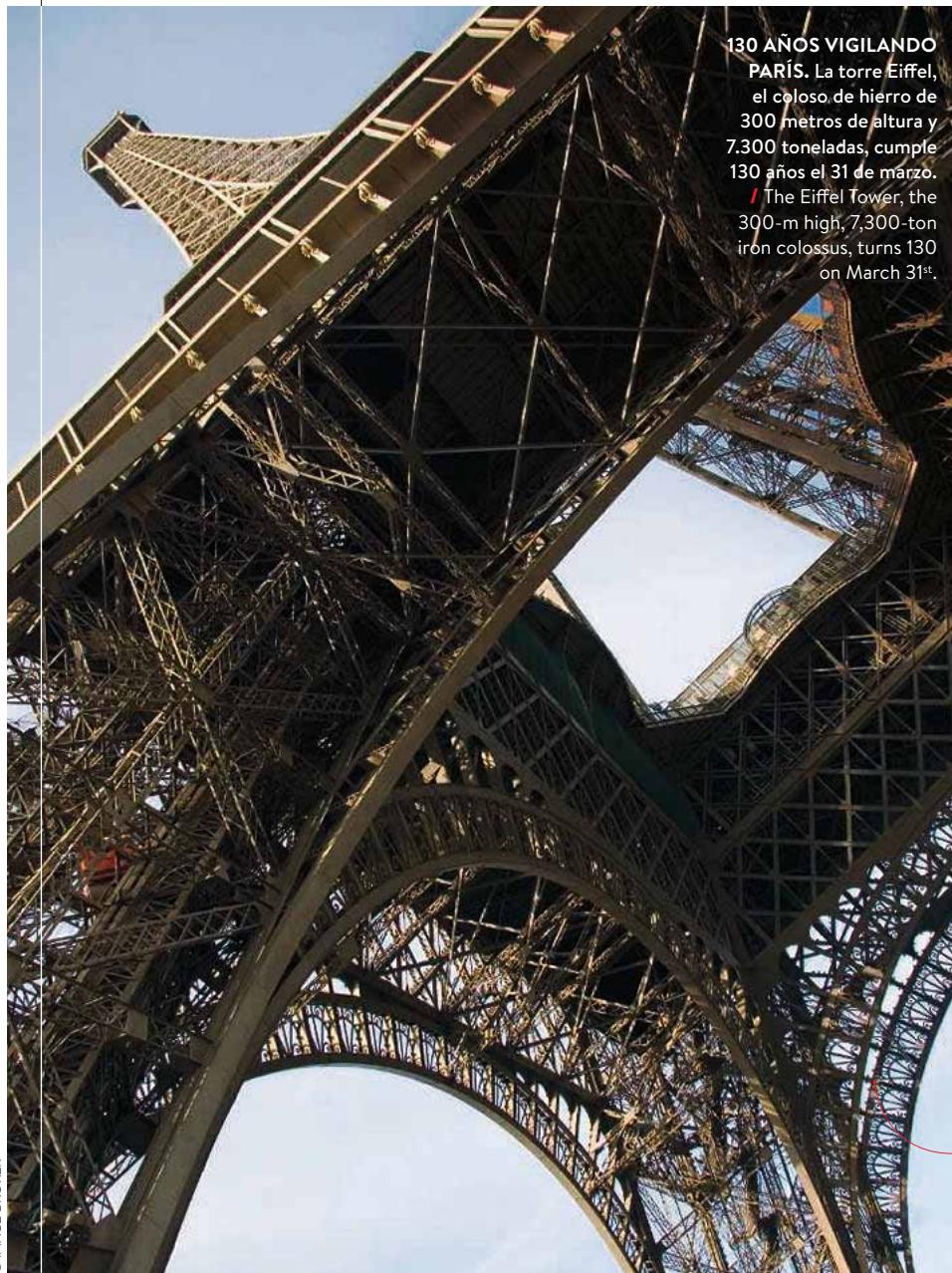
VICEROY
WATCHES & JEWELRY



ANTONIO BANDERAS

DESIGN





© IMAGE BROKER

130 AÑOS VIGILANDO PARÍS.

La torre Eiffel, el coloso de hierro de 300 metros de altura y 7.300 toneladas, cumple 130 años el 31 de marzo.

/ The Eiffel Tower, the 300-m high, 7,300-ton iron colossus, turns 130 on March 31st.

6 MEETING POINT Holi FESTIVAL

La fiesta de la primavera saca a la calle a todas las castas en la India. / The spring festival brings together all of Indian society.

16 EXPO VAN GOGH

La Tate Modern de Londres explora la relación del pintor holandés con Gran Bretaña.

/ London's Tate Modern explores the Dutch painter's relationship with Great Britain.

28 COVER

SAMUEL L. JACKSON

A sus 70 años, el actor se embarca en otra franquicia: *Captain Marvel*. / At 70, the actor signs on to yet another franchise: *Captain Marvel*.

38 THE DESTINATION AUSTRALIA

Las 10 maravillas naturales más espectaculares de las Antípodas. / The 10 most spectacular natural wonders of the Antipodes.

50 48 HOURS GRANADA

Tapas, flamenco y toda la esencia de la capital nazarí.

/ Tapas, flamenco and the essence of the Nasrid capital.

54 TOP 10

CASTILLOS

Las diez fortalezas más bellas del mundo. / The world's ten most beautiful castles.

58 A PLACE, A STORY TORRE EIFFEL

El ícono de la Ciudad de la Luz cumple 130 años. / The iconic City of Lights landmark celebrates its 130th anniversary.

EUROPA

DIRECTOR: Juan José Esteban Muñoz. DIRECTOR DE ARTE: Enrique Pastor de Luz. DISEÑO Y MAQUETACIÓN: Susana Fernández Fuentes (jefa) y Virginia Ranera Mañas.

REDACCIÓN: Sergio Muñoz Romero y Carlos Nieto Renard. VERSIÓN INGLESA: Altalingua y Echoes Translations. FOTOGRAFÍAS: Adobe Stock, Getty Images, Alamy, NaturePL, Hemis y Cordon Press. EDITA: TallerdeEditores DIRECTORA GENERAL: Laura Múgica Codina. REDACCIÓN: Juan Ignacio Luca de Tena, 7. 1^a planta. 28027 Madrid. Tel.: 91 342 14 00. IMPRIME: Globalia Artes Gráficas y Distribución.

Severo Ochoa, 9. Pol. Ind. Los Villares. Villares de la Reina (Salamanca). DÉPÓSITO LEGAL: M. 35.149-2003. © TALLER DE EDITORES, S.A., 2019. Difusión controlada por

AIR EUROPA LÍNEAS AÉREAS SAU. Dirección de Producto & Clientes. AIR EUROPA ON LINE: 902 401 501. www.aireuropa.com.

Las opiniones vertidas por nuestros colaboradores en estas páginas son de su exclusiva responsabilidad y no coinciden necesariamente con la línea editorial de **EUROPA**. Todos los derechos reservados. En virtud de lo dispuesto en los artículos 8 y 32.1, párrafo segundo, de la Ley de Propiedad Intelectual, quedan expresamente prohibidas la reproducción, distribución y la comunicación pública, incluida su modalidad de puesta a disposición, de la totalidad o parte de los contenidos de esta publicación, con fines comerciales, en cualquier soporte y por cualquier medio técnico, sin la autorización de la empresa editora de la publicación: TALLER DE EDITORES, S.A.



POWER
YOUR BEAUTY.

FOREO

LUNA™ 2 | facial cleansing

LUNA™ mini 2
facial cleansing



Enfréntate al mundo con tu mejor cara y llena de energía: los dispositivos faciales LUNA 2 y LUNA mini 2 eliminan el 99.5% de las impurezas, grasa, células muertas y restos de maquillaje que obstruyen tus poros y causan las imperfecciones. LUNA 2 te ofrece además un modo masaje para reafirmar la piel y combatir los signos de la edad. ¡Disfruta de un entrenamiento también en tu piel y manténla en forma!

WELCOME

Mejorar la experiencia de nuestro pasajero y hacer que disfrute de un vuelo de primera es nuestra prioridad. Para Air Europa, el cliente es su verdadero motor y el pilar sobre el que se sustenta su plan de modernización, mejora y expansión.

Y es en la búsqueda continua de la excelencia en los productos y servicios donde nuestra aerolínea da un paso más y perfecciona su clase Business de largo radio. Los nuevos 787-9, nuestras joyas aeronáuticas, que se incorporarán a la flota en el último trimestre de este año, dispondrán ya de la nueva clase Business, en la que la privacidad, la comodidad y la calidad se alían con la elegancia y la sofisticación.

El nuevo diseño, con el que los 32 asientos tienen acceso directo al pasillo y el pasajero dispone de mayor amplitud, busca fortalecer nuestra identidad corporativa. Todo un lujo de detalles y prestaciones que a partir de octubre tendrá a su alcance en la clase Business de los nuevos Dreamliners 787-9.

Seguridad y comodidad van de la mano de la eficiencia y sostenibilidad de la que también hacen gala nuestros aviones, al reducir el consumo de combustible y las emisiones, así como al disminuir hasta en un 60% su impacto acústico. Son muchas las acciones que Air Europa desarrolla en su política medioambiental y me complace anunciarles que la aerolínea ha quedado finalista, con su acción Aguaencaja, en la categoría de «Lo Mejor para la sostenibilidad a bordo» de los reconocidos y prestigiosos Premios Onboard Hospitality.

¡Disfrute de un gran vuelo! / Improving passengers' experience and ensuring they enjoy a first-class flight is our priority. Customers are the real drivers of Air Europa and the company's moder-



**MARÍA
JOSÉ
HIDALGO**
Directora
General de
Air Europa

nisation, improvement and expansion plans are based on their needs.

And it is in the continuous search for excellence in products and services where the airline goes one step further in perfecting long-haul business-class flights. The new 787-9s, which are masterpieces of aeronautical engineering, will be added to the fleet in the last quarter of this year. They will be have the new business class format in which privacy, comfort and quality are combined with elegance and sophistication.

The new design, with which the 32 seats have direct access to the aisle and offer passengers even more space, seeks to strengthen the airline's corporate identity. A luxury of details and features that will be available in October in business class on the new 787-9 Dreamliners.

Safety and comfort go hand-in-hand with efficiency and sustainability on our aircraft, reducing fuel consumption and emissions, as well as reducing acoustic impact by up to 60%. There are many actions that Air Europa develops in its environmental policy and I am pleased to announce that the airline is a finalist, with its Aguaencaja action, in the "Best in-flight sustainability" category of the renowned and prestigious Onboard Hospitality Awards.

Enjoy a great flight! ~~~~~~

DESCUBRA AIR EUROPA SUMA



Nuestro programa de fidelización le permite canjear Millas por vuelos de Air Europa siempre que haya una plaza a la venta. Entre en www.aireuropa.com y conozca todas sus ventajas. / Discover Air Europa SUMA. The Air Europa loyalty card you can use to exchange air miles for Air Europa flights as long as there is a seat available for sale. Go to www.aireuropa.com to discover all the benefits.



aireuropa.com

EN POCOS CLICS

En www.aireuropa.com puede reservar vuelos, imprimir su tarjeta de embarque y gestionar asientos especiales o equipaje extra. / In www.aireuropa.com you can book flights, print your boarding pass, and manage seats or extra baggage.



¡PRUEBE NUESTRO WIFI A BORDO!

Envíe mensajes a sus familiares y amigos, navegue cómodamente por internet y reciba todos sus correos electrónicos. No se pierda nada de lo que sucede hoy en el mundo durante su vuelo. / Send messages to your friends and family, surf the internet and get your emails. Don't miss out on what's going on in your world down there on your flight today.

~~~~~ EXPERIENCE OUR APP



Compre su billete, obtenga su tarjeta de embarque y mucho más desde su smartphone. / Purchase your ticket, get your boarding card and much more from your smartphone.



© CHRISTOPHE BOISVIEUX / HEMIS / CORONAPRESS

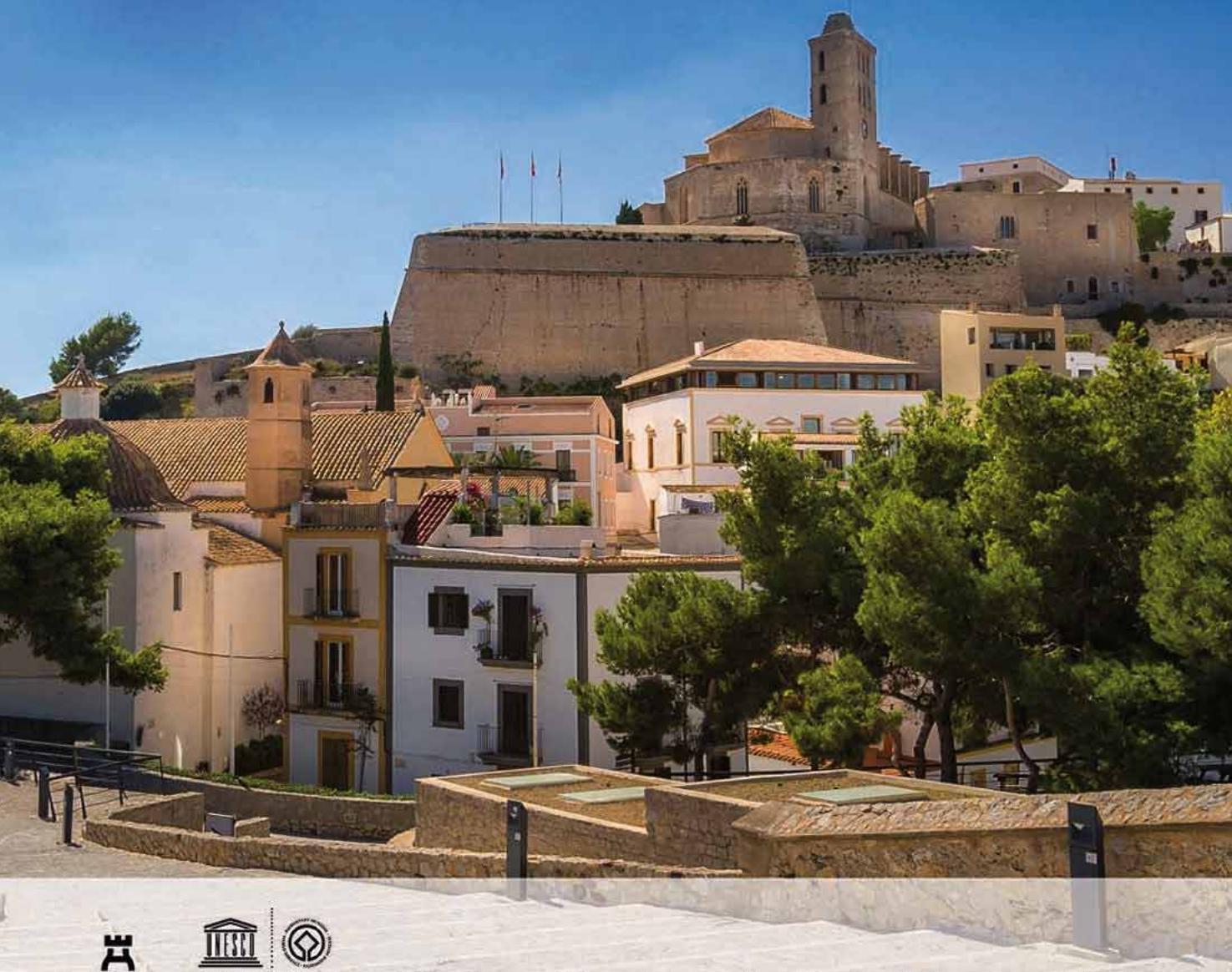
POLVOS MÁGICOS

Holi Festival (India)

EL 21 DE MARZO, LOS HINDÚES RECIBEN A LA PRIMAVERA LANZÁNDOSE POLVOS DE COLORES. / HINDUS CELEBRATE A COLOR FESTIVAL ON MARCH 21ST TO WELCOME IN THE SPRING.

Durante la luna llena del undécimo mes del calendario hindú (este año, del 20 al 21 de marzo), todos en la India se sientan alrededor de una hoguera para celebrar la victoria de la luz sobre las tinieblas, del bien sobre el mal, la del príncipe Prahlada sobre Joliká, su tía, la hermana del rey Hiranyakashipu. Al día siguiente, ese sobrio ritual se convierte en alegría desatada con el Holi Festival, la fiesta que ya se ha exportado a todo el mundo: ebrios de júbilo, niños, adultos y ancianos se lanzan unos a otros agua y polvos de colores –llamados *gulal*– mientras estallan en risas. Es la manera que tienen los hindúes de dar la bienvenida a la primavera. El Holi lo disfrutan todos por igual, ricos y pobres y, aunque solo sea por un día, difumina el

estricto sistema social de la India. / During the full moon of the eleventh month of the Hindu calendar (this year, from March 20th to 21st), everyone in India sits around a bonfire to celebrate the victory of light over darkness, of good over evil, of Prince Prahlada over Joliká, his aunt, the sister of King Hiranyakashipu. The next morning, sober ritual turns into a free-for-all with Holi, the festival that is now celebrated across the world: drunk with joy, everyone –children, adults and the elderly– is fair game as people throw and smear each other gleefully with water and colored powders (called *Gulal*). This is the way Hindus celebrate the arrival of spring, and Holi is enjoyed by all, rich and poor, blurring India's strict caste system, if only for a day. ~~~~~



Organización
de las Naciones Unidas
para la Educación,
la Ciencia y la Cultura

Ibiza,
biodiversidad y cultura
inscrito en la Lista del
Patrimonio Mundial en 1999

Eivissa, Patrimonio de la Humanidad

Turisme d'Eivissa-Ibiza @Eivissalbiza
 turismeeivissaibiza Turisme d'Eivissa-Ibiza

turismo.eivissa.es | tourism.eivissa.es
tourism.ibiza.es | turismo.ibiza.es

REDESCUBRE
EIVISSA · IBIZA

MADE IN VIENNA

shop.FREYWILLE.COM · FREYWILLE.COM

MADRID Calle de Serrano nº20 • +34 915 772 172

BARCELONA Paseo de Gracia nº106 • +34 932 694 167

FREYWILLE



NEW COLLECTION
MONOCHROME



RADAR

CANTE Y 'JONDURA'

Rocío Márquez

ENCUMBRADA COMO «LA VOZ DEL NUEVO CANTE JONDO», LA ONUBENSE PUBLICA EL 1 DE MARZO SU CUARTO DISCO, 'VISTO EN EL JUEVES'.

LAUDED AS «THE VOICE OF THE NEW FLAMENCO FOLK SINGING», THIS HUELVA NATIVE DROPS HER FOURTH ALBUM, 'VISTO EN EL JUEVES', ON MARCH 1ST.



POP 'DO IT YOURSELF'

Presumido

EL DÚO ELECTRÓNICO REGRESA CON 'INVIERNO', UN EP AUTOEDITADO DESPUÉS DE COMPRAR SU LIBERTAD DISCOGRÁFICA. / THE ELECTRONIC DUO RETURNS WITH 'INVIERNO', A SELF-PRODUCED EP AFTER BUYING THEIR LABEL FREEDOM.



Estos dos gallegos son el ejemplo de que en la música se pueden hacer las cosas de otra manera. Nacho Dafonte y Tarci Ávila, las dos patas de Presumido, mezclan influencias de Depeche Mode, Moderat y Tino Casal con letras llenas de humor negro. Su álbum *Vendetta* dio mucho que hablar en 2017, pero decidieron lanzar un órdago: empeñaron sus instrumentos para comprar la salida de su discográfica y crearon un *crowdfunding* en Internet para recuperarlos. Lo lograron en solo dos semanas. Ahora, con sello propio, regresan con *Invierno*, el primero de los cuatro EP que formarán su próximo disco, *Cuatro Estaciones*. El 2 de marzo lo presentan en la Sala Costello de Madrid y, después, girarán en festivales de verano. / These two Galicians prove

that there's a different way of doing things when it comes to music. Nacho Dafonte and Tarci Ávila, the duo that is Presumido, mix influences from Depeche Mode, Moderat and Tino Casal with lyrics dripping with dark humor. Their album *Vendetta* made quite the buzz in 2017, but they decided to go for broke: they pawned their instruments to pay to get out of their record deal and turned to crowdfunding to raise the money to get their instruments back; it only took them two weeks. Now, under their own label, they return with *Invierno*, the first of the four EPs that will form their next album, *Cuatro Estaciones*. They'll present the new album on March 2nd at Madrid's Sala Costello de Madrid before hitting the summer festival circuit. ~~~~~

Renace a lo grande un ícono de La Habana



IBEROSTAR GRAND PACKARD ★★★★

Descubra el nuevo hotel Iberostar Grand Packard, un enclave único en el **corazón histórico de la ciudad** con espectaculares vistas al Malecón y a la bahía. Sumérjase en la historia y los ritmos de Cuba desde este **hotel gran lujo de la Habana Vieja**.

iberostar.com | +34 971 998 061


IBEROSTAR
GRAND

CARLOS BAUTE

UNA MALETA GRANDE PARA LA ROPA, OTRA PEQUEÑA PARA LOS OBJETOS PERSONALES Y LA GUITARRA. ESE ES EL EQUIPAJE DE BAUTE. / A LARGE SUITCASE FOR CLOTHES, ANOTHER SMALL SUIT FOR PERSONAL ITEMS AND THE GUITAR. THAT'S HOW CARLOS BAUTE PACKS.

By DANIEL MÉNDEZ

Cinco años llevaba el cantante venezolano Carlos Baute sin sacar un nuevo álbum de estudio. Y parece que los fans tenían ganas, porque los sencillos que ha ido lanzando en este tiempo acumulan ya más de 1.000 millones de escuchas en plataformas de streaming, que se dice pronto. Seis temas que ahora pasan a formar parte de su nuevo álbum, *De amor y dolor*. El mismo nombre de la gira que arranca el 24 de mayo en la sala La Riviera de Madrid. «Con la gira y la promoción, ahora llega la hora de hacer y deshacer maletas –cuenta en la sede de su discográfica–. Para mí el avión es ya como un autobús, ¡pero con más equipaje! Siempre llevo una maleta grande, otra pequeña para las cosas que quiero llevar a mano, como mi computadora o los cascos, y poca cosa más. No llevo ni champú ni cremas ni nada de eso. Uso lo de los hoteles. Solo cepillo de dientes y mi perfume». Así, en cuestión de minutos tiene la maleta hecha. «¡Ah! Y mi guitarra, que siempre viaja conmigo allá donde vaya».

Venezuelan singer Carlos Baute hadn't released a new studio album in five years. And it seems that his fans were ready for one, because the singles he's dropped over the past half-decade have racked up over a billion listeners on online streaming platforms, which is easier said than done. Six songs that are now part of the track list on Baute's new album, *De amor y dolor*, the same name as the tour he kicks off on May 24 at the La Riviera concert hall in Madrid. «With the tour and the promotion, now's the time when I have to pack and unpack suitcases», he said at his label headquarters. «For me the plane is now like a bus, but with more luggage! I always take a large suitcase, a small one for the things I want to carry with me, like my computer or earphones, and not much else. I don't pack any shampoo or creams or anything like that. I use the ones at the hotel. Only a toothbrush and my cologne». Which makes packing for Baute a question of minutes. «Ah! And my guitar, which always comes with me wherever I go».

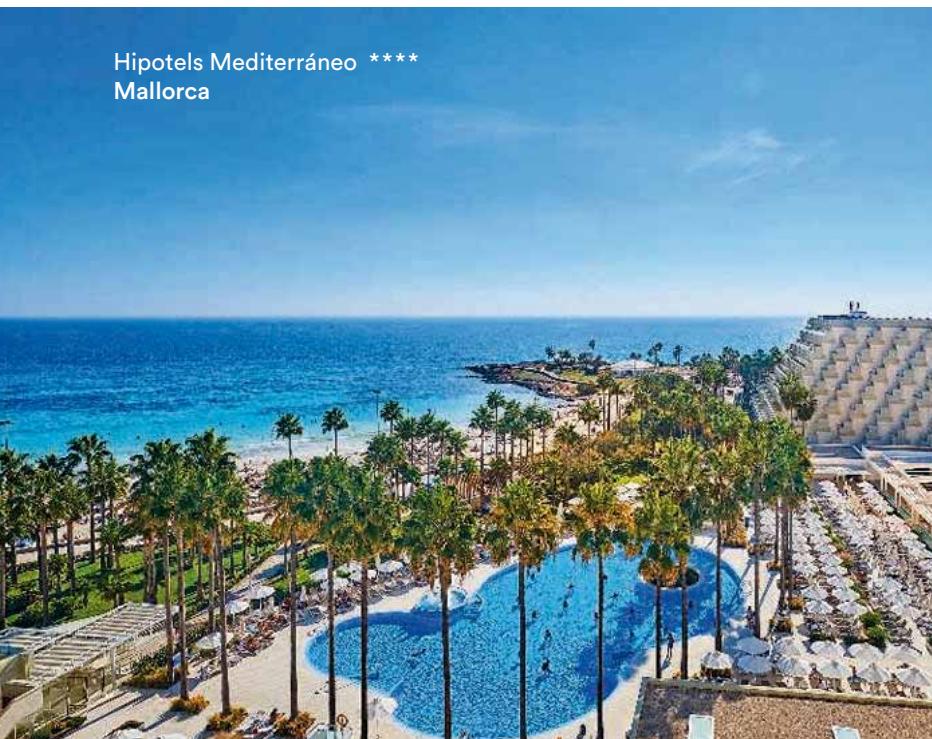


FOTOGRAFÍA: DANIEL MÉNDEZ



Mallorca - Cádiz - Lanzarote - Cancún

Hipotels Mediterráneo ****
Mallorca



Cádiz - Hipotels Gran Conil ****

Haven Riviera Cancun ****
Cancún



**El mejor
sentimiento del
mundo**

es hacer de nuestro trabajo
un compromiso contigo, de
nuestra casa la tuya y de tu
sonrisa nuestra felicidad.

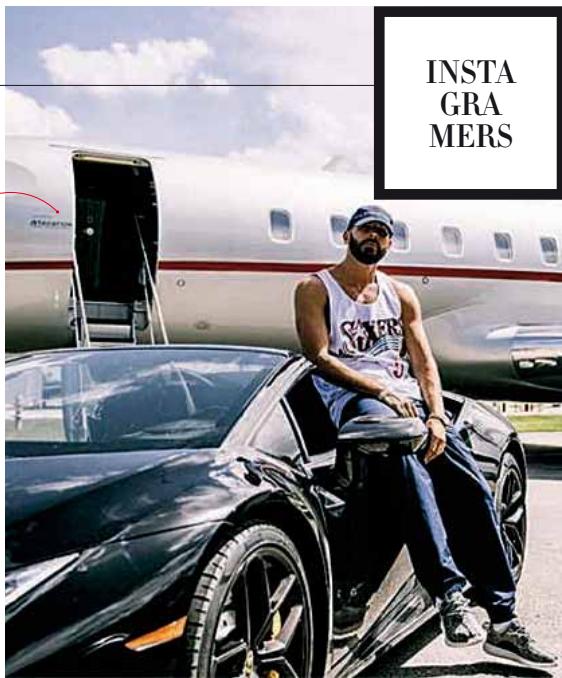
**The best feeling
in the world**

is to make our work a
commitment to you, to make
our home your home and your
smile our happiness.

RADAR

KARIM BENZEMA ESTOS SON SUS PODERES

Un jet y una flota de coches que incluye Porsches, Ferraris, Audis... Así se las gasta el jugador del Real Madrid. Su estilismo es otro cantar. / A jet and a fleet of cars that includes Porsches, Ferraris, Audis... this is how the forward, who plays for Real Madrid, spends his money. And fashion is a whole other story.



INSTA GRA MERS



CONOR MACGREGOR MI JET, MI COCHE, MI WHISKY

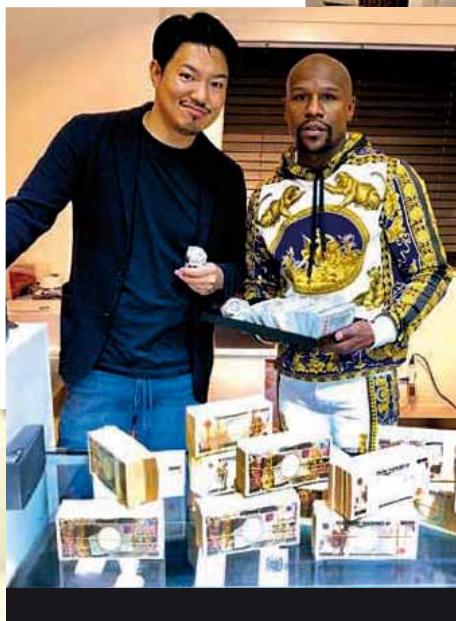
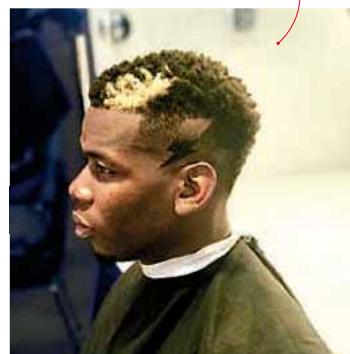
El campeón de artes marciales mixtas alardea de coches y jets, y también de su propia marca de whisky: Proper Whisky. / The mixed martial artist champion boasts cars and jets, and also his own brand of whiskey: Proper Whiskey.

REYES DEL CAPRICHO

La discreción y la prudencia no son las virtudes que adornan a estos deportistas. Ellos prefieren alardear de lujo y caprichos. / Discretion isn't a game these athletes are playing: what good is first-class luxury if you can't flaunt it?

PAUL POGBA EL REY DEL ESTILISMO CAPILAR

El jugador francés del Manchester United tiene dos fijaciones: el fútbol y los peinados extravagantes. El que lleva en la imagen lo ha bautizado 'Pogflash'. / The French player for Manchester is known for two things: soccer and extravagant hairstyles. The one in the image is called 'Pogflash'.



CRISTIANO RONALDO DEFRAUDADOR CON ESTILO

Tras acordar con la Hacienda española una multa de 18,8 millones de euros por defraudar de 2011 a 2014, el jugador de la Juve se mostró así de relajado en su jet privado. / The 18.8 million euro fine from the Spanish Treasury for tax fraud from 2011 to 2014 didn't seem to faze the Juve player, seen relaxing in his private jet.

FLOYD MAYWEATHER DE VISITA AL JOYERO

El boxeador es quien más alardea de dinero: no duda en hacerse fotos con fajos de billetes ni con el joyero que surte su colección de relojes. / The boxer has a history of bragging about his money: he loves posting photos of himself «making it rain» dollar bills and with the jeweler who supplies his watch collection.

PARADORES, AL ALCANCE DE TODOS

PARADORES, WITHIN EVERYONE'S REACH

Quince establecimientos de la red de Paradores celebran su reapertura con ofertas irrepetibles hasta el 11 de abril.
/ Fifteen establishments within the Paradores network are being reopened with one-off offers until April 11.

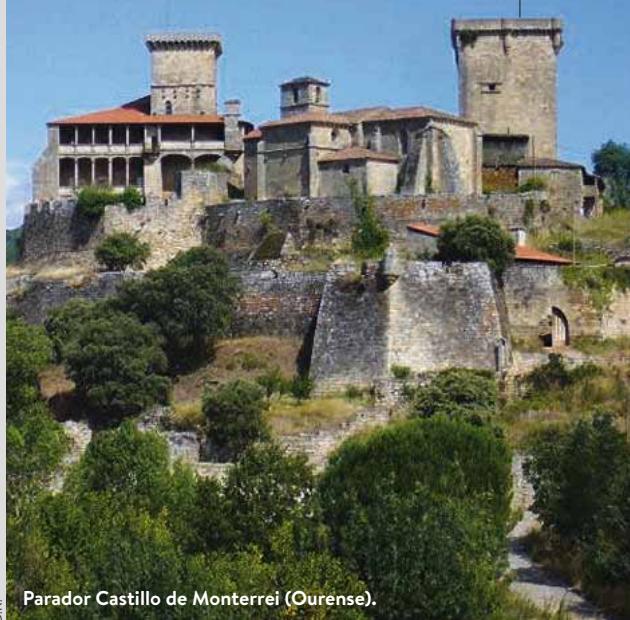
Tras un breve cierre invernal para preparar sus instalaciones para la nueva temporada, una quincena de Paradores reabre sus puertas. Remozados y con su mejor cara, regresan con una oferta inigualable para que todo el mundo pueda disfrutar de la ‘experiencia Paradores’: desde 66 € por noche y habitación hasta el 11 de abril. Una ocasión única para maravillarse con las instalaciones, el trato exquisito, la gastronomía y la rica historia que envuelve a cada uno.

Historia como la que rezuma del Parador Castillo de Monterrei, erigido sobre la mayor acrópolis gallega y que ofrece, tanto desde el antiguo Palacio de los Condes como desde la Casa Rectoral, con siete y cinco habitaciones respectivamente, las mejores vistas de la zona y una inigualable gastronomía. Paisajes como los del Parador de Bielsa, al pie del Monte Perdido, donde cada estación pinta un lienzo diferente.

Y cultura como la que se asoma al Parador de Limpias, el mejor trampolín desde el que descubrir las cercanas localidades de Laredo y Santoña, con sus playas y su historia y sus delicias. Historia, paisajes y cultura, siempre con el exquisito trato de Paradores y ahora, ade-

más, a un precio inigualable. / After a brief winter closure to prepare their facilities for the new season, fifteen Paradores are opening their doors once again. Renovated and looking good, they are back with an unbeatable offer so that everyone can enjoy the ‘Paradores experience’: from €66 per room per night until April 11. This is a unique opportunity to marvel at the facilities, excellent treatment, gastronomy and rich history that surrounds each hotel. History such as that which oozes from the Parador Castillo de Monterrei, built on the largest Galician acropolis and offering, both from the old Palacio de los Condes and the Casa Rectoral—with seven and five rooms respectively—the region’s best views and unparalleled gastronomy. Scenery such as that at the Parador de Bielsa, at the foot of the Monte Perdido, where each season paints a different canvas. And culture such as that at the Parador de Limpias, the best base from which to discover the nearby towns of Laredo and Santoña, with their beaches, history and delicacies. History, scenery and culture, all with Paradores’ exquisite service and now, what’s more, at an unbeatable price. ~~~~~~

www.parador.es



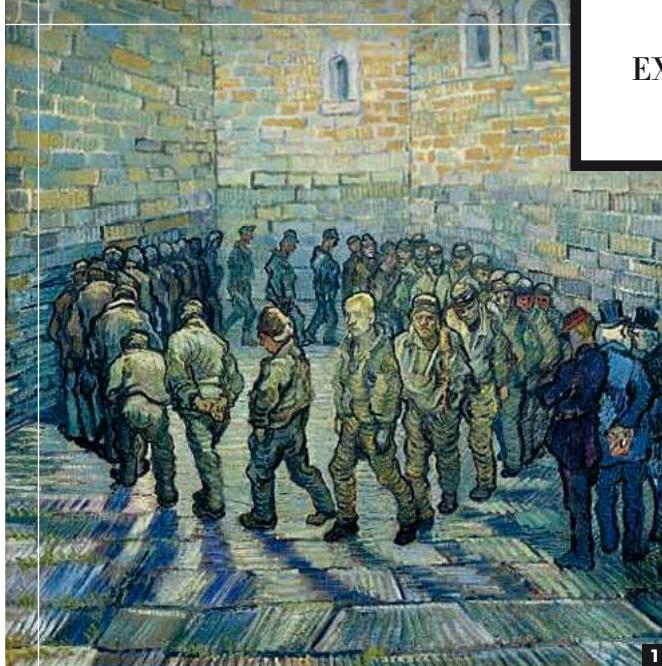
Parador Castillo de Monterrei (Ourense).



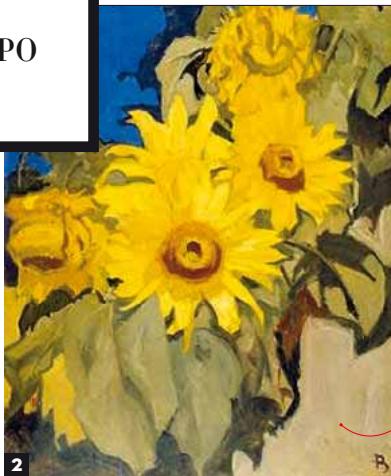
Parador de Bielsa (Huesca).



Parador de Limpias (Cantabria).

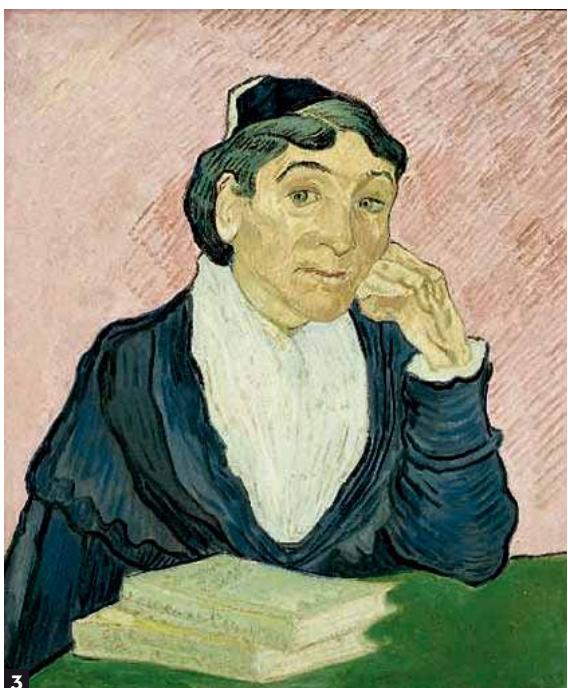


1

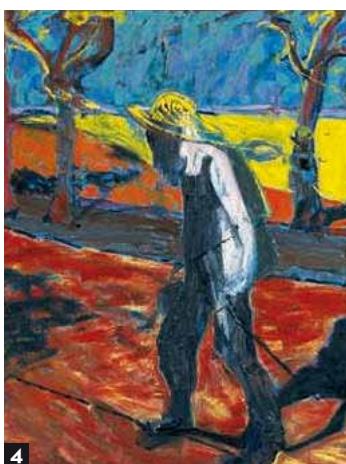


2

Los girasoles de Brangwyn se verán las caras con los que pintaron Van Gogh y otros dos artistas: Christopher Wood y Jacob Epstein. /
Brangwyn's Sunflowers will meet the faces painted by Van Gogh and two other artists: Christopher Wood and Jacob Epstein.



3



4

DIÁLOGO ARTÍSTICO

Prisioneros ejercitándose (1) y L'Arlésienne (3), de Van Gogh; Los girasoles (2), de Brangwyn; y Estudio para un retrato de Van Gogh IV (4), de Bacon. /
Prisoners Exercising (1) and L'Arlésienne (3), by Van Gogh; Sunflowers (2), by Brangwyn; and Study for Portrait of Van Gogh IV (4), by Bacon.

VAN GOGH A LA HORA DEL TÉ

La Tate Britain analiza la influencia británica en la obra del pintor holandés. / The Tate Britain reveals how the Dutch painter was influenced by Britain.

Vincent Van Gogh es uno de los artistas más atrayentes de la historia: cada exposición suya es un acontecimiento. Y la obra del holandés ofrece tantos puntos de vista que parece inagotable. La Tate Britain de Londres añade una nueva visión del universo del pintor con la exposición *The EY Exhibition: Van Gogh and Britain*, que se inaugura el 27 de marzo. La pinacoteca ha reunido 45 de sus trabajos para analizar la influencia que otros artistas británicos tuvieron en la obra del holandés y, a la vez, cómo influyó él en el trabajo de otros pintores ingleses posteriores. Así, las pinturas de Van Gogh dialogarán con otras de Francis Bacon, Frank Brangwyn o Matthew Smith. / Vincent Van Gogh is one of the most fascinating artists in history: each exhibition is an event. And the Dutchman's work offers so many points of view that his talent seems almost endless. London's Tate Britain takes a fresh look at the painter's universe with *The EY Exhibition: Van Gogh and Britain*, which opens on March 27. The gallery brings together 45 of Van Gogh's works to reveal how he was inspired by Britain and its artists and how he inspired subsequent British artists, and the exhibition will not only include works by the Dutch master but also pieces by Francis Bacon, Frank Brangwyn and Matthew Smith. ~~~~~



Más de 170 productos Lamberts® en la gama
Dosisificación correcta. Nutrientes de alta absorción
Hechos en UK bajo estándares farmacéuticos GMP
Materias primas de la más alta pureza farmacéutica
Los productos Lamberts® están libres de aceite de palma

Absoluta honestidad y transparencia para usted
Etiquetado informativo y exacto. Nada está oculto
Los productos Lamberts® no contienen ingredientes OMG
Todos los productos Lamberts® están libres de aspartamo
Formulas con las dosis efectivas en estudios clínicos

LAMBERTS® para Todos



Vitaminas

Minerales

Aminoácidos

Ayudas Digestivas

Fórmulas Múltiples

Ácidos Grasos

Otros Nutrientes

Extractos Herbales

Concentrados de Frutas

Sport Range

Multi-nutriente ideal sin hierro, no estriñe

Vitaminas y minerales con excelente dosificación

✓ Apto para vegetarianos

¡GOL Seguro!

La dosificación es la clave del éxito para obtener los resultados esperados.

Por 2 tabletas:

Vitamina A.....	200 µg
Vitamina D.....	2,5 µg
Vitamina E.....	60 mg
Vitamina K.....	30 µg
Vitamina C.....	250 mg
Tiamina.....	25 mg
Riboflavina.....	12 mg
Niacina.....	80 mg
Vitamina B6.....	5 mg
Ácido Fólico.....	400 µg
Vitamina B12.....	20 µg
Biotina.....	200 µg
Ácido Pantoténico.....	40 mg
Magnesio.....	200 mg
Zinc.....	12,5 mg
Cobre.....	0,5 mg
Manganoso.....	2 mg
Selenio.....	100 µg
Cromo.....	100 µg
Molibdeno.....	50 µg
Yodo.....	100 µg
Colina.....	50 mg
Inositol.....	50 mg
PABA.....	50 mg

Con un envase tiene para dos meses



HEALTH INSURANCE PLUS®

- Adequado para todos los adultos como apoyo a la dieta diaria.
- Jóvenes en periodo de crecimiento.
- Contribuye al rendimiento intelectual y la función cognitiva normal.
- Disminuye el cansancio y la fatiga.
- Contribuye a la protección de las células frente al daño oxidativo.
- Contribuye al funcionamiento normal de los huesos, encías y dientes.
- Ayuda en el mantenimiento del cabello, piel, uñas y la visión.
- Con 200 mg de magnesio/día, mineral que en otras multis no está presente en dosis significativas.
- Asiste al funcionamiento normal del sistema inmunológico, nervioso y psicológico.
- Personas que desean un suplemento seguro de vitaminas y minerales de uso diario.
- Tabletas pequeñas, fáciles de ingerir.
- Hecho en UK bajo Normas Farmacéuticas GMP.
- La siguiente lista de alérgenos están excluidos: trigo, gluten, cebada, soja, huevos, leche y productos lácteos, la lactosa, nueces, sulfitos, apio, pescado, mariscos y levadura.

Tiempo de absorción: Menos de una hora.



RADAR



MY...
VANCOUVER

GETTYIMAGES

RYAN REYNOLDS

Es uno de los hombres más sexys de Hollywood y, además, uno de los mejores embajadores de su ciudad natal, Vancouver. / Not only is he one of the sexiest men in Hollywood: he's also one of the best ambassadors of his hometown, Vancouver.

Vive en Los Ángeles con su mujer, Blake Lively, y sus dos hijos. Pero el actor canadiense nació en Vancouver y nunca ha renegado de su lugar de nacimiento. De hecho, está tan orgulloso de su ciudad que ha rodado en ella las dos entregas de la franquicia *Deadpool*, que protagoniza y produce. Y el reconocimiento es mutuo, pues su ciudad ha creado la *Ruta Deadpool* con los lugares más destacados del rodaje, en la que su ayuntamiento asegura ofrecer «el ambiente histórico y moderno de Vancouver con toda la emoción del Hollywood real pero con cuatro veces más cortesía y una dieciseisava parte de contami-

nación». / He lives in Los Angeles with his wife, Blake Lively, and their two children, but the Canadian actor's roots are firmly planted in his hometown of Vancouver. In fact, he's so proud of being a Vancouverite that he shot two installments of the *Deadpool* franchise, which he stars in and produces, in his native city. And the feeling is mutual, because Vancouver has created the *Deadpool Tour*, featuring the city's top filming locations for the movie, which the City Council claims to provide «Vancouver's historic, hip and happening ambiance with all the thrills of 'real' Hollywood, only with four times the politeness and 1/16th the pollution.» ~~~~~

SUS BÁSICOS



DR

JW MARRIOTT PARQ

«Este nuevo y elegante hotel, con spa y ocho restaurantes, es casi tan sexy como *Deadpool*», dice Reynolds. / «This new and elegant hotel, with a spa and eight restaurants, is almost as sexy as *Deadpool*», says Reynolds.
39 Smith St.



DR

THE UNION

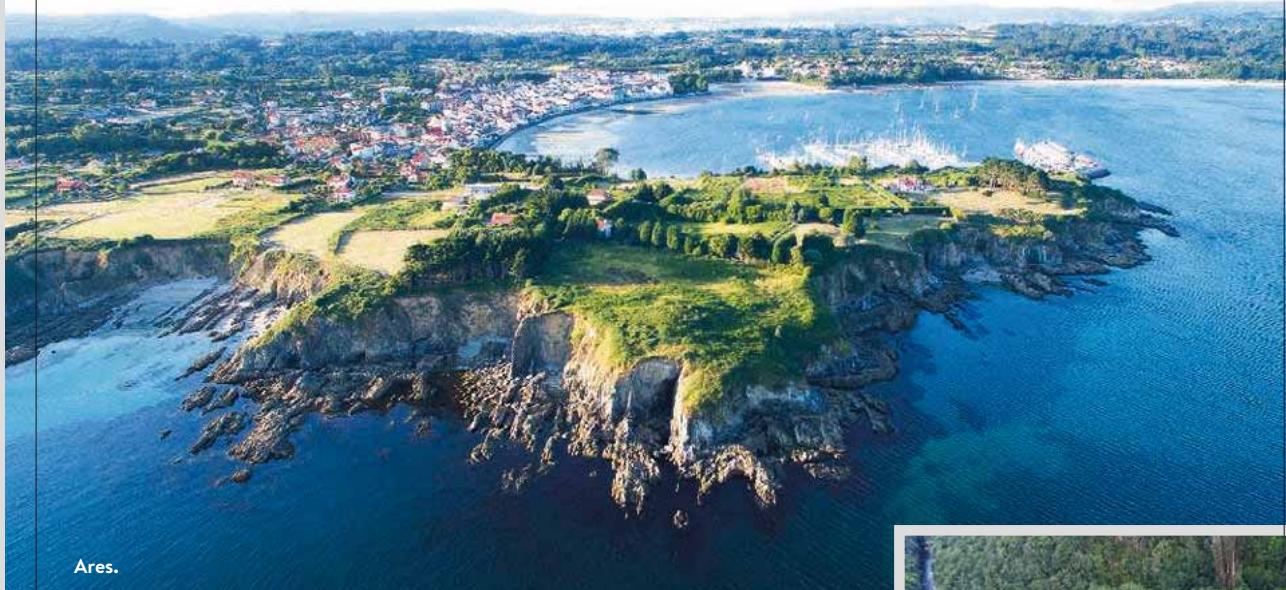
«Este relajado restaurante y bar de copas está en Chinatown y es uno de los locales más trendy de la ciudad». / «This casual restaurant and cocktail bar in Chinatown is one of the trendiest spots in the city.»
219 Union St.



DR

GOTHAM STEAKHOUSE & COCKTAIL BAR

«Este elegante restaurante es famoso por los cortes de carne Prime Alberta y su marisco». / «This elegant restaurant is famous for Prime Alberta cuts of beef and seafood.»
615 Seymour St.



A CORUÑA: PLANES VERDES EN UNA PROVINCIA DE NATURALEZA

A CORUÑA: GREEN PLANS IN A PROVINCE OF GREAT NATURAL BEAUTY

*Ríos transparentes, profundos bosques, océanos llenos de vida... A Coruña es pura naturaleza. /
Crystal clear rivers, immense forests, oceans full of sea-life... A Coruña lives and breathes nature.*

El verde es el color que cobra vida en la provincia de A Coruña. Diferentes tonalidades impregnán sus paisajes y son las encargadas de recrearnos una atmósfera envolvente en la que poder recargar energía y dejarnos contagiar por una forma de vida. Es posible sumergirnos en uno de los bosques atlánticos de ribera más importantes de Europa, As Fragas do Eume, que guarda en su interior el icónico monasterio de San Xoán de Caaveiro. Dejarse llevar por infinitud de laderas que terminan en el mar y a veces acogen encantadores pueblos marineros como Ares, Mugardos o Laxe. Conocer la historia de poblaciones acostumbradas a nacer en paisajes

pintorescos como Betanzos en las Terras do Mandeo, siendo este año el momento perfecto de visita por la celebración de su 800º aniversario. Recorrer la cantidad de rutas de senderismo repartidas por la provincia o, por el contrario, pasear por jardines paralizados en el tiempo que nos guardan los pazos como Mariñán / Green is indeed the colour which gives life to the province of A Coruña. Its landscape, steeped in different verdant tones, recreates an atmosphere in which you can replenish your energy as you adopt the local lifestyle. Get immersed in the largest Atlantic forest in Europe, As Fragas do Eume, home to the iconic San Xoán de Caaveiro



monastery. Become captivated by the infinite hillsides rising up from the sea, many of which boast charming seaside villages such as Ares, Mugardos or Laxe. Learn about the history of areas of outstanding natural beauty such as Betanzos in the Terras do Mandeo - ideal to visit this year as it celebrates its 800th anniversary. Roam the many public footpaths that are found all over the province or wander around the gardens unchanged by history such as those found in the Pazo de Mariñán ~~~~~

Twitter @DACTurismo
Facebook Turismo da Deputación da Coruña
Instagram Dacturismo
<https://turismo.dacoruna.gal/es>

RADAR



NEWS

Actuación durante la presentación del festival.

DR.

MADRID, CAPITAL DE LA MÚSICA SACRA

El Festival Internacional de Arte Sacro de la Comunidad de Madrid explora la espiritualidad a través de la música, y lo hace de una forma totalmente ecléctica. Entre el 7 de marzo y el 13 de abril hay programados 60 conciertos por toda la capital que tocan todos los géneros musicales: del clásico a la electrónica, del flamenco al rock, del jazz al folk. En esta 29^a edición el festival rinde homenaje a figuras tan dispares como el poeta Walt Whitman y la cantante Chavela Vargas, en el bicentenario y centenario de su nacimiento, respectivamente. Además, todo un ciclo de flamenco

dentro de la programación celebrará los cien años de la llegada a Madrid del poeta y dramaturgo Federico García Lorca. Pura diversidad. / The International Festival of Religious Art of the Community of Madrid explores spirituality through music, the festival approaches its purpose in a completely eclectic way. Sixty concerts are scheduled in venues across the city from March 7th to April 13th, offering all musical genres, from classical to electronic, flamenco to rock, jazz to folk. And this 29th edition of the festival pays homage to figures as diverse as poet Walt Whitman and singer Chavela Vargas on the 200th and 100th anniversary of their births, respectively. In addition, the program will offer an entire flamenco series to celebrate the 100th anniversary of poet and dramatist Federico García Lorca's arrival in Madrid. Diversity at its purest.



© THOMAS ZWILLINGER
Joel Frederiksen + Ensemble Phoenix Munich.



© JAIME MASSIEU
Pepe Rivero Trío.



Rocío Márquez.



Filippo Mineccia y Collegium Musicum Madrid.

© J.A. ESCUDERO



Soleá Morente.

© BERNARDO DORAL

EL MEJOR BOCATA DE ESPAÑA ES...

Un Milhojas de pastrami ahumado con Sarmiento de Viñedo. Es del chef Francisco Díaz Castro y ha ganado el Concurso de Bocadillos de Autor en la feria Madrid Fusión. Lo sirven en Cocinas del Mundo Inedit de Santa Perpetua de Moguda (Barcelona). / The best sandwich in Spain is a sliced smoked pastrami with vine shoots. The dish is the creation of chef Francisco Díaz Castro and has won

the VI Signature Sandwich Competition at the Madrid Fusión culinary summit. Want one? It's served at the Cocinas del Mundo Inedit restaurant in Santa Perpetua de Moguda (Barcelona).



LOS REYES DEL TÁMESIS

El 30 de marzo, 420 botes pugnan en una de las regatas más populares del Támesis, Head of the River Race. Cubre el recorrido de la histórica Oxford-Cambridge, pero en sentido contrario. / On March 30th, 420 boats compete in the Head of the River Race, one of the most popular races on the River Thames. It runs the historic Oxford-Cambridge route, but in the opposite direction.



DR.

Cada hipótesis es una incertidumbre cada incertidumbre, una oportunidad

El 29 de marzo es la fecha límite para que Reino Unido salga de la Unión Europea.

Cómo y cuándo lo haga finalmente será una decisión política.

Cómo utilizarlo en tu estrategia financiera es decisión tuya.



Vender:	EURGBP	Comprar:
0,87406	0,8 17/15:51	0,87414
Vender:	GBPUSD	Comprar:
1,30733	1,30 17/15:51	1,30741
Vender:	GBPAUD	Comprar:
1,81113	1,81 17/15:51	1,81132
Vender:	UK100Mar19	Comprar:
6.962,0	6.962,0 17/15:51	6.963,5
Vender:	GBPCAD	Comprar:
1,71526	1,71526 17/15:51	1,71554
Vender:	GBPJPY	Comprar:
143,841	143,841 17/15:51	143,861
Vender:	GBPCHE	Comprar:
1,30450	1,30450 17/15:51	1,30476
Vender:	UK100	Comprar:
7.025,55	7.025,55 17/15:51	7.026,45
Vender:	GOLD	Comprar:
1.211,00	1.211,00 17/15:51	1.211,00

ACTIVTRADES

Broker Online desde 2001

Forex | Índices | Materias Primas | Acciones | ETFs | Opciones

Los CFDs son instrumentos complejos y conllevan alto riesgo al poder perder dinero rápidamente debido al apalancamiento. El 78% de las cuentas de inversores minoristas pierden dinero cuando operan CFDs con este proveedor. Debe considerar si comprende cómo funcionan los CFDs y si puede asumir el alto riesgo de perder su dinero. ActivTrades PLC está autorizada y regulada por la Financial Conduct Authority, número de registro 434413.

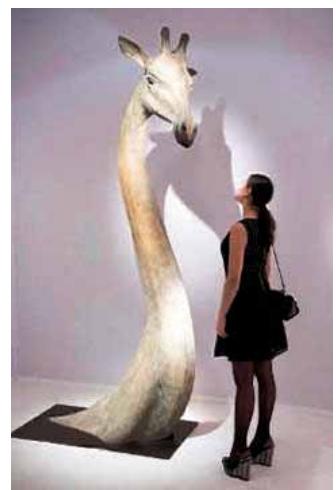
RADAR



ARTE DE HOY Y DE SIEMPRE

Entre el 16 y el 24 de marzo, 273 galerías van a TEFAF Maastricht, una de las ferias de arte más importantes del mundo. En sus 30.000 m² de exposición caben desde piezas con 7.000 años de antigüedad a obras vanguardistas.

/ A total of 273 galleries meet at TEFAF Maastricht, one of the world's leading art fairs held from March 16th to 24th this year. Seven-thousand years of art, from antiquity to avant-garde, will pack into the fair's 98,400 ft² (30,000 m²) of exhibition space.



GETTY IMAGES

LA 'NUEVA' CASA DE ANA FRANK

Después de dos años de reformas, la Casa de Ana Frank en Ámsterdam abre sus puertas con nuevas formas de acceso y una exposición ampliada. Según la dirección del museo, la reforma conseguirá que los jóvenes puedan entender mejor cuál fue la historia y en qué condiciones vivió esta adolescente judía que permaneció escondida de los nazis junto a su familia en una buhardilla. Una visita imprescindible en la capital holandesa. */ The Anne Frank House in Amsterdam has opened its doors again after a two-year renovation with new entrances and a expanded exhibition. According to the museum directors, the renovation means that young people can get a better understanding of the meaning of the house and the conditions in which this Jewish teenager lived as she hid from the Nazis in an attic with her family. A can't-miss sight on any trip to the Dutch capital.*

TUTANKAMON, A TUMBA ABIERTA

El 23 de marzo, los amantes de Egipto tienen una cita en París: la Grande Halle de La Villette inaugura la exposición *Rey Tut: los tesoros del faraón dorado*, que reúne 150 piezas de la tumba de Tutankamon. */ Lovers of Egypt have a can't-miss place to be on March 23rd, when the Grande Halle de La Villette inaugurates King Tut:*



LA MARATÓN MÁS GRANDE DE ASIA

Hasta 38.000 corredores se citan cada año en el popular Maratón de Tokio. Es la prueba de esta categoría más grande de todo el continente asiático y una de las mayores del mundo. Este año se disputa el domingo 3 de marzo. La línea de salida está ubicada en el barrio de Shinjuku y la meta, en la concurrida Estación de Tokio. */ Up to 38,000 runners descend on the city each year to run the Tokyo Marathon. It's Asia's largest marathon and one of the world's most popular. The race, which starts in the Shinjuku neighborhood and finishes in Tokyo Station, is run on March 3rd.*

CLINICA } Salud Estética

Tratamiento **Global Anti-aging** Treatment

Diagnóstico **Full Face** Diagnosis

Belleza **Natural** Beauty

Body **Contouring** Corporal

CSE
desarrolla
los mejores recursos
estéticos, médicos y quirúrgicos
para armonizar tu belleza.

CSE develops the finest
esthetic, medical & surgical
resources to harmonize your
beauty.

Shop online
doctorbelleza.com

coolsculpting® DUAL

Dos zonas diferentes a la vez en 35 minutos
Two different areas at the same time in 35 minutes

Dr. Antonio García
Premio a la Excelencia en Cirugía Plástica mamaria
Excellence Award for Breast Plastic Surgery



CSE Medicina y Cirugía
C/ La Marina, 23 (esq. Bouza)
922 245 297
consultas@saludestetica.com

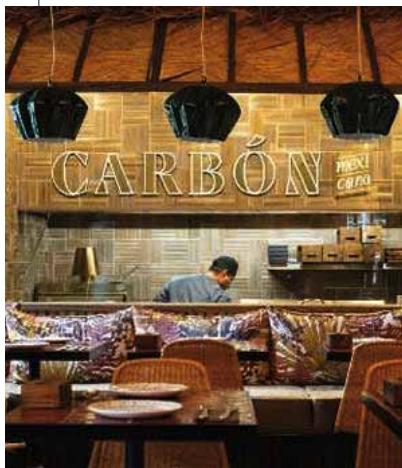
CSE Estética y Láser
C/ Imeldo Seris, 41
922 241 190
estetica@saludestetica.com

CSE Fitness
C/ Bouza, 2
677 740 245
funcional@saludestetica.com

www.saludestetica.com



RADAR



DR.



SANTITA: COCINA MEXICANA AL CARBÓN

Santita (Fuencarral, 74) es el último restaurante mexicano que ha abierto sus puertas en Madrid. En su carta encontramos guacamoles, aguachile, costras y tacos, por supuesto, pero la chef encargada del establecimiento, Andrea Eloísa García, ha decidido darle una vuelta al recetario clásico de cualquier restaurante mexicano y ha introducido en Santita la cocina al carbón, una variante que dota a sus platos de un **toque ahumado realmente especial**. / Santita (Fuencarral, 74) is the latest Mexican restaurant that has opened its doors in Madrid. The menu features guacamoles, aguachile, costras and tacos, of course, but chef Andrea Eloísa García has decided return to the classic recipe book of any Mexican restaurant worth its salt, installing a grill to cook up dishes with a unique smoky flavor.



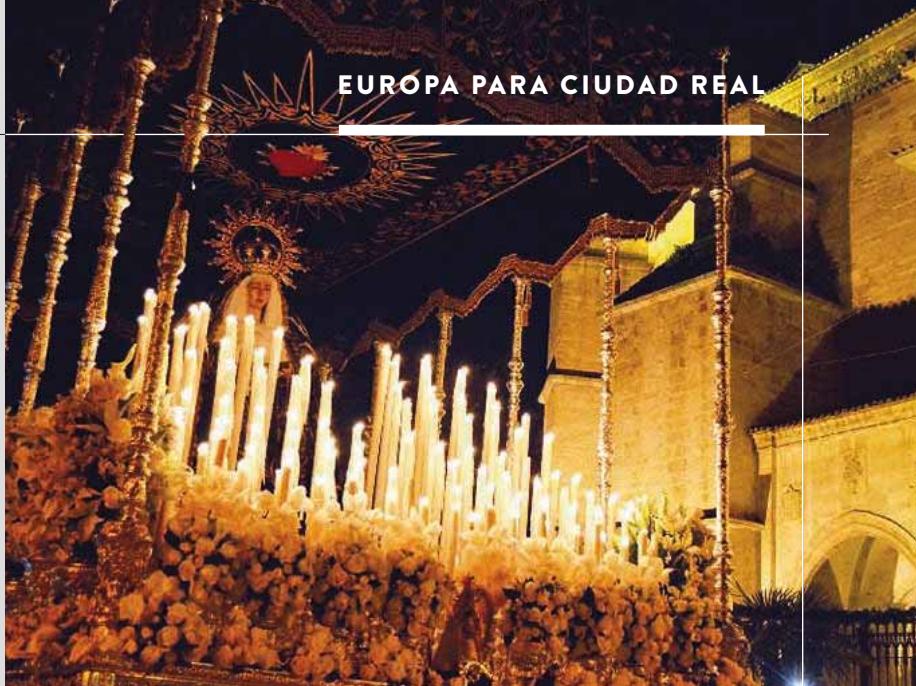
IMAGE BROKER

CUATRO GENIOS DEL DIBUJO, JUNTOS EN A CORUÑA

Rembrandt, Rubens, Van Dyck o Brueghel el Viejo son algunos de los nombres que forman parte de la exposición *Trazos maestros: dibujos holandeses y flamencos del Victoria and Albert Museum*. La exposición estará abierta al público desde el 1 de marzo en la Fundación Barré de A Coruña. / The Master Strokes: Dutch and Flemish Drawings in the Victoria and Albert Museum exhibition includes individual works by artists like Rembrandt, Rubens, Van Dyck and Brueghel the Elder. The exhibition will be open to the public starting on March 1st at the Barré Foundation in A Coruña.

KIOTO: ALEGRÍA BAJO LOS CEREZOS

En marzo, los japoneses esperan la floración de los cerezos. Un espectáculo que, sobre todo en Kioto, celebran con el *hanami*: una reunión bajo sus flores mientras comparten un picnic. / Millions of Japanese wait for the cherry trees to bloom in March. A natural spectacle which, particularly in Kyoto, is celebrated with the hanami: celebrations and picnics under the canopy of flowers.



PASIÓN Y ARTE EN LA PROVINCIA DE CIUDAD REAL

PASSION AND ART IN THE PROVINCE OF CIUDAD REAL

De la capital al Campo de Calatrava, Ciudad Real reúne en su provincia las celebraciones de Semana Santa más exquisitas. / From the capital to the Campo de Calatrava, Ciudad Real gathers in its province the most exquisite Easter celebrations.

La Semana Santa de Ciudad Real, declarada de Interés Turístico Nacional desde 2006, aúna tradición, arte y devoción, y supone una de las fechas más esperadas por todos los habitantes de la ciudad, que llenan sus calles en cada recorrido. Las 24 hermandades que procesionan con 34 pasos de gran valor artístico y patrimonial con un marcado estilo barroco salen a las calles de la capital de la provincia junto a más de 5.000 cofrades. En 2017, la Ruta de la Pasión Calatrava fue reconocida como Fiesta de Interés Turístico Nacional aglutinando un recorrido por los municipios de la histórica comarca del Campo de Calatrava. Se trata de un itinerario de cinco días con las principales y más caracterís-

ticas actividades en las que el ritmo, la luz, el color, las tradiciones, los aromas y el fervor son los protagonistas en las calles repletas por las más de 50 cofradías y 20 bandas de música. La Semana Santa en la provincia de Ciudad Real además de ser un acontecimiento religioso y de gran devoción; es arte, patrimonio, cultura, tradición y gastronomía.

/ The Easter Week of Ciudad Real, designated as Fiesta of National Tourist Interest since 2006, combines tradition, art and devotion and it is one of the most anxiously awaited date by all the inhabitants of the city that fill its streets in each processional itinerary. The 24 confraternities that procession with 34 images of great value artistic and heritage with

a marked baroque style take to the streets of the capital of the province with more than 5,000 members. In 2017, the Calatrava Passion Route was declared as Fiesta of National Tourist Interest organizing a route along the municipalities of the historic district of Campo de Calatrava. It is a five-day itinerary by the main and more characteristic activities in which rhythm, light, colour, traditions, aromas and fervour are the protagonists in the streets filled with more than 50 confraternities and 20 music bands. Easter Week in the province of Ciudad Real is not only a religious event and great devotion but also art, heritage, culture, tradition and gastronomy. ~~~~~ www.turismociudadreal.com

RADAR



ALLEGRO ISORA, AL ESTILO DE MEMPHIS

Barceló ha decidido revitalizar su hotel Barceló Varadero, en Tenerife, y, tras una renovación integral, ha nacido Allegro Isora. Para ello, han recurrido al estilo que puso de moda en los años 80 el Grupo Memphis. El nuevo establecimiento, de 4 estrellas, tiene columpios en el lobby, un *kissing point* o un grupo de música en vivo en la piscina. / Barceló has decided to revamp his Barceló Varadero hotel in Tenerife, launching Allegro Isora after an end-to-end renovation. The new four-star establishment is designed in the style that made the Memphis Group fashionable in the '80s and features swings in the lobby, a kissing point and a live band performing in the pool.



NUBA: 25 AÑOS CREANDO VIAJES A MEDIDA

NUBA, la agencia *premium* de viajes exclusivos y a medida, cumple 25 años. Y lo hace con un nuevo catálogo en el que anuncia los destinos tendencia de este año: Namibia, Vietnam, Camboya, Bután y Perú, y lo que denomina «Viajes de Transformación», es decir, viajes solidarios, de superación personal y espirituales o de conexión con uno mismo. Además, durante este año entre su oferta tendrán más importancia los programas de turismo sostenible. / NUBA, the premium brand of exclusive bespoke travel experiences, turns 25. And it celebrates its birthday with a new catalog that features this year's trendiest destinations: Namibia, Vietnam, Cambodia, Bhutan and Peru, and what they call «Transformation Trips,» that is, solo trips for personal and spiritual improvement or connection with oneself. The brand will also focus on sustainable tourism programs this year.



DR.

LA NUEVA TABERNA DE TIRSO

La plaza madrileña de Tirso de Molina cuenta con un nuevo local para acodarse en la barra. El 5 de Tirso –así se llama– recupera el espíritu de las tabernas castizas. Croquetas, setas empanadas o torrijas son sus platos estrella. / There's a new bar where you can kick back and relax in Madrid's Plaza Tirso de Molina. Called the 5 de Tirso, the bar recovers the spirit of a traditional tavern. Croquettes, fried mushrooms and French toast are the star dishes.



DR.



Japón por tierra y mar en español

Vuelos, hoteles, visitas, traslados, un crucero a bordo del buque Diamond Princess y un guía asistente en español para hacer inolvidable su viaje al país del sol naciente.



Un fantástico buque con sabor japonés

El Diamond Princess es una joya exótica con capacidad para 2.670 pasajeros y 1.100 tripulantes a su disposición. Ofrece un contacto directo con la cultura nipona, a través de su gastronomía, sus instalaciones y su amplio abanico de actividades. Degustar la gastronomía japonesa en el Kai Sushi, relajarse en el Izumi Spa, el baño termal japonés más grande en alta mar y divertirse con las actividades ambientadas en la cultura japonesa (papiroflexia, tai-chi, karaoke, etc.), harán que su viaje sea una experiencia completa.



JNTO

Oficina Nacional
de Turismo de Japón

INFORMACIÓN
Y RESERVAS

91 290 18 45

info@mundomarcruceros.com
www.mundomarcruceros.com

Consulte con su
agencia de viajes

Hay muchas maneras de conocer el País del Sol Naciente, pero ninguna de ellas es tan completa como la que tras 9 años de experiencia, nos propone Mundomar Cruceros de la mano de Princess Cruises. En primavera o en otoño en pareja; o en Semana Santa o en agosto con familia o amigos podemos vivir la experiencia de conocer las principales ciudades del país por tierra y llegar a los lugares más recónditos por mar.

Una experiencia exclusiva. Pasear por la cosmopolita Tokio, perderse en la milenaria Kioto u observar la moderna Osaka, forma parte de lo que todos esperamos de un viaje a Japón. Si a esta experiencia le sumamos una mención histórica en Kagoshima, conocer la caótica ciudad de Busan en Corea del Sur, disfrutar del famoso festival de los fuegos artificiales de Kumano, o contemplar uno de los paisajes más espectaculares a la vez que desconocidos, que nos ofrece la naturaleza cuando atravesamos el Estrecho de Kannon, y todo ello sin deshacer la maleta, hace que nuestra experiencia en Japón sea la más

Descansar navegando. Las ventajas de combinar mar y tierra no solo se basan en la comodidad del viaje en sí, sino en la perfecta oportunidad de conocer ciudades y descansar navegando, de despertar cada día en una ciudad sin el cansancio de haber recorrido antes cientos de kilómetros o de elegir entre degustar la exuberante gastronomía japonesa frente a la conocida comida occidental para no olvidarnos de nuestros sabores. A todas estas comodidades hay que añadir que durante todo el viaje un Guía Asistente acompañará siempre al viajero para que él solo tenga que encargarse de disfrutar. En definitiva, un viaje único del que regresar como nuevo.



SAMUEL L. JACKSON

“Fui un niño tartamudo que no podía ni hablar. El cine me cambió la vida”

«I was a child who had a stutter and couldn't even speak. Movies changed my life.»

No tiene que demostrar nada. Pasa de la televisión y de los premios, pero es capaz de crear personajes legendarios sin despeinarse. En el fondo, Samuel L. Jackson es un tipo normal que solo quiere divertirse... y jugar al golf. / He has nothing to prove. TV and awards don't seem to faze him, but he's capable of effortlessly bringing to life some of cinema's most memorable characters. At heart, Samuel L. Jackson is a normal guy who just wants to have a good time... and play golf.

By MARÍA ESTÉVEZ Photos: NEILSON BARNARD



COVER SAMUEL L. JACKSON

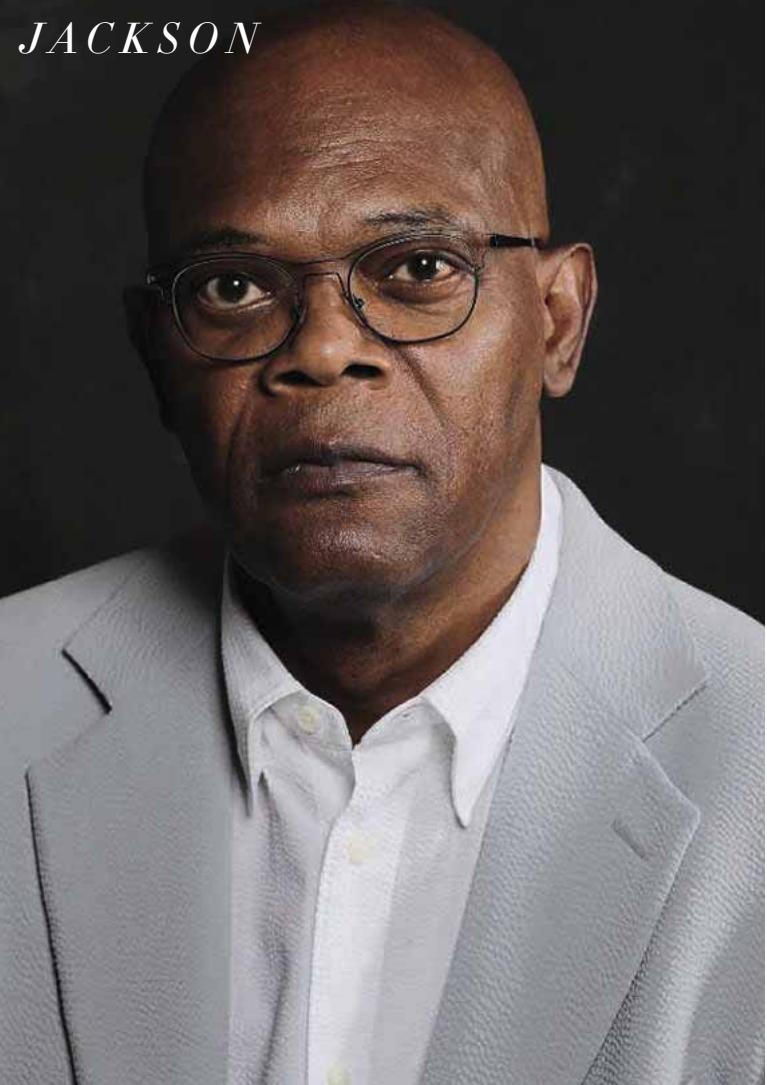
S

Samuel L. Jackson (Washington D.C., 1948) es una leyenda, pero a él le da igual. No quiere premios, aunque el mundo reconozca lo injusto de su escaso palmarés. Su actitud pausada le ha convertido en el tipo más *cool* de Hollywood y, al mismo tiempo, en el más solicitado por los directores. Saben que convierte cada personaje en inolvidable. Y Jackson también lo sabe: lo reconoce y ríe mientras confiesa que por eso cuesta tanto tentarle. Este mes repite en el papel del épico Nick Fury, personaje que salta de la saga de *Los Vengadores* a *Capitana Marvel*, donde comparte protagonismo con la actriz Brie Larson. Apasionado del golf, del cine y de su vida tranquila, Samuel L. Jackson admite que reza cada día y no piensa interpretar nunca una serie de televisión. Lo suyo es el cine y mantener su hándicap al más bajo nivel.

¿Cómo es posible que Samuel L. Jackson no tenga una película de Marvel para él solo?

Porque no tengo oficina en Marvel; si la tuviera, tendría mi propia película. Me gustaría que alguien, algún día, hiciera una película sobre mí. **Están estrenando muchas series de televisión inspiradas en personajes de cómics. ¿Estaría dispuesto a protagonizar alguna?**

No. No estoy seguro de hacer televisión. Me han ofrecido muchos proyectos interesantes, pero no he aceptado ninguno de ellos. Las reglas cambian en la televisión porque no es un medio muy flexible. Hay muchas series de calidad –no como antes, que era un paso atrás en la carrera de un actor–, pero las reglas cambian y no son para mí. No me voy a sentir mejor por alcanzar una audiencia más amplia. Me voy a sentir mejor manteniendo mi libertad y mi >



SAMUEL L. JACKSON (WASHINGTON D.C., 1948) IS A LEGEND, BUT he couldn't care less. He isn't out to win awards, although his lack of statuettes has gone unnoticed by the world at large. His slow and deliberate attitude has made him the coolest guy in Hollywood and, at the same time, a mainstay for countless directors. They know he turns every character he plays into a legend. And Jackson knows it too: he recognizes it and laughs as he confesses that it's why it's so hard to tempt him. He's back this month in the role of the epic Nick Fury, a character who jumps from the Avengers saga to *Captain Marvel*, where he shares the spotlight with actress Brie Larson. Fan of golf, movies and the quiet life, Samuel L. Jackson says that he prays every day and has no interest in starring in a TV show – the big screen and a single-digit handicap is more than enough.

How is it possible that Samuel L. Jackson hasn't had his own Marvel movie?

Because I don't have an office in Marvel; if I did, I'd have my own movie. I would like someone, someday, to make a movie about me.

A bunch of TV series inspired by comic book characters are coming out. Would you ever want to star in one? >



¡DISFRUTANDO MOMENTOS DE CALIDAD!

ENJOYING QUALITY MOMENTS!

Vacaciones sin fin, los 365 días del año. Tenerife es uno de los destinos más demandados debido a su clima y enorme belleza. Y Hotel Suite Villa María, tu mejor opción. Perfecto tanto para parejas y familias, como para amantes del golf. Es un privilegiado mirador al sur de la isla, situado en el centro del campo de golf Los Lagos – Costa Adeje. Uno de los hoteles mejor valorados de Tenerife, según Tripadvisor. Inspirado en la arquitectura tradicional canaria, está formado exclusivamente por 78 villas privadas con diferentes estilos. Sus servicios personalizados se adaptan a las necesidades de sus clientes, incluyendo las de los más pequeños. Elije entre un jacuzzi y/o una piscina privada exterior. ¡Lo mejor es reservar y descubrirlo! / Endless holidays, 365 days a year. Tenerife is one of the most sought-after destinations, due to its

climate and great beauty. And Hotel Suite Villa María is your best choice. Perfect for couples and families, as well as golf lovers. With its privileged viewpoint facing the south of the island, located in the heart of Los Lagos – Costa Adeje golf course. According to Tripadvisor, it is one of the best-rated hotels in Tenerife. Inspired by traditional Canarian architecture, it exclusively consists of 78 private villas with different styles. The personalized services adapt to fulfil guests' needs, including those of

the little ones. Choose between a jacuzzi and/or a private outdoor pool. Make a reservation and discover it for yourself! ~~~~~



www.hotsuitevillamaria.com
La Caleta, Costa Adeje, Tenerife



COVER SAMUEL L. JACKSON



DR.

» forma de vivir. Estoy en un momento de mi vida en el que sé que voy a ser recordado por lo que voy a ser recordado, no me tengo que inventar nada más ni ganar ningún premio. Prefiero estar cómodo y a gusto conmigo mismo. **Sin duda, parte de su legado será el personaje de Nick Fury.**

He tenido la suerte de interpretarlo. He dado vida al menos cuatro personajes icónicos en mi carrera y eso sucede en pocas ocasiones. Yo he tenido mucha suerte. En la historia del cine siempre se me recordará por ser un tío cool.

Usted ha hecho muchas películas de acción en su carrera.

En casa siempre leo guiones, veo películas. Es algo que he hecho toda mi vida, desde que era niño y me colaba en el cine. *Capitana Marvel* es puro entretenimiento y ese es el corazón de mi trabajo. Los actores somos indios, vaqueros, soldados, vikingos, lo que sea que tengamos que interpretar, y lo hacemos a gran escala. Nadie tiene que enseñarnos nada porque hemos aprendido la coreografía de las peleas, el aspecto técnico de las grabaciones. Este filme es, en esencia, una gran historia de acción.

¿Le toca seguir haciendo audiciones?

Ya no, hace años que dejé de hacerlas para los directores. Cuando tengo que hacer un determinado personaje, me piden que lea escenas.

¿Qué ha sido lo que más ha disfrutado de interpretar a Nick en este momento de su carrera?

Nick no es un tipo que busca pelear, prefiere disparar. Eso me gustó porque no me exigió mucho físicamente. Y no puedo quejarme del cheque, porque me pagan muy bien. Nick no es un tipo presionado por el peso de lo que sucede en el mundo, su reto es convencer a los superhéroes para sumarse a su causa y hacerles entender sus extraordinarios poderes.

¿Es usted creyente?

Rezo cada día por todo lo que tengo.

¿Cómo está Dios presente en su vida? ➤

ETERNO NICK FURY

Capitana Marvel es la novena película del universo de superhéroes en la que Samuel L. Jackson interpreta a Nick Fury, un papel icónico para el actor, aunque a veces apenas ha salido unos instantes. La décima será en *Spider-Man: Lejos de casa*, pendiente de estreno. /

Captain Marvel is the ninth film in the superhero universe in which Samuel L. Jackson plays Nick Fury, an iconic role for the actor, even though he barely has any screen time in some installments. The tenth will be in *Spider-Man: Far from Home*, pending release.

» No. I'm not sure about doing TV. I've been offered a ton of projects, but I haven't accepted any of them. The rules change on TV because it's not a very flexible medium. There are many quality shows, not like before, when it was a step back in an actor's career, but the rules change and it's not for me. I'm not going to feel better reaching a wider audience. I'll feel better maintaining my freedom and my lifestyle. I'm at a time in my life where I know I'll be remembered for what I'll be remembered for, I don't have to come up with anything else or win any award. I prefer to be comfortable and content with myself.

Part of your legacy will undoubtedly be the role of Nick Fury.

I've been fortunate to play him. I've brought at least four iconic characters to life in my career and it doesn't happen often. I've been very lucky. In the history of movies I'll always be remembered for being a cool guy.

You've done a lot of action movies in your career.

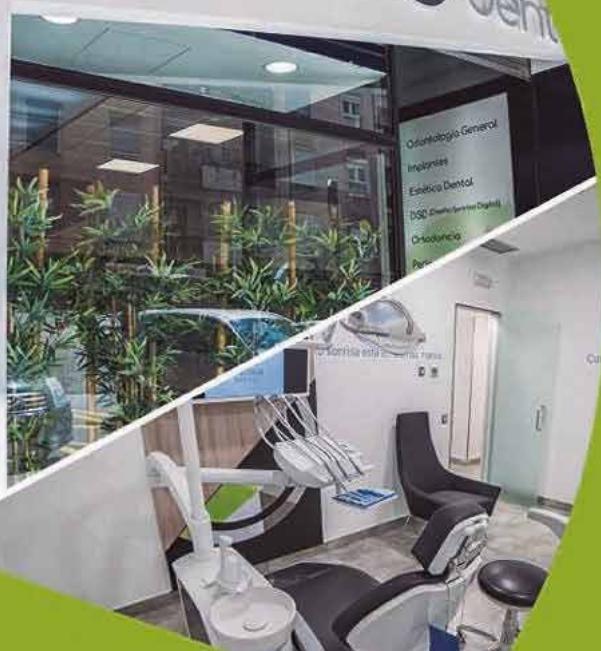
At home I always read scripts, I watch movies. It's something I've done my whole life, ever since I was a kid and I used to go to the movies. *Captain Marvel* is pure entertainment and that is the heart of my work. We actors are cowboys, Indians, soldiers, Vikings, whatever we have to be, and we do it on a huge scale. Nobody has to teach us anything because we've learned the choreography of the fights, the technical aspect of shooting. This film is, in essence, a great action story.

Do you still have to audition?

Not anymore, I stopped doing them for directors years ago. They ask me to read scenes when I have to do a certain character.

What has been the best part about playing Nick at this point in your career?

Nick isn't a guy looking to fight, he prefers to shoot. I liked that because he didn't demand much from me physically. And I can't complain about the check, because they pay me very well. Nick is not a guy who's pressured by the weight of what happens in the world, his challenge ➤



- Odontología **sin dolor** 😊
Painless dentistry
- Diseño de **sonrisa** Computerized smile design
- Dientes en **el mismo día** Same day teeth
- Ortodoncia **invisible** Invisible orthodontics



**RESULTADOS
Y ATENCIÓN
EXCELENTES**

**TOP DENTAL
TREATMENTS
AND EXCELLENT
QUALITY SERVICE**

Carrer de Francesc Fiol i Juan, 12, 07010 Palma, Illes Balears

PRIMERA VISITA GRATUITA - FREE CONSULTATION

971 20 52 31

WWW.CEDPALMA.ES

COVER SAMUEL L. JACKSON

» El simple hecho de estar aquí sentado hablando contigo y no estar borracho tirado en la calle o completamente drogado se lo debo a Dios. Yo tuve la oportunidad de ver la luz. Sé de lo que soy capaz, sé lo que puedo controlar y lo que no, pero a veces la fe es importante para mantenerse sereno en los momentos de tentación. Todos los que han vivido lo que yo he vivido, con alcohol y drogas, siempre vamos a vivir tentados a caer de nuevo. Soy consciente de que disfruto bebiendo y disfruto con las drogas, por eso tengo que recordarme a mí mismo cada día que no puedo beber ni un solo vaso.

Hablando de adicciones, usted tiene otra que es el golf. ¿Es tan importante en su vida este deporte?

En mi contrato cuando hago una película siempre dice que tengo que jugar dos veces a la semana cuando estoy trabajando. El golf forma una parte de mi remuneración.

¿Es fácil para los productores amoldarse sus peticiones?

Depende de dónde vayamos a rodar. Yo puedo montarme en un avión y jugar al golf a tres horas y luego regresar. Jugar al golf cada mañana a las cinco y media forma parte de mi rutina, no puedo vivir sin ello.

¿Son los actores demasiado egocéntricos?

No. Los actores no son los más egocéntricos. He conocido a directores más egocéntricos que los actores, y a directores de fotografía, y a productores... El egocentrismo no pertenece a una profesión, sino a un tipo de individuo. Te diría incluso que los actores no somos nada egocéntricos.

¿Qué considera aceptable a la hora de poner en su contrato?

Pedir un cocinero, un entrenador personal, tres guardaespaldas, un maquillador, una persona que compre ropa para mí tres veces a la semana, tener cuatro hijos en el set, dos niñeras, un tráiler que es una casa, un apartamento de siete habitaciones con mayordomo, comida orgánica a mi alrededor y un guía espiritual de la cienciología para limpiar mi espíritu son peticiones excesivas. Eso es llegar al extremo. Pero mis exigencias son fáciles: necesito un DVD, jugar al golf dos veces a la semana y un coche. Nada más. ▶

» is to convince the superheroes to join his cause and make them understand their extraordinary powers.

Are you a believer?

I pray for everything I have every day. How is God present in your life? The simple fact of sitting here talking to you and not being drunk or completely high in the street, I owe that to God. I had the opportunity to see the light. I know what I'm capable of, I know what I can control and what I can't, but sometimes faith is important for staying the course in times of temptation. Everyone who's experienced what I've experienced with drugs and alcohol will always live with the temptation of falling again. I know that I enjoy drinking and I enjoy drugs, that's why I have to remind myself every day that I can't have a single glass.

Speaking of addictions, you have another one: golf. Is this sport really such an important part of your life?

When I make a movie there's always a clause in my contract that says that I get to play twice a week when I'm working. Golf is a part of my compensation.

Do producers find it easy adapting to your requests?

It depends on where we're going to shoot. I can get on a plane and play golf for three hours and then come back. Playing golf every morning at half past five is part of my routine, I can't live without it.

Are actors too self-centered?

No. Actors aren't the most self-centered. I've met directors who are more egocentric than actors, and directors of photography, and producers... being self-centered isn't part of a profession, but a type of individual. I'd even go so far to say that actors aren't egocentric at all.

What do you consider acceptable when it comes to your contract?

Ask for a chef, a personal trainer, three bodyguards, a make-up artist, a person who buys clothes for me three times a week, have four children on the set, two babysitters, a trailer as big as a house, a seven-room apartment with a butler, organic food around me and a spiritual guide of Scientology to cleanse my spirit are excessive requests. That's ▶

EL 'VILLANO' SAMUEL



GLASS (2019)

Era la tercera vez que el actor se ponía a las órdenes de Shyamalan para interpretar al villano Elijah Price después de *El protegido* y *Múltiple*. / Following *Unbreakable* and *Split*, it was the third time that he played worked with director Shyamalan to play the villain Elijah Price.

PULP FICTION (1994)

El matón de gatillo fácil Jules Winnfield, creado por Quentin Tarantino allá por los 90, es uno de los personajes más icónicos de la historia del cine. / Jules Winnfield's trigger-happy thug, created by Quentin Tarantino back in the '90s, is one of the most iconic characters in film history.



DJANGO DESENCADENADO (2012)

El criado Stephen es, de lejos, el personaje más repulsivo de esta película de Tarantino. Magistral trabajo. / The servant Stephen is by far the most repulsive character in the Tarantino movie. Masterful work.



LA JUNGLA DE CRISTAL 3 (2013)

Jackson se unió a la tercera parte de la franquicia protagonizada por Bruce Willis interpretando a Zeus Carver. / Jackson participated as Zeus Carver in the third installment of the franchise starring Bruce Willis.





PRINCESS CRUISES

regrese como nuevoSM

Arte, historia y cultura Navegando por las Capitales Bálticas

12 días por los paisajes más emblemáticos del Norte de Europa con dos días en San Petersburgo

La capital danesa, **Copenhague**, ha sido reconocida como la ciudad más feliz del mundo, lo cual hace de ella un plan perfecto para comenzar las vacaciones. Paseando por sus estrechas calles respirará un sencillo estilo de vida. Se sorprenderá con sus casas de techo a dos aguas, sus canales y su infinidad de bicicletas.

Estocolmo, es la ciudad más grande de Suecia, y es conocida como una de las "Venecias del Norte". Sus majestuosos edificios se combinan con grandes parques y jardines, laberintos de canales que nos transportan a una ciudad de ensueño. Al día siguiente podremos descubrir, una gran desconocida, **Helsinki**. Su catedral es resplandeciente, como si estuviera nevada, sus gentes son muy amables y el tranvía que recorre la ciudad la envuelve con un encanto especial. **San Petersburgo**, iluminada por el sol de medianoche de verano, es una de las ciu-

dades más bellas del mundo. Es la ventana rusa que se abre a Europa, una ciudad lujosa, apasionante, imponente, majestuosa y original. No es casualidad, que se le llame "El museo al aire libre". La ciudad vieja de **Talin**, será el escenario perfecto para el más bello cuento de hadas. Su mezcla de edificios medievales con góticos tardíos o barrocos, la convierten en un tesoro que preservar. También haremos escala en **Warnemunde**, desde donde podrá desplazarse hasta Berlín para disfrutar de esta histórica ciudad. Pasear por sus calles, admirar sus monumentos y descubrir su historia harán de esta escala una experiencia magnífica. La última escala antes de regresar a Copenhague nos llevará a **Oslo**, o la ciudad casi perfecta, es la capital de la fría Noruega. A principios de los 80, inspiró a Munch para pintar su obra más célebre, El Grito. Actualmente es una ciudad vibrante y la más multicultural de Noruega.

Poder fotografiar la Casa de la Ópera de Oslo, La Iglesia del Dome de Talin, la Catedral de la Sangre Derramada en San Petersburgo y montar en el original metro de la ciudad, o ver el cambio de guardia del Palacio Real de Estocolmo será posible con el paquete de excursiones en español que ha preparado Mundomar Cruceros.

Embárquese este verano en el Regal Princess y disfrute conociendo estas emblemáticas ciudades, mientras se desplaza relajándose con inolvidables puestas de sol desde su balcón, saboreando una exquisita gastronomía y dejándose mimar por el servicio de la tripulación de Princess Cruises, nombrada Mejor Naviera Premium por los cruceristas españoles, por 3 años consecutivos.

3º y 4º pasajero GRATIS*

*Consulte condiciones



INFORMACIÓN
Y RESERVAS

91 290 18 45

info@mundomarcruceros.com
www.mundomarcruceros.com

Consulte con su
agencia de viajes

COVER SAMUEL L. JACKSON

➤ ¿Ha dicho que no quiere trabajar mucho y sin embargo rueda cuatro películas al año?

El cine es mi pasión, me gusta trabajar y ver películas. Me he pasado mi vida en los cines viendo al menos tres películas diarias antes de ir a casa. Cuando era niño me colaba en el cine, ahora trato de hacer las películas que me llevaban a mí al cine cuando era joven. La vida es muy corta y quiero vivirla haciendo lo que me gusta.

¿Cuál diría que es el secreto de su éxito?

He hecho muchas películas [bromea]. Es cierto, uno se gana su reputación trabajando. He interpretado personajes con mucha personalidad que se han vuelto icónicos a los ojos del público y eso va conmigo. He enfocado mi carrera hacia personajes que a mí me gustaban cuando era joven. Lo que siempre he deseado es divertirme con el trabajo. Si yo disfruto con lo que hago, estoy seguro de que el público va a disfrutar viéndome. Yo era un niño tartamudo que no podía casi hablar, pero mi vida cambió cuando descubrí el cine y la interpretación. Si aquel niño de Chattanooga pudo cambiar su vida, cualquiera puede hacerlo. Soy un tipo a gusto con lo que hace, con su forma de ser, y el teatro siempre ha formado parte de mi existencia. Además, soy un tipo muy profesional. A mí me dicen que tengo que estar a las seis en el rodaje y no me cuesta estar a las seis en punto, pero luego me tienen que dejar ir a jugar al golf. Yo no me olvido de quién soy ni de dónde vengo. Paseo por el mundo y juego al golf, pero aún sigo siendo aquel niño enamorado del cine. No puedo escuchar las noticias todos los días, por eso me escapo al cine y entro en un mundo que tiene sus propias reglas. Los personajes son un escape maravilloso porque me ayudan a mantenerme sano.

¿Ha tenido la oportunidad de desafiar en el campo de golf a Tiger Woods?

Sí. Sus habilidades en el campo de golf son muy distintas a las mías, pero fue divertido jugar a su lado. Lo que me gusta cuando estoy jugando es pegar bien a la bola, que me salga lo que yo sé hacer porque a mi nivel es imposible competir con Woods. Así es como me gusta jugar, sea con quien sea, ejecutar bien mis golpes sin preocuparme cómo juegan los demás.

Scarlett Johansson ha dicho que trabajar con usted es divertidísimo.

Esa es mi chica. Scarlett es sensacional.

¿Lleva una vida normal cuando no está viajando?

Mi vida es normal.

Me refería a su familia: su mujer, su hija...

Mi hija es chef y vive en Nueva York, y mi mujer es actriz y trabaja cuando quiere. Cuando ruedo mucho tiempo lejos de casa, ellas me vienen a ver. El todo muy normal. ~~~~~

➤ taking it to the extreme. But my demands are easy: I need a DVD, to play golf twice a week and a car. That's it.

Haven't you said that you don't want to work much and yet you shoot four films a year?

Movies are my passion, I like to work and watch movies. I've spent my life in theaters watching at least three movies a day before I go home. When I was a kid I used to go to the movies, now I try to make the movies that made me go to the movies when I was young. Life is very short and I want to live it doing what I like.

What would you say is the secret to your success?

I've done a lot of movies [joking]. It's true, you earn your reputation by working. I've played characters packed with personality who have become audience icons and I dig that. When

I was young, I centered my career on characters that I liked. What I've always wanted is to have fun at work. If I enjoy what I do, I know that the audience will enjoy watching me. I was a child who had a stutter and could hardly speak, but my life changed when I discovered movies and acting. If that Chattanooga child could change his life, anyone can do it. I am a guy at ease with what he does, with his personality, and movies have always been part of my existence. I'm also a very professional guy. They tell me that I have to be on set at six o'clock and it's not hard for me to be there at six o'clock, but then they have to let me go play golf. I don't forget who I am or where I come from. I walk around the world and play golf, but I'm still that boy in love with movies. I can't listen to the news every day, that's why I escape to the movies and enter a world that has its own rules. The characters are a wonderful escape because they help me stay sane.

Have you had the chance to challenge Tiger Woods to a game of golf?

Yes. His skills on the golf course are very different from mine, but it was fun to play with him. What I like when I'm playing is hitting the ball well, when I'm able to do what I know how to do well, because at my level it's impossible to compete with Woods. That's how I like to play, with anyone, hitting my strokes well without worrying about how others play.

Scarlett Johansson has said that working with you is hilarious.

That's my girl. Scarlett is sensational.

Do you lead a normal life when you're not traveling?

My life is normal.

I was referring to your family: your wife, your daughter...

My daughter is a chef and lives in New York, and my wife is an actress and works when she wants. When I'm away from home for a long time they come to see me on set. It's all very normal. ~~~~~

ESCAPE

FUEGO Y FURIA

*Fallas de
Valencia*

DESDE EL 1 DE MARZO, CON LA PRIMERA MASCLÉTÀ, HASTA LA NOCHE DEL 19, CON LA NIT DE LA CREMÀ, VALENCIA ES UN HERVIDERO CON DOS MILLONES DE TURISTAS EN BUSCA DE SUS FALLAS.

KICKING OFF WITH LA MASCLÉTÀ (A FIREWORK AND FIRECRACKER DISPLAY) ON MARCH 1ST AND ENDING ON THE 19TH WITH LA CREMÀ (THE «BURNING»), VALENCIA SWARMS WITH TWO MILLION TOURISTS IN SEARCH OF THE CITY'S FALLAS.



10 POSTALES DESDE AUSTRALIA

Al otro lado del mundo hay una isla grande como un continente, casi vacía y prácticamente intacta, marcada por los extremos, con paisajes que van del ocre más áspero al verde más luxurioso y poblada por una fauna insólita. Si quiere descubrir una naturaleza diferente, no lo dude más. No se arrepentirá.

By RODRIGO PADILLA

GRAN BARRERA DE CORAL UNA JOYA VIVA BAJO EL MAR

Se extiende frente a las costas de Queensland como un collar de 2.500 kilómetros formado por islas y arrecifes. La acumulación de corales es hoy el hábitat submarino más fascinante y colorido del mundo, hogar de cientos de especies de peces, tiburones, tortugas y moluscos, además de supervivientes como el cocodrilo de agua salada o el dugón. Lo suyo es explorarlo a golpe de esnórquel, pero hacerlo desde el aire descubre caprichos de la naturaleza como este Heart Reef. /

Stretching off the coast of Queensland like a 1,153-ft-long (2,500 km) necklace of islands and reefs, this coral ecosystem is one of the world's most fascinating and colorful underwater habitats; it is home to hundreds of species of fish, sharks, turtles and mollusks, as well as ancient species like the saltwater crocodile and the dugong. Snorkeling is a great way to explore this underwater world, but stunning sights like Heart Reef (pictured) are best discovered by air.

THE DESTINATION

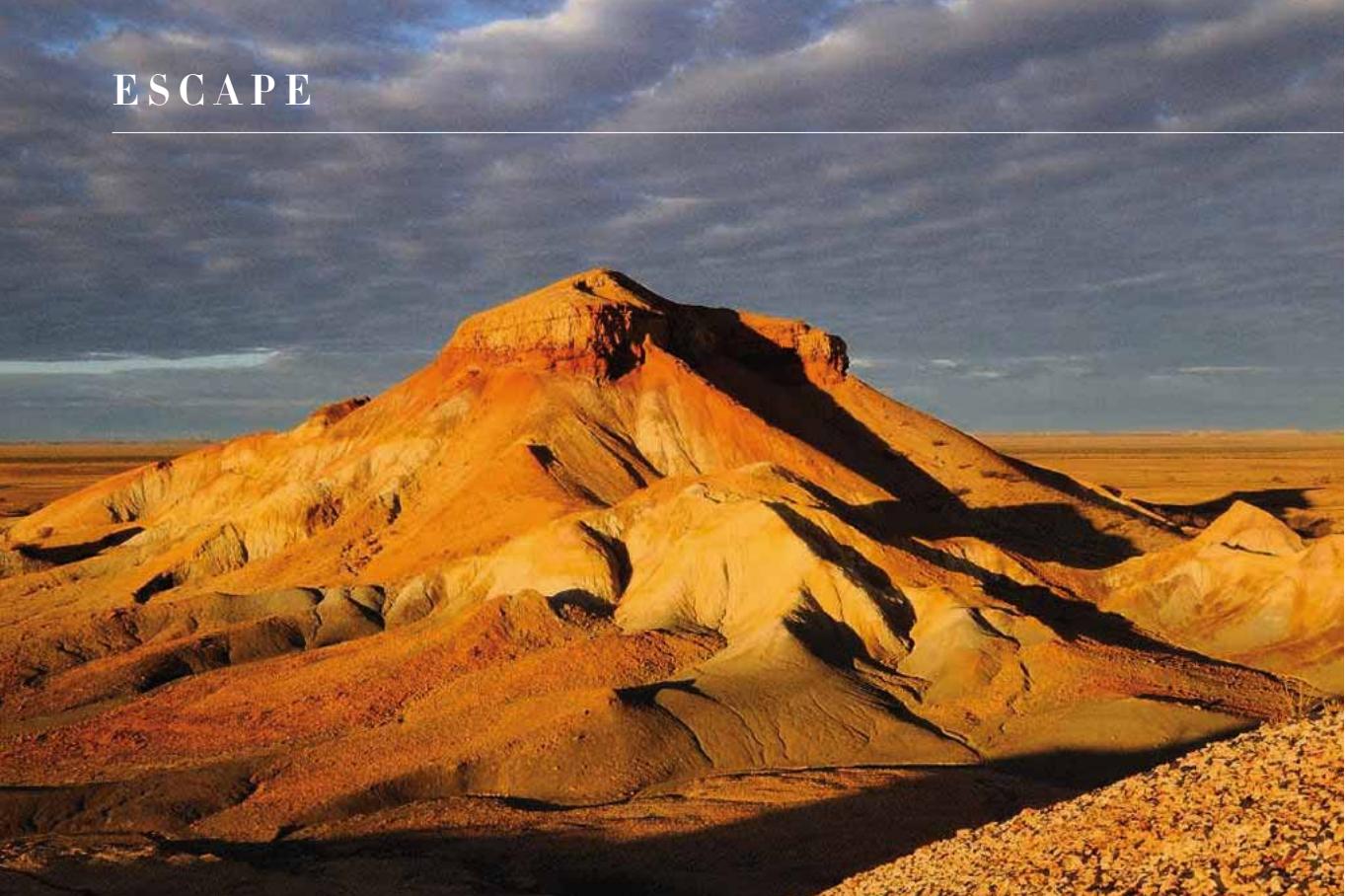


10 POSTCARDS FROM AUSTRALIA

On the opposite side of the world there is an island continent, practically empty and virtually intact, marked by landscapes painted in a color palette of the harshest ochre to the lushest green and home to strange, unique wildlife. If you want to discover a different kind of nature, what are you waiting for? Australia is a destination you won't regret visiting.

LITCHFIELD NATIONAL PARK ARQUITECTURA MONUMENTAL

Esta amplia meseta de arenisca, a un par de horas en coche al sur de Darwin, alberga reductos de bosque monzónico escondidos en las gargantas talladas por el agua. A pesar de estos vestigios de otros tiempos, y de sus muchas cascadas, el parque es famoso, sobre todo, por sus enormes termiteros, que pueden superar los tres metros de altura. / This vast sandstone plateau, a few hours' drive south from Darwin, is home to ancient remnants of a monsoon forest nestled in gorges carved by water. Despite these vestiges of other eras, and the many waterfalls dotting the park, Litchfield is most famous for its enormous termite mounds, which can grow to up to almost 10 feet (three meters) tall.



© JOUAN & RUIZ / NATURE PHOTO LIBRARY/CORDON PRESS

ARCKARINGA HILLS UN FRÁGIL MUESTRARIO DE COLORES

Aunque no lo parezca, aquí, en el corazón del Outback australiano, hubo un mar interior hace 80 millones de años. La erosión ha ido sacando a la superficie las capas de sedimentos que cubrieron su lecho, y el resultado es un paisaje teñido por todos los tonos que van del blanco al ocre. El llamado Painted Desert es tan hermoso como delicado, así que está prohibido pisar fuera de los senderos marcados. / It may not look like it today, but 80 million years ago the heart of the Australian Outback was an inland sea. Erosion has brought the layers of sediments at the bottom of this sea to the surface, and the result is a landscape tinted by an endless range of colors, from white to ochre. The aptly named Painted Desert is as beautiful as it is delicate, and visitors are prohibited from walking off the marked trails.



SHARK BAY LA VIDA MÁS ANTIGUA DEL PLANETA

Hace 3.500 millones de años, las rocas de los mares cálidos se cubrieron con una película de bacterias capaces de hacer la fotosíntesis. El residuo de su actividad eran unos depósitos minerales llamados estromatolitos. Pues bien, en Hamelin Pool, al sur de esta bahía de la costa oeste, las bacterias siguen manos a la obra. Algo tendrán estas aguas, pues también albergan enormes praderas marinas y multitud de dugones y delfines. / The rocks in the warm seas that covered the earth 3.5 billion years ago were covered with a film of bacteria that could photosynthesize, forming mineral deposits called stromatolites. These bacteria are still at work in the Hamelin Pool Marine Nature Reserve, south of this bay on the country's west coast, which is also home to massive sea meadows and scores of dugongs and dolphins.

© DAVE WATTS / NATURE PHOTO LIBRARY/CORDON PRESS



¡Te esperamos! con una sonrisa

Poco a poco vamos abriendo los hoteles que serán tu hogar durante tus días de vacaciones. Unos días en los que trabajaremos para ti, garantizando el cuidado de los pequeños detalles para que disfrutes unas vacaciones perfectas.

Especialistas en sacar una sonrisa a los más pequeños, gracias a nuestros hoteles con parque acuático.

FAMILIAS - PISCINAS DE OLAS - ENTRETENIMIENTO - CASTILLOS ACUÁTICOS - GASTRONOMÍA - TOBOGANES - KIDS CLUBS - JUEGOS DE AGUA - Y MUCHO MÁS...



40 HOTELES - 5 PAÍSES - 27 DESTINOS TURÍSTICOS

ISLAS BALEARES - ISLAS CANARIAS - MARBELLA - ESTEPONA - BENALMÁDENA - CÁDIZ - MADRID - BÉLGICA - SUIZA - ARGENTINA - NICARAGUA





NEW ENGLAND NATIONAL PARK **ASÍ ES EL LADO VERDE DE AUSTRALIA**

En una isla como esta caben muchos climas y paisajes. Entre Nueva Gales del Sur y Queensland se extiende una región de bosques tropicales tan grande que alberga decenas de espacios protegidos. El de New England, con su relieve accidentado, acoge más de mil especies vegetales, desde el haya antártica hasta el eucalipto. / There's room for a massive variety of climates and landscapes on an island continent like this. A region of tropical forests so large that it is home to dozens of protected areas stretches between New South Wales and Queensland. The New England region, with its rugged terrain, shelters over a thousand plant species, from the Antarctic beech to the eucalyptus.

ULURU NATIONAL PARK **ICONO VISUAL Y CORAZÓN ESPIRITUAL**

Para los anangu, el pueblo aborigen que habita el inmenso Red Centre, el Uluru protege estas tierras sagradas desde el inicio de los tiempos. Es imposible no atribuirle poderes sobrenaturales a un monolito de 350 metros de altura y nueve kilómetros de contorno, sobre todo al atardecer, cuando emite un resplandor rojizo que te atraviesa la piel. / For the Anangu, the aboriginal people who live in Australia's immense Red Centre, the Uluru has protected these sacred lands since the beginning of time. It is impossible not to attribute supernatural powers to this formation that stands more than 1,100 feet (340 meters) high with a circumference of five miles (9 km), particularly at dusk, when it emits a magical reddish glow.



© JIRI LOCHMAN / NATURE PHOTO LIBRARY / CORDON PRESS



© AFLO / NATURE PHOTO LIBRARY / CORDON PRESS



EL FOLCLORE 'INUNDA' EL MAR MENOR EN AGOSTO

FOLK CULTURE 'FLOODS' THE MAR MENOR IN AUGUST

La Semana Internacional de la Huerta y el Mar convierte a Los Alcázares (Murcia) en la capital del folclore. / The Semana Internacional de la Huerta y el Mar (International Garden and Sea Week) turns Los Alcázares (Murcia) into the capital of folk culture.

Los Alcázares, un pequeño y agradable pueblo situado en la comarca del Mar Menor, en la Región de Murcia (España), acoge del 14 al 24 de agosto la Semana Internacional de la Huerta y el Mar, un festival cultural que tiene como fin la conservación y difusión del costumbrismo y el folclore autóctono e internacional. Declarado de Interés Turístico Regional en 1986, es uno de los festivales folclóricos más importantes del panorama nacional e internacional. Nació para reafirmar la relación que históricamente han mantenido la Huerta de Murcia y Los Alcázares, por su escenario han pasado desde 1972 grupos folclóricos de

reconocido prestigio de los cinco continentes y ha sido lugar de encuentro de miles de personas durante el mes de agosto en Los Alcázares (Murcia).

Al folclore, las costumbres y las tradiciones, en la Semana Internacional de la Huerta y el Mar se suma también la rica gastronomía de la Región de Murcia, que convierte a Los Alcázares en un crisol de culturas y muestras artísticas junto a la laguna salada más grande de Europa, el Mar Menor. / From 14th to 24th August Los Alcázares, a pleasant little town in the comarca (county) of El Mar Menor, in the Murcia region of Spain, hosts International Garden and Sea Week,

a cultural festival that sets out to preserve and popularise local and international customs and folklore. Listed as being of Regional Tourist Interest since 1986, it is one of the most important folk festivals on the Spanish and international scene. It was set up in 1972 to reaffirm the relationship that has always existed between the Huerta de Murcia (the market gardens of Murcia) and Los Alcázares. Since then top folk ensembles from all five continents have appeared on its stages and it has been a meeting place for thousands of people every August here in Los Alcázares (Murcia).

As well as folklore, customs and traditions, International Garden and Sea Week also features the rich gastronomy of the Murcia region, making Los Alcázares a crucible of cultures and artistic performance beside Europe's largest salt lake, the Mar Menor. ~~~~~

www.losalcazares.es

ESCAPE



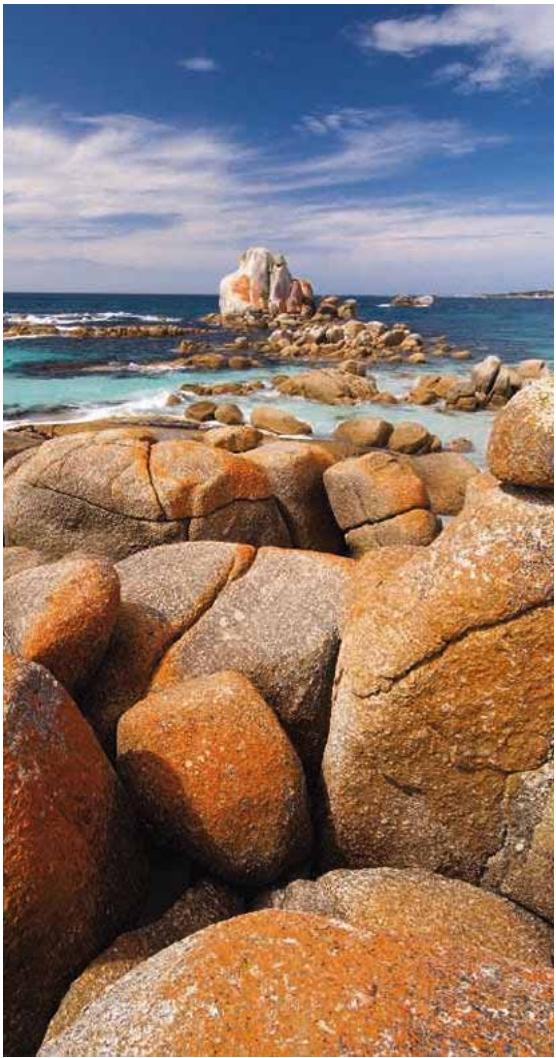
WHITEHAVEN BEACH **SI EN EL CIELO HAY PLAYA, SERÁ COMO ESTA**

Cierre los ojos e imagine la playa perfecta. Arena blanca fina como el talco, bien. Aguas turquesas, vale. Rodeada de vegetación, hecho. Apartada y tranquila, por supuesto. Ahora abra los ojos. La tiene delante. Está en las islas Whitsunday, entre la costa este y la Gran Barrera. Solo se puede llegar en barco o hidroavión. Y es real. */ Close your eyes and imagine the perfect beach. Fine white sand like talc, check. Turquoise water, check. Lined by lush vegetation, check. Secluded and quiet, double check. Now open your eyes. This is the beach you've imagined. It's in the Whitsunday Islands, between the east coast and the Great Barrier Reef, and can only be reached by boat or seaplane. And it's real.*

© ONNE VAN DER WAL / NATURE PHOTO LIBRARY / CORDON PRESS

MOUNT WILLIAM NATIONAL PARK **TASMANIA, CALMA TOTAL**

Con casi el 40 por ciento de su territorio protegido, la gran isla que completa el extremo sur de Australia enamorará a los amantes de la naturaleza virgen y de los parajes solitarios. Este parque, además de por la excelente conservación de sus brezales costeros y la variedad de su fauna, es conocido por las rocas graníticas salpicadas de líquenes anaranjados que contrastan con el azul intenso del mar. */ With almost 40 percent of its territory protected land, the large island at Australia's southern tip is the perfect place for lovers of pristine nature and isolated landscapes. This park, in addition to the excellent conservation of its coastal heathland and the habitat it provides to an extensive list of animals, is known for granite rocks dotted with orange lichens that contrast with the intense blue of the sea.*



© STEVEN DAVID MILLER / NATURE PHOTO LIBRARY / CORDON PRESS



Esnova

FABRICANTE DE
SISTEMAS DE
ALMACENAJE

STORAGE
& WAREHOUSING SYSTEMS
MANUFACTURER

The strength of simplicity

www.esnova.es

Esnova Racks S.A. C/ Ataúlfo Friera "Tarfí", Nº 5
Pol. Ind. Los Campones 33211 - Gijón (Asturias - Spain)
+34 985 308 980 | info@esnova.es

FRASER ISLAND SU OTRO NOMBRE LO DICE TODO

Tiene 120 kilómetros de punta a punta, lo que hace de ella la isla de arena más grande del mundo. Buena parte está cubierta por bosques tropicales entre dunas doradas. Multitud de arroyos convergen en lagos cristalinos o desembocan en sus playas infinitas. Los aborígenes la llaman K'gari. Significa 'paraíso', claro. / Stretching over 74 miles (120 kilometers) from end to end, this is the largest sand island in the world.

Most of the island is covered by tropical forests among golden dunes, while countless streams converge in crystal-clear lakes or flow to the island's beaches. The aborigines call it K'gari, which unsurprisingly means 'paradise'.

LOS DOCE APÓSTOLES SUPERVIVIENTES DE UN COMBATE DESIGUAL

Es una lucha sin tregua: los acantilados de caliza de la costa sur, en el Parque Nacional Port Campbell del estado de Victoria, contra el viento y las olas de la Gran Bahía australiana. Fruto de millones de años de erosión son estas enormes agujas de roca de hasta 45 metros de altura. A pesar de su nombre, ya solo quedan ocho. La última se desplomó en 2005. / It's a battle that knows no end: the limestone cliffs of the south coast of the island, in the Port Campbell National Park of the district of Victoria, versus the wind and waves of the Great Australian Bight. These imposing rock stacks, some up to 147 feet (45 meters) high, are the result of millions of years of erosion. Despite its name, there are only eight left, with the last collapse happening in 2005.



© OLIVER GERHARD / IMAGE BROKER / CORDON PRESS



© ERNIE JONES / NATURE PHOTO LIBRARY / CORDON PRESS

PALMA-SÓLLER-PUERTO DE SÓLLER-SA CALOBRA-TORRENT DE PAREIS

VUELTA ISLA

LA MEJOR EXCURSIÓN DE MALLORCA

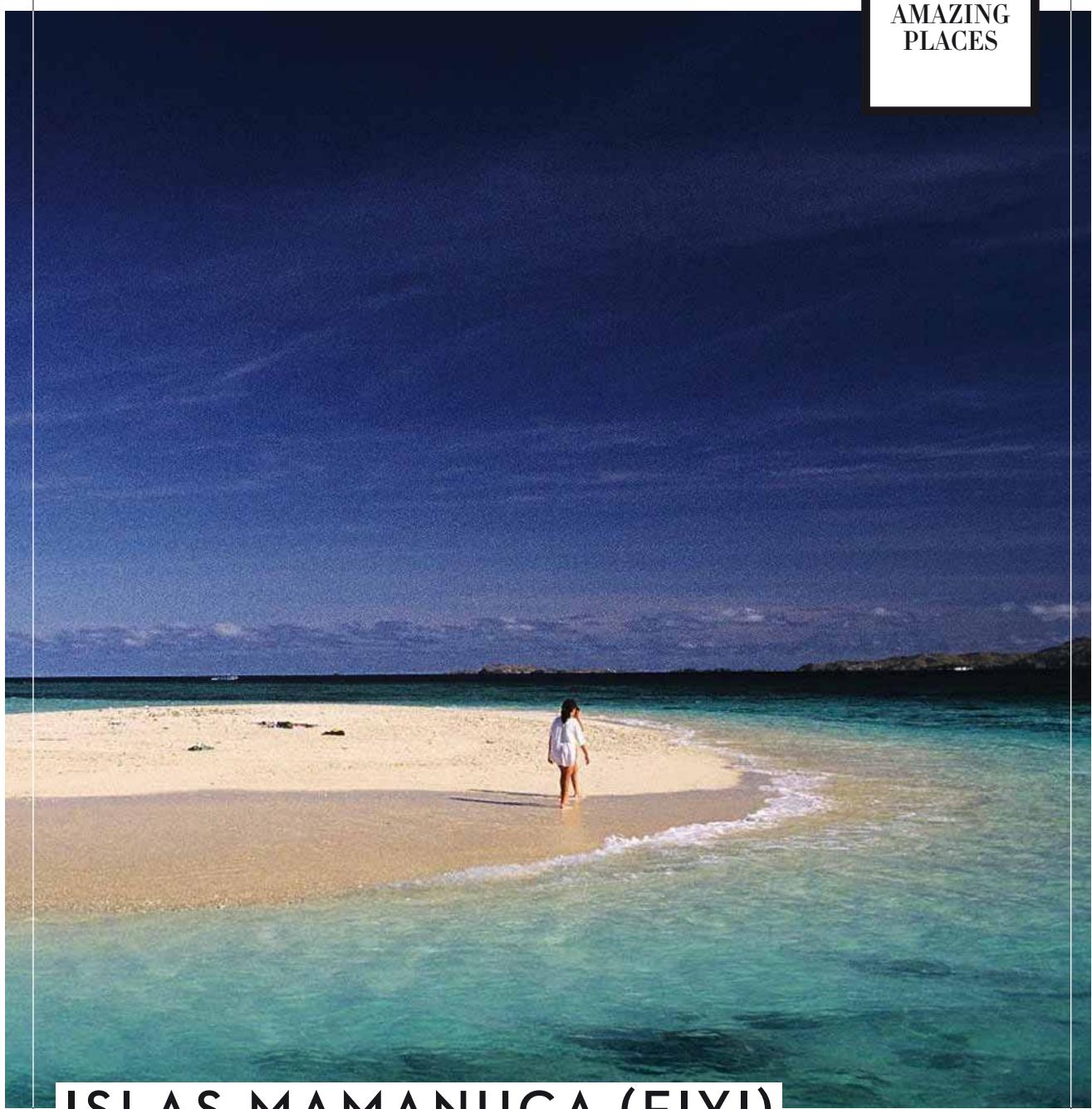


Aún no lo has visto todo
Island tour, you haven't seen it all...

La excursión VUELTA ISLA es, sin duda, la más popular, espectacular e incomparable de cuantas se pueden realizar en Mallorca. Descubrirá los más pintorescos rincones de la "Serra de Tramuntana" viajando en tren, tranvía y barco desde Palma, pasando por Sóller hasta Sa Calobra. vallsollerservices.com | reservas@vallsollerservices.com | 971 630 170

THE ISLAND TOUR is, without doubt, the most popular and spectacular excursion you can book on Mallorca. Discover the most pictures corners of the "Serra de Tramuntana" travelling by train, tram and boat from Palma via Sóller and Puerto de Sóller to Sa Calobra. vallsollerservices.com | reservas@vallsollerservices.com | 971 630 170





© JEAN DU BOISBERANGER / HEMIS / CORDON PRESS

ISLAS MAMANUCA (FIYI)

Quizá esta playa de arena blanca y aguas turquesas, la barrera de coral y la selva de color esmeralda le suenan de algo. En este paraíso del Pacífico estuvo 'encerrado' Tom Hanks durante el rodaje de *Náufrago*. Su nombre

es Monuriki y es una de las islas que forman el archipiélago volcánico de las Mamanuca. Un escenario para perderse. / Do these white sand beaches, turquoise water, coral reef and emerald jungle look familiar? It was on this slice

of paradise in the Pacific Ocean that Tom Hanks was 'trapped' during the filming of *Cast Away*. It's called Monuriki and it's one of the islands that form the Mamanuca volcanic archipelago. No better place to get away from it all.

SO CURIOUS

25

islands forman Mamanuca, al oeste de Viti Levu, la isla principal de Fiyi. / Lying west of Viti Levu, the largest island of Fiji, the Mamanuca archipelago is formed by 25 islands.

"Nuestra clínica apuesta por una comunidad inclusiva"

Esther Hernández Marrero, ortodoncista y **Almudena Díaz Castro**, logopeda

Todos tenemos derecho a gozar de salud dental, por este motivo, en Clínica Dental Cándido, se han convertido en una "Clínica para Todos", dónde, de la mano de especialistas, atienden a personas con diversidad funcional para hacer que el tratamiento sea lo más agradable posible. Hablamos de ello con Esther Hernández, ortodoncista, y Almudena Díaz, logopeda.

—En Clínica Dental Cándido apuestan por una atención inclusiva con la "Clínica para Todos", ¿en qué consiste?

—Se trata de adaptar la clínica para tratar a personas con diversidad funcional (Síndrome de Down, TEA, parálisis cerebral...). Hemos centrado nuestro proyecto en tres líneas de actuación: formación al equipo, gestión de agendas e instalaciones. Cuadramos horarios para adaptarnos a los que mejor les convengan a los pacientes, evitando las esperas y creando un clima propicio en la clínica, y las instalaciones son totalmente accesibles.

—¿De dónde sale este proyecto?

—Acudió a la clínica un chico con Síndrome de Down que requería un tratamiento complejo. Era la primera experiencia que teníamos con personas con diversidad funcional y detectamos barreras de comunicación e intervención, así que nos pusimos en contacto con Almudena Díaz, su logopeda, y empezamos a crear un plan de actuación para poder

"Adaptamos el aula de formación en una ludoteca con una pedagoga donde los más jóvenes esperan en un entorno más cómodo"



"Son muchos los pacientes con diversidad funcional a los que hemos tratado de manera satisfactoria"

realizarle el tratamiento. De esta colaboración surgió el proyecto "Clínica para Todos" y Almudena pasó a formar parte del equipo.

—¿Ha tenido buena acogida?

—Varias asociaciones de nuestra isla nos han contactado para remitirnos a sus usuarios y son muchos los pacientes con diversidad funcional a los que hemos tratado de manera satisfactoria. También hemos aplicado estas estrategias en niños poco colaboradores, haciendo sus visitas más agradables. Adaptamos nuestra aula de formación en

una ludoteca con una pedagoga donde los más jóvenes esperan en un entorno más cómodo a ser atendidos.

—Más que la excepción, este tipo de atención de debería ser la regla...

—Desde nuestro punto de vista, sí. Apostamos por una comunidad inclusiva, por lo que queremos ofrecer un servicio de salud bucodental a todos nuestros pacientes por igual. Somos una clínica multidisciplinar que contamos con diferentes especialidades odontológicas y de rehabilitación en el mismo centro: odontología general, odontopediatría, ortodoncia, implantología, endodoncia, logopedia, fisioterapia, rehabilitación protésica, periodoncia, radiología y cirugía maxilofacial. Nuestros especialistas se reúnen semanalmente para estudiar los casos más complejos y poder ofrecer tratamientos integrales y atención personalizada.



Clínica Dental Cándido

<https://clinicadentalcandido.com>



El conjunto palaciego de la Alhambra es la cumbre del arte nazarí, Patrimonio de la Humanidad y el monumento más visitado de España. / The Alhambra complex is the summit of Nasrid art, a World Heritage Site and the most visited monument in Spain.

48
HOURS

GRANADA

LA CAPITAL NAZARÍ HECHIZA CON SUS PALACIOS, SUS BARRIOS Y SU VIBRANTE VITALIDAD.
THE CAPITAL OF THE NASRID KINGDOM ENCHANTS WITH ITS PALACES, NEIGHBORHOODS AND VIBRANT ENERGY.

By SERGIO MUÑOZ



ALAMY

ALHAMBRA Y GENERALIFE

La ciudadela formada por la alcazaba, los palacios y el Generalife se levantó entre los siglos IX y XIV. Alhambra significa «la roja»

(por el color de sus piedras) y domina Granada desde el cerro de la Sabika. / The citadel –formed by the fortress, palaces and the Generalife– was

built from the 9th to 14th centuries. Alhambra means «the red one» (named after the color of its stones) and it towers over Granada from La Sabika Hill.



ALAMY

SACROMONTE

El barrio más tradicional de Granada sube por la colina de Valparaíso. Es famoso por sus casas-cueva, sus

zambras (tablaos) y sus vistas de la Alhambra. / Rising from the Valparaíso hillside, this is the most traditional

neighborhood in Granada. It is famous for its cave-houses, its zambras (tablaos) and its views of the Alhambra.

MUSEO DE LA MEMORIA DE ANDALUCÍA

Este centro cultural ofrece exposiciones interactivas y artísticas en un edificio firmado por el arquitecto Alberto Campo Baeza. / This cultural center offers interactive and artistic exhibitions in a building designed by architect Alberto Campo Baeza.

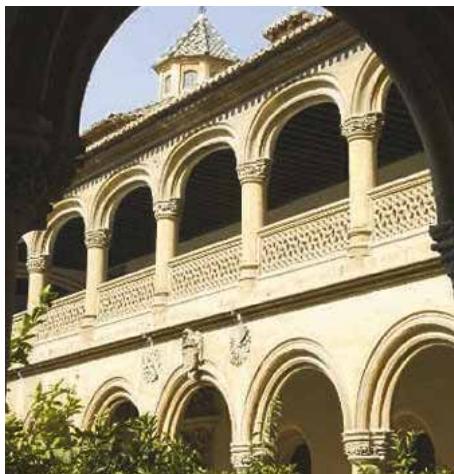


HEMIS

DAY 1

MONASTERIO DE SAN JERÓNIMO

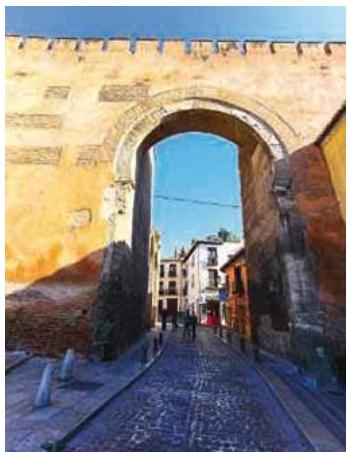
Fundado por los Reyes Católicos y erigido a partir de 1504, es una joya de estilo renacentista. / Founded by Ferdinand and Isabella, construction started in 1504 and is a jewel of Renaissance-style architecture.



ALAMY

PUERTA DE ELVIRA

Esta antigua puerta de la ciudad, del siglo XI, enlaza con la calle de Elvira, una de las principales zonas de tapeo de Granada. / This old city gate, dating from the 11th century, serves as an entrance to Calle de Elvira, one of the most popular areas for tapas in Granada.



ALAMY

ESCAPE

PLAZA NUEVA

Cercana a la Catedral, la Carrera del Darro y la Cuesta de Gomérez, que lleva a la Alhambra, esta plaza es el centro neurálgico del casco histórico. Flanqueada por la Real Chancillería y la iglesia de Santa Ana, es el corazón turístico de la

ciudad. / Near the Cathedral, Carrera del Darro and the Cuesta de Gomérez, which leads to the Alhambra, this square is the heart of the city's old town. Flanked by the Royal Chancery and the Church of Santa Ana, it is Granada's tourist epicenter.



ALAMY

DAY 2



ALAMY

NO OLVIDE SALIR DE TAPAS

Es proverbial que en Granada prácticamente se puede comer solo con las tapas que te ofrecen con la consumición. / Like they say, in Granada you can practically eat a meal with just the complimentary tapas served with drinks.

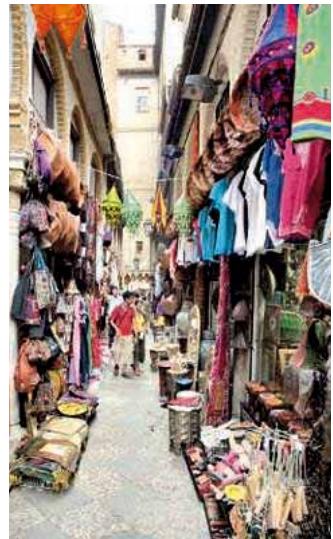


ALAMY

CATEDRAL

Erigida entre 1523 y 1563 sobre la mezquita mayor de la ciudad, la Catedral de Granada es un prodigo de la arquitectura renacentista española. Fue Diego de Siloé quien cambió el proyecto gótico original por uno más acorde al nuevo estilo que llegaba desde

Europa. / Built between 1523 and 1563 on the city's main mosque, the Granada Cathedral is a marvel of Spanish Renaissance architecture. Diego de Siloé changed the original Gothic design for one more in line with the new European-inspired style.



ALAMY

CAPILLA REAL

En este imponente edificio gótico anejo a la Catedral descansan los restos mortales de los Reyes Católicos, su hija Juana 'la Loca' y el esposo de ésta, Felipe 'el Hermoso', así como el príncipe

Miguel. / In this imposing Gothic building attached to the Cathedral rest the mortal remains of the Ferdinand and Isabella, their daughter Joanna the Mad and her husband, Philip I of Castile, as well as Prince Miguel da Paz.



ALAMY

ALBAICÍN

Declarado Patrimonio de la Humanidad en 1994, el barrio del Albacín, ideal para perderse, conserva la esencia árabe de sus orígenes en sus callejuelas laberínticas y sus cármenes (casas típicas con huerto). / Declared a World Heritage Site in 1994, the Albacín neighborhood, the perfect place to get lost in, preserves the Arabic essence of its origins in its narrow winding alleyways and its cármenes (traditional houses with orchard).

Ven a conocer Nordotel
Nordotel, come and meet us!



Bienvenido a Nordotel, hoteles para familias, hoteles solo adultos, hoteles para grupos y hoteles con spa y fitness center, ubicados en las mejores playas.

Welcome to Nordotel, family hotels, adult only hotels, hotels for groups of friends, and spa & wellness hotels, located on some of the best beaches.

Gran Canaria · Lanzarote · Fuerteventura
Mallorca · Ibiza · Portugal · Córcega

INFORMACIÓN Y RESERVAS · INFORMATION & RESERVATIONS
www.nordotel.com / comercial@nordotel.com

Nordotel

DINNER SHOW · ESPECTÁCULO MUSICAL EN VIVO

SIMPLY THE BEST

GARBO's
DINNER SHOW ©

RESERVAS 928 157 060 · GARBOS.ES
Bahía Feliz · Gran Canaria · Spain
garbos@nordotel.com /

TOP
10

CHAMBORD (FRANCIA)

CASTILLOS QUE SON UN SUEÑO

FAIRYTALE CASTLES

By SERGIO
MUÑOZ

A LA SOMBRA DE LEONARDO DA VINCI

El castillo de Chambord es una de las joyas del valle del Loira, la comarca francesa célebre por sus maravillosas fortalezas. Construido entre 1519 y 1539 por orden del rey Francisco I, al parecer hasta el propio Leonardo Da Vinci estuvo implicado en el diseño: el artista italiano pasó sus últimos años de vida protegido por el monarca en la vecina Amboise. Entre sus atractivos está su escalera de doble hélice. / Château de Chambord is one of the jewels of the Loire Valley, the French region famous for its spectacular castles. Built between 1519 and 1539 by order of King Francis I, there are suggestions that Leonardo Da Vinci was involved in the design, since the Italian artist spent his last years under the monarch's protection in neighboring Amboise. Among its attractions is the double-spiral staircase.

IMPASIBLE ANTE LA ADVERSIDAD



EILEAN DONAN (ESCOCIA)

HEMIS

Su perfil sobre una isla del lago Duich es la imagen más icónica de las Tierras Altas. El castillo fue erigido en el siglo XIII, destruido en el XVIII y restaurado en 1932. Hoy es uno de los lugares más visitados de Escocia. / Its outline rising from an island in Loch Duich is the most iconic image of the Highlands. The castle was built in the 13th century, destroyed in the 18th, restored in 1932, and one of Scotland's most visited places today.



HOHENWERFEN CASTLE (AUSTRIA)

D.R.

SÍMBOLO DEL PODER SACRO

Esta imponente fortaleza domina desde una montaña el valle del río Salzach y la ciudad de Werfen, cerca de Salzburgo. Fue el arzobispo Gebhard quien ordenó su construcción en 1077, aunque su aspecto actual es del siglo XV. / This imposing castle hugs a precipice overlooking the town of Werfen in the Salzach river valley, near Salzburg. Archbishop Gebhard ordered its construction in 1077, although its current appearance dates from the 15th century.



NEUSCHWANSTEIN (ALEMANIA)

IMAGE BROKER

EL REFUGIO DEL REY LOCO

El exterior, de cuento de hadas; el interior, influido por las óperas de Wagner; la ubicación, entre las cumbres de los Alpes... Neuschwanstein parece salido de un sueño. El rey Luis II de Baviera, más inclinado a las artes que a los asuntos de Estado, comenzó a construir esta fantasía en 1869. Quería que fuese su refugio, pero nunca lo vio terminado. / The exterior is straight from a fairytale; the interior, influenced by Wagner's operas; the location, tucked between the peaks of the Alps... Neuschwanstein seems more imaginary than real. King Ludwig II of Bavaria, more inclined to the arts than to state affairs, began to build this fantasy in 1869 as his future refuge, but he never saw it finished.

UNA VERDADERA CIUDAD-PALACIO

Levantado en 1782, este complejo de palacios, templos y edificios de Estado cubre un área de 218.000 m². Fue residencia real hasta la muerte de Rama VIII, en 1946, ya que el nuevo rey decidió trasladarse al Palacio de Chitralada. / Built in 1782, this complex of palaces, temples and state buildings has a combined area of a 2.3 million ft² (218,000 m²). It was a royal residence until the death of Rama VIII, in 1946, when the new king decided to move to the Chitralada Royal Vila.

GRAN PALACIO DE BANGKOK (TAILANDIA)



ALAMY

LUJO TRANSILVANO

Es el castillo gótico más espectacular de Rumanía. En el siglo XV el voivoda de Transilvania, Juan Hunyadi, convirtió una vieja fortaleza en este espléndido palacio que le sirvió de residencia. Tiene 50 estancias, jardines interiores y una fastuosa sala de caballeros. /

This is Romania's most spectacular Gothic castle, constructed under the orders of the Voivode of Transylvania, Juan Hunyadi, who wanted to transform the former keep into this splendid palace, which served as his residence, in the 15th century. It has 50 rooms, interior gardens and a lavish Knight's Hall.



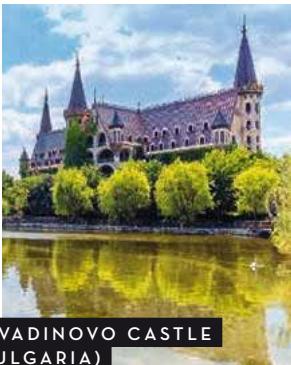
CORVIN CASTLE (RUMANÍA)



UN PALACIO DE DOMINIO PÚBLICO

Esta imponente fortaleza de piedra domina desde una loma la ciudad de Kilkenny. Permanece en pie desde su construcción, a principios del siglo XIII. Durante 600 años perteneció a la poderosa familia Butler hasta que, en 1967, sus herederos la vendieron al Ayuntamiento de Kilkenny por 50 libras. / This imposing stone castle overlooks the city of Kilkenny from a hill, where it has steadfastly remained since it was built in the early 13th century. It belonged to the powerful Butler family for 600 years until the family sold it to the Kilkenny City Council for 50 pounds in 1967.

ADORE STOCK



ALAMY

LA GARZA BLANCA

Erigido en el siglo XIV y reconstruido en el XVII, este palacio de cinco pisos, líneas elegantes y blancos muros es Patrimonio de la Humanidad y una de las joyas de Japón. Es conocido como 'castillo de la Garza Blanca' porque, en la distancia, se asemeja a este ave. / Built in the 14th century and rebuilt in the 17th, this five-story palace with elegant lines and white walls is a World Heritage Site and one of the jewels of Japan. It is known as 'White Heron Castle' because it resembles this bird when seen from a distance.



PENA PALACE (PORTUGAL)



ADORE STOCK

EL RETIRO DEL MONARCA

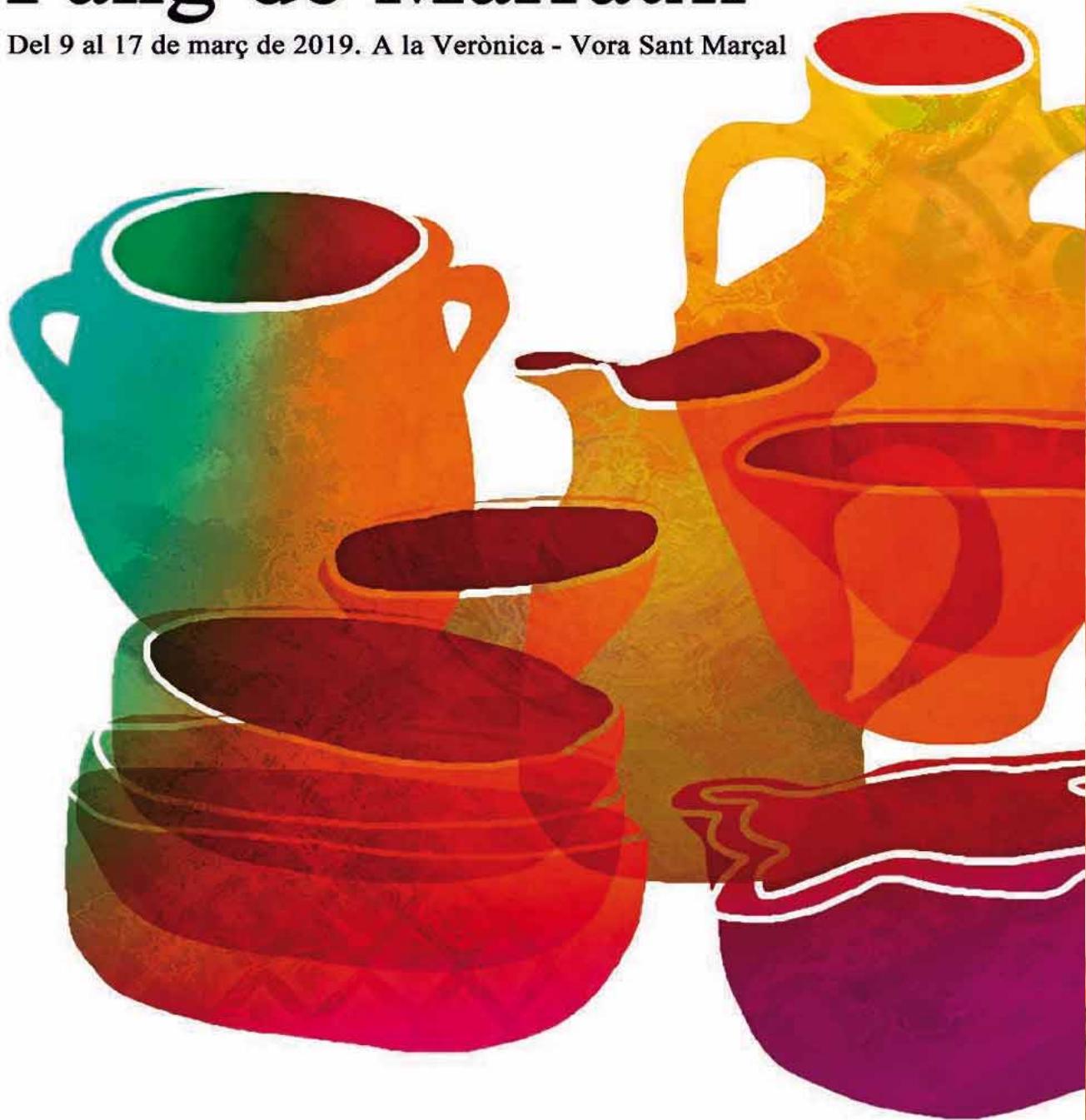
El rey Fernando II de Portugal decidió, a partir de 1838, construir su residencia de verano en lo alto de una montaña que domina la ciudad de Sintra, cerca de Lisboa. El Palacio da Pena y sus maravillosos jardines, declarados Patrimonio de la Humanidad, mezclan influencias góticas, árabes y medievales en un cóctel tan ecléctico como fascinante. / King Ferdinand II of Portugal decided to build his summer residence on top of a hill overlooking the town of Sintra, near Lisbon, in 1838. The Pena Palace and its wonderful gardens, a World Heritage Site, create an eclectic and fascinating cocktail of Gothic, Moorish and medieval influences.

UNA FANTASÍA MODERNA

El 'enamorado del viento', como se llama este castillo en Ravadinovo, es una fantasía diseñada para el turismo por el arquitecto Georgi Tumpalov. Las obras empezaron en 1996 y su interior no está acabado. En sus jardines hay fuentes, lagos, pavos reales... / 'In love with the wind', as this castle in Ravadinovo is called, is a whimsical building designed for tourism by the architect Georgi Tumpalov. Construction began in 1996 and its interior is not yet finished. Its gardens are home to fountains, lakes, peacocks, and much more.

XXXV Fira del Fang de Marratxí

Del 9 al 17 de març de 2019. A la Verònica - Vora Sant Marçal



marratxi.es



Ajuntament
de Marratxí

A
PLACE,
A
STORY



La torre Eiffel, el símbolo de París, tardó dos años, dos meses y cinco días en levantarse por completo. / The Eiffel Tower, the symbol of Paris, took two years, two months and five days to finish.

HACE 130 AÑOS / 130 YEARS AGO

A las 12.30 del 31 de marzo de 1889, una comitiva formada por el ingeniero Gustave Eiffel, el primer ministro Pierre Tirand, el director de la Exposición Georges Berger y decenas de políticos y personalidades, junto con periodistas de *Le Matin*, *Le Figaro* y *Le Monde Illustré*, inició el primer ascenso a la torre, que no concluiría hasta las 14.35, 1.170 peldaños más arriba. / At 12:30 pm on March 31st, 1889, a group that included engineer Gustave Eiffel, Prime Minister Pierre Tirand, the director of the Georges Berger Exhibition, dozens of politicians and personalities and journalists from *Le Matin*, *Le Figaro* and *Le Monde Illustré*, began the first ascent of the tower, which would finish 1,170 steps later at 2:35 pm.



GETTY IMAGES

324 METROS DE HIERRO Y 'GRANDEUR'

324 METERS OF IRON AND 'GRANDEUR'

El 31 de marzo de 1889, a pocos días de la Exposición Universal, Gustave Eiffel dio por finalizada la torre que se convertiría en el símbolo de París. / Gustave Eiffel finished the tower that would become Paris's biggest icon on March 31st, 1889, just days away from the Universal Exhibition.

By RODRIGO PADILLA

No quiso esperar más. Apenas se había puesto el último remache, Gustave Eiffel convocó a la prensa y a los principales representantes del Ayuntamiento y el Gobierno, tan ansiosos como él de demostrarle al mundo que Francia volvía a situarse a la cabeza del progreso. Un centenar de personas, entre técnicos, invitados y curiosos, inició el ascenso a pie –los ascensores aún no estaban operativos– en un ambiente de gran entusiasmo, que se fue enfriando con cada nuevo tramo de escaleras. Algunos empezaron a quedarse rezagados, otros decidieron que desde la primera plataforma, a casi 60 metros de altura, también se podía disfrutar de unas vistas estupendas de París. Tras dos horas de ascensión, solo un puñado de personas llegaron a lo más alto de la flamante torre. El ingeniero Eiffel, impulsor del proyecto, izó la bandera tricolor acompañado por vivas a la República y una sonora salva de cañón. Aunque la construcción había comen-

He didn't want to wait any longer. Scarcely had the last rivet been placed when Gustave Eiffel called representatives from the press and the city and state government together, anxious to show the world that France was once again at the forefront of progress. With the elevators not yet in operation, roughly a hundred people, including technicians, guests and onlookers, began the ascent on foot in an atmosphere of great excitement, which began to wane with each new flight of stairs. Some of the party began to fall behind, deciding that –at almost 197 feet (60 meters)– the first platform was plenty high enough to get a spectacular view of Paris. Two hours later, only a handful of people had managed to make the climb to the top of the brand new tower. Eiffel, tower engineer and driving force behind the project, hoisted the tricolor flag accompanied by shouts of «long live the Republic» and a 25-gun salute. While construc- >



GETTY IMAGES

Jules Ferry (1832-1893).

Abogado y político, dirigió varios ministerios y fue dos veces primer ministro. Suya fue la idea de celebrar el centenario de la Revolución con una Exposición Universal.
/ Lawyer and politician, he directed several ministries and served as prime minister twice. It was his idea to celebrate the 100th anniversary of the start of the French Revolution with a Universal Exhibition.



DR.

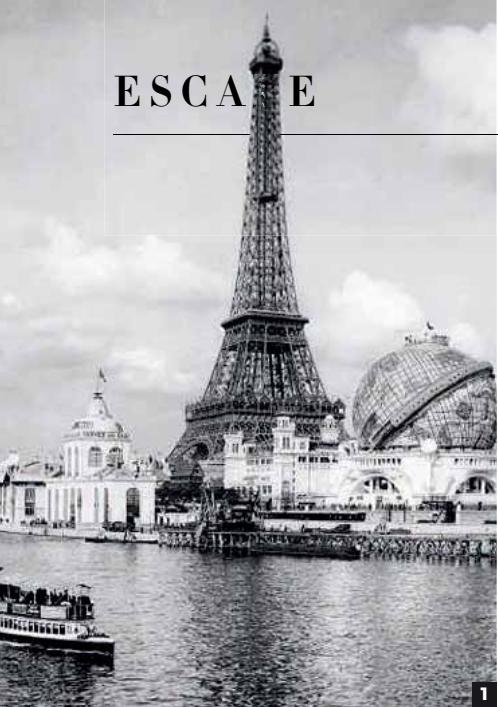


DR.

Gustave Eiffel (1832-1923).

Nacido en Dijon, fue autor de numerosas obras en la Francia de la época. Su fama –en parte por esta torre– decayó por un caso de corrupción relacionado con el canal de Panamá. / Born in Dijon, he was a well-known civil engineer who had made a name for himself after building numerous works in France. His fame –due, in part, to this tower– was badly damaged after his involvement in a scandal related to the Panama Canal.

ESCAPE



FOTOGRAFÍAS GETTY IMAGES

zado en enero de 1887, su génesis se encuentra un par de décadas antes, cuando desde el mundo de la ingeniería se empezó a especular con la posibilidad de levantar una torre metálica de 1.000 pies (300 metros). En una época que unía la admiración por el progreso técnico con un nacionalismo incipiente, el reto se convirtió en un proyecto de prestigio al alcance de pocas naciones. Una de ellas era Francia, necesitada de reafirmar su autoestima en unos años de inestabilidad política y ciertos complejos ante el avance de sus vecinos británicos y alemanes. Por eso, el primer ministro Jules Ferry decidió celebrar una nueva Exposición Universal en París para conmemorar el centenario de la Revolución de 1789.

Dos ingenieros de la empresa Eiffel pensaron que la Expo sería la ocasión perfecta para vender la torre de 1.000 pies como emblema de la Expo. Convencieron a su jefe y este se encargó de ganarse a los gobernantes, a la opinión pública y de reunir los casi ocho millones de francos que costó. Aunque la exposición se inauguró el 6 de mayo, la apertura al público de la torre se demoró hasta el 15. El resultado final entusiasmó a la mayoría de los parisinos. Unos dos millones de visitantes pagaron por acceder a la torre, montar en alguno de sus ascensores y disfrutar de los tres restaurantes y el bar de la primera planta. Hoy son cerca de siete millones los que suben cada año a lo más alto de este coloso de 7.300 toneladas, el emblema de una ciudad llena de monumentos emblemáticos.

tion had begun in January 1887, the seeds of the idea had been sown decades earlier, when the engineering world began to toss around the idea of building a 1,000-foot (300-meter) metal tower. In an age that brought together admiration for technical progress with a budding nationalism, the challenge became a prestigious project within reach of only a handful of nations. One of them was France, desperate to rebuild its self-esteem during a time of political instability and a number of insecurities resulting from the advancements of its British and German neighbors. Prime Minister Jules Ferry made the decision to hold a new Universal Exposition in Paris to celebrate the 100th anniversary of the French Revolution.

Two engineers from Eiffel's company suggested that the world fair would be the perfect opportunity to sell the 1,000-foot tower as the Expo's major landmark. They managed to convince their boss, and Eiffel took charge of winning over the authorities and the public opinion to his side and to collect the almost eight million francs it cost to build the tower. Although the exhibition opened on May 6th, it wasn't opened to the public until the 15th. The completed project took most of Paris by storm, with some two million visitors paying to take a tour of the tower, ride its elevators and enjoy the three restaurants and bar on the first floor. Today, about seven million people climb to the top of this 7,300-ton colossus every year – the icon of a city packed with iconic monuments.



1



3



4

STYLE



¡ÉCHALE GARRA!

EL 'PRINT' FELINO ES EL
'MUST' DE LA PRIMAVERA, Y
NO HAY NADA CON LO QUE NO
COMBINE. ¿TE ATREVES?

BIG-CAT PRINTS GO WITH
EVERYTHING AND ARE A MUST-
HAVE FOR SPRING. ARE YOU
READY TO GET WILD?

STYLE FASHION

Jersey de BERSKHA; pantalón y riñonera, de ANTIK BATIK; y calcetines, de EL CORTE INGLÉS. En la página anterior, abrigo, pantalón y camiseta, de P.A.R.O.S.H.; y zapatillas, de VICTORIA. / Sweater, by BERSKHA; pants and fanny pack, by ANTIK BATIK; and socks, by EL CORTE INGLÉS. On the previous page, coat, pants and shirt, by P.A.R.O.S.H.; and shoes, by VICTORY.



AIRE FELINO

Las manchas felinas, sensuales, divertidas, osadas y llenas de energía, han llegado para quedarse y mezclarse entre sí en looks no aptos para tímidas. / From sensual, fun spots to daring, vibrant stripes, a mix of big-cat prints is here to stay in looks that only the bold are wild enough to wear.

Fotografía / Photography: RAFA GALLAR Estilismo / Stylist: VERÓNICA SUÁREZ



STYLE FASHION



*Abrigo, de M MISSONI;
y jersey, de EL CORTE
INGLÉS. /Coat, by M
MISSONI; and sweater,
by EL CORTE INGLÉS.*

*Abrigo con capucha,
de CUSTO; falda, de
PAULE KA; y botines,
de ZARA. / Coat with
hood, by CUSTO; skirt,
by PAULE KA; and
ankle boots, by ZARA.*



STYLE FASHION

*Camisa y pantalón,
de ADOLFO DOMÍNGUEZ;
zapatillas, de
VICTORIA; bolso, de
OBAG; y abrigo, de
GEORGE RECH. / Shirt
and pants, by ADOLFO
DOMÍNGUEZ; sneakers,
by VICTORIA; bag, by
OBAG; and coat, by
GEORGE RECH.*



MAQUILLAJE Y PEINADO: MIGUEL ÁNGEL ALVAREZ | PARA: YKERAS | ASISTENTE DE FOTOGRAFIA: PABLOMINGO | SHOPPING: JORGE GILARRANZ.



masaltos.com

Sea 7 cm más alto

Ahora puede ser 7 cm más alto
sin que nadie sepa cómo

🇪🇸 Los zapatos italianos de Masaltos.com aumentan la altura del hombre 7 cm gracias a una cuña anatómica ubicada en el interior del zapato. Esto es inapreciable exteriormente gracias a su delicado y perfecto acabado. Un zapato con un excelente diseño que le permitirá ser hasta 7 cm más alto y lucir más elegante.

🇬🇧 The Italian shoes from Masaltos.com add to a man's height by 7 cm thanks to an anatomical wedge located inside the shoe. This is imperceptible from the outside thanks to its subtle and perfect finish. Because of our many years of experience and research we can say with certainty that our designs will comfortably fit your



VISIT www.masaltos.com



Discount code valid
in 2019: AIREUROPA



info@masaltos.com

(+34) 954 564 292. Feria 4 y 6 41003. Seville, Spain.

STYLE

QUICK 3 SUPER

Robusto y todoterreno, destaca por su batería de alta capacidad (13 Ah), sus 45 km de autonomía y sus ruedas inflables de 10 pulgadas. / Rugged and off-road, this scooter features an extra-large battery capacity (13 Ah), a 28-m (45-km) range and 10-inch inflatable wheels.

inokim.com. 1.350 €



E-TWOW BOOSTER VS2

Con un motor de 500 W, una gran batería de 10,5 Ah y frenada regenerativa, está entre los mejores. / With a 500 W motor, large 10.5 Ah battery and regenerative braking, this is one of the best options on the market.

etwow.net. 969 €

TECH



NEW URBAN MOVILITY

MI ELECTRIC SCOOTER

Gracias a su buena relación calidad-precio, su peso (12,5 kilos) y su potente batería, este patinete es uno de los más deseados del mercado. / Lightweight (12.5 kilos) with a powerful battery and a great value for the money, this scooter is a popular choice.

mi.com. 399 €



SEAT EXS KICKSCOOTER

Como Peugeot o Fiat, Seat también tiene su patinete: alcanza 25 km/h y ofrece hasta 45 km de autonomía. / Seat has followed in the footsteps of Peugeot and Fiat with its own scooter: it can reach speeds up to 16 mph (25 km/h) and provides a 28-m (45-km) range.

seat.com. C.P.V.

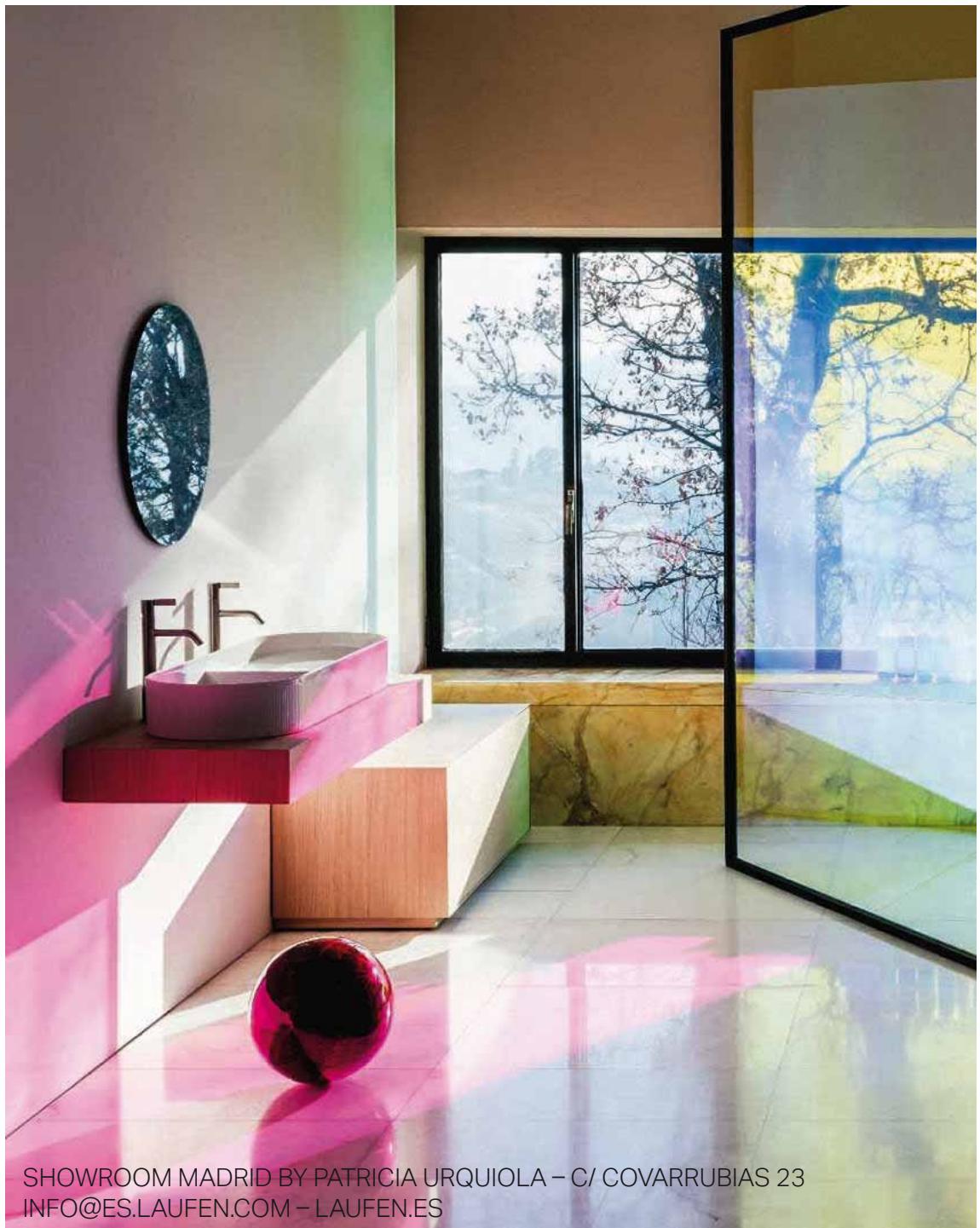


XTRME PRO

Este patinete de smartGyro tiene suspensión delantera y trasera, supera pendientes de hasta 15° y su display ofrece toda la información de un solo vistazo. / This smartGyro scooter has front and rear suspension, can handle over 15° slopes and has a display that offers all the information you need at a glance.

smartgyro.es. 549 €

LAUFEN



SHOWROOM MADRID BY PATRICIA URQUIOLA – C/ COVARRUBIAS 23
INFO@ES.LAUFEN.COM – LAUFEN.ES

COLLECTION SONAR
Design by Patricia Urquiola

BRANDI CARLILE

FEMINISTA Y LESBIANA, LA CANTANTE ACABA DE GANAR TRES GRAMMYS CON SU 'FOLK' ANTI-TRUMP. / LESBIAN AND FEMINIST, THE SINGER JUST WON THREE GRAMMYS WITH HER ANTI-TRUMP BRAND OF FOLK.

A sus 37 años, Brandi Carlile está acostumbrada a romper moldes. Su música de raíces folk no es tan *mainstream* como la de otras estrellas, pero ha sido la mujer más nominada en los últimos Grammy. Aspiraba a seis premios y se llevó tres en la categoría de 'música americana': al Mejor Álbum, por *By the Way, I Forgive You*; y a la Mejor Canción y Mejor Interpretación, por el tema *The Joke*. Feminista y lesbiana –está casada con Catherine Shepherd y tienen una hija–, su voz potente se opone al country 'machirulo' de cowboys salvadores y chicas indefensas. *The Joke*, su celebrada canción, es una defensa de inmigrantes, mujeres y todos aquellos que, en la América de Trump, se sienten diferentes. / At 37, Brandi Carlile is an old hand at breaking the mold. Her folk-inspired music isn't as mainstream as other stars, but she was the most nominated female artist at this year's Grammys, up for six awards and taking home three in the Americana category: Best Album for *By the Way, I Forgive You*, along with wins for Best American Roots Performance and Best American Roots Song for *The Joke*. Feminist and lesbian –she is married to Catherine Shepherd, with whom she has a daughter– her powerful voice sings out against the misogyny in country music that celebrates cowboys, rescuers and defenseless girls. Her runway hit *The Joke* is a song in defense of immigrants, women and everyone who feels like a misfit in Trump's America. ~~~~~~

THE
FACE



© FRAZER HARRISON / GETTY IMAGES ENTERTAINMENT

KITTOS y MARTINIKA

Las sillas de ruedas eléctricas y plegables más compactas del mercado

TotalCare, empresa especializada desde hace más de 50 años en productos para personas con movilidad reducida, revoluciona el mercado con Kittos y Martinika, las sillas de ruedas eléctricas y plegables más compactas y con baterías certificadas que permiten su embarque en aviones. Total Care es el único fabricante de estos modelos de sillas.

En España y Portugal se vende exclusivamente en centros de ortopedia.

Tanto quienes utilizan sillas de ruedas como sus acompañantes y/o cuidadores saben perfectamente que subir con ellas al avión o cargarlas en el maletero de un coche puede convertirse en algo realmente incómodo. Su peso, su volumen y la poca practicidad a la hora de plegarlas, más aún las que tienen motor, hacen que este acto cotidiano para muchas personas se convierta en un quebradero de cabeza. Afortunadamente, las personas con movilidad reducida tienen a su disposición todas las ventajas y el confort de las sillas Kittos y Martinika.

Kittos, todo un best seller

Número uno en ventas en el mercado desde 2015, Kittos es una silla con motor, plegable muy fácil de transportar. La silla Kittos cuenta con diferentes modelos o versiones: la Kittos Urban, que fue la primera en comercializarse; la Kittos Country, que se caracteriza por tener las ruedas traseras más grandes, lo que facilita la movilidad en ciudad y en el transporte público; la Kittos Little, más pequeña, con una medida de ancho total de 57cm; y la e-Kittos, la última en llegar al mercado, que se pliega de forma automática con tan solo pulsar un botón.

Las sillas Kittos ofrecen varias opciones de batería, desde 10Ah (11km de autonomía) hasta 40 Ah (42 km de autonomía). La batería de 10Ah para Kittos está certificada para su embarque en avión. La silla se pliega en tan solo 3 segundos.

Más opciones: Martinika

La silla Martinika, disponible únicamente en color naranja, llegaba al mercado español en 2018 y con opción de dos baterías: de 15Ah (autonomía 15Km) o de 20Ah (autonomía 20Km). La batería de 15Ah está certificada para embarcar en avión.



**Kittos y Martinika
son sillas de ruedas
con motor, prácticas,
compactas y de fácil plegado**





WOMEN NOW

A large graphic element occupies the left side of the page. It features a bold, white-outlined letter 'R' filled with red on the bottom half and a solid black letter 'M' on the top half. To the right of the graphic, the text 'TIME IS NOW' is repeated in a smaller, gray font across the page.

#SantanderWON19

/THE FIRST EUROPEAN **WOMEN** **FORUM**

2019-26-MAD

Global Partner:



Official Partners:



Institutional Partners:



Summit Partners:



accenture IBERIA L'ORÉAL

womennow.es

NEWS

on board





UN VIAJE DE PRIMERA

AIR EUROPA MEJORA LA CLASE BUSINESS DE LOS NUEVOS DREAMLINERS PRIMANDO LA PRIVACIDAD Y EL CONFORT DEL PASAJERO. / AIR EUROPA IMPROVES BUSINESS CLASS ON THE NEW DREAMLINERS, PRIORITISING PRIVACY AND COMFORT FOR PASSENGERS.

La excelencia a bordo ha dejado de ser para Air Europa una necesidad para convertirse en prioridad. Por ello, la aerolínea se centra en ofrecer al pasajero una experiencia única e inigualable en todos sus vuelos, a la vez que se sitúa y afianza en un lugar preeminente en el sector aeronáutico.

La búsqueda de la superioridad, la sofisticación, la calidad y el máximo confort ha llevado a Air Europa a seguir mejorando su moderna clase Business de largo radio y a reforzar en ella su identidad corporativa.

Los nuevos Boeing 787-9 Dreamliner, que se incorporarán a la compañía aérea de forma progresiva a partir del último trimestre, y con los que Air Europa seguirá su expansión internacional, dispondrán ya de una nueva Business

con la que colmar, aún más si cabe, todas las necesidades del cliente.

El nuevo diseño, en el que la elegancia y distinción complementan a la comodidad, responde a la configuración 1-2-1, lo que se traduce en acceso directo de todos los pasajeros al pasillo. Los 32 asientos, que se convierten en camas totalmente reclinables, disponen de mayor amplitud para aumentar el confort y asegurar el total descanso del pasajero. De la misma manera, la nueva Business potencia y ofrece mayor privacidad y más personalización y fortalece la identidad de la marca mediante el color y el logo corporativo. Las luces, una mayor capacidad de espacio individual y cómodos asientos de piel confieren no solo una discreta



La nueva clase Business de los Dreamliner de Air Europa va a ofrecer mayor privacidad para fomentar el bienestar y la intimidad de cada pasajero. / The new Business class of Air Europa's Dreamliners will offer greater privacy to promote the well-being and privacy of each passenger.

elegancia sino que fomentan, principalmente, el bienestar y la intimidad de cada pasajero.

Todos y cada uno de los clientes Business disfrutarán en todos y cada uno de los vuelos de Air Europa de un viaje de primera al disponer de los mejores y más exclusivos servicios a bordo como la cocina creativa y de vanguardia del prestigioso chef Martín Berasategui, que acumula diez estrellas Michelin; conexión a Internet y el más completo y actualizado entretenimiento audiovisual; además del resto de ventajas de Air Europa Business, que empiezan mucho antes de acceder al avión. / In-flight excellence is no longer just a necessity for Air Europa, it is a top priority. The airline is therefore focusing on offering passengers a unique and unparalleled experience on all of its flights, while at the same time strengthening its preeminent position in the aeronautical sector.

In the search for superiority, sophistication, quality and the highest level of comfort, Air Europa is making even more improvements to its modern long-haul business class as well as reinforcing the airline's corporate identity.

The new Boeing 787-9 Dreamliner, which will be added to the fleet progressively from the last quarter of this year, and with which Air Europa continues its international expansion, will have a new Business Class format that will go even further, if that is possible, towards providing the highest level of comfort, convenience and service.

The new design, in which elegance and distinction complement comfort, is based on a 1-2-1 configuration, which means that all passengers have direct access to the aisle. The



32 seats, which convert into fully reclining beds, are larger and more comfortable, ensuring total rest for passengers. The new Business Class also offers greater privacy and more personalisation and strengthens the brand's identity through colour and the corporate logo. The lights, more individual space and comfortable leather seats confer a discreet elegance and offer passengers a restful journey with every comfort and convenience as well as privacy to enjoy their flight. Each and every Business Class customer will enjoy first-class service on Air Europa flights, having the best and most exclusive on-board services such as the creative and avant-garde cuisine of prestigious chef Martín Berasategui, who has ten Michelin stars; internet connection and the most complete and up-to-date audio-visual entertainment; as well as the other advantages of Air Europa Business Class, which start long before you board the aircraft. ~~~~~

AIR EUROPA, FINALISTA POR SU LUCHA CONTRA EL PLÁSTICO A BORDO

La apuesta de Air Europa por reducir y restringir el uso de plásticos a bordo ha llevado a la aerolínea a la adopción de diversas medidas tendentes a limitar su impacto negativo en el medio ambiente. Entre ellas, y en virtud de un convenio de colaboración con Aguaencaja, la aerolínea sirve a todos los pasajeros de clase Business, así como a la tripulación, agua de 33 cl en envase de cartón. El uso del brik Aguaencajamejor, realizado con material reciclable y certificado como cero emisiones de CO2, ha quedado finalista en la categoría *Lo mejor para la sostenibilidad a bordo* de los prestiosos Premios Onboard Hospitality, que se fallarán a principios de abril en Hamburgo. Esta medida se engloba en el conjunto de actuaciones que desarrolla

la aerolínea en su más firme compromiso con el cuidado ambiental y el crecimiento sostenible, y que está abanderado por la nueva flota Dreamliner, los aviones más eficientes de cuantos hay en el mercado. Así mismo, el *amenity kit* de Kaelis, que Air Europa ofrece a sus pasajeros Business, ha quedado también finalista en la categoría *Mejores comodidades a bordo en clase ejecutiva*. / Within the framework of its commitment to the environment, Air Europa has adopted measures to reduce the use of plastic on board its aircraft. Under an agreement with Aguaencaja, one of these measures is to serve water to all business class passengers and crew in 33 cl cartons instead of bottles.



DR.

The use of the Aguaencajamejor carton, made with recyclable material and certified to emit zero CO2 emissions, was a finalist in the *Best In-flight Sustainability category* in the prestigious Onboard Hospitality Awards, which will be decided at the beginning of April in Hamburg (Germany). This measure is encompassed within the actions that the airline is currently working on in its strongest commitment to environmental care and sustainable growth, and which is championed by the new Dreamliner fleet, the most efficient aircraft on the market. The Kaelis amenity kit, which Air Europa offers to Business Class passengers, was also a finalist in the *Best in-flight amenities category in Business Class*. ~~~~~~

AIR EUROPA SOLIDARIA

JUNTOS POR UN CAMBIO EN LA EDUCACIÓN

Estudiantes de Panamá y Honduras, representantes de los miles de jóvenes de la Fundación Scholas, expresaron al Papa, en el marco de la Jornada Mundial de la Juventud, su deseo de organizar una marcha pacífica con el objetivo de promover un cambio en la educación y mostrar su rechazo a la violencia que

sufren en las escuelas de la región. El encuentro, en el que el Papa felicitó a las autoridades educativas presentes y pidió seguir aunando esfuerzos y trabajar por un futuro mejor, tuvo lugar el pasado mes en la Nunciatura de Panamá con motivo de la celebración de la jornada *Queremos una educación que no nos condene a ser empleados, sino que nos permita ser emprendedores, transformadores de nuestra realidad*. / Within the framework of the World Youth Day, students from Panama and Honduras, representatives of the thousands of young people from the Scholas Foundation, expressed to the Pope their desire to organise a peaceful march with the aim of promoting change in education and rejecting violence in the region's schools. The meeting, in which the Pope congratulated the educational authorities and asked them to continue joining forces to work towards a better future, took place last month at the Nunciature of Panama on the occasion of the event 'We want an education that does not condemn us to being merely employees, but allows us to be entrepreneurs and transformers of our own reality'. ~~~~~~



Nueva ruta Panamá

A partir de junio de 2019.

Vuela en nuestro
Boeing 787 Dreamliner
y conecta con San José
(Costa Rica), Managua
(Nicaragua), San Salvador y
Ciudad de Guatemala.

Madrid – Panamá
5 vuelos a la semana.

 **Air Europa** SKYTEAM



DISFRUTE CON SKYTEAM DE LA AVENTURA DE SU VIDA

ENJOY SKYTEAM'S ADVENTURE OF A LIFETIME

DR.

Con pase Go Round The World de SkyTeam, que conecta vuelos de nuestras 19 aerolíneas asociadas con más de 1.150 destinos, viajar a cualquier rincón del planeta resulta de lo más sencillo. Tiene toda la información en roundtheworld.skyteam.com.

MEJORE SU EXPERIENCIA. Hasta hace poco, los vuelos del pase Go Round The World debían reservarse en la misma clase, pero hemos decidido aplicar cambios para mejorar su experiencia SkyTeam. Ahora, si desea disfrutar de un poco más de espacio en un vuelo nocturno, quiere gozar de una comida selecta o si decide viajar con estilo con motivo de un aniversario o un cumpleaños, puede adquirir mejoras en cualquier etapa de su viaje Round the World: de Economy a Premium Economy o de Business a First.

'UPGRADE' EN SOLO UNOS PASOS. Su viaje perfecto está a solo unos pasos. Entre en la web de SkyTeam, acceda al portal de reservas Round The World y seleccione sus destinos (entre 2 y 15 escalas). A continuación, preste atención para detectar el ícono especial que destaca los vuelos en los que está disponible la mejora, junto con la información de tarifas. Seguidamente, seleccione los vuelos en los que quiere proceder a una actualización. Estos upgrades se pueden comprar a lo largo del proceso de reserva aunque, si lo desea, también los podrá adquirir después del envío del billete inicial a través de Gestión de Reservas en la web. Esta característica permite a nuestros clientes elevar la flexibilidad en los viajes a un nuevo nivel.

En SkyTeam, nos preocupamos por su viaje. ~~~~~~

With SkyTeam Go Round the World travel pass, which connects flights from 19 member airlines with more than 1,150 destinations, travelling to any corner of the planet is as simple as it gets. All the information can be found at roundtheworld.skyteam.com.

IMPROVE YOUR EXPERIENCE. Until recently, Go-Round-the-World flights had to be booked in the same class, but changes have been made to improve your SkyTeam experience. Now, if you'd like to enjoy a little more space on a night flight, if you want to enjoy a premium meal or if you decide to travel in style on the occasion of an anniversary or a birthday, you can purchase upgrades at any stage of your Round the World trip: from Economy to Premium Economy or from Business to First.

UPGRADE IN JUST A FEW STEPS. Your perfect trip is just a few simple steps away. Enter the SkyTeam website, go to the Round-the-World booking portal and select your destinations (between 2 and 15 stopovers). Next, notice the special icon that highlights the flights on which the upgrade is available, along with the fare information. Next, select the flights you would like to upgrade. These upgrades can be purchased throughout the booking process, although they can also be purchased after the initial ticket is issued through Booking Management on the website. This feature provides customers with greater flexibility than ever. SkyTeam cares about your trip. ~~~~~~



Para ofrecer mayor flexibilidad y más opciones en sus viajes internacionales, Air Europa ha establecido un acuerdo con SkyTeam, la alianza de aerolíneas global formada por 19 miembros con un principio común: 'cuidar mejor'. Con nuestra amplia red global, ofrecemos a nuestros clientes acceso a más de 14,500 vuelos diarios a 1,150 destinos en todos los continentes. Los pasajeros pueden acumular y canjear sus Millas de viajero frecuente a través de la red SkyTeam. Visite www.skyteam.com para más información. / To offer more flexibility and more choices in your global travel, Air Europa has partnered with SkyTeam, the global airline alliance of 19 members built on the principle of 'caring more about you'. With our extensive global network, we provide customers access to over 14,500 daily flights to 1,150 destinations on all continents. Passengers can earn and redeem Frequent Flyer Miles throughout the SkyTeam network. Visit www.skyteam.com for more information.

Haz realidad tu sueño de volar alrededor del mundo.



BETC

El viaje de tus sueños nunca fue tan fácil de planificar gracias a nuestro Round The World planner. Con un billete asequible, fácil de modificar, de este a oeste, ganando millas con cualquier compañía aérea miembro de SkyTeam.

Empieza a hacerlo realidad con nuestro planificador de viajes Round The World en [SkyTeam.com](#)



AEROFLOT

Aerolíneas Argentinas

AEROMEXICO

AlEuropa

AIRFRANCE

Alitalia

CHINA AIRLINES

CHINA EASTERN

CZECH AIRLINES

DELTA

Garuda Indonesia

Kenya Airways

KLM

KOREAN AIR

MIA

SAUDIA

TAROM

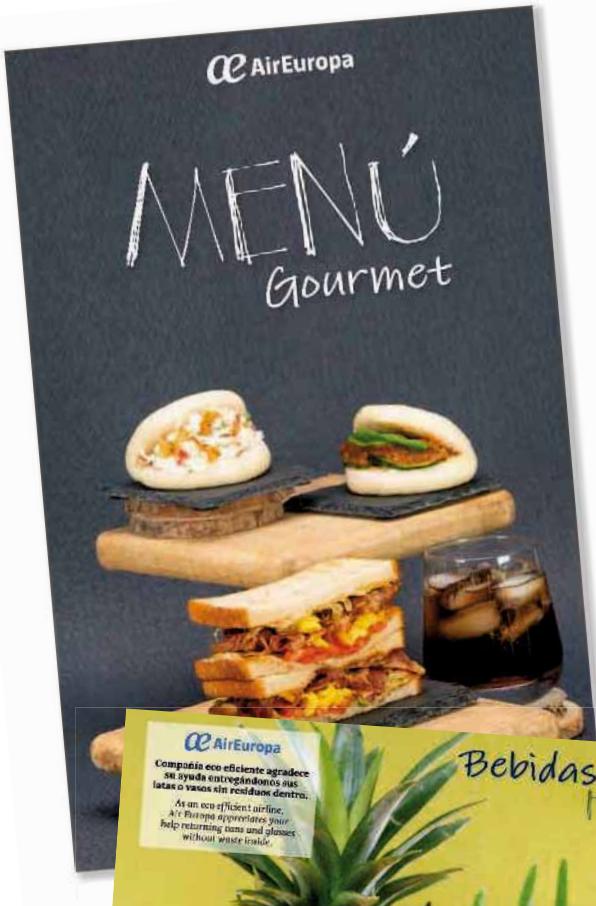
Vietnam Airlines

XIAMENAIR

MIRE, ELIJA Y DISFRUTE

HAVE A LOOK, CHOOSE AND ENJOY

**DELICIAS
A BORDO**



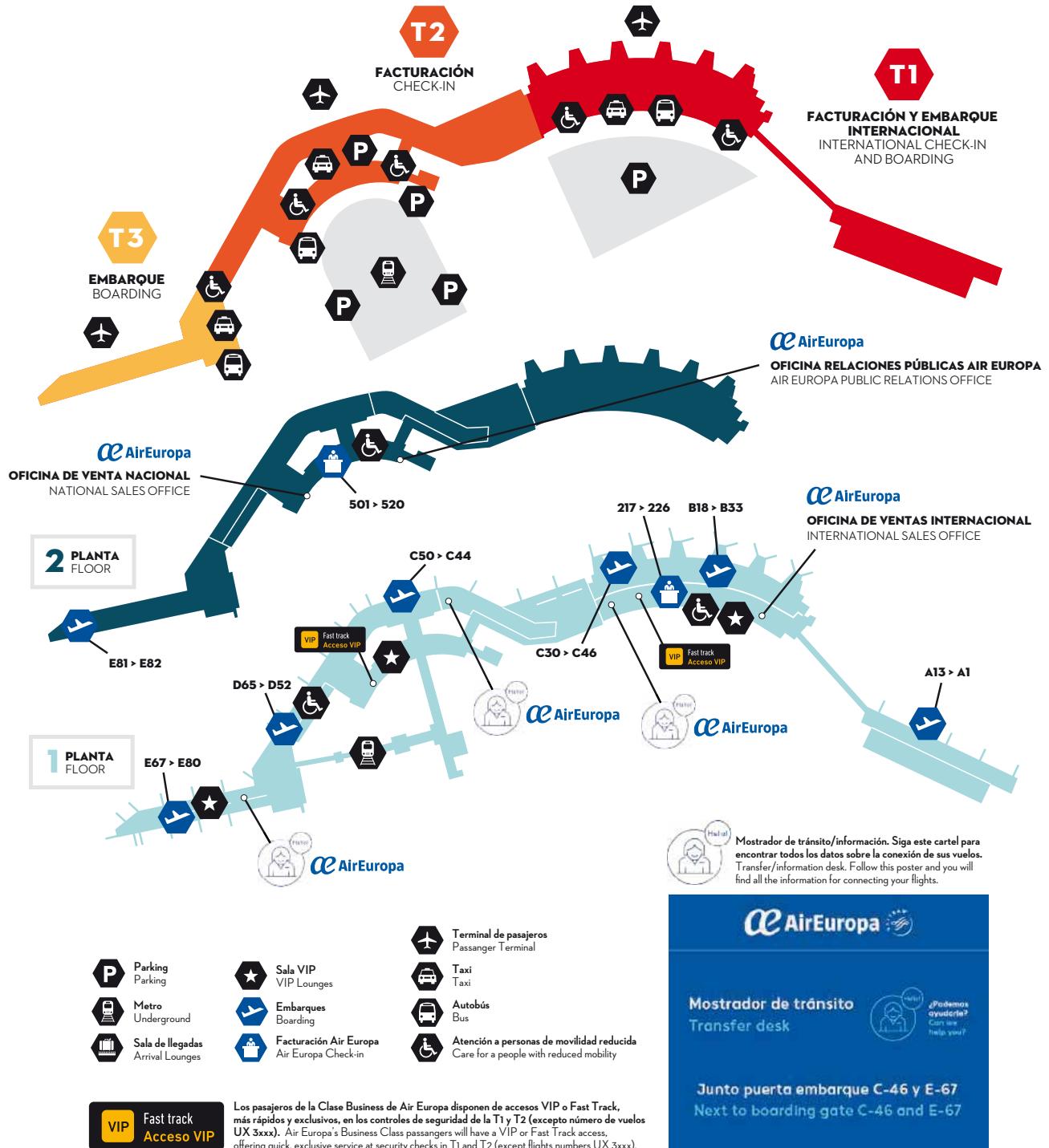
Disfrute con nuestro Menú Gastronómico de una amplia selección de productos saludables como la bebida 100% agua de coco, aloe vera o infusión de té verde y limón, además de nuestros snacks de fruta y barras proteicas. Combínelos a su gusto y disfrute de una opción perfecta para su vuelo. / Enjoy a wide selection of healthy products on our Gastronomic Menu such as 100% coconut water or aloe vera drink or a green tea and lemon infusion with fruit snacks and protein bars. Combine them as you like and enjoy the perfect healthy option for your flight. ~~~~~~

AIR EUROPA, COMPAÑÍA ECOEFICIENTE, AGRADECE SU COLABORACIÓN ENTREGÁNDONOS SUS LATAS O VASOS SIN RESIDUOS DENTRO. / AIR EUROPA, AN ECO-EFFICIENT COMPANY, APPRECIATES YOUR HELP BUY RETURNING CANS AND CUPS WITH NO CONTENTS INSIDE THEM.



FACTURACIÓN Y EMBARQUE EN MADRID, HUB DE AIR EUROPA EN EL AEROPUERTO ADOLFO SUÁREZ MADRID-BARAJAS

CHECK-IN AND BOARDING FOR AIR EUROPA AT ADOLFO SUÁREZ MADRID-BARAJAS AIRPORT



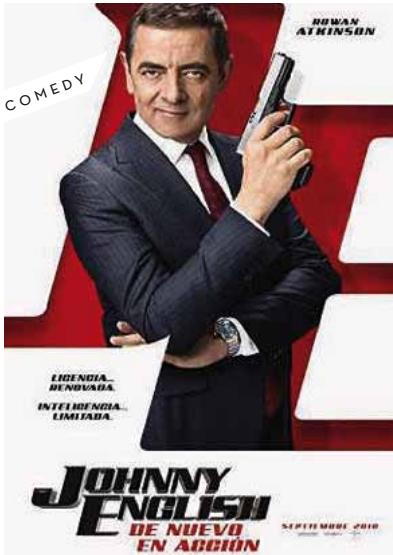
PANTALLA GENERAL: EMISIÓN DE DOS PELÍCULAS POR TRAYECTO

GENERAL SCREEN: TWO FILMS WILL BE SHOWN ON EACH FLIGHT.

JOHNNY ENGLISH: DE NUEVO EN ACCIÓN

JOHNNY ENGLISH STRIKES AGAIN
UK, 2018
Director: David Kerr

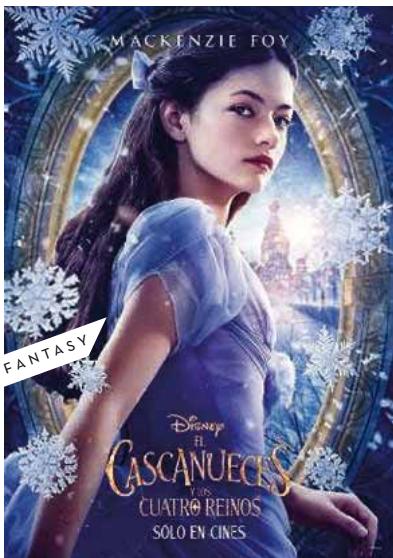
La tercera parte de la franquicia hace que Johnny English, el agente secreto más histriónico de Reino Unido deba volver a la acción después de que un ciberataque revele la identidad de todos los agentes secretos del país. El problema es que English, ya retirado, tiene bastante poca idea de tecnología como para enfrentarse al problema. / In this third instalment of Johnny English, the most histrionic secret agent in the UK is back in action after a cyber attack reveals the identity of all of the country's secret agents. The problem is that English, already retired, has little idea of technology to face the problem.



EL CASCANUECES Y LOS CUATRO REINOS

THE NUTCRACKER AND THE FOUR REALMS
USA, 2018
Director: Lasse Hallström y Joe Johnston

En esta adaptación del clásico cuento *El cascanueces*, Clara debe encontrar una llave con la que abrir una caja que le dejó su madre fallecida. Cuando la llave desaparece, la joven debe internarse en un mundo de fantasía y, junto al soldado Phillip, se enfrenta a la malvada Madre Ginger para recuperarla. / In this adaptation of The Nutcracker, Clara must find a key to open a box left by her deceased mother. When the key disappears, the young woman goes into a fantasy world alongside soldier Phillip to face the evil Mother Ginger and recover it.

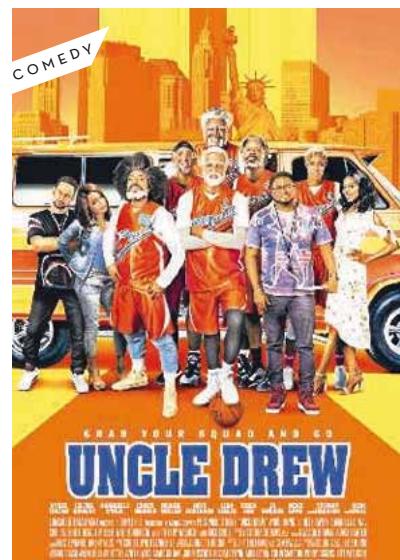


JURASSIC WORLD: EL REINO CAÍDO

JURASSIC WORLD: FALLEN KINGDOM
USA, 2018
Director: J. A. Bayona

Años después de la historia narrada en *Jurassic World*, un volcán amenaza a los especímenes de dinosaurios que viven en la isla Nublar después de la desaparición del parque temático. Claire Dearing, exdirectora del parque, y Owen Grady, exentrenador de dinosaurios, deben trabajar juntos para evitar la total extinción de estos animales. / Years after the story told in *Jurassic World*, a volcano threatens

the dinosaur specimens that live on Nublar Island after the disappearance of the theme park. Claire Dearing, former director of the park, and Owen Grady, former dinosaur trainer, must work together to prevent the total extinction of these animals.



UNCLE DREW

UNCLE DREW
USA, 2018
Director: Charles Stone III

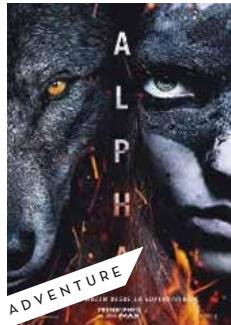
Dax se ha apuntado a un torneo de baloncesto callejero de Harlem, en la ciudad de Nueva York. Cuando está a punto de perder todas las esperanzas de participar decide recurrir a Uncle Drew, una ex estrella del baloncesto, ya anciano y retirado, interpretado por el jugador de la NBA Kyrie Irving. Juntos emprenden una búsqueda para intentar reunir a todo el equipo con el objetivo de ganar el torneo. / Dax has signed up for a street basketball tournament in

New York. Just when he is about to lose all hope of participating, he decides to turn to Uncle Drew, a former basketball star, now elderly and retired, played by NBA player Kyrie Irving. Together they try to get the whole team together to focus on winning.

CINE
TURISTA
ECONOMY

PELÍCULAS EN DISPOSITIVO IPAD EN CLASE BUSINESS EN VUELOS TRANSOCEÁNICOS

FILMS AVAILABLE ON IPAD DEVICES IN BUSINESS CLASS ON TRANSOCEANIC FLIGHTS.



ALPHA

USA, 2018
Director: Albert Hughes
Audio: English | Español | Français | Deutsch | Italiano | Portugués

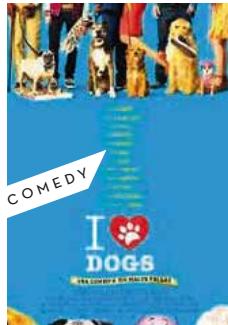
Keda, un joven de una tribu que durante una cacería es dado por muerto y abandonado, busca el camino a casa en compañía de un lobo. / Keda, a young man from a tribe who is presumed dead and abandoned during a hunt, looks for the way home in the company of a wolf.



SEARCHING

USA, 2018
Director: Ken Marino
Audio: English | Español | Français | Deutsch | Italiano | Portugués

La hija de David Kim desaparece. Cuando la investigación policial no avanza, decide buscar pistas en el ordenador de la joven. / David Kim's daughter disappears. When the police investigation doesn't progress, he decides to look for clues on her computer.



I LOVE DOGS

DOG DAYS
UK, 2017
Director: Dominic Cooke
Audio: English | Español | Français | Deutsch | Italiano | Portugués

Las vidas de un grupo de dueños de perros de Los Ángeles se van entrelazando gracias a un nexo común: el amor por sus mascotas. / The lives of a group of dog owners in Los Angeles are intertwined thanks to a common bond: love for their pets.



SMALLFOOT

USA, 2018
Directores: Karyn Kirkpatrick y Jason Reising
Audio: English | Español | Français | Deutsch

Migo, un joven yeti, encuentra algo que no creía que existiese: un humano. El descubrimiento supondrá una revolución en su comunidad. / Migo, a young yeti, encounters something he did not believe existed: a human. The discovery means a revolution in his community.

LOS CLÁSICOS

Estos títulos están disponibles en iPad en clase Business en castellano e inglés. Y en algunas rutas, disponibles en toda la cabina.

These titles are available on iPad in Spanish and English for all Business Class passengers and for all passengers on selected routes.



El caballero oscuro: La leyenda renace
USA, 2012.
Dir.: Christopher Nolan



Juntos y revueltos
USA, 2014.
Dir.: Frank Coraci



Happy Feet Two
Australia, 2011.
Dir.: George Miller



Hitman
USA, 2007.
Dir.: Dexter Fletcher



John Q.
USA, 2002.
Dir.: Nick Cassavetes



El reino de los cielos
UK, 2005.
Dir.: Ridley Scott



Hombres de honor
USA, 2000.
Dir.: George Tillman Jr.



El caballero oscuro
USA, 2008.
Dir.: Christopher Nolan



Centauros del desierto
USA, 1956.
Dir.: John Ford



Di que sí
UK, 2008.
Dir.: Peyton Reed



NO TE PREOCUPES, NO LLEGARÁ LEJOS A PIE
DON'T WORRY, HE WON'T GET FAR ON FOOT
USA, 2018
Director: Gus Van Sant
Audio: English | Español | Français | Deutsch

Narra la vida de John Callahan, un joven de 21 años que, en los años 70, se quedó parapléjico y comenzó a dibujar. / It tells the story of John Callahan, a 21-year-old in the 1970s who became paraplegic and started to draw.



MEGALODÓN
THE MEG
USA, 2018
Director: Jon Turteltaub
Audio: English | Español | Français | Deutsch | Italiano | Portugués

Un submarino y toda su tripulación queda atrapado en una fosa oceanica tras el ataque de un tiburón prehistórico gigante. / A submarine and its entire crew is trapped in an oceanic pit after being attacked by a giant prehistoric shark.



MILLA 22
MILE 22
USA, 2018
Director: Peter Berg
Audio: English | Español | Français | Portugués

James Silva, un veterano agente de la CIA, llega a un país para investigar si en el territorio se está llevando a cabo actividad nuclear ilegal. / James Silva, a veteran CIA agent, arrives in a country to investigate whether illegal nuclear activity is taking place in the territory.



CRAZY RICH ASIANS (LOCAMENTE MILLONARIOS)
CRAZY RICH ASIANS
USA, 2018
Director: Jon M. Chu
Audio: English | Español | Français | Portugués

La joven Rachel Chu se entera de que su novio Nick forma parte de una de las familias más ricas de Singapur. / The young Rachel Chu learns that her boyfriend Nick is from one of the richest families in Singapore.



Centauros del desierto
USA, 1956.
Dir.: John Ford



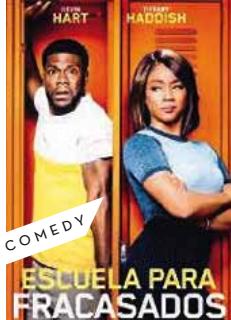
Di que sí
UK, 2008.
Dir.: Peyton Reed

CARTELERA AIR EUROPA DE VÍDEO BAJO DEMANDA PARA VUELOS TRANSOCEÁNICOS

WHAT'S ON AIR EUROPA VIDEO-ON-DEMAND FOR TRANSATLANTIC FLIGHTS.

**VÍDEO
A LA
DEMANDA**

BUSINESS &
ECONOMY



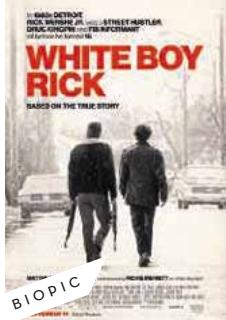
ESCUEDA PARA FRACASADOS
NIGHT SCHOOL
USA, 2018
Director: Malcolm D. Lee
Audio: English | Español | Français | Italiano | Deutsch | Portugués

Los peores estudiantes de un instituto son obligados a quedarse a estudiar por las noches. / The worst students at a school are forced to stay behind to study at night.



CHRISTOPHER ROBIN
USA, 2018
Director: Marc Foster
Audio: English | Español | Français | Italiano | Deutsch | Portugués

Winnie the Pooh y sus amigos se adentran en nuestro mundo en una aventura para recuperar al niño con el que compartieron la infancia. / Winnie the Pooh and his friends set out to find their childhood friend.



WHITE BOY RICK
USA, 2018
Director: Yann Demange
Audio: English | Español | Français | Italiano | Deutsch | Portugués

Biopic sobre Richard Wershe Jr., que se convirtió, con solo 14 años, en el infiltrado para el FBI más joven de la historia. / A biopic about Richard Wershe Jr., who became the youngest infiltrator for the FBI in history, at just 14 years old.



SMALLFOOT
USA, 2018
Directores: Karen Kirkpatrick y Jason Reising
Audio: English | Español | Français | Deutsch | Portugués

Migo, un joven yeti, se encuentra con algo que no creía que existiese: un humano. / Migo, a young yeti, encounters something he did not believe existed: a human.



MALOS TIEMPOS EN EL ROYALE
BAD TIMES AT THE ROYALE
USA, 2018
Director: Drew Goddard
Audio: English | Español | Français | Deutsch

Un grupo de desconocidos se reúne en el ruinoso hotel El Royale, en el lago Tahoe. / A group of strangers meets at the dilapidated El Royale Hotel on Lake Tahoe.

**PARA MAYOR INFORMACIÓN CONSULTE EL FOLLETO QUE ENCONTRARÁ EN EL BOLSILLO DE SU ASIENTO |
FOR FURTHER INFORMATION SEE THE BROCHURE YOU WILL FIND IN THE POCKET OF THE SEAT IN FRONT OF YOU.**



PREDATOR
THE PREDATOR
USA, 2018
Director: Shane Black
Audio: English | Español | Français | Italiano | Deutsch | Portugués

En la cuarta entrega de la saga Depredador, los alienígenas se han vuelto más grandes y fuertes gracias al ADN de otras especies. / In the fourth episode of the Predator saga, the aliens have become larger and stronger thanks to the DNA of other species.



LA BUENA ESPOSA
THE WIFE
UK, 2017
Director: Björn Runge
Audio: English | Español | Français | Portugués

Después de 40 años, Joan Castleman decide desenmascarar a su marido justo cuando le van a entregar el Premio Nobel de Literatura. / Joan Castleman decides to unmask her husband after 40 years, just as he is to receive the Nobel Prize for Literature.



VENOM

USA, 2018
Director: Ruben Fleischer
Audio: English | Español | Français | Portugués

Mientras investiga a un científico, el periodista Eddie Brock se fusiona con el ente alienígena Venom. Pronto se da cuenta de que ha adquirido superpoderes que le hacen muy poderoso, pero también de que Venom es impredecible y está guiado por la cólera. Eddie y el alienígena cada vez se van mezclando más, hasta no saber dónde empieza el uno y termina el otro. / While investigating a scientist, journalist Eddie Brock merges with the alien entity Venom. Eddie soon realises that he has acquired superpowers that make him very powerful, but also that Venom is unpredictable and is guided by fury. Eddie and the alien merge more and more, until they don't know where the one begins and the other ends.

Melody Maker

HOTEL

C A N C Ú N

T H E H O T E L



E V E N T S I N M A R C H

4 - 10
MARCH

SUNNERY
JAMES
RYAN
MARCIANO
7 MARCH

TIËSTO
9 MARCH

11 - 17
MARCH

PARIS
HILTON

JUAN
MAGAN

TIËSTO elrow

18 - 24
MARCH

DILLON
FRANCIS
18 MARCH

TIËSTO
19 MARCH

STEVE AOKI
20 MARCH

DON
DIABLO AFROJACK
21 MARCH 22 MARCH

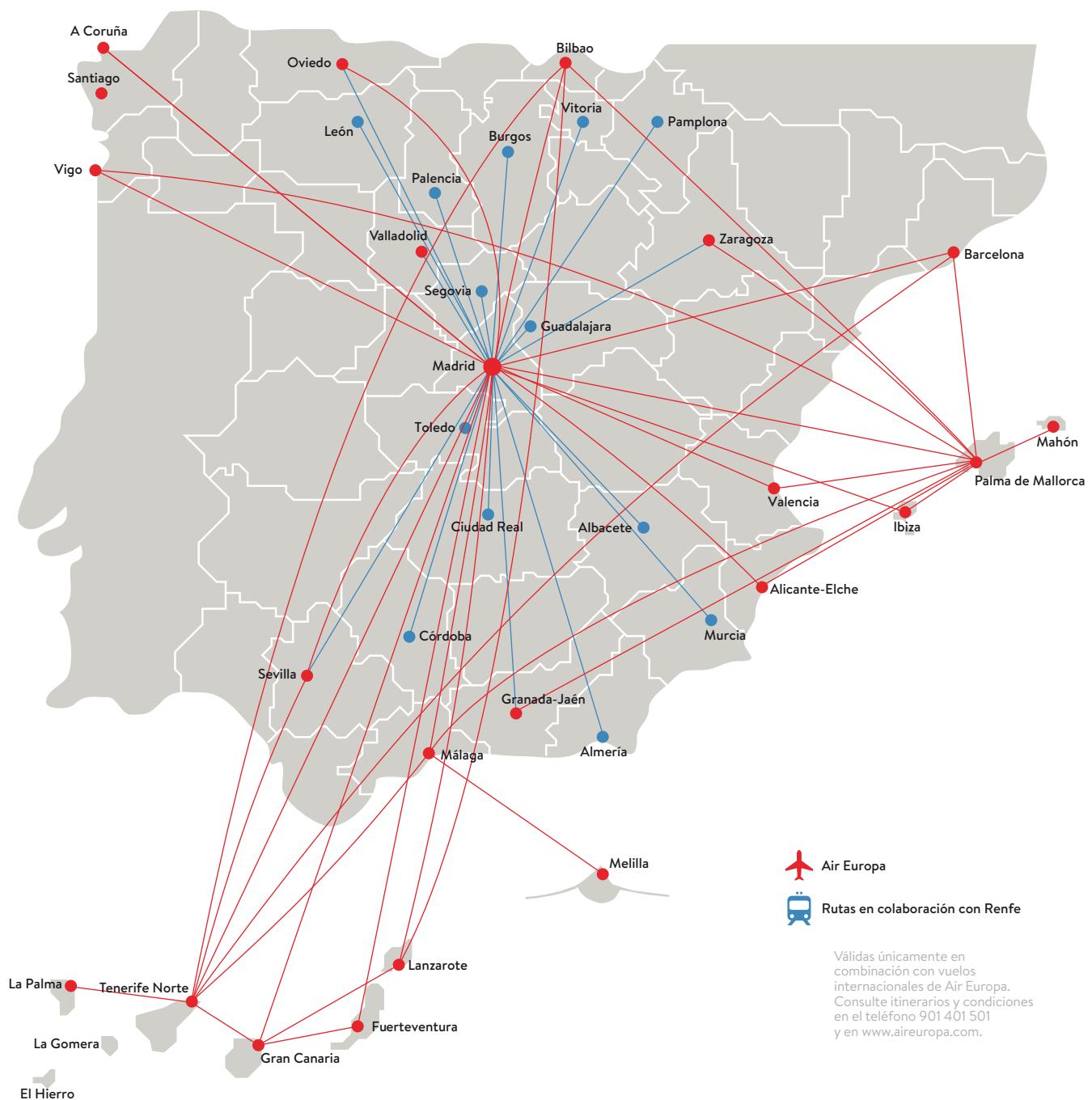
ARMIN
VAN BUUREN
23 MARCH 24 MARCH

PARIS
HILTON

BLVD. KUKULKÁN KM 12, ZONA HOTELERA,
77500 CANCUN, Q.R., MEXICO

FULL EXPERIENCE AT MELODYMAKERCANCUN.COM

@melodymakerhotels



Air Europa



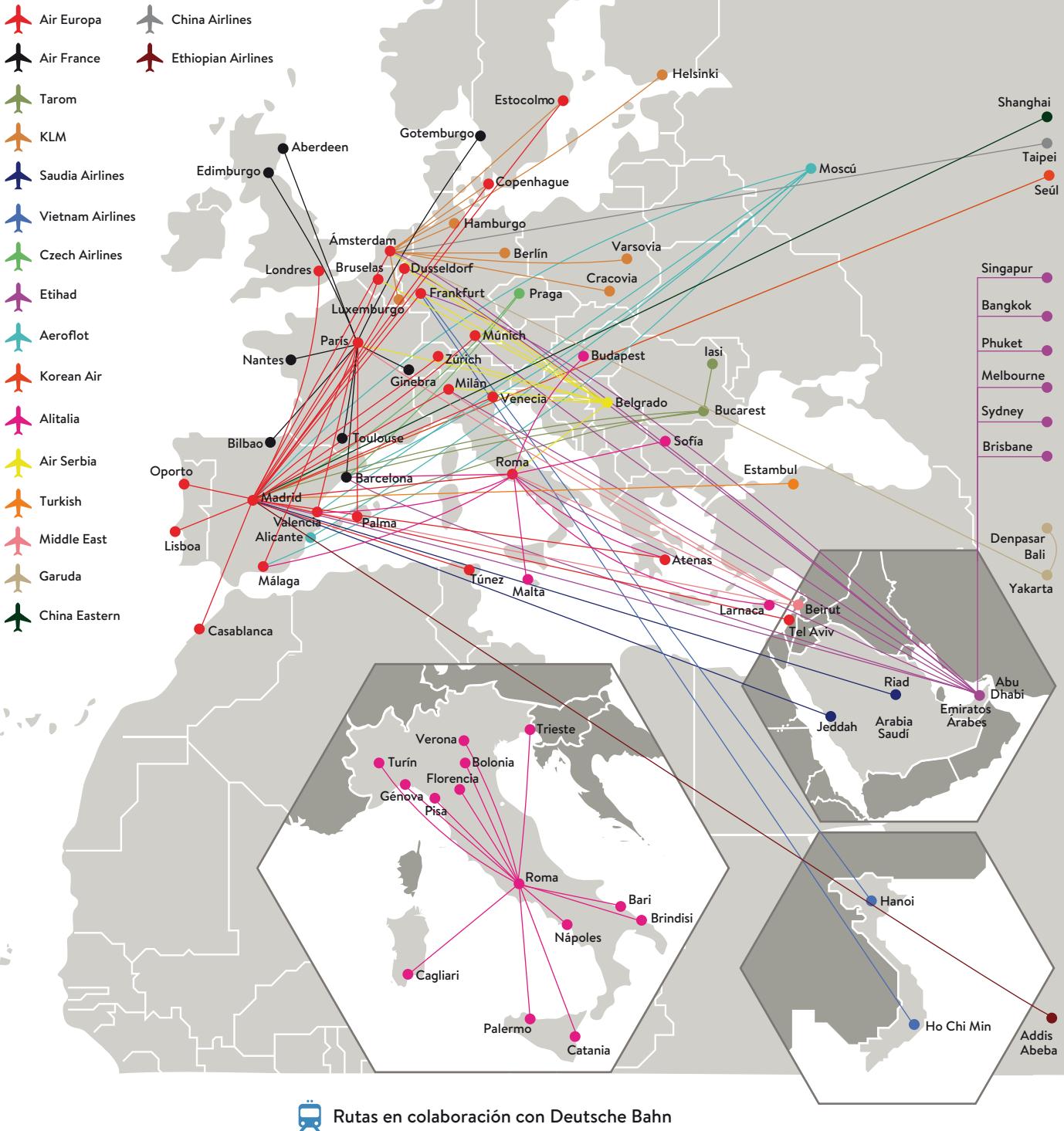
Rutas en colaboración con Renfe

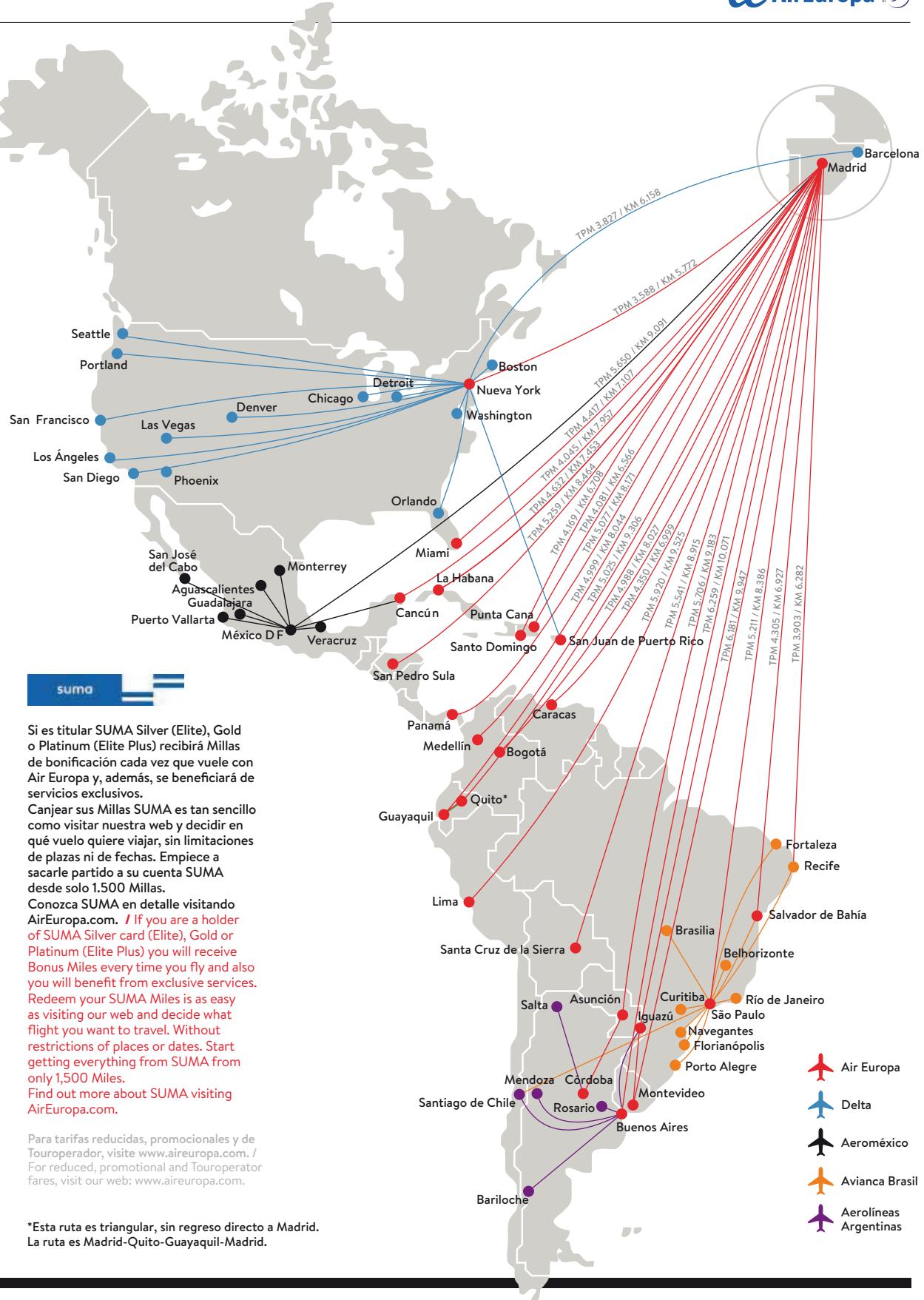
Válidas únicamente en combinación con vuelos internacionales de Air Europa. Consulte itinerarios y condiciones en el teléfono 901 401 501 y en www.aireuropa.com.



SUMA es un programa justo y transparente con el que obtendrá Millas por cada Euro de la base de tarifa de su billete y el recargo por combustible (si este aplica)* / SUMA is a fair and transparent program with which you get Miles per Euro spent at the fare base of your ticket and fuel surcharge (if this applies)*

(*) Las tasas aeroportuarias y gastos de gestión no otorgan Millas. | Airport taxes and management fee do not accrue Miles.





Si es titular SUMA Silver (Elite), Gold o Platinum (Elite Plus) recibirá Millas de bonificación cada vez que vuele con Air Europa y, además, se beneficiará de servicios exclusivos.

Canjear sus Millas SUMA es tan sencillo como visitar nuestra web y decidir en qué vuelo quiere viajar, sin limitaciones de plazas ni de fechas. Empiece a sacarle partido a su cuenta SUMA desde solo 1.500 Millas.

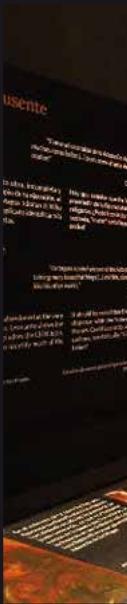
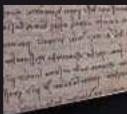
Conozca SUMA en detalle visitando AirEuropa.com. If you are a holder of SUMA Silver card (Elite), Gold or Platinum (Elite Plus) you will receive Bonus Miles every time you fly and also you will benefit from exclusive services. Redeem your SUMA Miles as is easy as visiting our web and decide what flight you want to travel. Without restrictions of places or dates. Start getting everything from SUMA from only 1,500 Miles.

Find out more about SUMA visiting
AirEuropa.com.

Para tarifas reducidas, promocionales y de Touroperador, visite www.aireuropa.com. / For reduced, promotional and Touroperator fares, visit our web: www.aireuropa.com.

*Esta ruta es triangular, sin regreso directo a Madrid.
La ruta es Madrid-Quito-Guayaquil-Madrid.





Leonardo da Vinci

los rostros del genio

Palacio de las Alhajas
Biblioteca Nacional

29 Noviembre 2018 | 19 Mayo 2019



Exposición conmemorativa del V centenario del fallecimiento de
Leonardo da Vinci (1519 - 2019)

Un proyecto de *Christian Gálvez e Iniciativas y exposiciones*

¡Más de 50.000 visitantes recibidos!

Agradado por



Colaboradores Institucionales



Patrocinadores principales



Con el patrocinio de



Colaboradores



Partner comunicación



Partner editorial



Partner solidario



Patrocinadores



Venta de entradas y taquilla



www.losrostrosdelgenio.com



www.taquillamediaset.es

LOS VIAJES LARGOS PUEDEN PROVOCAR EL SÍNDROME DE LA CLASE TURISTA, FATAL PARA EL RIEGO SANGUÍNEO. ALGUNOS EJERCICIOS DISMINUYEN ESTE RIESGO. LONG TRIPS CAN CAUSE TOURIST CLASS SYNDROME. A FEW SIMPLE EXERCISES CAN REDUCE THAT RISK.



ROTACIÓN DE HOMBROS

Con la espalda recta apoyada en el asiento y siguiendo un movimiento circular, mueva los hombros suavemente. El ejercicio ha de realizarse en varias direcciones: hacia adelante, hacia arriba, hacia atrás y hacia abajo, durante una secuencia de 10 veces cada uno.

/ Shoulder rotations.
With your back straight against your seat, roll your shoulders around gently in a circular motion. The exercise should be done towards the front, up, back, and down, at least 10 times for each.



CÍRCULOS DE TOBILLO

Es fundamental prestar atención a los pies. Se deben girar ambos, uno en el sentido de las manecillas del reloj y el otro al contrario, con la punta de los pies en el suelo y los tobillos izados. Es importante realizar el movimiento al menos 10 veces invirtiendo los círculos. */ Ankle rotations.*
Feet flexes. With your feet on the floor, start lifting the toe end high up, then return both feet to the floor. Repeat the exercise, but this time, lifting your heels and keeping and your toes on the floor. Repeat 10 times.



FLEXIÓN DEL BRAZO

Comience el ejercicio con los brazos doblados en un ángulo de 90°, codos abajo, manos hacia el frente y palmas abiertas. Lleve las manos hacia el pecho y luego bájelas de manera suave y continuada. Es recomendable mantener el brazo en el pecho durante 30 segundos. */ Arm flexes.*
Start with your arms bent in a 90° angle: elbows down, hands forward, palms open. Lift your palms to your chest and then bring them down in a smooth, fashion. It is recommended to hold your arm to your chest for 30 seconds.



ESTIRAMIENTOS TRAS EL CUELLO

Levante ambas manos rectas por detrás de la cabeza. Con una de las manos coja la muñeca de la mano contraria y estírela, nunca de manera fuerte, durante unos 15 segundos. Realice el estiramiento alternando las manos para que no sufra más un brazo que otro. */ Stretches behind your head.*
Lift both arms up and reach behind your head. With one hand, grab the wrist of the opposite hand, always gently, and hold for 15 seconds. Switch hands so one arm does not suffer more than the other.



RODILLA AL PECHO

Levante una pierna, abrace la rodilla con las manos y llévela hacia el pecho. Manténgase así durante 15 segundos y luego baje la rodilla con las manos lentamente. Se aconseja realizar el ejercicio 10 veces con cada una de las piernas. */ Knee to chest.*
Lift one leg up and grab your knee with your hands, raising it and hugging it into your chest. Hold this position for 15 seconds, then slowly bring your knee down with your hands. It is recommended to do this exercise 10 times with each leg.



ESTIRAR LOS HOMBROS

Ponga la mano derecha sobre el antebrazo izquierdo. Luego presione con la mano izquierda detrás del codo derecho hacia el hombro, llevando el brazo hacia el cuello sin forzar. Mantenga esa posición durante 15 segundos y repita el movimiento con el otro brazo. */ Stretch out your shoulders.*
Place your right hand on your left upper arm. Then press your left hand behind your right elbow towards your shoulder, bringing your arm to your neck without forcing it. Keep this position for 15 seconds and then repeat with the other arm.



MOVIMIENTOS DEL CUELLO

Con los hombros y el cuello relajados, acerque una oreja al hombro, luego gire la cabeza adelante y atrás, y de un lado al otro. No realice este ejercicio de forma rápida ni haga movimientos bruscos. Se aconseja cinco veces a cada lado. */ Neck stretches.*
With your shoulders and neck relaxed, bring one ear down to your shoulder, then roll your head to the front and back and from one side to the other. It is essential not to do this exercise quickly or to make any abrupt movements. It is recommended to repeat each side 5 times.



LEVANTAMIENTO DE RODILLAS

Con la espalda bien apoyada sobre el respaldo, suba una de las piernas a media altura con la rodilla flexionada, mientras contrae el muslo. Vuelva a bajar la pierna relajando el muslo e inicie la ascensión de la otra pierna. Repita este ejercicio entre 20 y 30 veces alternando ambas piernas. */ Knee lifts.*
Lift one of your legs half-way up with your knee bent, while you contract your thigh muscle. Put your leg back down, relaxing the muscle, and start lifting your other leg. You must repeat 20 to 30 times, alternating both legs.



FLEXIÓN AL FRENTE

Con los pies apoyados en el suelo y el estómago bien atrás doblese hacia el frente bajando las manos estiradas por delante de las rodillas, hasta tocar los tobillos. Es importante que realice el movimiento a poco y que aguante 15 segundos en la postura. De nuevo, vuelva atrás despacio. */ Bend forwards.*
Start with both feet on the floor and your stomach back. Bend forward, gradually bringing your hands down in front of your knees until you touch your ankles. Hold this position for 15 seconds, then sit back up slowly.



FLEXIONES DE PIÉS

Con los pies apoyados en el suelo, comience a levantar la punta de los pies bien arriba; luego, vuelva a la postura de inicio con ambos pies planos sobre el piso. Se repite el ejercicio, pero esta vez son los talones los que se sitúan arriba, manteniendo la punta del pie abajo. Repita 15 veces. */ Foot flexes.*
With your feet down on the floor, start lifting the toe end high up, then return both feet back to the floor. Repeat the exercise, but this time, lifting your heels and keeping your toes on the floor. You must repeat 15 times.

**ENTRENA CON LA METODOLOGÍA
DE RAFA NADAL**

PRACTICE FOLLOWING RAFA NADAL'S TRAINING METHOD



MALLORCA - SPAIN



SUMMER CAMP 2019

23 Junio - 25 Agosto | June 23rd to August 25th

**VUELOS GRATIS CON AIR EUROPA. ¡RESERVA TU PLAZA AHORA!
FREE FLIGHTS WITH AIR EUROPA. BOOK YOUR PLACE NOW!**

ABIERTO A TODOS LOS NIVELES DE TENIS PARA NIÑOS ENTRE 8 Y 18 AÑOS.

OPEN TO ALL LEVELS FOR KIDS FROM 8 TO 18.

PROGRAMAS PARA ADULTOS TAMBIÉN DISPONIBLES.

ADULT PROGRAMS AVAILABLE.

* Promoción sujeta a disponibilidad de Air Europa. Consulte condiciones.

* Promotion subject to availability from Air Europa. Check the promotion conditions.

www.rafanadalacademy.com

sales@rafanadalacademy.com

Teléfono | Phone: (+34) 971 845 022



Air Europa

◀ BOEING 787-9 DREAMLINER

-  Longitud / Length 62,8 m
-  Envergadura / Wingspan 60,1 m
-  Alcance / Range 14.700 km
-  Capacidad / Capacity
30 (business) + 303 (turista)

◀ BOEING 787-8 DREAMLINER

-  Longitud / Length 56,7 m
-  Envergadura / Wingspan 60,1 m
-  Alcance / Range 14.700 km
-  Capacidad / Capacity
22 (business) + 274 (turista)

◀ AIRBUS 330-200/300

-  Longitud / Length 58,8 m
-  Envergadura / Wingspan 60,3 m
-  Alcance / Range 12.500 km
-  Capacidad / Capacity
24 (business) + 275 (turista)

◀ BOEING 737-800

-  Longitud / Length 39,5 m
-  Envergadura / Wingspan 34,3 m
-  Alcance / Range 4.630 km
-  Capacidad / Capacity
8 (business) + 172 (turista)

Air Europa Express

◀ BOEING 737-800

-  Longitud / Length 39,5 m
-  Envergadura / Wingspan 34,3 m
-  Alcance / Range 4.630 km
-  Capacidad / Capacity
8 (business) + 172 (turista)

◀ EMBRAER 195

-  Longitud / Length 38,67 m
-  Envergadura / Wingspan 28,72 m
-  Alcance / Range 3.428 km
-  Capacidad / Capacity
8 (business) + 112 (turista)

◀ ATR 72-500

-  Longitud / Length 27,16 m
-  Envergadura / Wingspan 27,05 m
-  Alcance / Range 1.650 km
-  Capacidad / Capacity
4 (business) + 64 (turista)

15.000 € SOLIDARIOS

LA PRIMERA GALA DE HOMENAJE A LA SOLIDARIDAD ORGANIZADA POR CIPRI QUINTAS REUNIÓ A MÁS DE MIL PERSONAS Y RECAUDÓ CASI 15.000 €. / THE FIRST TRIBUTE TO CHARITY GALA ORGANISED BY CIPRI QUINTAS BROUGHT TOGETHER MORE THAN ONE THOUSAND PEOPLE AND RAISED ALMOST € 15,000.

Con ocasión del Día de la Paz, el empresario Cipri Quintas –autor de *El libro del networking* (Alienta), que ya va por su décima edición– organizó en el Teatro Auditorio Ciudad de Alcobendas la primera Gala Homenaje a la Solidaridad, una convocatoria para homenajear al Padre Ángel que reunió a un millar de personas y recaudó cerca de 15.000 € para la ONG Mensajeros de la Paz, del Padre Ángel (www.mensajerosdelapaz.org), y APAMA, la Asociación de Padres de Alumnos con Discapacidad (www.apama.es). A la gala asistieron un gran número de personas notorias, amigos del empresario, como Sandra Ibarra, Irene Villa, Jorge Fer-

nández, Carlos Sobera, Susanna Griso o Fernando Romay, y artistas como Sole Giménez, Los Vivancos, BVocal o el Mago More, que de forma altruista amenizaron el evento. / On the occasion of Peace Day, businessman Cipri Quintas –author of *El Libro del Networking* (Alienta), which is now in its tenth edition– organised the first Charity Gala at the Alcobendas City Theatre Auditorium. The event paid tribute to Father Ángel, bringing together one thousand people and raising about €15,000 for Father Ángel's NGO Mensajeros de la Paz (www.mensajerosdelapaz.org), and APAMA, the



El Padre Ángel (centro) con el Mago More y Cipri Quintas.

Association of Parents of Students with Disabilities (www.apama.es). The gala was attended by a large number of famous people, friends of the businessman including Sandra Ibarra, Irene Villa, Jorge Fernandez, Carlos Sobera, Susanna Griso and Fernando Romay and artists including Sole Giménez, Los Vivancos, BVocal or Magician More, who gave their time to provide entertainment at the event. ~~~~~~

Nueva ruta Estocolmo



A partir de junio de 2019.

Madrid - Estocolmo
3 vuelos a la semana.

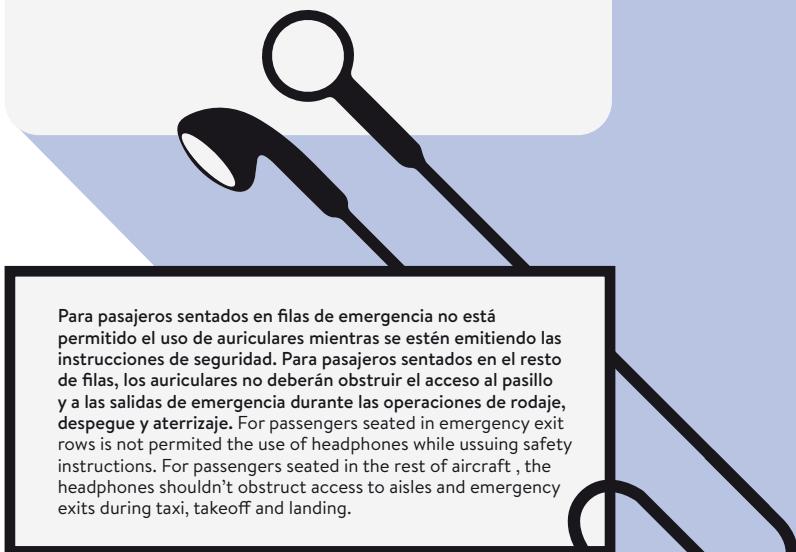
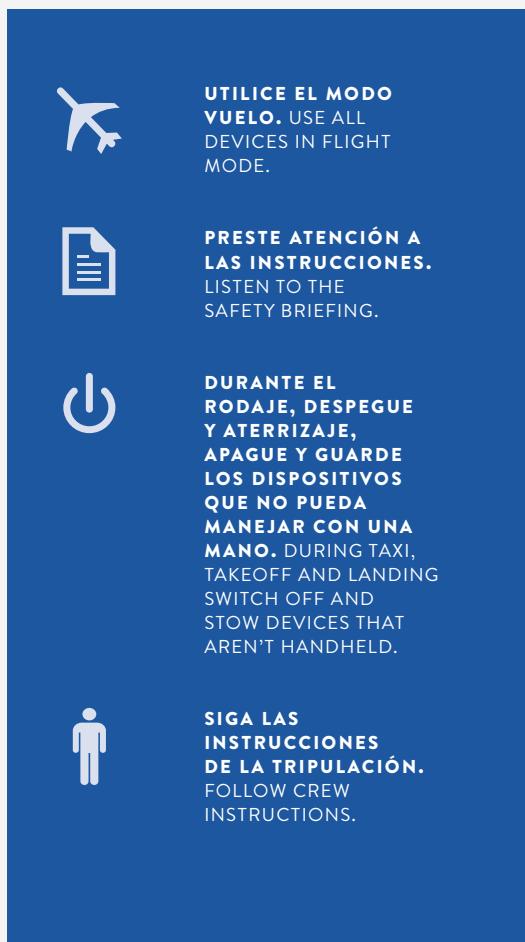


USO DE SMARTPHONES, TABLETAS Y LIBROS ELECTRÓNICOS

USE OF SMARTPHONES,
TABLETS AND E-READERS

INSTRUCCIONES DE USO INSTRUCTIONS

- Los teléfonos móviles podrán ser usados durante el rodaje antes del despegue y después del aterrizaje.
- Desde el despegue del avión y durante el vuelo, todos los dispositivos electrónicos deben ser usados en modo vuelo.
- Durante las fases de despegue y aterrizaje, los equipos más pesados (como ordenadores portátiles) se guardarán debajo de los asientos o en los compartimentos superiores. Estos objetos podrían herirle a usted u otra persona en caso de turbulencia.
- Siga siempre las instrucciones de la tripulación y apague inmediatamente los dispositivos cuando así se lo indiquen.
- Mobile phones may be used during taxiing before take-off and after landing.
- From take-off and during the flight, all electronic devices must be switched to flight mode.
- During take-off and landing, heavier equipment (such as laptops) must be stored under the seats or in the overhead compartments. These objects could hurt you or another person if there is any turbulence.
- Always follow instructions from the crew and immediately turn off the devices when instructed to do so.





**Nueva ruta
Iguazú
Madrid – Iguazú**

A partir del 1 de junio
de 2019.

2 frecuencias semanales.

***DESCUBRE
tu modo
CATARATAS DEL IGUAZÚ***



MINISTERIO DE TURISMO



www.aireuropa.com



ADOBESTOCK

PARÍS

FRANCIA

RED INTERNACIONAL DE AIR EUROPA

AIR EUROPA'S INTERNATIONAL NETWORK

ALEMANIA

Hochstraße 17.
60313 Frankfurt.
Tel. +49 03 02 238 5436.

ARGENTINA

Patio Bullrich Shopping.
Posadas 1245.
CABA-C1011ABE.
Local N02L045A, Nivel 1.
Buenos Aires.
Tel. +0 810 122 4546.

Avenida Hipólito
Yrigoyen 562.
X5000JHS Córdoba.
Tel. +0 810 122 4546.

AUSTRIA

Tel. +43 12 675 436.

BÉLGICA

Tel. +32 02 273 18 46.

BOLIVIA

Cristóbal de Mendoza,
230. Santa Cruz.
Tel. +59 13 3110 005.
Tel. +1 800 100 320.

BRASIL

Aeropuerto Internacional
Luis Eduardo Magalhaes.
Praça Gago Coutinho s/n.
Saô Cristovau. Terminal de
Embarque Internacional.
Tel. +0 800 892 3076.

Aero Governador F.
Montoro. Terminal de
Passageiros 2, ASA C (Ofic.).
Rodovia Helio Smidt, s/n.
Guarulhos.
CEP: 07190-100.
Tel. +0 800 892 3076.

Aeroporto Internacional
do Recife/Guararapes.
Praça Ministro Salgado
Filho, s/n. Sala 48.
Imbiribeira. Recife.
CEP: 51210-902
Tel. +0 800 892 3076.

CANADÁ

Tel. +1 855 413 1928.

CHILE

Av. Vitacura, 2791. Local 1 B.
Las Condes.
Santiago de Chile.
CP. 7550000.
Tel. +56 2 2938 1525.

CHIPRE

17 Homer Avenue.
1511 Nicosia.
Tel. +357 22 716 430.

COLOMBIA

Calle 92 Número 11-51.
Edif. Microsoft. Local 1.
Tel. +01 800 518 4740.

COREA DEL SUR

12th Floor, 106.
Seosomun-Ro,
Jung-Gu. 04513 Seoul.
Tel. +82 2 317 8855.

COSTA RICA

Tel. 506 4000 3823.

CUBA

Sta. Ave esp. 78.
Miramar Trade Center.
Miramar Municipio.
Playa Ciudad Habana.
La Habana.
Tel. +53 7 204 69 04.

DINAMARCA

Tel. +00 46 85 85 65 52.

ECUADOR

Av. Francisco de Orellana,
MZ 171. Of. 2-3. Planta baja.
Edificio Blue Tower. Guayaquil.
Tel. +593 4263 0194
Call Center:
+593 1800 000 648.

Esquina Av. República y
Rumipamba. Ofidinc 201.
Segundo piso. Edificio
Signature. Quito.
Tel. +593 2292 8284.

EL SALVADOR

Tel. 503 2113 0322.

ESLOVENIA

Tel. +386 18 28 22 62.

ESTADOS UNIDOS

1111 Brickell Avenue.
Miami. Suite 2803.
Florida 33131. Miami.
Tel. +1 844 415 39 55.

FRANCIA

58 Rue du Dessous
des Berges. 75013 París.
Tel. +33 142 650 800.

GRECIA

7, Stadiou str.
10562 Athens. Syntagma.
Tel. +30 215 56 55 560.

GUATEMALA

Tel. +502 2229 6208.

HOLANDA

The Base A Evert v/d
Beekstraat 1 – 34.
1118 CL Schiphol.
Ámsterdam.
Tel. +31 (0) 207 956 095.

HONDURAS

Tel. +800 2791 9496.

ISRAEL

29 Ben Yehuda street.
61264 Tel Aviv.
Tel. +972 3 376 2949.

INDIA

E-9, Connaught House.
Connaught Place.
110001 New Delhi.
Tel. +91 11 4364 0462/63.

ITALIA

Via Leopardi, 1.
20123 Milán.
Tel. +39 02 8907 1767.

LUXEMBURGO

Tel. +352 0228 26 15 37.

MARRUECOS

5 Avenue des Far, 7th floor,
20000 Casablanca, Morocco.
Tel. +212 5 2042 6066.

MÉXICO

Cantú 9 Int. Colonia
Nueva Anzures.
México D.F. 11590.
Tel. +52 55 8789 4935.

NORUEGA

Tel. +00 46 85 85 65 52.

PANAMÁ

Av. Aquilino de la Guardia.
Torre Ocean Business Plaza.
Piso 22. Oficina 22-02.
Ciudad de Panamá.
Tel. +507 800 05 12.

PARAGUAY

Av. San Martín
c/ Federación Rusa.
Asunción.
Tel. +595 21 660777.

PERÚ

Avda. Benavides, 611.
Miraflores. Lima.
Tel. +511 652 73 73.

PORTUGAL

Edificio Atrium Saldanha.
Praça Duque de Saldanha, 1.
4º andar. 1050-094 Lisboa.
Tel. +351 213 58 7680.

PUERTO RICO

Tel. +1 844 415 39 55.

REINO UNIDO

Suite 8. Fulham
Business Exchange.
The Boulevard.
SW6 2TL London.
Tel. +44 871 423 07 17.

REP. DOMINICANA

Avenida Roberto Pastoriza,
158. Edificio Europa.
Ensanche Naco.

Santo Domingo.
Tel. +1 809 683 80 20.

RUMANÍA

Bd Unirii 72. BI J3C.
Trs 2. 5th floor. Apt 503.
Sector 3. Bucharest.
Tel. +40 21 312 1041.

RUSIA

Novoslobodskaya ulitsa 23.
Moscow 127055.
Tel. +7 495 641 51 21.

SUECIA

Riddargatan 17.
114 57 Stockholm, Sweden.
Tel. +00 46 85 85 65 52.

SUIZA

Tel. +41 08 48 20 74 14.

TAIWÁN

8F N° 137 Nanking
East Road. Taipei.
Tel. +886 2 2515 2371.

TUNEZ

Zone Urbaine Nord.
Immeuble City Center
310 82 Tunis. Tunisia.
Tel: +216 36 369893

TURQUÍA

Halaskargazi Caddesi, 2.
Harbiye 34371. Istanbul.
Tel. +90 212 251 1315.

URUGUAY

Héctor Miranda, 2442.
Montevideo.
Tel. +59 8000 405 44 17.

VENEZUELA

Avenida Principal
de la Castellana.
Centro Letonia. Piso 10.
Oficina 104.
Chacao-Miranda.
Tel. +58 212 267 21 41.

SITE GUSTA
CÓDIGO

no te pierdas

CODIGOUNICO.COM



MODA . MOTOR . TECH . PERSONAJES . LIFESTYLE . PLACERES . GOURMET . ESTILO

¡Síguenos cada día!

VANESSA ALMAJANO

Tripulante de cabina

«TODOS NECESITAMOS RETOS
Y OBJETIVOS QUE CUMPLIR»

Escuchar y resolver conflictos. En el avión y fuera de él. Esa es la tarea de esta especialista en 'coaching'. / Listening to and resolving conflicts: that's what this coaching expert does, both onboard and off.

By J. FABIÁN Photo: EMILIO PUGA

«El comportamiento humano me ha llamado la atención desde siempre. Hace unos años, después de 15 en Air Europa, me animé a hacer un máster en coaching, una técnica que provoca cambios rápidos y efectivos en las personas, y ahora me dedico parcialmente a ello (vanessalmajano.com). El coach, al contrario de lo que se cree, no da consejos: solo cuestiona, motiva y aumenta la autoestima; es un facilitador y saca lo mejor de cada uno para alcanzar los objetivos que se proponga, tanto profesional como personalmente. Como coach, la principal satisfacción que tienes es ver cómo las personas desarrollan todo su potencial para cumplir aquello que desean. De todos los tipos de coaching, el que más te 'toca' siempre es el personal, porque es en el que hay más emociones en juego detrás y supone unos cambios profundos en la gente que muchos no pensaban que podrían conseguir».

«I've always been interested in human behavior. A few years ago, after 15 years with Air Europa, I decided to get my master's degree in coaching, a technique that causes fast-moving and effective changes in people, and now that's what I do part-time (vanessalmajano.com). Contrary to popular belief, a coach doesn't give advice: a coach simply questions, motivates and boosts self-esteem; a coach helps brings out the best in a person to achieve the objectives set, both professionally and personally. As a coach, the main satisfaction you have is to see how people develop their full potential to reach whatever goal they have in mind. Of all the types of coaching, life coaching is the one that 'touches' you most, because it's the one with the most emotions at play and involves individuals making some form of significant change happen in their lives that they didn't think they could».



Real Madrid at its finest Private Boxes and Hospitality Seats

Emotion and Exclusivity



Área VIP
Corporate Hospitality



Information & Booking
Tel.: +34 91 398 43 77 / E-mail: areavip@realmadrid.es
www.realmadrid.com/hospitality



N26



— 1

El primer banco del que te vas a enamorar.

Abre tu cuenta gratuita

#26razones

n26.com