

ALADIerno

IBERIA
REGIONAL



AIRNOSTRUM

Posadas Reales

51 motivos para alojarse en Castilla y León

Royal Inns

51 reasons for staying in Castilla y Leon



Ona Carbonell

Una sirena de diseño
A designer mermaid

Tánger,

lienzo, celuloide y tinta

Tangier,

canvas, celluloid and ink



ABOGADOS | ECONOMISTAS
carrau  **Corporación**

Entre sus áreas de especialización cuenta con un equipo de abogados, economistas y criminólogos especialista en delitos contra el orden socioeconómico, Hacienda Pública, blanqueo de capitales y en el entorno de la empresa, dirigidos por el abogado Héctor Paricio Rubio.



C/ Dr. Romagosa, 1, Planta 3º, 46002 VALENCIA (ESPAÑA)

T. (34) 96 316 28 70 / Fax (34) 96 334 53 25

www.carraucorporacion.com / e-mail: cc@carraucorporacion.com

CONTENIDO

CONTENT

Portada / Frontpage:

Posada de La Mesta, en Molinos de Duero (Soria).

La Mesta Royal Inn in Molinos de Duero (Soria).



05 Bienvenido a bordo
Carta del Presidente

06 Nuestro mundo

08 Posadas Reales

14 Ona Carbonell
Una sirena de diseño

18 Tánger,
lienzo, celuloide y tinta

24 Viviendo juntos
Miles de años conviviendo aves y personas en el corazón de España

28 Motor

34 Viajar con
AIR NOSTRUM

36 AIR NOSTRUM
recomienda

37 Noticias

38 Puerta de
embarque

Welcome aboard **05**
President's letter

Our World **06**

Royal Inns **08**

Ona Carbonell **14**
A designer mermaid

Tangier, **18**
canvas, celluloid and ink

Living together **24**
A thousand years of birds and people in the heart of Spain

Motor **28**

Travel with **34**
AIR NOSTRUM

AIR NOSTRUM **36**
recommends

News **37**

Boarding gate **38**



Ona Carbonell.



Playa de Tánger.

Tangier beach.



Hyundai i10.



Puerta de embarque.

Boarding gate.

ALADIerno

IBERIA REGIONAL AIR NOSTRUM

Editada por Air Nostrum Líneas Aéreas // Coordinador Air Nostrum: Antonio de Nó
prensa@airnostrum.es

Coordinación y producción: direccion@revistaaladierno.com
Publicidad: publicidad@revistaaladierno.com

Depósito legal: M-31.190-1995

¿Qué Abba hotel te falta por conocer?
 Which Abba hotel haven't you met?
 Quel Abba hôtel ne connais-tu pas encore?
 Welches Abba hotel kennen Sie noch nicht?
 Ktorý Abba hotel Vám chýba spoznať?



*Lo primero,
 una sonrisa.*



abba Centrum Alicante hotel - ALICANTE



abba Balmori hotel - BARCELONA



abba Garden hotel - BARCELONA



abba Rambla hotel - BARCELONA



abba Sants hotel - BARCELONA



abba Parque hotel - BILBAO



abba Espinosa de los Monteros hotel - BILBAO

*A smile
 counts most.*



abba Burgin hotel - BURGOS

*Avant tout,
 un sourire.*



abba Conillas Golf hotel - CAUTERETS (CANTON)



abba Formigal hotel - FORMIGAL (CANTON)



abba Playa Gijón hotel - GIJÓN



abba Granada hotel - GRANADA



abba Huesca hotel - HUESCA



abba Castilla Plaza hotel - MADRID



abba Madrid hotel - MADRID



abba Reina Victoria hotel - MADRID

*Úsmev na
 prvom mi*



abba Teresa hotel - SALAMANCA



abba Palacio de Arzobispo hotel - MONTECARLO DE BARRAMETIAN

*Zuerst
 ein lächeln.*



abba Santander hotel - SANTANDER



Hotel Inglaterra - SEVILLA



abba Acrón hotel - VALENCIA



abba Palacio de Solanes hotel - VILLAY ARDENNES (LUXEMBOURG)



abba Xalet Solius hotel - ANDORRA



abba Berlin hotel - BERLIN



abba Bratislava hotel - BRATISLAVA



abba Queen's Gate London hotel - LONDON



Si deseas recibir todas las novedades, ofertas y promociones de abba Hoteles, descárgate este QR y te mantendremos informado.
 If you wish to receive all the abba Hotels news, offers and promotions, download this QR and we will keep you informed.

abbahotels.com

CENTRAL DE RESERVAS
 BOOKING OFFICE
 CENTRALE DE RESERVATIONS
 RESERVIERUNGSZENTRALE
 REZERVACNE ODDELENIE

+34 902 153 163
 24 h.





Javier Serratosa Luján
Presidente de AIR NOSTRUM
President of AIR NOSTRUM

BIENVENIDO A BORDO WELCOME ABOARD

Estimados pasajeros:

Como ya saben, el turismo ha vuelto a tirar de la economía española. En AIR NOSTRUM como actores del sector nos felicitamos de que en 2013 la actividad turística creciera un 0,6%, impulsada por una demanda externa que compensó el descenso del consumo interno. En total visitaron nuestro país 60,6 millones de turistas, un récord que nos permite recuperar la tercera posición como país receptor de turistas, detrás de Francia y Estados Unidos y adelantando a China.

Según los datos de Exceltur, la alianza para la excelencia turística, la agrupación en la que se encuentra AIR NOSTRUM junto al resto de las empresas más importantes del sector, este incremento de visitantes permitió alcanzar 250 millones de pernoctaciones hoteleras y generó para nuestra balanza de pagos unos 45.000 millones de euros.

Además, el turismo ha sido el único de los grandes sectores que ha creado puestos de trabajo. De hecho se han generado 22.314 nuevos empleos e incrementado en un 18% el número de afiliados a la Seguridad Social.

Nos congratulamos del buen dato al que AIR NOSTRUM ha contribuido este verano pasado con su operación internacional con Italia, Alemania, Austria, Portugal, Marruecos y, muy especialmente, con Francia, mercado en el que seguimos como líderes por número de operaciones. Igualmente relevantes han sido nuestras rutas internas transversales, que han permitido viajar a destinos vacacionales en el litoral desde distintos puntos de la Península. Además, nuestras conexiones con los archipiélagos balear y canario a través del hub de Iberia en la T4 resultan básicas para la aportación de visitantes extranjeros a las islas.

Conviene tener presente que el turismo internacional llega a España fundamentalmente por avión. En concreto, el 80,4% de los visitantes extranjeros lo hacen a través de aeropuertos, el 17,7% por carretera, el 1,5% por puertos y un marginal 0,4% por tren.

En cualquier caso, tampoco conviene dejarse llevar por el entusiasmo. Los buenos datos de visitantes no nos deben hacer olvidar dos consideraciones. Primeramente hay que tener en cuenta que este máximo histórico de visitas se ha conseguido, además de por el atractivo de nuestra oferta, gracias a la inestabilidad política de países receptores del sur del Mediterráneo. Y además, el ingreso medio por turista ha bajado un 1,5%.

Tenemos que decidir qué modelo queremos para el futuro del sector, si uno de turista low cost o uno con visitantes de mayor capacidad de gasto en destino. Además hay que cuidar y enriquecer los atractivos de nuestra oferta de litoral y no castigar a los medios de transporte que aportan los visitantes.

En el análisis realizado por Exceltur sobre la rentabilidad de las empresas turísticas este pasado ejercicio se apunta el fuerte incremento de las tasas implementado el pasado verano como uno de los factores más negativos para los resultados, junto al encarecimiento del carburante, la caída de la demanda interna y la competencia de la alta velocidad.

Un saludo y buen viaje.

Dear Passengers:

We are, this month, pleased to inform you that tourism has, once again, played an important role in boosting the Spanish economy. As a member of the Spanish tourist sector, we are delighted to announce that tourism increased by 0,6% last year thanks to an increase in foreign tourists after a fall in the number of local tourists. A total 60.6 million tourists visited Spain last year helping it recover its position as the world's third most popular tourist destination behind France and North America with China in fourth position.

According to the data published by Exceltur, Alliance for Tourism Excellence, of which Air Nostrum is a member together with a number of the other important Spanish tourism sector companies, some 250 million hotel reservations were recorded along with a balance of payments of some 45,000 million euros.

The tourist sector also played an important role in the creation of employment during 2013. In fact, it created a total 22,314 new jobs and was responsible for an 18% increase in the number of registered workers.

We are proud to say that Air Nostrum made an important contribution last summer to the tourist sector with its international flight operations to Italy, Germany, Austria, Portugal, Morocco and, especially, France where our Company continues as leader with regard to French flight operations. Our national transversal flights have also played an important role by providing flight operations from the coastal areas to different parts of the Spanish Peninsula. For example, flight connections to the Canary and Balearic archipelagos from the Barajas Airport in Madrid have played a vital role in the transportation of foreign visitors.

It should be noted that most international visitors arrive in Spain by air. According to statistics, 80.4% of foreign visitors arrive by air, 17.7% by road, 1.5% by sea and a small 0.4% by rail.

It would, however, be wise not to get too carried away. In spite of last season's improved results, we should not forget two determining factors. Firstly, the increase in the number of foreign visitors is, in part, due to the political instability of the tourist destinations located on the southern Mediterranean coastline and, secondly, the average rate of income per tourist has decreased by 1.5%.

The time has come to decide what type of business model we want for the future? Do we want low cost tourists or tourists with higher purchasing power? It would also be wise to take care of our littoral tourist offer instead of punishing the airlines that provide foreign visitors with transport.

Finally, the analysis carried out by Exceltur on the results achieved by tourist companies during 2013 shows that the increase in airport taxes last summer had a negative effect on Spain's tourist sector and company business results as did the increase in the cost of fuel, the decrease in national demand and the high speed rail network.

Kind regards and bon voyage!

AIR NOSTRUM HA CONTRIBUIDO AL RÉCORD DE TURISTAS EXTRANJEROS CON SUS OPERACIONES INTERNACIONALES Y CON LAS CONEXIONES EN EL HUB DE IBERIA EN LA T4

AIR NOSTRUM IS RESPONSIBLE FOR INCREASING THE NUMBER OF FOREIGN VISITORS THROUGH ITS INTERNATIONAL FLIGHT OPERATIONS AND IBERIA T4 CONNECTION FLIGHTS.

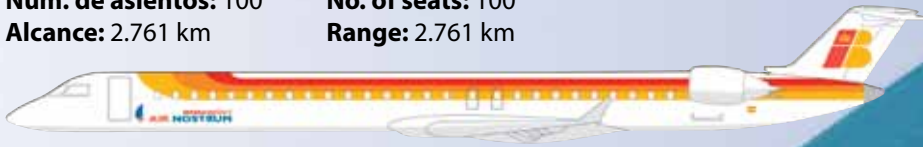


CRJ 1000

Longitud: 39,1 m
Envergadura: 26,1 m
Núm. de asientos: 100
Alcance: 2.761 km

CRJ 1000

Overall length: 39,1 m
Wingspan: 26,1 m
No. of seats: 100
Range: 2.761 km

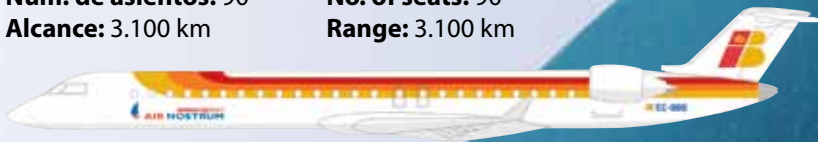


CRJ 900

Longitud: 36,4 m
Envergadura: 24,85 m
Núm. de asientos: 90
Alcance: 3.100 km

CRJ 900

Overall length: 36,4 m
Wingspan: 24,85 m
No. of seats: 90
Range: 3.100 km

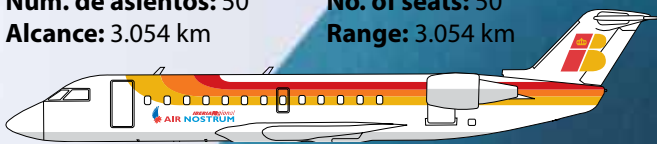


CRJ 200

Longitud: 27 m
Envergadura: 21 m
Núm. de asientos: 50
Alcance: 3.054 km

CRJ 200

Overall length: 27 m
Wingspan: 21 m
No. of seats: 50
Range: 3.054 km

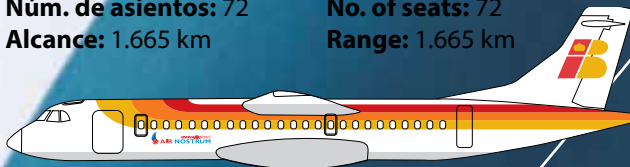


ATR 72-600

Longitud: 27 m
Envergadura: 27 m
Núm. de asientos: 72
Alcance: 1.665 km

ATR 72-600

Overall length: 27 m
Wingspan: 27 m
No. of seats: 72
Range: 1.665 km









Posadas **Royal** Reales **Inns**

51 motivos **51 reasons**
para alojarse en **for staying**
Castilla y León **in Castilla y Leon**





► Comedor ubicado en la capilla de la Posada Real Palacio de los Condes, Fuentidueña (Segovia). / View of the dining room housed in the chapel of the Palacio de los Condes Royal Inn in Fuentidueña (Segovia).

Si alguna vez ha sentido la necesidad de disfrutar al alojarse en un lugar especial y acogedor, en un espacio que ha tenido otros usos y que ahora, después de su restauración, está disponible para usted, ese lugar lo encuentra en las Posadas Reales de Castilla y León: 51 alojamientos distintos, espacios para el disfrute del cuerpo y el alma, para el descanso y la gastronomía.

Estos alojamientos, ahora Posadas Reales, fueron originalmente casonas, monasterios, molinos, palacetes, escuelas o simplemente casas de arquitectura tradicional en el lugar donde se ubican. Están distribuidas por toda Castilla y León, en el medio rural y le invitamos a conocerlas y disfrutar de sus servicios, así como de los recursos turísticos de su entorno.

Las Posadas Reales de Castilla y León son una marca que garantiza unas instalaciones y servicios de calidad, y que se comprueba de forma continua. De esta manera, el cliente puede sorprenderse ya que cada una de ellas es diferente: en su arquitectura, en su decoración, en su gastronomía y, por supuesto, en el entorno único en que se ubican.

Todas las provincias de Castilla y León disponen de Posadas Reales y pueden servirnos de alojamiento para la realización de rutas turísticas, que nos permitirán conocer también los diversos espacios naturales de la región.

En este artículo les proponemos algunas de ellas, como por ejemplo el norte de Castilla y León, recorriendo el

If you have ever felt the need to stay in a place that has a history of its own, a place that has been renovated to the highest standards, you might like to consider staying in one of Castilla y Leon's outstanding Royal Inns. You can actually choose from 51 unique establishments, all offering excellent accommodation and catering.

This network of beautiful Royal Inns is housed in ancient mansions, small palaces, monasteries, mills, school buildings and typical local dwellings. Dotted around the Castilla y Leon countryside, these beautiful establishments are just waiting to be discovered. Whichever one you chose, we can guarantee you will not be disappointed thanks to their excellent range of services and attractive local tourist sights.

The 'Las Posadas Reales de Castilla y Leon' (Royal Inns of Castilla y Leon) trademark guarantees high quality installations and services. You will be pleasantly surprised to see that each establishment is different. Different architecture, decoration, catering and, of course, different surroundings depending on their location.

You will find Royal Inns in each of the Castilla y Leon regional provinces where you will not only find accommodation, but also a first class variety of tourist routes that include tours of the region's marvellous nature areas.

Below you will find information with regard to local tourist routes starting in the north of Castilla y Leon before continuing





Vistas desde la terraza de la Posada Real del Canal en Villanueva de San Mancio (Valladolid).
View from the terrace of the Canal Royal Inn in Villanueva de San Mancio (Valladolid).

sur de la Cordillera Cantábrica y las comarcas de Babia, la Montaña de León y Riaño, la Montaña Palentina y las Merindades de Burgos, pudiendo alojarse en lugares como El Rincón de Babia, Días de Luna, Santa María la Real, Torre Berrueza y El Prado Mayor.

En el entorno del lago de Sanabria, en Zamora, se puede disfrutar de las Posadas Reales de La Pascasia, La Cartería, Las Misas y La Yénsula, pudiendo conocer el lago de origen glaciar más grande de España y disfrutar de un viaje en barco por sus aguas.

En la provincia de Ávila, en el entorno de la Sierra de Gredos, podemos hacer una ruta para conocer este espacio natural y sus valores, optando para nuestro descanso por posadas como la Posada del Infante, El Linar del Zaire, La Casa de Arriba, la Posada de Esquiladores, Torre del Mayorazgo y la Quinta de San José. En su entorno se puede disfrutar de los bosques y valles y de castillos como el de Mombeltrán, donde se mezcla la nieve de las altas montañas y los frutales del sur de Gredos.

A lo largo del río Duero, que atraviesa cinco provincias de Castilla y León, se puede alojar en diversas Posadas Reales y conocer los diferentes paisajes y patrimonio, desde las tierras sorianas, a las campiñas de Valladolid y para terminar en los abruptos arribes creados por el río Duero

along the southern face of the Cantabrica mountain range and the Babia, Montaña de Leon y Riaño, Montaña Palentina and Merindades de Burgos areas. First class accommodation can be had at El Rincon de Babia, Dias de Luna, Santa Maria la Real, Torre Berrueza and El Prado Mayor.

If you are visiting the Sanabria Lake in Zamora, you will be able to choose from establishments such as La Pascasia, La Carteria, Las Misas and La Yensula while you enjoy the scenery of what is considered the biggest glacial lake in the Iberian Peninsula.

The Sierra de Gredos mountain area in the province of Avila offers you the possibility of visiting its beautiful nature park during your stay at royal inns such as the Posada del Infante, El Linar del Zaire, La Casa de Arriba, Posada de Esquiladores and Torre del Mayorazgo Quinta de San Jose. Here, you will find a landscape full of impressive forests and valleys dotted with the odd castle such as the Mombeltran Castle, snowy mountain peaks and fruit orchards.

Superb accommodation can also be found along the River Duero, famous for crossing five of Castilla y Leon's provinces. You will be able to enjoy beautiful scenery full of natural and cultural patrimony stretching from the province of Soria to the countryside of Valladolid before



► Patio de la Posada Real Los Cinco Linajes. Arévalo (Segovia).
Patio of the Los Cinco Linajes Royal Inn in Arevalo (Segovia).

en la frontera con Portugal: Los Templarios en Soria, Salaverri, Posada Ducal y Monasterio de Tórtoles de Esgueva en la provincia de Burgos, Fuente de la Aceña en la provincia de Valladolid, Mula de los Arribes en la provincia de Zamora y Quinta de la Concepción y Casa del Brasileiro en los Arribes del Duero de Salamanca, son algunas de las Posadas Reales en el entorno del Duero.

En la provincia de Salamanca se puede conocer desde las dehesas de encinas de la zona central a las montañas de la Sierra de Francia, Candelario y Béjar al sur, con alojamientos tan sugerentes como La Vádima, Palacio Carrascalino y Faenas Camperas en la zona de la dehesa y Ruralmusical, Casa de la Sal y Abadía de San Martín en las sierras sureñas.

Cada una de estas Posadas Reales reúne una serie de requisitos que harán de su estancia de turismo rural de Castilla y León una experiencia única. Todas están situadas en pueblos con valor histórico-monumental o en parajes naturales de gran belleza, y su arquitectura tradicional se integra perfectamente en su entorno. Han cuidado su decoración hasta el último detalle, ofreciendo a sus huéspedes calidad en las prestaciones, calidez en el trato, contacto directo con la naturaleza y estancia en un alojamiento con especial encanto y carácter.

reaching the rocky riverbanks of the River Duero located on the Spanish frontier with Portugal. The Los Templarios in Soria, Salaverri, Posada Ducal and Monastery of Tortoles de Esgueva in the province of Burgos, Fuente de la Aceña in the province of Valladolid, Mula de los Arribes in the province of Zamora and Quinta de la Concepción and Casa del Brasileiro in Arribes del Duero in Salamanca are just some of the royal inns you will find along the magnificent River Duero.

In the province of Salamanca, you will find landscapes that range from Holm oak groves in the central part of the province to the mountainous Sierra de Francia, Candelario and Bejar in the south. La Vadima, Palacio Carrascalino and Faenas Camperas in the pastureland area and Ruralmusical, Casa de la Sal and Abadía de San Martín in the southern mountain area.

The first class service offered by the Royal Inns of Castilla y León network will make your stay here a unique experience. The main part of the royal inn network is located in areas full of history with a wide variety of monumental patrimony or in nature areas of great beauty where the traditional architecture of the inns blends in perfectly with the surroundings. We invite you to enjoy the Royal Inns excellent services, magnificent decoration, friendly staff and beautiful nature spots as well as, of course, buildings full of charm and character.

MÁS INFORMACIÓN / FOR FURTHER INFORMATION:
WWW.TURISMOCASTILLAYLEON.COM/POSADASREALES

CENTRAL DE RESERVAS / RESERVATIONS:
WWW.CASTILLAYLEONESVIDA.COM



► POSADAS REALES

ROYAL INNS

ÁVILA

EL LINAR DEL ZAIRE

Tel.: 920 284 091 • www.ellinardelzaire.com

LA CASA DE ARRIBA

Tel.: 920 348 386 • www.casadearriba.com

POSADA DE ESQUILADORES

Tel.: 920 383 498 • www.esquiladores.com

TORRE DEL MAYORAZGO

Tel.: 920 230 081/619 226 530 • www.torremayorazgo.es

DEL INFANTE

Tel.: 920 371 890/619 035 301 • www.posadadelinfante.es

LOS CINCO LINAJES

Tel.: 920 302 570 • www.loscincolinajes.com

HOSTERÍA DEL MUDÉJAR

Tel.: 920 201 435/608 896 566 • www.hosteriadelmudejar.com

QUINTA SAN JOSÉ

Tel.: 918 665 519/639 120 014 • www.posadarealquintasanjose.com

BURGOS

TORRE BERRUEZA

Tel.: 947 143 822/661 651 532 • www.torreberrueza.es

LA POSADA DE SALAVERRI

Tel.: 947 561 031/679 417 508 • www.laposadadesalaverri.com

POSADA DUCAL

Tel.: 947 552 347 • www.laposadaducal.com

EL PRADO MAYOR

Tel.: 947 138 689/627 364 378 • www.pradomayor.com

MONASTERIO DE TÓRTOLES DE ESGUEVA

Tel.: 947 551 728/947 551 763 • www.posadamonasterio.es

LEÓN

CASA DE TEPA

Tel.: 987 603 296 • www.casadetepa.com

EL RINCÓN DE BABIA

Tel.: 987 488 292 • www.elrincondebabia.com

HOSTERÍA CAMINO

Tel.: 987 601 637/699 070 370 • www.hosteriacamino.com

DÍAS DE LUNA

Tel.: 987 597 767/685 891 527 • www.diasdeluna.com

LA LECHERÍA

Tel.: 987 635 073/665 814 463 • www.la-lecheria.com

TA TRONERA

Tel.: 616 182 619 • www.hotelrurallatroneradelbierzo.es

PALENCIA

POSADA SANTA MARÍA LA REAL

Tel.: 979 122 000/979 122 522 • www.alojamientosconhistoria.com

SALAMANCA

FAENAS CAMPERAS

Tel.: 699 426 076/646 115 912 • www.faenascamperas.com

CASA DE LA SAL

Tel.: 923 413 051/639 068 529 • www.casadelasal.com

QUINTA DE LA CONCEPCIÓN

Tel.: 923 513 070 • www.quintadelaconcepcion.es

LA VÁDIMA

Tel.: 923 570 230 • www.lavadima.com

PALACIO CARRASCALINO

Tel.: 923 088 949/680 803 254 • www.palaciocarrascalino.com

[continúa Salamanca]

ABADÍA DE SAN MARTÍN

Tel.: 923 437 350 • www.abadiadesanmartin.com

RURALMUSICAL

Tel.: 616441784/618 051 784 • www.ruralmusical.es

CASA DEL BRASILEIRO

Tel.: 923 082 989/693 617 468 • info@casabrasilero.com

SEGOVIA

POSADA MINGASEDA

Tel.: 921 506 902 • www.posadamingaseda.es

POSADA LAS VEGAS

Tel.: 921 127 008/620 761 150 • www.posadalasvegas.es

CASERÍO DE LOBONES

Tel.: 921 128 408/921 126 409 • www.lobones.com

PALACIO DE LOS CONDES

Tel.: 921 533 580/696 233 061 • www.palaciodeloscondes.es

SEÑORÍO DE LA SERREZUELA

Tel.: 921 063 020/679 292 919 • www.elseñoriodelaserrezuela.com

SORIA

CABAÑA REAL DE CARRETEROS

Tel.: 975 372 062 • www.posadacarreteros.com

POSADA DEL INDIANO

Tel.: 691 801 010/975 270 411 • www.posadadelindiano.es

LA VIEJA CHIMENEA

Tel.: 975 270 459 • www.laviejachimenea.com

REAL POSADA DE LA MESTA

Tel.: 975 378 531/662 354 988 • www.realposada.com

LOS TEMPLARIOS

Tel.: 975 363 528/649 656 313 • www.posadalostemplarios.com

VALLADOLID

LA POSADA DEL PINAR

Tel.: 686 484 201 • www.laposadadelpinar.com

FUENTE DE LA ACEÑA

Tel.: 983 680 910 • www.fuenteacena.com

LA POSADA DEL CANAL

Tel.: 983 700 705/610 521 204 • www.laposadadelcanal.com

CONCEJO HOSPEDERÍA

Tel.: 983 502 263 • www.concejohospederia.com

ZAMORA

EL MOLINO DE LOSACIO

Tel.: 980 596 011/692 363 748 • www.elmolinodelosacio.es

LA CARTERÍA

Tel.: 687 001 990/980 620 312 • www.lacarteria.com

LA PASCASIA

Tel.: 980 620 242/667 675 555 • www.lapascasia.com

POSADA LAS MISAS

Tel.: 980 620 358/639 665 066 • www.posadadelasmisas.com

LA YÉNSULA

Tel.: 980 620 287 • www.layensula.es

EL PALOMAR

Tel.: 980 655 063 • www.posadaelpalomar.com

LOS CONDESTABLES

Tel.: 980 660 939/669 970 330 • www.posadaloscondestables.com

LA MULA DE LOS ARRIBES

Tel.: 980 618 079/699 970 108 • www.concejohospederia.com

SENDA LOS FRAILES

Tel.: 980 664 653 • www.restaurantelera.com



CAPITANA DE LA SELECCIÓN ESPAÑOLA
DE NATACIÓN SINCRONIZADA

CAPTAIN OF THE SPANISH
SYNCHRONISED SWIMMING TEAM

Ona Carbonell

Una sirena de diseño A designer mermaid

Fotografías / Photographs: © Art Mondain.

Su atractivo físico no desmerece en absoluto al resto de sus cualidades: fortaleza, disciplina, dedicación, esfuerzo. Desde que el año pasado tomó el relevo en la capitania del equipo español de natación sincronizada su camino ha sido duro, entrenando más de ocho horas diarias, pero ha valido la pena. Con tan solo 23 años ha conseguido lo que nadie ha hecho en unos campeonatos mundiales, lograr siete medallas. De ellas tres fueron de plata y cuatro de bronce. Su vida fuera del agua quiere que sea lo más normal posible, al margen de la burbuja del deportista de élite. Por esto, y por su pasión por la moda, estudia diseño en Barcelona, su ciudad natal.

Despite her good looks, her other qualities also stand out: strength, discipline, dedication, effort. The path she has taken since she took over captaincy of the Spanish synchronised swimming team last year, has been anything but easy, training over eight hours per day, but it has been worth it. At just 23 years old she has achieved what nobody else has in a world championship – seven medals. Three were silver and four bronze. She wants her life out of the water to be as normal as possible, outside the bubble of elite sportspeople. That is why, and because of her passion for fashion, she is studying fashion design in Barcelona, her hometown.

El pasado mundial de Barcelona logró con el equipo español alcanzar siete medallas, tres de plata y cuatro de bronce, una de ellas suya en la modalidad en la que se estrenaba, 'solo libre', ¿qué ha supuesto para usted ese resultado?

Es la primera vez que una mujer en la historia del deporte consigue siete medallas en un mundial. Es una gran recompensa a mi esfuerzo. Era un año difícil, de muchos cambios, además teníamos la presión añadida de que la competición se celebraba en casa. Finalmente supe crecerme y aprovecharlo. Ha sido un gran inicio para mí como solista.

¿Se ha consolidado un cambio generacional en la natación sincronizada española?

Después de este gran mundial seguimos trabajando para afianzar la transición, de momento vamos viento en popa.

El próximo mes de agosto se celebra en Berlín el Campeonato de Europa de Natación, ¿qué objetivo se ha marcado?

Estamos introduciendo algunos elementos nuevos en las coreografías. El objetivo en el solo (libre y técnico) es acercarme a las rusas, que son nuestras principales rivales.

At the last world championship in Barcelona she won seven medals with the Spanish team – three silver and four bronze, one of them hers in the discipline she was training for "free solo", what has this result meant for you? It is the first time in the history of sport that a woman has won seven medals at a world championship. It is a wonderful reward for all my effort. It was a hard year, with many changes, apart from having the added pressure of competing at home. I eventually rose to the occasion and took advantage of it. It was a great start for me as a soloist.

Have you consolidated a generation change in Spanish synchronised swimming?

On the back of the world championship we have continued working to consolidate the transition, at the moment everything is going well.

Next August the European Swimming Championship will be held in Berlin. What objectives have you set?

We are introducing some new elements in our choreography. The objective as a soloist (free and technical) is to try and catch up to the Russians, since they are our main rivals.



Una de las consecuencias de entrenar más de siete horas diarias bajo el agua es el frío que sufren las nadadoras. Ona confiesa que la sensación de frío es lo que más trabajo le cuesta superar.

One of the consequences of training more than seven hours a day in the water is the cold suffered by swimmers. Ona admits that feeling cold is the hardest thing she has to overcome.



¿Cómo se consigue una sincronización tan perfecta con las compañeras?

Entrenando muchísimas horas con biomecánicos, apurando mucho la técnica, trabajando mucho para realizar los movimientos con el mismo ángulo... El objetivo final es que pese a que haya muchas piernas en movimiento se vean como una sola. Eso se consigue únicamente con muchas horas de entrenamiento y una alta intensidad.

¿Es un deporte tan duro como se dice?

La verdad es que sí pero en comparación con otros no lo sé porque yo sólo he competido en este (risas). La sincro es un deporte que requiere muchas horas de agua; eso es muy duro, al final es tu única vida. Eso sí, para mí tiene algo muy bonito y es que un 50 por ciento de la puntuación es artística lo que te permite explotar esa faceta tan personal.

¿Cuántas horas se suele entrenar en un día normal?

Partimos de unas siete u ocho horas en el agua y dos fuera del agua, en el gimnasio, en danza, etcétera.

Una de sus pasiones es la moda, tanto que estudia diseño en la Escuela Superior de Diseño de Barcelona, ¿cómo se compagina el estudio con la natación?

Es difícil pero siempre he tenido muy claro que quería tener algo fuera de la sincro. Además, tener un estudio universitario sirve para culturizarte y salir de la burbuja del deporte, eso mentalmente es muy importante. Personalmente tengo la suerte de haber podido combinar mis dos pasiones: el año pasado junto con unos compañeros de la escuela diseñamos los bañadores que utilizamos en el mundial en las modalidades de solo técnico, el solo artístico y el combo.

Le gusta mucho viajar, ¿qué sitio le ha marcado más de todos los que ha visitado?

De momento la India. Después de la olimpiada nos dieron dos meses de vacaciones, algo que nunca había podido tener porque no nos suelen dar muchas vacaciones. Nos fuimos mi chico y yo con la mochila a cuestas en un viaje de dos meses a Nepal, India y Sri Lanka. Fue una aventura que me marcó mucho. Además hace ocho años que tengo una niña apadrinada allí, a través de la Fundación San Vicente Ferrer. Siempre había sido mi sueño poder ir de voluntaria, ayudar y además conocerla. Fue un sueño cumplido.

Vuela frecuentemente con Iberia Regional AIR NOSTRUM, ¿qué aspectos destacaría de la compañía?

Es una compañía que se me hace familiar porque desde bien pequeña he viajado con ella. El trato es muy bueno. Además, en nuestros viajes, que suelen ser por trabajo, lo que queremos es descansar. Se agradece mucho el trato y que siempre estén dispuestos a facilitarnos todas las comodidades

How do you achieve such perfect synchronisation with your team mates?

By training lots and lots of hours with biomechanics, fine tuning our technique, working hard to execute our movements with the same angle... The final objective is that although there are lots of legs in movement, they have to be seen as one. We can only achieve that by hours and hours of hard, intense training.

Is the sport as hard as people say?

The truth is that it is, but I can't really compare it to others because I've only competed in this sport (laughs). Synchro is a sport that requires lots of hours in the water; that's very hard and in the end it's your only life. But there is another side to it which is nice – 50 percent of your score is artistic which means you can exploit that more personal side of you.

How many hours do you usually spend training on a normal day?

We do around seven or eight hours in the water and two out of the water, in the gym, dancing, etc.

One of your passions is fashion, so much so that you are studying fashion design at the Higher School of Design in Barcelona. How do you manage to tie your studies in with your swimming?

It's not easy, but I have always been certain that I wanted something else outside of Synchro. What's

more, having a university education helps with your culture and to get away from the sports bubble, which is very important, mentally. Personally I am lucky enough to be able to combine my two passions: last year, my colleagues at the design school and I, designed the swimming costumes that we used at the world championship in the technical solo, free solo and combo routines.

You like travelling. Of all the places you have visited, which one has made the most impression on you?

At present, India. After the Olympics we had two months holiday, which I had never had before because we don't usually get much holiday time. My boyfriend and I went backpacking on a two-month trip to Nepal, India and Sri Lanka. It was an adventure that left a big impression on me. I also fostered a girl there eight years ago, through the San Vicente Ferrer Foundation. I had always dreamt about going there to do some voluntary work, helping out and actually meeting her. It was a dream come true.

You often fly with Iberia Regional AIR NOSTRUM. What aspects about the company would you highlight?

It is a company I am familiar with, because ever since I was a young girl I have travelled with this company. We are treated very well. Furthermore, when we travel, which is normally because of our work, what we want is to rest. We are grateful for the treatment and the company is always prepared to make us comfortable.



Diferente cuerpo. Mismo corazón.



FORD FOCUS

> Motor EcoBoost™ Ford

La sensación de conducir un Fórmula Ford.

Estos dos coches tienen mucho en común: el motor EcoBoost 1.0L. Un motor gasolina de tres cilindros de inyección directa, distribución variable y turbocompresor. Capaz de batir a superdeportivos en el circuito de Nürburgring consumiendo tan sólo 5,1 litros a los 100 km.

Motor EcoBoost. La potencia de un gasolina y la eficiencia de un diésel.

Descubre más en ford.es

Por **12.990€**



Gama Ford Focus EcoBoost consumo medio combinado de 4,7 a 7,2 l/100 km.
Emisiones de CO₂ de 109 a 160 g/km.

Motor EcoBoost mejora hasta un 20% los consumos frente a un motor convencional. Focus Trend 1.0 EcoBoost Auto-Start-Stop 100CV (74kw) 5P con paq. Int. y paq. style. La oferta incluye IVA, I.M., transp., dto. promocional, Aport. Concesión y dto. por financiar con FCE Bank plc S.E. a través de su campaña "Vente a Ford Credit", permanencia mínima 24 meses. Sujeto a la aportación del Plan PIVE del Gobierno. Válido en Pen. y Bal. hasta fin de mes. No compatible con otros dtos. El modelo visionado podría no coincidir con el ofertado.



Go Further



Tánger, lienzo, celuloide y tinta

La ciudad africana ha visto recompensada su hospitalidad y su carácter inspirador con su presencia en la obra de pintores, cineastas y escritores.

► Terraza con arcos abierta a la ciudad.
View of the city from an arched terrace.





Tangier, canvas, celluloid and ink

The hospitable nature of the exotic North African city of Tangier has, over the decades, inspired the artistic works of a large number of artists, film makers and writers.

Traducción / Translation: Jane Singleton.





The history of a city is created by the everyday life of its inhabitants although, on occasions, it can be the foreign residents that turn it into a legend. This is the case of the beautiful city of Tangier which has been featured in dozens of films, coloured hundreds of canvases and filled thousands of blank pages with ink.

Numerous painters, writers, film makers, dramatists, composers, singers, poets, photographers, actors and designers have fallen in love with this magical city, some making it their home, others simply featuring it in their works.

Tangier, crossroads between oceans and continents, has received over the decades numerous influences responsible for its peculiar personality. This singular combination of cultural history has left its mark on the streets and town squares where visitors will find abundant proof of this cosmopolitan legacy.

Located on the North African coast where the Mediterranean Sea meets the Atlantic Ocean, Tangier has

acted as a commercial port since it was discovered by the Phoenicians and Carthaginians, an area coveted by ambitious rulers. Its lands have been visited by the Umayyads, Almohad and Almoravids. It has also had dealings with the great European empires thanks to its 15th century Portuguese colonials and 17th century British presence until it was recovered by the Alawite dynasty in 1684.

Although, Tangier had already earned a place in the history books prior to the times of the Romans, it was not until the end of the 19th century and beginning of the 20th century that it lived its golden age. The installation of diplomatic missions and growing European commerce along with the open and friendly spirit of the city were responsible for the special statute granted in 1906 by the Algeciras Conference. The city became an international free zone in 1925.

It was, during the Second World War, a refuge for foreigners trying to escape the brutality of war. During this period Tangier took on a similar role to Casablanca in the film of the same name by becoming a favourite spot for fugitives, deserters and spies.

With these kinds of credentials, it can come as no surprise that certain North American Beat Generation writers chose Tangier to elaborate their counter-cultural works. They followed the famous foreign artists who had been making their way here since the 19th century, impregnating themselves with the city's atmosphere of freedom and tolerance, filling their works with exoticism.

► Puerto de Tánger. / The Port of Tangier.

La historia de una ciudad la hacen sus habitantes con su vivencia cotidiana en las calles pero en ocasiones son sus visitantes los que consolidan su leyenda. La de Tánger se ha proyectado en decenas de películas, ha coloreado cientos de lienzos y ha llenado de tinta miles de páginas.

Pintores, novelistas, cineastas, dramaturgos, compositores, cantantes, poetas, fotógrafos, actores y diseñadores han sentido la seducción de una localidad inspiradora que les fascinó hasta el punto de que fue un lugar donde quedarse a vivir para algunos pero además se quedó en la obra de todos ellos.

Esta ciudad, encrucijada de mares y continentes, en virtud de su ubicación geográfica y de su devenir histórico, ha acogido influencias muy dispares que han conformado una peculiar personalidad. Esta singular amalgama de aportaciones ha cuajado en una colorista miscelánea de culturas que ha dejado marcas en sus calles y plazas y que le permite lucir el marchamo de legado cosmopolita.

Bañada por el Atlántico y asomada al Mediterráneo, Tánger fue puerto comercial desde tiempos de fenicios y cartagineses y codiciada plaza de las potencias hegemónicas de cada época. Su tierra fue hollada por omeyas, almohades o almorávides. Las ambiciones coloniales de portugueses en el siglo XV e inglesas en el XVII la



vincularon a los grandes imperios europeos hasta que la dinastía alauita la recuperó para los africanos en 1684.

Si ya tenía un lugar en la historia desde antes de los romanos, será a finales del siglo XIX y principios del XX cuando brille más su leyenda. La agitación que supone la presencia de las misiones diplomáticas y comerciales europeas no hace sino divulgar la esencia abierta y el espíritu libre que caracterizará la ciudad. En 1906 la Conferencia de Algeciras le confiere un estatuto espacial y en 1925 queda como zona franca internacional.

Cuando estalla la segunda guerra mundial la ciudad se convierte en refugio de quienes huían de la brutalidad en Europa. Al margen de las operaciones bélicas pero a la vanguardia de la diplomacia, Tánger se convierte, como la Casablanca cinematográfica, en un rincón donde se cruzan fugitivos, prófugos y espías.

Con esas credenciales no podía extrañar que los escritores americanos de la generación *beat* la eligieran para conectar sus intensas y turbias vivencias con sus contraculturales obras. Toman relevo así de los muchos artistas que desde el siglo XIX habían visitado la ciudad para impregnarse de su aire de libertad y tolerancia y trasladar a sus creaciones la luz y exotismo de sus calles.

Una de las personas que ayudó más a forjar la leyenda de la ciudad fue Eugene Delacroix, que llegó como agregado de la embajada francesa y marchó decidido a que su experiencia plasmada en una colección de dibujos y pinturas sirviera de acicate para animar a los europeos a viajar a una localidad que se presentaba como muy exótica pero que está a sólo 14 kilómetros del Viejo Continente.

La realidad actual de Tánger va mucho más allá de la nostalgia del orientalismo con la que la retrataron, pero la ciudad conserva todavía muchas evocaciones palpando en su interior. El Museo de la Legación Americana da testimonio de la presencia de esos artistas, con especial atención a Paul Bowles.

En lo alto de una acusada pendiente encontramos con aire hispanoárabe el Hotel el Muniria. Lugar de peregrinación de la generación *beat*, allí se alojaron los escritores americanos Allen Ginsberg, Jean-Louis Kerouac y William Burroughs, del que se dice que escribió en una de sus habitaciones la descarnada "El almuerzo desnudo". En los bajos del hotel, la taberna Tánger Inn muestra en sus paredes el testimonio de novelistas y poetas que bebieron en sus mesas.

Otro hotel, el Continental conserva sillones que acogieron a Djuna Barnes, Jacinto Benavente y Antonio Gaudí. Sus vistas al puerto compiten con sus salones moriscos.

El edificio del antiguo Hotel Villa de Francia merece la pena ser visitado, aunque sólo sea porque en sus habitaciones vivió durante meses Matisse, enamorado de la luz tangerina, como hizo 36 años después Tennessee Williams en las estancias de El Rembrant.

En el Zoco Chico, el Hotel Fuentes permitía al compositor Camille Saint Saëns distraerse con el bullicio de esa



▶ PLATÓ CALLEJERO

Escenario real de personajes ficticios nacidos de la imaginación de los novelistas que la han visitado, la ciudad ha servido también como plató cinematográfico en numerosas películas.

Su aire exótico la hacía perfecta para cintas de aventuras y de cine negro como "Aquel hombre de Tánger", de Robert Elwyn; "Los misterios de Tánger", de Lew Landers; "Tánger", de George Waggnner; o "Encrucijada mortal", de Laurence Harvey. También el cine español aprovechó en los años cuarenta su conexión lingüística y produjo "A mí la legión", de Juan de Orduño. "El viento y el león", de John Milius, trajo a sus playas a Sean Connery y, más recientemente, el director Paul Greengrass hizo que Matt Damon saltara de ventana en ventana en una trepidante escena de "El ultimátum de Bourne".

Pero sin duda, la película que más se ha asociado con Tánger ha sido "El cielo protector", de Bernardo Bertolucci, basada en la obra de uno de los más insignes vecinos, Paul Bowles, empedernido nómada que decidió que, de cuanto había visitado, Tánger era su lugar bajo el sol.

▶ REAL LIFE FILM SET

A real life stage of fictitious personalities, fruit of the imagination of famous writers, Tangier has also been used as a backdrop for a wide variety of films.

Its exotic atmosphere was considered ideal for both adventure and film noir productions such as "The Man from Tangier" by Robert Elwyn; "Los misterios de Tanger" by Lew Landers; "Tangier" by George Waggnner and "The Ceremony" by Laurence Harvey. The Spanish cinema industry was also present here during the 40s from the production of films such as "A mi la legion" by Juan de Orduño and "El viento y el leon" by John Milius, responsible for bringing Sean Connery to its shores. More recently, it was the film director, Paul Greengrass, who convinced Matt Damon to jump from window to window in one of the frenetic scenes from "The Bourne Ultimatum".

However, the most famous film about Tangier is, without a doubt, "The Sheltering Sky" by Bernardo Bertolucci, based on the work of one of the city's most famous residents, Paul Bowles, inveterate nomad who decided that, out of all the places he had visited in his life, Tangier was his favourite place under the sun.





Fachada del consulado de Francia.
The façade of the French Consulate.

suerte de Puerta de Sol marroquí, como lo definía Pío Baroja.

Pero el paseo literario debe tener también parada en los cafés repartidos por todo el casco antiguo y que mantienen, en muchos casos, el mismo aire que se encontraron Truman Capote, Luchino Visconti, Margerite Yourcenar, Juan Goytisolo o Mariano Fortuny.

Así podemos visitar el Café Colón, en el que se rodaron escenas de "El cielo protector"; el Café de París, frecuentado por Gore Vidal, François Sagan, Samuel Beckett, Jean Genet y Paul Morand; o el Café Hafa, al que acudían Mick Jagger, Jane Bowles o el español Ángel Vázquez, autor de un excepcional retrato de Tánger en "La vida perra de Juanita Narboni".

La ciudad aprovecha la tradición literaria para hacer rutas por lugares en donde dejaron huella sus más ilustres visitantes, así como los escenarios que aparecen en sus obras. Curiosamente, en los últimos meses se ha extendido entre los turistas españoles el interés por visitar las localizaciones de la novela de María Dueñas "El tiempo entre costuras", ambientada en los años del estatuto internacional. El encanto literario de Tánger sigue fascinando.





Torre de iglesia. / Church tower. ◀

One of its most famous foreign residents was Eugene Delacroix who arrived here as an aggregate to the French Embassy and who on his departure manifested his experience with a collection of drawings and paintings hoping to encourage Europeans to visit this colourful and mysterious North African city located just 14 kilometres from the European continent.

The present-day city of Tangier conserves numerous memories of its fascinating past as visitors will be able to see. These include the American Legation Museum which commemorates the historic cultural and diplomatic relations between the United States and the Kingdom of Morocco with special emphasis being placed on foreign residents such as Paul Bowles.

Tangier is home of a number of famous hotels such as the Hotel el Muniria situated on a steep hill, once a place of pilgrimage for members of the Beat Generation. Guests included North American writers such as Allen Ginsberg, Jean-Louis Kerouac and William Burroughs who is said to have written his famous book, "Naked Lunch", in one of the hotel's rooms. The walls of its legendary late-night bar, the Tanger Inn, provide information with regard to the writers and poets that once drank here.

Another hotel worth mentioning is the Continental which has managed to conserve the chairs used by personalities such as Djuna Barnes, Jacinto Benavente and Antonio Gaudi. The hotel's magnificent panoramic views of the port compete with its impressive Moorish style halls.

Visitors can also visit the closed and crumbling Grand Hotel Villa de France where the French painter Henri Matisse fell in love with Tangier's light as did Tennessee Williams 36 years later while staying at the famous Rembrandt Hotel.

Finally, the Fuentes Hotel provided Camille Saint Saens, the composer, with all kinds of bustling entertainment thanks to its location on the Zoco Chico, described by Pio Baroja as the Moroccan "Puerta del Sol".

Tangier's bustling cafes have also played an important role in the lives of its foreign literary artists. Frequented by personalities such as Truman Capote, Luchino Visconti, Margerite Yourcenar, Juan Goytisolo and Mariano Fortuny, a number of these can be found in the city's Old Quarter.

Cafes such as the Café Colon, used as a setting for "The Sheltered Sky"; the Café de Paris visited by Gore Vidal, François Sagan, Samuel Beckett, Jean Genet and Paul Morand and, finally, the Café Hafa where Mick Jagger, Jane Bowles and Angel Vazquez, author of the famous book, "La vida perra de Juanita Narboni" used to hang out.

The city's tourist office offers all kinds of information on its famous residents, providing tours of the areas mentioned in their works. Curiously, over the past months there has been an increase in the number of Spanish tourists thanks to the novel, "El tiempo entre costuras" by Maria Dueñas, which takes place during the years Tangier was international zone. It seems the literary charm of Tangier has not lost its fascination.

Viviendo juntos

Miles de años conviviendo aves y personas en el corazón de España

Texto / Text: Martin Kelsey.

Un atardecer a principios de verano, mientras subo una calle estrecha de mi pueblo adoptivo, Trujillo. El sonido de los niños jugando cerca encaja casi a la perfección con este ambiente donde el tiempo no parece pasar, y donde los cambios no parecen llegar, aquí en la profunda Extremadura de la España rural. Mis pensamientos se ven interrumpidos por una bandada de vencejos, quizá unos treinta, que suben piando por el callejón a una velocidad vertiginosa, con sus giros repentinos y verticales para pasar rozando los tejados antes de volver a bajar hasta casi rozar la calle. Me asombra su temeroso vuelo.

Living together

A thousand years of birds and people in the heart of Spain

Late afternoon in early summer and I am ascending a narrow street in my adopted home town Trujillo. The sound of children playing nearby fits in perfectly with this timeless ambience, unchanging here in Extremadura, deep in rural Spain. My musing is abruptly distracted as a tight pack of swifts, perhaps thirty of so birds, come screaming down the alley at an almost unbelievable speed, pitching to turn up above the rooftops and then back down again almost to the pavement. I marvel at their boisterous recklessness.



Buitre negro / Black Vulture.
© John Hawkins.

Trujillo les concede un hábitat perfecto. Las antiguas casas, palacios e iglesias les proporcionan una amplia selección de lugares donde construir sus nidos. Con precisión y habilidad, pasan por lo que parecen ser unas entradas diminutas, apenas más que unas grietas entre las piedras, sin perceptiblemente frenar durante el vuelo, sino simplemente plegando las largas alas en forma de hoz en el último momento.

Entonces llego a la Plaza Mayor, una de las más bellas de España, con dos palacios imponentes del siglo XVI, el de los Duques de San Carlos y el del Conquistador, uno enfrente del otro, ambos con sus característicos balcones en las esquinas. En los cuatro lados de la plaza, en los tejados, en el marco del reloj de la iglesia, en las torres de los palacios fortificados, incluso en los contrafuertes inclinados, se ven los grandes y aparatosos nidos de las cigüeñas. Las cigüeñas blancas son tan características de la plaza de Trujillo que las tiendas de recuerdos para los visitantes venden camisetas, productos cerámicos, peluches e incluso imanes para las neveras con la imagen de estas aves. Me encanta la forma en que vigilan, inmóviles, por encima de la actividad humana, con aires de superioridad, observando la escena de la calle.

En el Domingo Santo, cuando la Plaza Mayor está repleta de festeros vestidos de indumentaria tradicional celebrando el conocido Chiviri, no les hacen el más mínimo caso. Únicamente cuando se acerca su pareja mueve la cabeza hacia arriba y abajo en su ceremonia de saludo, haciendo con el pico el típico sonido de “clac, clac”, tal vez el origen de las castañuelas.

Planeando en sus sobrevuelos por encima de la gente, mientras se van llenando los bares, están los cernícalos primillas. Estos pequeños halcones pasan los inviernos en el oeste de África y vuelven a España en tan solo cuatro o cinco días, los primeros a finales de febrero. La población de estas aves alcanza unas 120 parejas, y es de las más importantes de España, convirtiendo así a Trujillo en una de las únicas Zonas Especiales para la Protección de Aves (ZEPAS) urbanas del país, así designado por la Unión Europea. Construyen sus nidos casi exclusivamente en los edificios antiguos, sobre todo debajo de las tejas sueltas de los tejados. Hay parejas en la zona de la plaza, pero el mejor lugar donde observarlos es la plaza de toros, en las afueras de la ciudad, donde hay casi una treintena de parejas.

Accedo a la parte medieval de la ciudad por una puerta para encontrarme con unos palacios que se construyeron años atrás, financiados a base de los beneficios que daba el negocio de la lana, con sus torres fortificadas para protegerse de los vecinos, ya que en aquella época abundaban las contiendas sanguinarias. Desde aquí contemplo los nidos de las cigüeñas alrededor de la plaza, haciéndome una idea un poco más al detalle de sus vidas, además apreciando mejor la vista que tienen ellas de los humanos.

El camino me lleva hasta el edificio más antiguo de Trujillo, la enorme fortaleza árabe, la Alcazaba, que se remonta al siglo IX. No hay nada que prepare a uno para las vistas de este lugar tan privilegiado. Trujillo está construido sobre un batolito de granito. La Alcazaba se ubica en el punto más alto de la ciudad. Desde aquí puedo observar, al igual que han hecho las generaciones pasadas durante siglos, un paisaje



Cigüeñas blancas. / White Storks. © Martin Kelsey

Trujillo provides them with a perfect habitat. The old houses, palaces and churches offer plenty of choice of nest site for the birds. With precision and deftness they enter what appear to be tiny entrances, barely cracks between stones, hardly slowing down in flight, just closing their long scythe-shaped wings at the last minute.

I reach the *Plaza Mayor*, one of Spain's finest, with the two imposing 16th century palaces, that of the Dukes of San Carlos and of the Conquistador, at opposite sides, both with distinctive corner balconies. On all sides of the square, on rooftops, around the church clock, on the towers of the fortified palaces, even the sloping sides of buttresses, the large and bulky stick nests of storks are visible. White Storks are so synonymous with the square of Trujillo that the tourist shops have t-shirts, ceramics, soft toys and even fridge magnets of the bird. I love the way they stand, motionless, high above the human activities, almost aloof, surveying the scene below. On Easter Sunday, when the Plaza Mayor is filled with thousands of revellers in traditional dress celebrating the famous *chiviri* festival, the storks remain, carrying on their parental duties, without so much as a sideways glance. Only when its mate approaches will the silent bird toss its head upwards and down in a greeting ceremony, the bill making a loud clacking sound, the origin perhaps of the castanet.

Gliding and hovering above the people as the pavement cafes start to fill are the exquisite Lesser Kestrels. This small falcon spends the winter in West Africa and after a journey of just four or five days to cover the whole distance back to Spain, the first are back in Trujillo by late February. The breeding population of about 120 pairs in the town is one of the largest in Spain, making Trujillo one of the very few urban Special Protection Areas for birds, as designated by the European Union. They depend almost entirely on old buildings for their nesting sites, especially underneath loose pan-tiles on the roofs. There are pairs around the square, but the best place of all to watch them is at the Bull Ring, on the outskirts of the town where almost 30 pairs nest.

I enter a gateway into the early medieval part of the town, where palaces built on the back of wealth from wool had fortified towers, as a defence against the neighbours: this was a period of bloody feuds. From here I can look down onto the storks' nests around the square, getting a more

que poco ha cambiado con el tiempo. En el primer plano, el berrocal donde hay peñas de granito castigadas por las inclemencias del tiempo. Más allá de las extensas dehesas, el paisaje característico de Extremadura, con sus bosques de encinas que producen bellotas para alimentar a los cerdos ibéricos, fuente de los mejores jamones del mundo. Hay llanuras de cultivo mezclado y ganadería, donde, gracias a su bajo impacto medioambiental, podemos encontrar aves como la magnífica avutarda común y el sisón común, y otras como el críalo europeo, y todo ello alrededor de Trujillo.

En el cielo planean los buitres leonados o los buitres negros. Sus anchas alas los sostienen gracias a las corrientes de aire que les permiten recorrer enormes distancias todo los días apenas dando un par de aleteos.

El motivo por el que Extremadura ofrece lo mejor de Europa para los ornitólogos es evidente. Un rico paisaje de diversos hábitats, aunque formados por el hombre, pero de tal manera que las aves y otra fauna han sabido adaptarse e incluso prosperar. Y Trujillo, que ya se ha convertido en un campo base para muchos ornitólogos, lo encarna mejor que cualquier otro lugar, donde las aves conviven con las personas desde hace miles de años, utilizando los mismos edificios para construir sus nidos. Es una relación de simbiosis, ya que las personas hemos creado las estructuras que utilizan las aves y las aves son la pieza central de nuestra definición de Trujillo.

intimate glimpse of their lives as well as a stork's eye-view of my fellow human beings. The path takes me up to the oldest surviving building in Trujillo, the massive Moorish fortress, the *Alcazaba*, dating back to the 9th Century. Nothing quite prepares one for the view from this vantage point. Trujillo stands on a granite batholith, with the *Alcazaba* at its highest point. From here I can survey, as people have for centuries, a landscape that has changed very little over that time. In the foreground, the rounded weathered granite outcrops of the *berrocal*. Beyond that the expanse of the *dehesas*, the characteristic wood pasture of Extremadura, where the acorns from the holm oak trees feed the Iberian pigs, source of the finest cured hams in the world. There are the open plains of mixed farming, where thanks to still largely low impact farming, one can find birds such as the magnificent Great Bustard and Little Bustards, and others like Great Spotted Cuckoos, all within view of Trujillo. Above me drift Griffon and Black Vultures, their broad wings following the fluidity of the air currents and thermals, covering huge distances everyday with barely a flap.

The reason why Extremadura offers the best of birding in Europe is obvious to see. A landscape of rich and diverse habitats, shaped by human hand indeed, but in a way that birds and other wildlife have largely adapted to and in many cases thrived in. And Trujillo, which has become the most popular place for birdwatchers to use as a base, epitomises this more than anywhere else, where for over a thousand years, birds have been living together with people, using the very buildings as their preferred nesting places. It is, I like to think, a symbiotic relationship, for as people have created the structures used by birds, so the birds are central to our very definition of Trujillo.



Plaza Mayor de Trujillo.
Main square of Trujillo.
© Raymond de Smet.

▶ TRUJILLO www.trujillo.es

Trujillo se encuentra a 250 kilómetros de Madrid, en el corazón de Extremadura. Es uno de los mejores lugares para la observación de aves.

Existen varios sitios donde alojarse, cerca de Trujillo, que se han adaptado para acomodar a los que practican esta afición, como Casa Rural El Recuerdo, véase también www.birdinginextremadura.com para un listado de servicios especializados para miembros del 'Club de Producto Birding in Extremadura'.

Trujillo is 250 kilometres from Madrid in the heart of Extremadura. It is one the best centres for birdwatching, especially in spring and winter.

There are several places to stay close to Trujillo, which cater especially for birdwatchers, such as Casa Rural El Recuerdo, see also www.birdinginextremadura.com for lists of specialist services which are members of the Birding in Extremadura Club.

CASA RURAL EL RECUERDO:

www.casaruralelrecuerdo.com

MARTIN KELSEY'S BLOG:

www.birdinginextremadura.blogspot.com



DE AIGUA VALÈNCIA

The natural ORANGE COCKTAIL

Valencia, on the shores of the mediterranean, produces the very best varieties of orange.

That is why this cocktail, based on natural orange juice, was born here long ago, and given the name of AIGUA DE VALENCIA.

Cherubino Valsangiacomo selects the wines and best VALENCIAN ORANGES to prepare this fruity, smooth cocktail, with its fine bubbles and low strength.

AIGUA DE VALENCIA, served ice cold, is thus the ideal drink, for parties, after-dinner conversations, celebrations and toast on those special occasions.



1831
CHERUBINO
VALSANGIACOMO
BODEGA

WWW.CHERUBINO.ES



Hyundai i10

Movilidad urbana

Urban mobility

Texto / Text: Manuel Muñoz.

Conceptos como la búsqueda de la eficiencia y la polivalencia de uso se han consolidado con fuerza durante los últimos años en el sector del automóvil. Unos parámetros que han afectado a la totalidad de segmentos, con nuevas alternativas de movilidad. Éste es el caso del nuevo Hyundai i10. El escalón de acceso a la gama coreana se presenta en una generación totalmente actualizada que muestra de manera clara cómo ha evolucionado el sector de los pequeños utilitarios de corte urbano. Y es que el i10 se aleja mucho del planteamiento original de los primeros Hyundai Atos o incluso de su más inmediato antecesor. Algo que se deja ver claramente en las nuevas proporciones de su carrocería de cinco puertas, ahora más larga (3,67 metros) y ancha (1,66 metros), y a su vez ligeramente más baja (1,50 metros). Todo ello conduce a un resultado visual claramente más deportivo, circunstancia a la que también contribuye de manera directa la adopción de los códigos estéticos característicos de Hyundai.

Entre ellos destacan la característica parrilla hexagonal así como los modernos grupos ópticos, en los que no podía faltar la ya imprescindible iluminación diurna con tecnología led. En el interior, la ganancia de espacio también es evidente, especialmente en las plazas delanteras. Asimismo, la polivalencia del habitáculo ha ganado varios enteros gracias a los nuevos y más amplios huecos portaobjetos disponibles y a la mayor capacidad de su maletero; los 252 litros iniciales se

Concepts such as the search for efficiency and polyvalent use have become strongly consolidated over the last few years in the automobile industry, whilst these parameters have affected all market segments, leading to new mobility alternatives. This is the case of the new Hyundai i10. The first step in the Korean range is now presented with a completely updated generation, clearly showing how the sector of small run around urban cars has evolved. The i10 is a far cry from the original approach of the first Hyundai Atos or even its immediate ancestor. This is obvious in the new proportions of the five-door bodywork, now much longer (3.67 metres) and wider (1.66 metres) whilst being slightly lower (1.50 metres). All this leads to clearly more sporty aesthetics, which is also backed by the rather direct manner of the aesthetic codes characteristic of Hyundai. Among these are the hexagonal grill and the modern light clusters, where the now indispensable LED technology daylighters have not been left out. Inside the car, the space gain is evident, particularly in the front seats. Likewise, the polyvalence of the passenger space has been notched up thanks to the new and larger storage spaces that are available and the larger boot capacity; ranging from the standard 252 litres to 1,046 litres, if the backrests of the rear seats are folded down completely, which are split and can be folded down separately.



pueden ampliar hasta los 1.046, si se abaten por completo los respaldos de los asientos traseros, los cuales se pueden plegar por partes.

El catálogo del i10 está estructurado en torno a las terminaciones Essence, Tecno y Style. Unos niveles de acabado cuyo equipamiento ha mejorado notablemente ofreciendo detalles tanto de serie como opcionales, inéditos en este segmento de mercado. Desde los modelos de acceso a la gama se cuenta con un generoso número de especificaciones de serie, como el cierre centralizado, ordenador de a bordo, alumbrado diurno y un completo equipamiento de seguridad activa y pasiva. Además, cada uno de estos niveles de acabado dispone de su respectiva versión Plus, con una reforzada dotación inicial.

DESTACA LA CARACTERÍSTICA PARRILLA HEXAGONAL ASÍ COMO LOS MODERNOS GRUPOS ÓPTICOS

The i10 catalogue is structured around the Essence, Tecno and Style finishes. The levels of finish in the equipment have improved notably, affording details in standard finishes and optional extras previously unknown in this market segment. From the basic models in the range there is a generous amount of standard equipment, such as central locking, on-board computer, day lights and a complete package of active and passive safety equipment. Furthermore, each of these models are available in a "Plus" version, with extra standard equipment.



En lo que a la oferta inicial de motorizaciones se refiere, el i10 recurre a dos unidades de gasolina. El primero de ellos es un económico tres cilindros de 1.0 litros de cilindrada y 66 CV de potencia, equipado con un cambio manual de cinco velocidades. Por encima de éste, se sitúa el cuatro cilindros 1.25 de 87 CV, disponible también con una caja automática de cuatro marchas.

With regards the engines, the i10 is available in one of two petrol engines. The first is an economic three-cylinder 1.0 litre engine producing 66 hp, with a manual five-speed gearbox. The other option is the four-cylinder 1.25 litre engine pushing out 87 hp, also available with a four-speed automatic gearbox.



Seat León, Premio ABC Mejor Coche del Año 2014

El Seat León ha sido distinguido con el "Premio ABC Mejor Coche del Año 2014". Así lo han elegido los 34 miembros del jurado, todos ellos periodistas especializados del motor, que han valorado aspectos como su atractivo diseño, la eficiencia, la tecnología y la óptima relación calidad-precio del nuevo compacto de la marca española. Se trata de una distinción especialmente importante para la compañía, ya que un modelo Seat no conseguía este premio desde el año 1986, con el Málaga.

Por primera vez en su historia, el León está disponible con tres carrocerías; cinco puertas, tres puertas denominada SC y la versión familiar ST. Además, la gama del nuevo León está disponible con cinco motores de gasolina y otros tantos diésel, con potencias que van de los 86 hasta los 184 CV, gran parte de ellos disponibles tanto con el cambio manual como con el automático DSG.

Seat León, ABC Car of the Year Award 2014

The Seat Leon has been acknowledged the "ABC Car of the Year Award 2014". This is the decision by the 34 members of the panel, all of whom are specialist motor journalists, who have valued aspects such as the attractive design, efficiency, technology and optimum value for money of the new compact car by the Spanish brand. It is a particularly important distinction for the company, since the last time Seat was awarded this prize was in 1986 with the Malaga.

For the first time in history the Leon is available with three bodywork versions; five doors, three doors known as the SC and the ST family version. Furthermore, the new Leon range is available with five petrol engines and five diesel engines, producing power from 86 to 184 hp, most of which are available with manual or automatic DSG gearboxes.



Mejoras globales para el Honda Civic Improvements all round for the Honda Civic

Honda inicia 2014 con la presentación de una actualizada generación Civic con mejoras a nivel de diseño, un habitáculo refinado y un más completo equipamiento. Asimismo se han revisado algunos aspectos de la suspensión. La gama Civic ya está disponible en las versiones i-VTEC 1.4 y 1.8 1.6 i-DTEC diésel. La oferta se ampliará en marzo con el i-VTEC 1.8 con cambios manual y automático.

Honda has started 2014 by presenting the updated generation of the Civic, with design improvements, a refined interior and more complete equipment. Likewise, some aspects of the suspension have been overhauled. The Civic range is available in the versions i-VTEC 1.4 and 1.8, and the 1.6 i-DTEC diesel engine. The range will be increased in March with the i-VTEC 1.8 with manual and automatic gearboxes to choose from.



Peugeot 308 SW, familia compacta Peugeot 308 SW, compact family

El Salón del Automóvil de Ginebra será el escenario de la presentación de la nueva carrocería familiar del 308, el SW. Se trata de una atractiva reinterpretación de la ranchera compacta francesa, caracterizada por un marcado aspecto deportivo tal y como muestran unas dimensiones de 4,58 metros de longitud y 1,47 metros de altura. Su comercialización está prevista para la próxima primavera.

The Geneva Automobile Show will be the stage for presentation of the new 308 bodywork, the SW. It is an attractive revamp of the French compact estate, characterised by a definite sporty look as can be gleaned from the dimensions, measuring 4.58 metres in length and 1.47 metres in height. It is expected to be available on the market in the coming spring.





Restaurante Casa Salvador

Restaurante Típico Valenciano

Avenida L' Estany, s/n
46400 Cullera, Valencia
Teléfono: 961 72 01 36
Fax: 96 173 22 46
www.casasalvador.com



Abadía ^{D'ESPI}

cocina tradicional española



CONOCE NUESTRO NUEVO LOCAL

Teléfono reservas: 96 351 20 77

Plaza del Arzobispo, 5
46003 Valencia

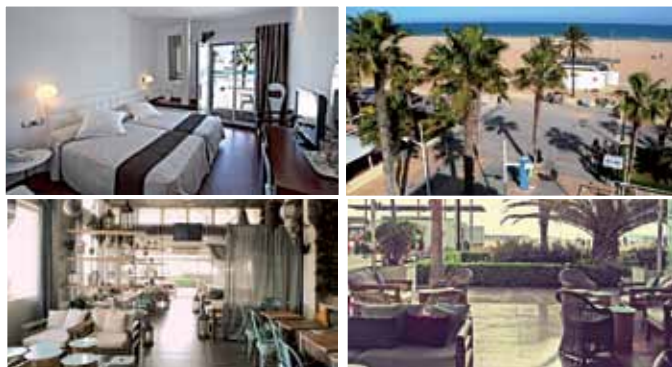
www.abadiadespi.com

MIRAMAR

HOTEL & COCKTAIL BEACH BAR
PLAYA DE LAS ARENAS VALENCIA

Teléfono: +34 963 715 142

Paseo Neptuno, 32 46011 Valencia
www.petitmiramar.com



VIAJE A LA ÉPOCA GALA EN EL MUSEO SAN TELMO

El Museo San Telmo, situado en plena parte vieja de San Sebastián, acoge entre el 8 de febrero y el 25 de mayo la muestra "En tiempos galos. Aquitania antes de César".

JOURNEY BACK TO THE AGE OF THE GAULS AT SAN TELMO MUSEUM

San Telmo Museum, located in the heart of the historical centre of San Sebastian will be holding the exhibition "Gaul Times. Aquitania before Caesar" from February 8th to May 25th.

LOS OBJETOS PRESENTADOS SON
PIEZAS ORIGINALES QUE APORTAN
INFORMACIÓN SOBRE EL ESTILO DE VIDA
DE LA SOCIEDAD GALA

*THE EXHIBITS ARE ORIGINAL PIECES THAT
GIVE INFORMATION ABOUT THE WAY OF
LIFE OF THE GAUL SOCIETY*



► Algunas de las piezas
que componen la
exposición.

These are some of the
pieces on display.

Fotografías / Photographs:
Lysiane Gauthier.
© Mairie de Bordeaux.



Fachada del Museo de San Telmo. / Façade of San Telmo Museum. © Oskar Moreno. ◀

Los griegos de Massalia (Marsella) denominaban celtas a los pueblos que les rodeaban pero este término se convirtió, de forma progresiva, en el nombre de todos los pueblos de Europa occidental. Los galos son los celtas de la segunda Edad de Hierro.

El Museo San Telmo, situado en plena parte vieja de San Sebastián, acoge entre el 8 de febrero y el 25 de mayo la muestra "En tiempos galos. Aquitania antes de César". Proveniente del Musée d'Aquitaine. Esta exposición resume los conocimientos actuales sobre las dos Edades de Hierro en Aquitania y, de forma más amplia, en el sudoeste de Francia. Se compone de varios cientos de objetos arqueológicos y aborda los temas de la vida cotidiana, el comercio, las armas, el prestigio, las creencias o la romanización, agrupando los más hermosos vestigios de los pueblos que ocuparon esta región de la Galia.

Los objetos presentados son piezas originales que aportan información sobre el estilo de vida de la sociedad gala con el objetivo de mostrar al público una visión de los conocimientos científicos actuales sobre la Edad de Hierro y de incitarle a preguntarse qué sabe realmente de los pueblos galos. La exposición incluye además una casa gala a tamaño real, presentada por partes con su mobiliario, que permite comprender su construcción, disposición y su forma de vivir.

En su presentación en el Museo San Telmo, la muestra cuenta asimismo con una serie de objetos procedentes del yacimiento arqueológico del poblado de La Hoya, cedidos por Bibat, el Museo de Arqueología de Álava.

The Greeks of Massalia (Marseilles) called the people surrounding them Celts, but this term was gradually used to refer to all the people in Western Europe. The Gauls are the Celts of the second Iron Age.

San Telmo Museum, located in the heart of the historical centre of San Sebastian will be holding the exhibition "Gaul Times. Aquitania before Caesar" from February 8th to May 25th. On loan from the Musée d'Aquitaine, this exhibition summarises current knowledge about the two Iron Ages in Aquitania, and, in a broader manner, in the Southwest of France. It comprises several hundred archaeological objects and covers the themes of everyday life, commerce, weapons, prestige, beliefs and Romanisation, bringing together the most beautiful remains of the people who inhabited this region of Galia.

The exhibits are original pieces that give information about the way of life of the Gaul society in order to provide the public with a general insight about the scientific knowledge today concerning the Iron Age and to make them ask themselves what they really know about the Gauls. The exhibition also includes a life-size Gaul house, reconstructed in parts with furnishings, showing the construction method, layout and lifestyle.

At the presentation at San Telmo Museum, the exhibition will also display a number of items from the archaeological site of La Hoya, loaned by Bibat, the Archaeological Museum of Alava.

VENTA A BORDO

BUY ON BOARD

IBERIA REGIONAL AIR NOSTRUM ofrece a sus pasajeros una muy cuidada selección de alimentos y bebidas que estarán a su disposición durante el viaje. Pueden consultar la oferta gastronómica en nuestra carta menú que encontrarán en el bolsillo de delante de sus asientos.

Cincuenta referencias de productos de alimentación y cuatro menús diferentes se ofrecen a los pasajeros de todos los vuelos regulares de AIR NOSTRUM en cualquiera de las rutas que operamos.

Para que disfruten del vuelo con todos los sentidos, hemos diseñado una carta adaptada a todos los gustos que pretende satisfacer la demanda de los pasajeros en cualquier período del día, ya sea para desayuno, almuerzo, merienda o cena, o como simple aperitivo o refrigerio.

Les presentamos un catálogo de productos, todos ellos de primeras marcas nacionales e internacionales, que pueden consumir a cualquier hora del día y en el que pueden encontrar bebidas calientes y frías: cafés, infusiones, chocolate, refrescos, dos tipos de agua e incluso una selección de bebidas alcohólicas (cervezas, vino, cava, ginebra, ron y whisky). Entre la variedad de alimentos, pueden optar por bollería, magdalenas, galletas, frutos secos, patatas fritas y otros snacks salados, o decantarse por embutidos ibéricos o bocadillos.

También se ofrece la posibilidad de consumir menús establecidos que combinan varios productos y que suponen ahorros sobre las compras de artículos por separado.

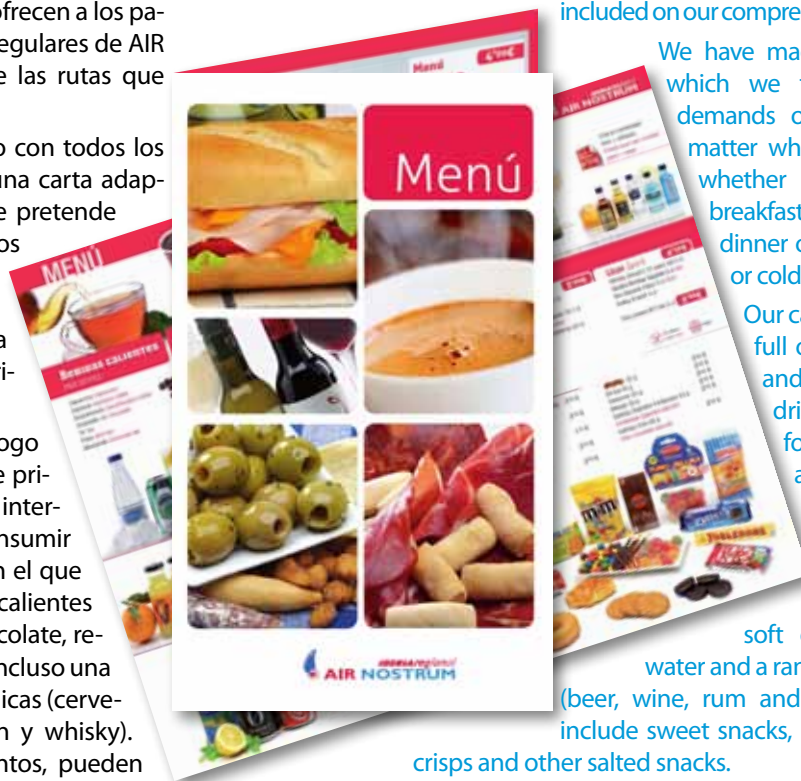
IBERIA REGIONAL AIR NOSTRUM provides passengers with a careful selection of food and drink during their flights. Our gastronomic offer can be found on the menu card stored in the front pocket of each seat.

The menu card includes fifty food items and four different menus available on any of the regular air flights destinations included on our comprehensive flights network.

We have made up a list of items which we trust will satisfy the demands of our passengers no matter what time of the day or whether passengers require breakfast, lunch, afternoon tea, dinner or just a simple aperitif or cold drink.

Our catalogue of products is full of top quality national and international food and drink brands available for consumption at any time of the day or night. Items include hot and cold drinks: coffee, tea, herbal tea, hot chocolate, soft drinks, two types of water and a range of alcoholic drinks (beer, wine, rum and whisky). Food items include sweet snacks, muffins, biscuits, nuts, crisps and other salted snacks.

It also includes a range of bread rolls filled with Iberian ham and cold cuts amongst other things. There are also a number of special menus combining a selection of food and drink items available, designed to provide passengers with savings when purchasing various items compared to buying items individually.



Business Class

IBERIA REGIONAL AIR NOSTRUM dispone en todos sus vuelos, salvo en el caso de interbaleares y la ruta de OSP Madrid-Menorca de una clase ejecutiva. Business Class ofrece un servicio especial que va a permitirle disfrutar de mostradores de facturación diferenciados, acceso a las salas VIP, una mayor franquicia de equipaje, más puntos Avios, un cuidado y selecto servicio a bordo con productos D.O., lectura a bordo gratuita durante todo el día y recepción de equipaje preferente. En todas las aeronaves de la compañía la Business Class se ubica en los asientos delanteros salvo en las unidades de ATR-72 en las que las Business Class ocupará los asientos posteriores, los más cercanos a la puerta.

Para que el servicio ofrecido cumpla exactamente con lo que esperan los pasajeros de esta compañía, el catering se sirve en vajillas de porcelana, así como en vasos y copas de cristal. Además, todos los tentempiés y aperitivos se presentan en bandejas cuidadosamente preparadas.



IBERIA REGIONAL AIR NOSTRUM offers, except on the internal Balearic Islands and OSP route Madrid-Menorca, a modern Business Class. The IBERIA REGIONAL AIR NOSTRUM Business Class offers passengers a range of bonus services. These include separate check-in desks, access to VIP rooms, increased luggage weight allowance, a greater number of Avios flight incentive points, a select on-board catering service with Denomination of Origin labelled products, free daily press and special luggage handling. The IBERIA REGIONAL AIR NOSTRUM Business Class is normally situated at the front of the aircraft. In the case of the ATR-72 regional jets, however, the Business Class sector can be founded located at the rear of the aircraft, next to the door.

As can be expected when flying Business Class, all IBERIA REGIONAL AIR NOSTRUM's Business passenger food and drink is served using china dinner sets and glasses. Snacks and appetizers are generally served on carefully prepared trays.

France, mon amour.



IBERIA REGIONAL AIR NOSTRUM



25% descuento en tus vuelos a/desde **Francia**.
(Burdeos, Lyon, Marsella, Nantes, Niza y Toulouse).
50% descuento a/desde **Murcia** en clase **Business**.

IBERIA



25% descuento en Avios en tus vuelos a/desde **Chicago** con Iberia.

2014 llega cargado de Avios.

Ahora cuando vuelas en **Turista Descuento** pasarás de acumular **0,8 Avios a 1 Avios por milla** volada. Además, obtendrás un **25% de Avios Extra** con tu **Tarjeta Plata**, y un **100% para Oro y Platino** al volar en clase **Turista Descuento**.



Disfruta el sabor de nuestro nuevo Partner.

El Tenedor es la forma más sencilla de encontrar el restaurante de tu especialidad favorita en la zona que prefieras. Disfruta de los mejores sabores y consigue **hasta 100 Avios** por comensal.



Relájate en hoteles Iberostar.

Alrededor de 100 hoteles nuevos en España, Mediterráneo y Caribe te están esperando para recibirte con **150 Avios** por noche.



¿Aún no eres cliente Iberia Plus? Entra en **iberia.com** y súbete a bordo de nuestras ventajas.

Consultar condiciones en iberia.com

EXPOSICIONES Y EVENTOS CULTURALES



EXPOSITIONS AND CULTURAL EVENTS

MÁLAGA

CAC MÁLAGA. LA MAYOR RETROSPECTIVA EN EU- ROPA DE VIK MUNIZ

El Centro de Arte Contemporáneo de Málaga presenta Vik Muniz, una exposición que repasa el trabajo más personal del artista brasileño, cuyo nombre da título a la exposición que ha reunido la mayor retrospectiva de sus obras en Europa.



CAC MALAGA. RETROSPECTIVE EXHIBITION IN EUROPE OF MIK MUNIZ

The Contemporary Art Centre of Malaga presents Vik Muniz, an exhibition reviewing the most personal work by this Brazilian artist, whose name is the title of the exhibition, which has brought together the largest retrospective exhibition of his work in Europe.

TENERIFE

MUSEO DE LA CIENCIA Y EL COSMOS

El objetivo de este museo es comunicar la ciencia, valiéndose para ello de todos los medios disponibles, especialmente la interactividad y la experimentación en entornos multidisciplinares que potencien los aspectos lúdicos y de percepción y análisis de la realidad, con objetos reales pero, también, con herramientas multimedia.

THE MUSEUM OF SCIENCE AND THE COSMOS

The aim of the museum is to communicate science, relying on all available means, especially interactivity and experimentation in multidisciplinary environments that enhance the gaming aspects and analysis of perception and reality, with real objects but also with multimedia tools.

CANTABRIA

PARQUE DE CABÁRCENO

El Parque de Cabárceno es un zoo diferente donde se pueden encontrar cientos de animales en régimen de semilibertad y es considerado como uno de los destinos turísticos preferidos por todos aquellos que visitan Cantabria o el norte de España.



CABARCENO PARK

The Cabárceno Park is a different zoo where you can find hundreds of animals in semi-freedom and is considered as one of the preferred destinations for those visiting Cantabria and northern Spain.

VALENCIA

MODA, ¿OCTAVO ARTE?

Esta exposición recorre, a grandes trazos, la figuración humana desde el final del Siglo de las Luces hasta los supuestamente felices años entre las dos guerras mundiales. Este recorrido se hace a través de dos universos paralelos, el de las artes plásticas y el de la moda.

FASHION, EIGHTH ART

This exhibition traces, in broad strokes, the human figure from the end of the Age of Enlightenment to the supposedly happy years between the two world wars. This tour is done through two parallel universes, the plastic arts and fashion.



MADRID

MUSEO REINA SOFÍA. ROMAN ONDÁK

Hasta el 23 de febrero de 2014
Until February 23rd 2013

Roman Ondák (Žilina, Eslovaquia, 1966) propone con sus obras situaciones temporales en las que la presencia de objetos y personas, así como las modificaciones realizadas en el espacio, pasan desapercibidas al público en una primera aproximación. Sus intervenciones requieren un espectador que sea parte activa de las obras y que quede convertido tanto en objeto artístico como en protagonista de la representación.



With his works Roman Ondák (Žilina, Slovakia, 1966) creates temporary situations in which the presence of objects and persons, as well as modifications made to the exhibition space, may go unnoticed by viewers in their initial approach. His interventions call upon spectators to be an active part of the works and to become both art objects and the protagonists of a performance.

PALMA DE MALLORCA

MUSEO DE MALLORCA MAJORCA MUSEUM

Está ubicado en la casa palacio de los condes de Ayamans, llamada popularmente *Ca la Gran Cristiana*. El recorrido del museo permite al visitante adentrarse 'en el túnel del tiempo' y así conocer la historia de Mallorca.

It is located in the mansion of the Counts of Ayamans, popularly called *Ca la Gran Cristiana*. The tour of the museum shows the visitor a time tunnel to know the history of Majorca.



SEVILLA

MUSEO DEL BAILE FLAMENCO

El Museo del Baile Flamenco de Sevilla está situado en pleno centro de la ciudad, en el Barrio de Santa Cruz; entre la conocida Plaza de la Alfalfa y la Catedral. La práctica totalidad del museo está dedicado a una de las expresiones artísticas que más arraigo e importancia ha tenido en la cultura de Andalucía, como es el baile flamenco.



En el museo también se realizan espectáculos de danza flamenca.

The museum also offers flamenco dance performances.

FLAMENCO MUSEUM

The Flamenco Museum in Seville is located in the city center, in the Santa Cruz neighborhood, between the famous Plaza Alfalfa and the Cathedral. The whole Museum is dedicated to one of the longest established artistic expressions and an important part of the culture of Andalusia, the Flamenco.

BERTOMEU CUESTIONA QUE SÓLO SE CRITIQUE LAS INFRAESTRUCTURAS AEROPORTUARIAS

El consejero delegado de AIR NOSTRUM, Carlos Bertomeu, ha lamentado las críticas a las infraestructuras aeroportuarias en España frente a la falta de cuestionamiento de las "ingentes inversiones" que se llevan a cabo en ferrocarril, especialmente el Tren de Alta Velocidad, y las carreteras.

En el transcurso de un coloquio dentro del VII Foro de Exceltur, Bertomeu se mostró crítico con el análisis que se suele realizar de las inversiones en infraestructuras en España. A su juicio es injusto que sólo se plantee si se han cometido excesos en las inversiones aeroportuarias mientras que no se dice nada de las "ingentes inversiones" que se han acometido en carreteras y especialmente en ferrocarril, en especial con el AVE.



Adolfo Utor, Carlos Bertomeu, Álex Cruz y José María González, durante el coloquio.
From left to right: Adolfo Utor, Carlos Bertomeu, Álex Cruz y José María González.

En el acto, que tuvo lugar en Madrid en lo que viene a ser la antecámara de la Feria del Turismo (Fitur), también participaron Adolfo Utor, presidente de Balearia; Alex Cruz, presidente de Vueling; y José María González, director general de Europcar IB.

El consejero delegado de AIR NOSTRUM se preguntó por qué nadie critica que España gaste 40.000 millones en la red de Alta Velocidad para 25 millones de usuarios y recordó que, además, la factura de mantenimiento de esa infraestructura asciende a los 400 millones anuales.

En referencia a la extendida afirmación de que España dispone de demasiados aeropuertos, Bertomeu advirtió que España, que es la primera de Europa en kilómetros de AVE, se sitúa en el puesto 18 en el ranking de aeropuertos por número de habitantes y superficie del país. Además, recordó que hay muchas ciudades españolas de tamaño pequeño y medio cuyos ciudadanos tienen el mismo derecho a tener accesibilidad que los demás.

A este respecto, Bertomeu se refirió a la necesidad de desarrollar una política de obligación de servicios públicos (OSP) como realizan en otros países europeos para dar conectividad a territorios que no la podrían tener por la única iniciativa del mercado. En este sentido señaló la importancia de la operación de los archipiélagos canario y balear.

Bertomeu también se mostró crítico con la política de tasas aeroportuarias, que suponen un fuerte impacto sobre la cuenta de resultados de las aerolíneas. Señaló que tan importante como el montante es el momento en que se toman estas decisiones, y recordó que la última subida de tasas se implantó en un periodo de caída del número de pasajeros y de ingresos medios.

Por último, en referencia al proceso privatizador de AENA, el consejero delegado de AIR NOSTRUM advirtió de la necesidad de andar con cautela cuando se habla de privatización de monopolios naturales, "las empresas privadas podemos ser muy voraces", manifestó. Además valoró como muy positivo que Aena disponga de una estructura de red, porque eso le ha permitido funcionar como tal, e hizo público su deseo de que el proceso privatizador no suponga que todo el mundo quiera entrar en Madrid y se olviden los aeropuertos pequeños.

CARLOS BERTOMEU ASKS WHY IT IS ONLY AIRPORTS THAT HAVE COME UNDER SCRUTINY

The Chief Executive Officer of AIR NOSTRUM, Carlos Bertomeu, wants to know why Spain's airport installations are being placed in the spotlight while no references are being made to the "huge investments" made in motorways and railways, especially Spain's high speed rail network.

During a meeting held at the VII Foro de Exceltur, Mr. Bertomeu criticised the results published regarding the investments made in Spanish infrastructures. He considered it very unfair that only the amount invested in airports was questioned with no mention being made of the "huge investments" in motorways and, in particular, the railway, specifically the AVE (Spain's high speed rail network).

Participants in the recent VII Foro de Exceltur which took place in Madrid as a prelude to the International Tourism Fair (Fitur) included Mr. Adolfo Utor, President of Balearia, Mr. Alex Cruz, President of Vueling and Mr. Jose Maria Gonzalez, General Director of Europcar IB.

The Chief Executive Officer of AIR NOSTRUM, Carlos Bertomeu, questioned why the 40,000 million euros spent on Spain's high speed rail network for 25 million users was not being placed under scrutiny or the 400 million euros per year maintenance cost of the high speed rail network service.

With reference to the growing belief that Spain has too many airports, Carlos Bertomeu pointed out that we have the largest high speed rail network in Europe while holding 18th position as far as the number of airports per inhabitant is concerned. In his opinion, the inhabitants of small and medium-size Spanish cities have the same right to a nearby airport as inhabitants of the country's major cities.

The Chief Executive Officer of AIR NOSTRUM was, in this case, referring to the need for a Public Service Obligation (PSO) Policy in line with other European countries, considering that connecting territories cannot depend solely on the market. This was a direct allusion to the question of the PSO flight operations between the Canary Island and Balearic archipelagos.

Mr. Bertomeu also offered a critical view of airport taxes and the impact they have on the profit and loss accounts of airlines. In his opinion, the 'moment' is as important as the 'amount' when making a decision to increase taxes and reminded those present that the last increase in airport taxes took place, unfortunately, at the same time as the number of passengers and average income was decreasing.

Finally, in reference to the privatisation of AENA, the Chief Executive Officer of AIR NOSTRUM warned that there was a need for caution when discussing the privatisation of natural monopolies, "as private companies, it is common knowledge that we can be voracious", he remarked. Mr. Bertomeu also considered that AENA having its own network was very positive and an important strategic part of its success. Mr. Bertomeu ended his discourse by conveying his hope that the AENA privatisation process would not end up harming smaller regional airports.



PASAJERO CONECTADO ¿PASAJERO EDUCADO?

CONNECTED PASSENGER, POLITE PASSENGER?

Texto / Text: **Manuel Molina Espinosa.**

Director de www.hosteltur.com.

Director of www.hosteltur.com.

Traducción / Translation: **Jane Singleton.**

La Agencia Europea de Seguridad Aérea EASA acaba de hacer pública su guía oficial sobre el uso de dispositivos electrónicos portátiles a bordo, entre los que se incluyen *smartphones*, *tablets* y *e-readers*. En esta guía ya se confirma que estos dispositivos pueden mantenerse en “modo avión” durante todo el viaje (incluyendo las fases de rodaje, despegue y aterrizaje) sin riesgo para la seguridad del vuelo. Ahora corresponderá a cada aerolínea europea actualizar sus normas operativas y decidir cuándo y cómo aplicar tales permisos.

Éste es un paso más hacia la completa, libre (y por supuesto tarifada) utilización de todas las herramientas de comunicación de nuestros *smartphones* —incluyendo la voz— en los aviones.

Hasta hace unos años volar suponía un paréntesis. Nadie te podía contactar, mandar un mensaje y mucho menos llamarte por teléfono. Ya fuera un vuelo nacional de una hora, o uno intercontinental de diez, el avión era sinónimo de aislamiento. Para lo malo, pero también para lo bueno. Tenía uno tiempo entonces para leerse hasta el horóscopo del diario. La revista corporativa de a bordo —como la que tiene en sus manos— era un buen complemento, pero para determinados trayectos había que armarse de buenos libros con los que pasar horas de avión y aeropuerto. Una gran herramienta para la promoción de la lectura.

Pero la meteórica evolución de la informática, la electrónica y las comunicaciones personales han acabado con ese aislamiento. Los primeros ordenadores portátiles tardaron en llegar, pero ya han quedado muy atrás. Ahora la desconexión no es tanta, y se prevé que en poco tiempo lo sea aun menos. En breve, la disponibilidad de conexión a datos experimentada en algunas compañías supondrá una importante ventaja para aquellos que quieran aprovechar el tiempo para trabajar a bordo, ahora más todavía al no tener que apagar los aparatos en ninguna de las fases del vuelo.

Todas estas nuevas posibilidades son claras mejoras para unos, que no penalizan a otros. Más allá del sonoro tecleo de algún compañero de asiento disimulado por el ruido de los motores del avión, la convivencia entre viajeros conectados y desconectados se sigue previendo pacífica. Pero existe una última frontera: la voz. En el momento en que se permita la libre utilización de datos a bordo no debería existir ningún impedimento para permitir también las llamadas, más allá de la educación propia de cada pasajero. Actualmente, cuando el avión aterriza, asistimos a un sonoro concierto de avisos de mensajes, correos y llamadas, alguno de ellos a voz en grito. ¿Qué ocurrirá cuando podamos disponer de llamadas sin más impedimento que las tarifas? ¿Seremos más educados que ahora? Quizá será necesaria también la creación de un manual del “Viajero Conectado” con algunos consejos para el respeto al resto de compañeros de vuelo. Pero ¿será suficiente?

The European Aviation Safety Agency, EASA, has just published its official guidance leaflet regarding the use of on board portable electronic devices such as smartphones, tablets and e-readers. The updated safety guidance confirms that portable electronic devices may now be kept switched on in “Flight Mode” throughout the journey (including taxiing, take-off and landing) without a risk to safety. It will be at the discretion of each airline to use this guidance and change its policy.

This updated safety guidance represents a further step towards the complete, restriction free (although not charge free) use of our smartphones - including calls - on board.

A few years ago, flying represented a total parenthesis. Nobody could contact you, send a message or call you by telephone. It did not matter whether it was an hour-long national flight or a ten-hour intercontinental flight, aircraft were synonymous with isolation. For better or worse. There was time to read the daily horoscope in the newspaper. The inflight magazine - like the one you are reading - was a great accompaniment although on some flights you needed a good book to while away the hours spent in the airport and on board. A great tool for promoting reading skills.

However, the rapid evolution of computers, electronics and personal communication has put an end to this isolation. The first laptops took a while to appear on the market and already seem to be slightly out-dated. People are becoming more and more connected. Shortly, the free use of data will provide experienced companies with an important advantage. This applies especially to those with the opportunity of working on board now that having to turn off personal portable electronic devices during the different flight phases is becoming a thing of the past.

These changes in aviation safety guidelines will clearly benefit the majority of flight users. Apart from the sound of a fellow passenger tapping away on his or her laptop counteracted in part by the hum of the aircraft’s engines, the coexistence between connected and disconnected passengers is looking peaceable. However, there is still one last frontier to be crossed: the voice. As soon as the free use of data on board becomes available, passengers will be able to make telephone calls with nothing to hold them back than their personal politeness. Today, the moment a flight arrives, a concert of mobile phone activity, messages, e-mails and calls takes place with the steady raising of voices. What will happen when we are able to make calls with no other limitation than the price? Will we be more polite than at present? Maybe it would be a good idea to create a Connected Passenger Guidance Leaflet offering information on how to respect other passengers. But, will that be enough?

**¿ERES FAMILIAR O AMIGO
DE ALGUIEN CON
ENFERMEDAD MENTAL?**

NOSOTROS PODEMOS AYUDARTE



**AUTONOMÍA PARA EL USUARIO,
TRANQUILIDAD PARA LAS FAMILIAS**

¿HAY ALGO MÁS IMPORTANTE?

VIVIENDA TUTELADA 'VALTURIA 1'



CONTACTA CON NOSOTROS

Recibimos usuarios de toda España

Llama sin ningún compromiso: 649 015 572

consultas@valturiasocial.es



POLICLINICA GIPUZKOA



www.policlinicagipuzkoa.com

**POLICLÍNICA GIPUZKOA,
REFERENTE DE LA SANIDAD
PRIVADA EN EUROPA**



Visite San Sebastián, su salud y la de los suyos bien merecen una consulta.

UNIDAD DE CHEQUEOS GENERALES

En pocas horas - Confort - Pruebas con sedación

UNIDAD DE CARDIOLOGÍA INTEGRAL

Cardiología - Hemodinámica - Cirugía Cardiovascular - Electrofisiología - Rehabilitación Cardíaca

UNIDAD DE DIAGNÓSTICO PRENATAL

Genética Celular - Genética Molecular - Técnica Array

UNIDAD DE UROLOGÍA INTEGRAL

Cirugía robótica Da Vinci para cáncer de próstata - Láser Verde para hiperplasia benigna - Cirugía de la Incontinencia urinaria masculina y femenina

Pº Miramón 174,
20.014 San Sebastián
943 00 28 00



Afrontando el cáncer de próstata

CONOZCA LAS VENTAJAS DE LA CIRUGÍA ROBÓTICA DA VINCI



“

Un familiar médico me dijo que tenía que buscar una solución quirúrgica basada en la robótica con cirujanos jóvenes y con experiencia”

**R.C., 65 años.
Madrid**

“

Me operaron con el robot un martes y el viernes ya me dieron el alta. A los quince días volví al trabajo y me siento perfecto”

**J.J.L., 57 años.
Pamplona**

“

Una vez tomada la decisión, yo tenía prisa y ellos me ofrecían operarme sin lista de espera”

**M.M.S., 65 años.
Mondragón (Gipuzkoa)**

Cirugía robótica Da Vinci para cáncer de próstata

- El robot quirúrgico Da Vinci elimina los riesgos de la cirugía abierta y supera las ventajas de la laparoscopia.
- El postoperatorio es menos doloroso, con menos pérdidas de sangre y menor riesgo de Infección. Deja cicatrices más pequeñas y permite una recuperación más rápida.
- Los efectos secundarios habituales en esta cirugía, como la incontinencia urinaria o la impotencia sexual, se reducen notablemente.

**SERVICIO
DE UROLOGÍA**

943 00 27 07

www.policlinicagipuzkoa.com



POLICLINICA GIPUZKOA