

# ALADIerno

**IBERIA**  **AIR NOSTRUM**  
REGIONAL

**Canarias,**

primavera también en Navidad

*Canary Islands,*

*Spring weather at Christmas*



**Chuso García Bragado**

25 años en la élite de la marcha mundial

*25 years of elite performance*

**Pirineo de  
Lleida**

*Lleida Pyrenees*

# Simón Martín

Ibéricos Guijuelo

ESTE AÑO SÍ QUE ACIERTAS  
*Te presentamos el regalo perfecto*



**EL REGALO DE NAVIDAD  
QUE NO PUEDE FALTAR.**

**DIRECTO DE FÁBRICA  
EN TU CASA EN 24/48H  
DESDE LA CONFIRMACIÓN DEL PEDIDO**

Pol. Ind. Agroalimentario C/ Sierra Herreros, 17  
37770 - Guijuelo (Salamanca) ESPAÑA  
Tel. (+34) 923 580 129

[pedidos@simonmartin.es](mailto:pedidos@simonmartin.es)  
[www.simonmartin.es](http://www.simonmartin.es)

Jamones Simón Martín Guijuelo   
[@JamonDeGuijuelo](https://twitter.com/JamonDeGuijuelo) 

# CONTENIDO

## CONTENT

Portada / Frontpage:  
Charco Azul, Isla del Hierro.  
Charco Azul, Hierro Island.



**05** Bienvenido a bordo  
Carta del Presidente

**06** Nuestro mundo

**08** Canarias

**14** Chuso García  
Bragado

**18** Pirineo de Lleida

**24** La ruta segoviana  
de Isabel la Católica

**32** Moda de altos vuelos

**36** El faro de Cavalleria  
de Menorca

**40** Motor

**46** Viajar con  
AIR NOSTRUM

**47** Venta a bordo

**48** AIR NOSTRUM  
recomienda

**49** Noticias

**50** Puerta de  
embarque

*Welcome aboard* **05**  
*President's letter*

*Our World* **06**

*Canary Islands* **08**

*Chuso Garcia* **14**  
*Bragado*

*Lleida Pyrenees* **18**

*The Segovian route of* **24**  
*Isabella the Catholic*

*High-flying fashion* **32**

*Cavalleria* **36**  
*lighthouse, Menorca*

*Motor* **40**

*Travel with* **46**  
*AIR NOSTRUM*

*Buy on board* **47**

*AIR NOSTRUM* **48**  
*recommends*

*News* **49**

*Boarding gate* **50**



Carrera de trineos con perros. / Dog sled racing.



Castillo de Coca, ruta de Isabel la Católica.  
Coca Castle, route of Isabella the Catholic.



Atardecer en el faro de Cavalleria de Menorca.  
Sunset in the Cavalleria lighthouse in Menorca.



Infiniti Q30.

# ALADIerno

**IBERIA**  **AIR NOSTRUM**  
REGIONAL

Editada por AIR NOSTRUM LÍNEAS AÉREAS // Coordinador AIR NOSTRUM: Antonio de Nó  
prensa@airnostrum.es

Coordinación y producción: [direccion@revistaaladierno.com](mailto:direccion@revistaaladierno.com)

Publicidad: [alopez@revistaaladierno.com](mailto:alopez@revistaaladierno.com)

Depósito legal: M-31.190-1995

Iberia Regional AIR NOSTRUM no comparte necesariamente ni se hace responsable  
del contenido de los artículos escritos por los colaboradores.

# Cartagena,

## Palacio de Congresos El Batel



¿Imaginas el lugar idóneo para celebrar un congreso?  
**No lo imagines, ven a Cartagena.**

Con un imponente Palacio de Congresos ubicado junto al mar en el puerto deportivo, El Batel constituye una revolución arquitectónica y cuenta con una capacidad total de 2.500 personas, distribuidas entre sus 9 salas. La sala principal, ubicada bajo el nivel del mar, permite albergar 1.401 espectadores.

La ciudad de Cartagena, con 3000 años de historia, pone a tu disposición las mejores opciones de ocio y gastronómicas. Su grandioso patrimonio cultural y un clima que acompaña todos los meses del año, hará de tus reuniones,

**ALGO MÁS QUE UN CONGRESO.**

**el Batel**

**Auditorio y Palacio de Congresos  
Cartagena**

Auditorio y Palacio de Congresos El Batel  
Paseo Alfonso XII s/n 30201 Cartagena, Murcia  
Tel. 968 12 38 27  
[www.auditoriceibatel.es](http://www.auditoriceibatel.es)  
[info@auditoriceibatel.es](mailto:info@auditoriceibatel.es)



# BIENVENIDO A BORDO



**Carlos Bertomeu**  
Presidente de AIR NOSTRUM

# WELCOME ABOARD

**Carlos Bertomeu**  
President of AIR NOSTRUM

## Estimados pasajeros:

December suele ser mes propicio para realizar alguna escapada aprovechando las vacaciones escolares y los días libres laborales. Visitar a la familia o emprender un viaje en pareja son planes habituales de estos días.

Desde AIR NOSTRUM modificamos nuestra programación en las semanas de Navidad para poder facilitar estos traslados: se incorporan algunos destinos tradicionalmente receptores de turismo y se incrementa la operación en las rutas con perfil más vacacional.

Con esta premisa es fácil imaginar que Baleares y Canarias centran gran parte de los refuerzos en estas semanas de Pascua. Desde el fin de semana anterior a la Nochebuena hasta después de Reyes resulta más fácil viajar con AIR NOSTRUM desde la península a los archipiélagos.

La oferta de vuelos a Baleares se multiplica. En total se operan 14 rutas con Palma de Mallorca, Menorca e Ibiza, algunas de ellas con importantes incrementos en número de frecuencias y plazas con respecto a lo operado el año pasado.

Canarias irrumpe con fuerza en nuestra programación. AIR NOSTRUM conecta la península con Gran Canaria, Tenerife y Fuerteventura con once rutas, ocho de ellas puestas en marcha específicamente para estos días.

Nuestra operación internacional, ya sólidamente cimentada, facilita los viajes a países vecinos para disfrutar de unas navidades o un Año Nuevo distinto. Tanto en Francia, como en Italia, Marruecos y Portugal hay rutas que experimentan fuertes aumentos de plazas; y además este año tenemos como novedad Faro, la capital del Algarve portugués.

No podemos presentarles toda nuestra oferta en esta revista, pero sí hemos querido aprovechar para sugerirles dos destinos muy diferentes. Para los que identifican Navidad con nieve, les proponemos el Pirineo de Lleida, el paraíso del esquiador con sus once estaciones y sus 485 kilómetros de pistas balizadas. Yo soy asiduo visitante del Valle de Arán y, si me permiten, les sugeriría que se acercaran a visitar la pequeña localidad de Unha, donde podrán disfrutar de la gastronomía local en alguno de sus restaurantes.

Por oposición, quienes huyen del frío y prefieren la hamaca a los esquís pueden viajar con AIR NOSTRUM a Canarias. En las páginas que siguen les planteamos algunas opciones de actividades a realizar aprovechando el privilegio del clima subtropical que ofrecen las Islas Afortunadas.

Sea cual sea su opción, feliz vuelo.

**AIR NOSTRUM REFUERZA EN NAVIDAD SU OFERTA CON BALEARES E INCORPORA DESTINOS VACACIONALES CANARIOS**

## Dear Passengers,

December is a great time to plan a winter holiday trip. Whether you are visiting family, planning a romantic getaway or a fun trip with friends, the Christmas holiday period is perfect for a winter break.

During the annual Christmas period, we usually modify our flight programme so that we can provide our passengers with a wider choice of flights. We do this by increasing our holiday route operations and incorporating traditional tourist destinations.

This year, we have decided to reinforce our operations to the Balearic Isles and Canary Islands. From the weekend prior to Christmas Eve until after the Three Kings, flying with AIR NOSTRUM from the peninsular to these two beautiful archipelagos will be a lot easier.

We have multiplied our flights to the Balearic Isles, offering 14 different flight routes to Palma de Mallorca, Minorca and Ibiza, some with increased seating and flight frequencies.

One of our top destinations this year, however, is the Canary Islands with 11 flight routes from the peninsular to Gran Canaria, Tenerife and Fuerteventura, 8 of which have been programmed specially for this Christmas holiday period.

We have also reinforced our international operations for those passengers looking for a different kind of Christmas and New Year by increasing the number of seats available on our flights to France, Italy, Morocco and Portugal with Faro, the capital of the Portuguese Algarve, standing out as one of this year's novelty destinations.

In this month's magazine, we have included articles on two very different Christmas destinations. For those looking for snow, we would like to suggest the Lleida Pyrenees, a skier's paradise with 11 skiing resorts and 485 kilometres of marked pistes. I actually travel a lot to the Aran Valley so let me suggest you visit the small mountain village of Unha where I am sure you will fall in love with the local cuisine.

However, for those who prefer a hammock to a pair of skis; why not fly to the Canary Islands with AIR NOSTRUM. This month's article on the Canary Islands includes a few ideas on what to do during a stay at this magnificent Spanish holiday destination famous for its subtropical climate.

Wherever you choose to fly, I wish you an enjoyable flight!

**THIS CHRISTMAS, AIR NOSTRUM WILL BE REINFORCING ITS BALEARIC ISLES FLIGHT OFFER WHILE INCORPORATING DIFFERENT CANARY ISLAND DESTINATIONS**



**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

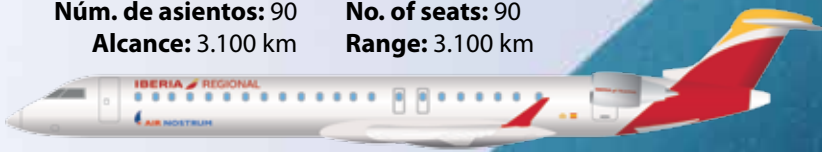


**CRJ 900**

**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

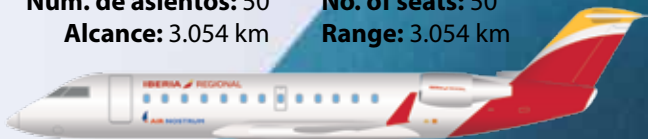


**CRJ 200**

**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

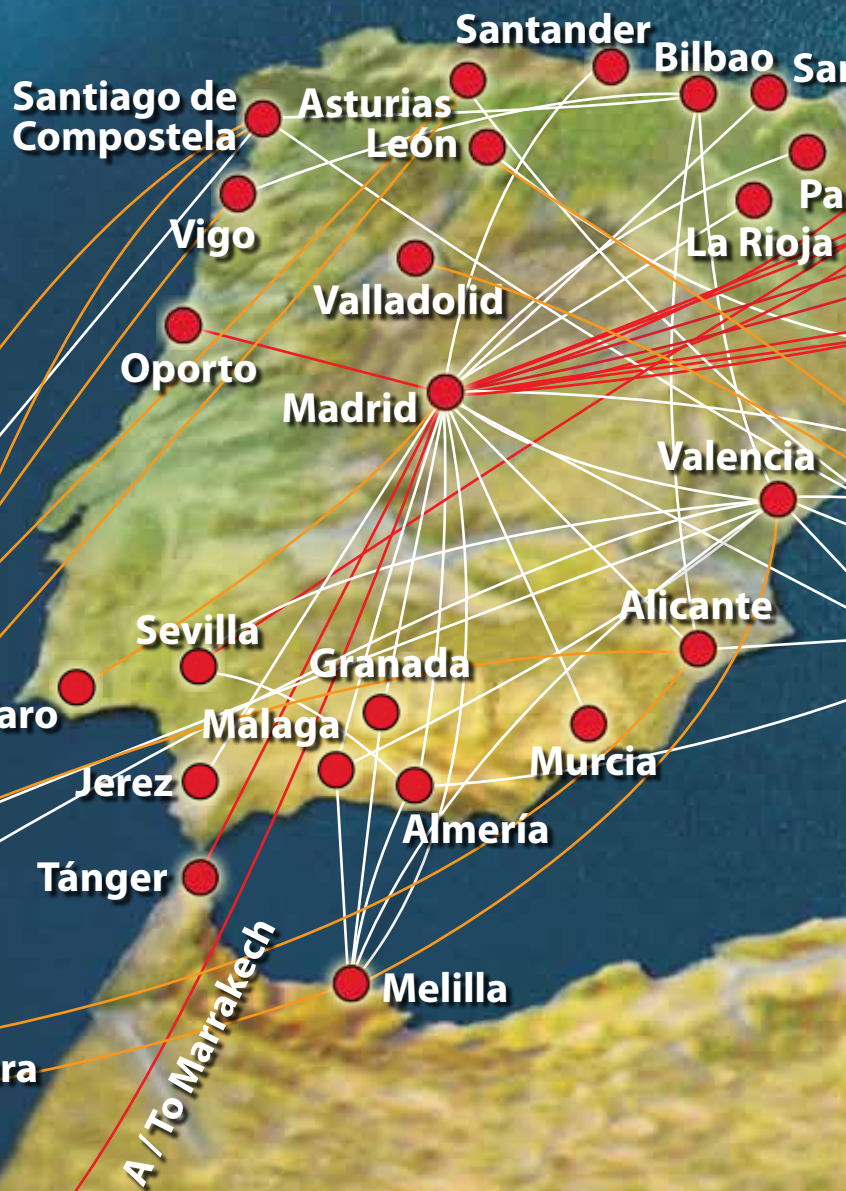


**ATR 72-600**

**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







# Canarias,

## primavera también en Navidad

El origen volcánico y su clima subtropical hacen del archipiélago español en el Atlántico un enclave ideal en toda época del año, pero resulta especialmente sorprendente en Pascua, cuando se puede disfrutar de su suave temperatura mientras se rememoran los rigores ambientales del continente.

Traducción / Translation: Jane Singleton.

Fotografías / Photographs: Promotur Turismo de Canarias.

► Una pareja disfruta de vino ante un singular paisaje.  
*A couple with a glass of wine in their hand admiring the unique scenery.*







# Canary Islands,

## Spring weather at Christmas

The volcanic origins and subtropical climate of the Canary Islands, situated in the Atlantic Ocean, have turned it into the ideal all-year-round holiday destination. This is especially true during the Christmas period when visitors will find its mild climate contrasts with the colder weather of mainland Europe.





Rebosante naturaleza desde el mirador de Los Roques, en La Gomera. A look at the abundance of nature from the Los Roques Viewpoint on La Gomera Island.

Aunque para los habitantes del hemisferio norte la memoria colectiva asocie el periodo navideño con el helor y las imágenes oníricas sean estampas nevadas, hay una opción para disfrutar de estas fiestas escapando del frío y sin salir de España. Canarias es una oportunidad de tener unas vacaciones de Pascua diferentes, revitalizantes, al aire libre, playeras o de montaña, pero siempre confortables, con días de cielos azules y suaves temperaturas.

Las islas tienen un clima estable primaveral todo el año que oscila entre los 24 y los 18 grados, lo que contrasta con los ocho grados de media de las ciudades del sur de Europa, y menos temperatura conforme nos adentramos en el centro y norte del continente.

Además, las escasas precipitaciones y la abundancia de días soleados multiplican las horas de luz, lo que tienen un efecto positivo sobre el estado de ánimo. Entre los canarios circula el dicho de que un día en las islas equivale a una cápsula de vitamina D, la sustancia orgánica que previene enfermedades y que sintetizamos cuando exponemos nuestra piel al sol.

El secreto de este singular confort climático se puede encontrar en la corriente marina de El Golfo, que desplaza agua cálida procedente del Golfo de México, y en los vientos alisios del anticiclón de las Azores.

Esas privilegiadas condiciones atmosféricas producen también, en función de altitud y orientación, unos microclimas que se manifiestan en una diversidad biológica y paisajística.

Cuatro parques naturales se reparten por las islas por la singularidad de su fauna, flora y formaciones geomorfológicas: La Caldera de Taburiente en La Palma, Garjonay en La Gomera, Teide en Tenerife y Timanfaya en Lanzarote.

La armónica integración de las poblaciones con la naturaleza ha impulsado a la Unesco a declarar reservas de la biosfera en numerosas localidades en La Palma, Lanzarote, El Hierro, Gran Canaria, Fuerteventura, La Gomera y Tenerife.

Y quizá la principal credencial del singular atractivo del archipiélago sea la visita cada año de once millones y medio de personas procedentes de los más diversos rincones de Europa.

EN TODO EL CONTINENTE SE CONOCEN LAS PROPIEDADES SALUDABLES DEL CLIMA CANARIO

THE HEALTH BENEFITS OF THE CANARY ISLANDS' MILD CLIMATE ARE WELL KNOWN IN EUROPE

While, the collective memory of the inhabitants of the northern hemisphere generally associates Christmas with picturesque landscapes covered with glistening snow, there is another way to enjoy the Christmas holiday period, away from the freezing cold. The Canary Islands provide visitors with a revitalising winter holiday, packed with outdoor activities, beautiful beaches, stunning mountains, fantastic blue skies and mild temperatures.

The Canary Islands have an all-year-round spring-like climate with temperatures that oscillate between 18 and 24C, contrasting somewhat with the average 8C temperature registered in southern European cities and even colder temperatures if travelling to central or northern European destinations.

In addition, low rainfall and an abundance of sunny days multiply the islands' daylight hours which has a positive effect on people's mood. There is a belief amongst the residents of the Canary Islands that one day on the islands is equivalent to a capsule of vitamin D, organic substance that prevents disease and which human beings synthesize when they expose their skin to the sun.

The secret of the Canary Islands' singular climate can be found in the ocean current bringing warm water from the Gulf of Mexico and the trade winds from the Azores High also known as the Azores anticyclone.

The Canary Islands' privileged weather conditions also produce, depending on altitude and orientation, a number of microclimates which provide it with a spectacular biological and landscape diversity.



**AIR NOSTRUM VUELA A TENERIFE EN NAVIDAD  
DESDE ALICANTE, ASTURIAS, SANTIAGO DE  
COMPOSTELA Y VALENCIA**

*AIR NOSTRUM PROVIDES CHRISTMAS FLIGHTS TO  
TENERIFE FROM ALICANTE, ASTURIAS, SANTIAGO DE  
COMPOSTELA AND VALENCIA*

Excursión por el Parque Nacional del Teide. ◀  
*An excursion around the Teide National Park.*

## **TENERIFE, MIL EXPERIENCIAS**

Tenerife, isla de contrastes ofrece mil experiencias diferentes: adentrarse en la naturaleza, relajarse en una playa, subir al Teide, ir de compras, pasear por su casco antiguo, jugar al golf, divertirse en un parque temático. Si tuviéramos que hacer una apuesta, recomendaríamos la excursión telúrica. Podemos optar por subir al parque nacional del Teide, el pico más alto de España y tercer volcán más elevado del mundo, o a desplazarnos al Parque Rural de Teno, un paisaje de inhóspita belleza.

## **TENERIFE, A THOUSAND DIFFERENT EXPERIENCES**

*Tenerife, known for its numerous contrasts, offers visitors a thousand different experiences amongst which we would mention nature treks, relaxing beach trips, excursions up Mount Teide, shopping trips, strolls around the Old Town, a game of golf or a trip to a thematic park. A trip up Mount Teide, the highest mountain in Spain and third highest volcano in the world, is a must along with a visit to the Teno Rural Park with its impressive albeit inhospitable beauty.*

En todo el continente se conocen las propiedades saludables del clima canario, que permite un uso terapéutico de los cuatro elementos de este excepcional spa natural: agua, aire, sol y tierra.

La riqueza en sodio del océano Atlántico y la naturaleza volcánica de las islas las convierten en un inusual cúmulo de aguas termales y mineromedicinales, en el que se utilizan recursos marinos, como algas y barros, combinados con la exposición al aire libre y los rayos del sol, para mejorar la salud.

### RESERVA DE LA "EXTREMOSFERA"

La peculiar orografía de herencia volcánica de las islas se aprovecha también para deporte extremo. En el archipiélago existen treinta puntos acreditados para la práctica segura de estas actividades exigentes en cualquiera de sus modalidades, lo que ha venido a llamarse "extremosfera".

Acantilados, precipicios, montañas y volcanes componen los insólitos escenarios en los que practicar deportes con grandes descargas de adrenalina, como el parapente, la escalada vertical o los arriesgados saltos en caída libre.

Y para quienes busquen medir sus desafíos en el green, las condiciones ambientales del archipiélago le hacen extraordinariamente propicio para la práctica del golf. Pocos lugares pueden ofrecer unas condiciones semejantes todo el año y además la mayoría de los campos están integrados en el paisaje, redoblando el placer de ganar el hoyo.



Mirador de la Peña, en la isla del Hierro.  
*The Peña Viewpoint on Hierro Island.*



Avistamiento de cetáceos desde una embarcación.  
*Visitors on a boat trip admiring a group of cetaceans.*

## GRAN CANARIA, A TINY CONTINENT

*Gran Canaria is a tiny continent offering a great variety of enjoyable family activities such as whale spotting, strolls through the Canary Island pine groves, a visit to an aquatic park, different kinds of shopping trips and a variety of museum visits. We would suggest visitors pay a visit to the Maspalomas Dunes, a surprising mixture of desert and oasis, unique for its beauty and the variety of flora and fauna. The wind is continually moulding the landscape surprising visitors with a different environment each day.*

**AIR NOSTRUM VUELA A GRAN CANARIA EN  
NAVIDAD DESDE ALICANTE, ASTURIAS, MELILLA,  
SANTIAGO DE COMPOSTELA, VALENCIA Y VIGO**

*AIR NOSTRUM PROVIDES CHRISTMAS FLIGHTS TO  
GRAN CANARIA FROM ALICANTE, ASTURIAS, MELILLA,  
SANTIAGO DE COMPOSTELA, VALENCIA Y VIGO*

## GRAN CANARIA, UN PEQUEÑO CONTINENTE

Gran Canaria es un pequeño continente que permite gran variedad de actividades para disfrutar en familia: navegar para ver ballenas, caminar entre bosques de pino canario, divertirse en un parque acuático, callejear por zonas comerciales o visitar uno de sus museos.

Nuestra sugerencia para esta isla es la visita a las dunas de Maspalomas, una sorprendente mezcla de desierto y oasis, única por su belleza y por la variedad biológica que alberga. El viento moldea continuamente el paisaje haciendo que cambie cada día.





**AIR NOSTRUM VUELA A FUERTEVENTURA ESTA NAVIDAD DESDE SANTIAGO DE COMPOSTELA**

AIR NOSTRUM PROVIDES CHRISTMAS FLIGHTS TO FUERTEVENTURA FROM SANTIAGO DE COMPOSTELA

**FUERTEVENTURA, ARENA BLANCA Y AGUA ESMERALDA**

La isla de Fuerteventura tiene más de 150 kilómetros de playas. En su lateral este las aguas esmeraldas besan la blanca arena del litoral, en el oeste, las olas conversan con la costa de color dorado. Paraíso de las actividades acuáticas, los paseos por la orilla y la degustación de un pescado fresco llenan de satisfacción al visitante.

De no muy fácil acceso, la playa más famosa es la de Cofete que tiene un macizo montañoso detrás que protege los más de doce kilómetros de longitud de virgen litoral.

Four nature reserves can be found spread around the islands. These reserves stand out for their impressive flora, fauna and geomorphological formations. They are the Caldera de Taburiente in La Palma, Garjonay in La Gomera, Teide in Tenerife and Timanfaya in Lanzarote.

A number of Unesco designated biosphere reserves can also be found around La Palma, Lanzarote, El Hierro, Gran Canaria, Fuerteventura, La Gomera and Tenerife thanks to the high level of environmental awareness on the islands.

However, amongst the many attractions of this famous archipelago, one worth a special mention is the annual visit of eleven and a half million visitors from all over Europe.

The health benefits of the Canary Islands' mild climate are well known in Europe. The therapeutic value of the four elements of this exceptional natural spa (water, air, sun and earth) is priceless.

The amazing properties of the Atlantic Ocean and the volcanic nature of the islands have created an unusual accumulation of thermal and medicinal waters which, together with marine elements such as seaweed and mud and exposure to the rays of the sun, are guaranteed to improve health.



Juegos familiares en el islote de Los Lobos. Family entertainment on the Isle of Los Lobos.

**FUERTEVENTURA, WHITE SAND AND EMERALD GREEN WATER**

*The Island of Fuerteventura is home of 150 kilometres of magnificent beaches. On the east side of the island, emerald green waters lap the white sandy coastline while on the west, the waves converse with a golden sandy coastline. The island is a paradise for the practise of aquatic sports, strolls along the beach and for lovers of fresh fish.*

*Its most famous beach is the Cofete Beach with its spectacular mountainous background. Here visitors will be treated to over twelve kilometres of beautiful, unspoilt coastline.*



# CHUSO GARCÍA BRAGADO

25 años en la élite  
de la marcha mundial

*25 years of elite  
performance*



Jesús García Bragado (Madrid, 17 de octubre de 1969), popularmente conocido como Chuso, es uno de los deportistas más galardonado del panorama español. No podemos detallar su extensísimo palmarés, lleva más de 25 años como deportista profesional, pero entre sus méritos cabe destacar la medalla de oro obtenida en el campeonato del mundo de 50 kilómetros marcha de Stuttgart en 1993, la plata en los mundiales de Atenas de 1997 y Edmonton de 2001, y el bronce de Berlín 2009. En campeonatos europeos en Múnich 2002 logró el bronce y en Gotemburgo 2006 la plata, entre otros. El año pasado con 45 años corrió el europeo de Zúrich. Recientemente se ha confirmado su participación en los próximos Juegos Olímpicos de Río de Janeiro 2016 en los que será el deportista español con mayor número de participaciones de la historia en el mayor evento deportivo del mundo.

Jesús García Bragado (Madrid, 17<sup>th</sup> October 1969), more popularly known as Chuso, is one of the most acknowledged sportspeople in Spain. We cannot write down all the awards and prizes he has won over his 25 years of sport at professional level, but among his most noteworthy merits are the gold medal at the 50 km race-walking world championship in Stuttgart in 1993, at the same championship in Athens in 1997 and in Edmonton 2001 the silver medal and bronze in Berlin 2009. At the Munich European championship in 2002 he won the bronze medal and in Gothenburg 2006 the silver, just to mention a few. Last year, at 45 years old, he competed in the Zurich European championship. More recently he confirmed his participation in the next Olympic Games in Rio de Janeiro in 2016 where he will be the Spanish sports person who has taken part most times in the Olympic Games.



*Bernardo Hernández*

**BEHER**  
GUIJUELO



*El Jamón más  
premiado del mundo*



**El mes de agosto del próximo año disputará sus séptimos juegos olímpicos, los de Río de Janeiro, ¿qué supone este gran reto?**

Es conseguir algo que era impensable hace 25 años cuando decidí tomarme en serio el deporte de alta competición. Con 46 años mantenerse en la élite de mi deporte, pese al esfuerzo que exige, me lleva a pensar que soy un privilegiado.

**¿Cómo recuerda su primera participación en Barcelona 92?**

Participar en los Juegos Olímpicos de Barcelona en 1992 cuando siendo un chaval de 18 años me entrenaba con la ilusión puesta en poder estar presente, fue convertir un sueño en realidad. Actualmente puedo decir orgulloso que formé parte de un evento que hoy es historia viva del deporte español.

**¿Cómo se consigue mantener la motivación durante tantos años?**

Solo se consigue disfrutando con lo que haces. Manteniendo el espíritu y la ilusión con las que te iniciaste y regresando siempre a la esencia y los fundamentos cuando en ocasiones se hace más complicado continuar.

**¿Qué victoria recuerda con especial emoción?**

En especial destacaría la medalla de oro en campeonato del mundo en 1993 en Stuttgart y mi última medalla obtenida en el campeonato del mundo de Berlín 2009 porque en ambas estuve acompañado de mi familia. En 1993 con mis padres, entonces era un veinteañero, y en 2009 con mis hijas pues ya era un veterano a punto de convertirme en un cuarentón.

**¿Qué opina de la generalización de la práctica del *running*?**

La práctica masiva que vemos todos los días y fines de semana con el *running* me resulta increíble y aún hoy todavía me sigo sorprendiendo del auge que ha adquirido. Es una consecuencia de una sociedad que ha progresado en cuanto a que el bienestar y sentirse bien forma parte de sus objetivos.

**¿Qué consejo le daría a los deportistas aficionados?**

El mejor consejo que les puedo dar es que practiquen el deporte desde una vertiente de salud. La competición es una opción que debe ser tomada ajustándose a un plan de entrenamiento adecuado, no salir a participar sin valorar las consecuencias negativas que puede comportar realizar una actividad exigente sin la preparación necesaria.

**¿Tiene fecha prevista de retirada o seguirá hasta que el cuerpo aguante?**

Evidentemente, estos serán mis últimos juegos olímpicos como deportista. Continuaré practicando atletismo y compitiendo a un nivel amateur pero sin las exigencias que precisa la competición internacional.

**¿Le gustaría seguir ligado al atletismo después?**

Sin ninguna duda. En el futuro me gustaría seguir ligado a mi deporte y poder devolverle todo lo que él me ha dado a mí.

**Vuela frecuentemente con IBERIA REGIONAL AIR NOSTRUM, ¿qué aspectos destaca de la compañía?**

Pues sí he viajado con Iberia Regional porque en ocasiones he tenido que desplazarme a ciudades donde gracias a vuestra compañía se puede ir en avión. De no ser así supondría muchas horas de desplazamiento. Ese es el aspecto que más me ha sorprendido, poder realizar un viaje directo a aeropuertos poco frecuentados.

**In August next year you will be competing at your seventh Olympic Games in Rio de Janeiro. What does this great challenge mean to you?**

Achieving something unthinkable. Nearly 25 years have gone by since I decided to take top-level sport seriously. At 46 years old performing at elite level in my sport, in spite of all the effort it means, makes me think I am highly privileged.

**How do you remember your first Olympics, in Barcelona 92?**

Taking part in the Barcelona Olympic Games in 1992 when I was just 18 years old and training hard with all the excitement of just being there was a dream come true for me. I can now proudly say that I was part of an event that is living history in Spanish sport today.

**How do you manage to stay motivated over so many years?**

That can only be achieved by enjoying what you do. Keeping the same spirit and illusion as when you started and always returning to the essence and basics when you feel continuing is harder.

**What victory do you specially remember?**

I would highlight my gold medal at the 1993 World Championships in Stuttgart, and my last medal at the World Championships in Berlin in 2009, because on both occasions my family were with me. In 1993 with my parents when I was just a twenty-year-old, and in 2009 with my daughters, already a veteran in the sport about to turn forty.

**What do you think about how running has become so generalised?**

The way running has become a mass sport today is incredible, and I am still surprised today by the huge increase in the number of runners. This is the result of a society that has made progress in wellness and feeling good is part of its objectives.

**What advice would you give to amateur sportspeople?**

The best piece of advice I would give them is to do sport for health. Competition is an option that should only be taken in accordance with a suitable training plan, and not taking part without considering the negative consequences that doing a demanding sport has without the necessary preparation.

**Have you set a date for retirement or will you keep going as long as your body allows you to?**

Obviously Rio will be my last Olympic Games as a competitor. I will continue doing athletics and competing at amateur level, but without the demands of international competition.

**Would you like to stay involved with athletics afterwards?**

Yes, of course. I would love to be linked to my sport and give back to it what everything it has given me.

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

I have travelled Iberia Regional because I have had to travel to cities where, thanks to your company, I could travel by plane. Otherwise, it would have meant many more hours travelling. That is the aspect that most surprises me, being able to fly direct to airports where not many other flights go.



# Con Nisa Capilar te cambiará la vida.

Ven y conoce la **tecnología de última generación** en **microinjerto capilar robotizado**.

Descubrirás las **grandes ventajas** que el tratamiento asistido por **ARTAS®** ofrece frente a las demás técnicas habituales:

- resultados más **naturales**
- zona donante **imperceptible**
- recuperación más **rápida**

CON TODA LA TRANQUILIDAD  
Y SEGURIDAD QUE EL HOSPITAL  
NISA 9 DE OCTUBRE TE GARANTIZA

FACILIDADES DE FINANCIACIÓN

ÚNICOS EN LA COMUNIDAD  
VALENCIANA



HOSPITAL NISA 9 DE OCTUBRE  
Valle de la Ballestera, 59 - Valencia  
Tel.: 963 179 100 · [www.nisacapilar.es](http://www.nisacapilar.es)  
E-mail: [capilar@hospitales.nisa.es](mailto:capilar@hospitales.nisa.es)



# Pirineo de Lleida

## El paraíso del esquiador

Las estaciones de esquí del Pirineo de Lleida reciben cada año prácticamente a uno de cada cuatro esquiadores que eligen España para practicar su deporte, así como a dos de cada tres que esquían en Cataluña.

Traducción / Translation: Jane Singleton.

- ▶ Excursiones con raquetas en Aigüestortes i Estany de Sant Maurici.  
*Snowshoe excursions around the Aigüestortes i Estany de Sant Maurici National Park.*  
© Autor Oriol Clavera.





# Lleida Pyrenees

*A skier's paradise*

One out of four skiers choose to spend their annual skiing holiday at one of the magnificent ski resorts located in the Pyrenees with two out of three choosing the Lleida Pyrenees as their favourite winter holiday destination.





¿Por qué es tan popular el Pirineo de Lleida? Probablemente el hecho de que comarcas como la Val d’Aran, la Alta Ribagorça, el Pallars Sobirà, el Solsonès, el Alt Urgell o la Cerdanya leridana ofrezcan unas pistas excelentes y muy variadas, que además disponen de una amplia oferta complementaria en medio de bellísimos paisajes de alta montaña, instalaciones de hostelería de primer nivel, una gastronomía de altísima calidad y un rico patrimonio cultural con especial mención al románico.

Las cifras hablan por sí solas. El conjunto de las once estaciones de esquí del Pirineo de Lleida sigue representando la mayor oferta de nieve de España con 485 kilómetros de pistas balizadas, entre alpino y nórdico, y más de 4.000 hectáreas esquiabiles, con 242 pistas y un centenar de kilómetros de circuitos para raquetas en esta nueva temporada 2015/2016. Los centros de invierno disponen de 77 remontadores con una capacidad para desplazar 110.844 pasajeros a la hora, más de 1.500 monitores y más de 30.000 plazas de alojamiento turístico en las proximidades de las diversas estaciones.

Todos los complejos de esquí del Pirineo de Lleida afrontan la nueva temporada 2015/2016 con una mejora de sus instalaciones y servicios y con 10 kilómetros más de pistas de alpino que la campaña anterior.

La estación de Baqueira Beret, enclavada en la Val d’Aran, sigue siendo el complejo con el mayor dominio esquiabile de España, con 2.166 hectáreas. La infraestructura invernal tiene la mayor capacidad de esquiadores —permite acoger unos 59.424 de forma simultánea— y cuenta con una amplísima gama de servicios. Este complejo tiene 155 kilómetros esquiabiles, 103 pistas de alpino, siete kilómetros de circuitos específicos para la práctica del esquí nórdico, un *snowpark* y un estadio de eslalon.

What makes the Lleida Pyrenees so popular? It probably has something to do with the fact that the Val d’Aran, Alta Ribagorça, Pallars Sobira, Solsones, Alt Urgell and Cerdanya leridana not only offer their visitors a splendid variety of excellent skiing installations, but also a wide range of beautiful alpine scenery, first-class catering facilities, high quality gastronomy and a rich cultural heritage which includes, amongst other things, an extraordinary group of Romanesque historical monuments.

Let the figures speak for themselves. Together, the Lleida Pyrenees ski resorts provide visitors with a total 485 kilometres of Alpine and Nordic *pistes* (marked ski runs or paths) and over 4,000 hectares of installations made up of 242 ski runs and a hundred kilometres of snowshoeing tracks. The resorts are also home of some 77 ski lifts able to transport 110,844 skiers per hour. Some 1,500 ski monitors and an outstanding variety of tourist accommodation in and around this group of picturesque ski resorts, with space for over 30,000 visitors, can also be found.

The Lleida Pyrenees ski resorts will, this season, not only be offering visitors a selection of improved installations and services, but also ten kilometres of new Alpine ski runs compared to last season.

The Baqueira Beret Ski Resort, located in the Val d’Aran, continues to hold the title of the Lleida Pyrenees ski resort with the largest (2,166 hectares) skiable terrain. This wonderful ski resort not only provides visitors with a wide selection of excellent services, but is also able to host some 59,424 skiers at the same time. This exceptional ski resort provides skiers with, amongst other things, 155 kilometres of skiable terrain along with 103 Alpine ski runs, 7 kilometres of special circuits for the practise of Nordic skiing, a winter snowpark and a slalom stadium.

EL CONJUNTO DE LAS  
ONCE ESTACIONES DE  
ESQUÍ DEL PIRINEO  
DE LLEIDA SIGUE  
REPRESENTANDO LA  
MAYOR OFERTA DE  
NIEVE DE ESPAÑA CON  
485 KILÓMETROS DE  
PISTAS BALIZADAS

Muñeco de nieve en Baqueira Beret.  
A snowman at the Baqueira Beret Ski Resort.  
© Oriol Clavera.

*THE ELEVEN SKI  
RESORTS LOCATED IN  
THE LLEIDA PYRENEES  
ARE, THANKS TO THE  
485 KILOMETRES OF  
PISTES AVAILABLE HERE,  
CONSIDERED SPAIN'S  
MOST IMPORTANT SKI  
NETWORK*



► Un joven se prepara para practicar snowboard.  
A youngster prepares for a session of snowboarding.  
© Carles Mas.



Las otras estaciones de esquí alpino del Pirineo leridano son Boí Taüll Resort, situada en la Vall de Boí, en la comarca de la Alta Ribagorça, que dispone de la cota más alta de esquí del Pirineo catalán, en Puig Falcó (2.751 metros); Espot Esquí, Port Ainé y Tavascan, situadas en el Pallars Sobirà, la comarca leridana que cuenta con un mayor número de estaciones de esquí, y finalmente Port del Comte, que tiene la mayor zona de debutantes de los Pirineos y se halla situada en la comarca del Solsonès.

También los practicantes del esquí nórdico encontrarán en las comarcas leridanas una amplia oferta con unas instalaciones rodeadas de espacios naturales protegidos de gran belleza. De hecho, Lleida es la provincia española con mayor número de estaciones de esta modalidad y con el mayor espacio esquiable gracias al circuito de Pollineres, que permite la conexión de los centros de Lles de Cerdanya y Aransa y proporciona una red de 68 kilómetros de pistas.

Las estaciones para practicar el esquí nórdico en el Pirineo leridano son Aransa i Lles de Cerdanya, en la Cerdanya leridana, Sant Joan de l'Erm i Tuixent-La Vansa en el Alt Urgell y Virós-Vallferrera, en el Pallars Sobirà. Baqueira Beret y Tavascan ofrecen las dos modalidades.

Por supuesto, la oferta de esquí alpino y nórdico de Lleida tiene su complemento perfecto en las propuestas de actividades lúdico-deportivas y de *après-ski* que proliferan por todo el territorio, como es el caso de los paseos con raquetas, las excursiones en trineos tirados por perros, a caballo o a pie, las motos de nieve, los quads, el heliesquí y los vuelos panorámicos en helicóptero, por citar solo algunas.

Además, los complejos invernales proponen numerosas actividades relacionadas con el turismo familiar que incluyen clases especiales de esquí para los más pequeños,

Also worth mentioning is the Boi Taüll Ski Resort situated in the region of Alta Ribagorça and home of the Puig Falco (2,751 meters) mountain, considered the highest skiing point in the Lleida Pyrenees; the Espot Esqui, Port Aine and Tavascan ski resorts situated in Pallars Sobira, the region with the highest concentration of ski resorts in the Lleida Pyrenees, and, finally, the Port del Comte Ski Resort, located in Solsones and home of the largest skiing area for beginners in the Pyrenees.

Meanwhile, Nordic skiing enthusiasts will find a wide range of installations here, most of which are surrounded by a combination of protected nature areas of great beauty. In fact, Lleida is considered the Spanish province with the greatest number of Nordic ski resorts and largest skiable terrain thanks to the Pollineres ski circuit which provides access to the Lles de Cerdanya and Aransa ski resorts with a ski run network of 68 kilometres.

The main Nordic skiing installations in the Lleida Pyrenees are the Aransa and Lles de Cerdanya resorts in the Cerdanya leridana area; Sant Joan de l'Erm and Tuixent-La Vansa in the Alt Urgell district and the Viros-Vallferrera in Pallars Sobira. We would mention that both the Baqueira Beret and Tavascan resorts offer Nordic and Alpine skiing facilities.

The different Alpine and Nordic skiing resorts in Lleida provide skiers with, amongst other things, a wide variety of exciting recreational and après ski activities. Among these are stimulating activities such as snow ricketing, dog sleigh riding, horse riding, hiking, quad biking and heli-skiing and the possibility of taking a breathtaking scenic helicopter ride.

The Lleida Pyrenees ski resorts also provide visitors with an important variety of family tourism activities. These include, amongst others, special skiing lessons for children of all ages, ski run playgrounds, recreational

parques infantiles en las pistas, zonas lúdicas y de aventura para todas las edades o actividades de divulgación del espacio natural del entorno en las estaciones.

El patrimonio natural es uno de los activos más importantes de la zona. Destaca el Parque Nacional de Aigüestortes i Estany de Sant Maurici, el único parque nacional de Cataluña, que este otoño ha cumplido el sesenta aniversario de su creación. También se encuentran en el Pirineo leridano el Parque Natural del Alt Pirineu y el Parque Natural del Cadí-Moixeró.

Además, no debemos olvidar la gran riqueza cultural del Pirineo leridano, empezando por los monumentos románicos del Aran, el Pallars Sobirà y la Vall de Boí, en la Alta Ribagorça —donde se encuentra el conjunto de iglesias que fue declarado Patrimonio Mundial de la Humanidad por la Unesco en el año 2000—, y acabando por la cultura gastronómica, basada en productos de la tierra de gran calidad como la carne, los embutidos, el queso, la fruta y las hortalizas, el aceite de oliva, el vino o los licores artesanales.

La riqueza gastronómica se puede constatar en las numerosas manifestaciones (jornadas, muestras o ferias) que proliferan a lo largo del territorio durante todo el año.

and adventure parks for all the family and, finally, a wide range of information with regard to the nature areas surrounding the resorts.

Amongst Lleida's most important assets is, without a doubt, its natural patrimony. We would mention, above all, the impressive Aigüestortes i Estany de Sant Maurici National Park (the only national park located in the Spanish province of Catalonia) which celebrates, this autumn, its 60th anniversary. The Alt Pirineu Nature Park and Cadí-Moixeró Nature Park are also worth a visit.

Other important assets include the Lleida Pyrenees' outstanding cultural wealth made up of a number of extraordinary Romanesque style monuments located in the Val d'Aran, Pallars Sobira and Vall de Boi in the Alta Ribagorça region where visitors will find this amazing network of ancient churches declared, in the year 2000, a World Heritage Site by the Unesco. The Lleida Pyrenees also stands out for its marvellous gastronomy based on fresh produce made up of local meat, cold cuts, cheese, fruit and vegetables, olive oil, wine and homemade liqueurs amongst other things.

Visitors to the Lleida Pyrenees will find here an important list of annual food events that includes conferences, exhibitions and food fairs.



Sant Climent de Taüll, nevado.  
The ancient Sant Climent de Taüll covered in snow.  
© Francesc Tur.

## MUCHO MÁS QUE NIEVE

Cada vez son más los esquiadores que apuestan no solo por su deporte sino también por otras actividades de interés cultural e histórico. Así, una de las principales novedades la encontramos en la iglesia de Sant Climent de Taüll, en la Vall de Boí, en la comarca de la Alta Ribagorça. Allí se puede contemplar una espectacular representación virtual de las pinturas originales del ábside, que datan del siglo XII, y que incluye la posibilidad de admirar el conocidísimo Pantocrátor. Esta reproducción en uno de los templos románicos más emblemáticos de la Vall de Boí, que cumple este otoño el decimoquinto aniversario de su declaración como Patrimonio de la Humanidad, consta de la recreación propiamente dicha, un audiovisual que explica el proceso de ejecución de la pintura y la iluminación del ábside.

El conjunto románico de la Vall de Boí está formado por las iglesias de Sant Climent y Santa Maria de Taüll, Sant Joan de Boí, Santa Eulàlia de Erill la Vall, Sant Feliu de Barruera, la Nativitat de Durro, Santa Maria de Cardet, la Assumpció de Còll y la ermita de Sant Quirc de Durro.

## MORE THAN JUST SNOW

More and more skiers are, during a stay in the Lleida Pyrenees, looking for activities of a cultural or historic nature.

Undoubtedly, one of the most popular historical monuments here is the beautiful Church of Sant Climent of Taüll situated in the spectacular Vall de Boi in the Alta Ribagorça district. Here visitors are invited to contemplate a remarkable virtual representation of the church's original apse wall paintings dating back to the 12<sup>th</sup> century along with the work known as the Pantocrator by the Master of Taüll, all housed in one of the Vall de Boi's most emblematic Romanesque churches which happens, this autumn, to celebrate the 15th anniversary of its designation as a World Heritage Site. Here, visitors will also find an audiovisual presentation explaining the implementation process of the painting and lighting of the apse.

The Vall de Boi Romanesque historical monuments include the churches of Sant Climent and Santa Maria of Taüll, Sant Joan of Boi, Santa Eulalia d'Erill la Vall, Sant Feliu of Barruera, Nativitat of Durro, Santa Maria of Cardet and Assumpció of Coll and the Sant Quirc of Durro hermitage.





# La ruta segoviana de Isabel la Católica

LA EMISIÓN POR PARTE DE TVE DE LA SERIE ISABEL, CUYO ARGUMENTO VERSABA SOBRE LA REINA ISABEL LA CATÓLICA, NOMBRE CON EL QUE SE LA CONOCE HISTÓRICAMENTE, PRODUJO UN AUMENTO DEL INTERÉS POR LA REINA DE CASTILLA. ACTUALMENTE LA VISITA DE TURISTAS Y CURIOSOS PARA DESCUBRIR Y CONOCER UN POCO MEJOR LA LEYENDA DE LA MONARCA TIENE EN LA LLAMADA RUTA SEGOVIANA DE ISABEL LA CATÓLICA UN PERFECTO ITINERARIO DE REFERENCIA.

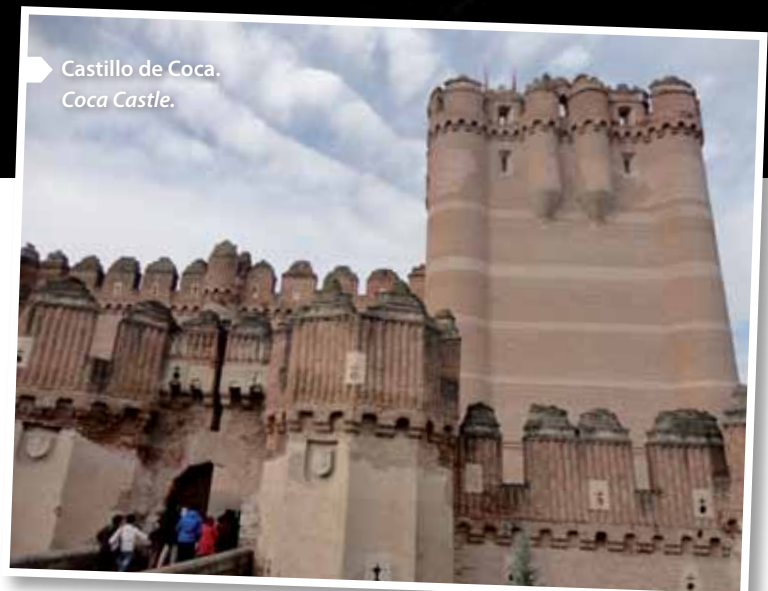
El Alcázar de Segovia.  
*Segovia fortress.*



Isabel I de Castilla nace en 1451 en el antiguo palacio que hoy ocupa el monasterio de Nuestra Señora de Gracia en Madrigal de las Altas Torres (Ávila). En el sitio histórico de Los Toros de Guisando, en El Tiemblo (Ávila) se alzó con el título de Princesa de Asturias en 1468, vivió en la ciudad de Segovia y paseó por numerosas localidades de la provincia cuya visita se recomienda encarecidamente.

La ruta propuesta para el viajero interesado en esta faceta esencial de la historia, combina algunos de los mejores conjuntos histórico-artísticos provinciales con paisajes ver-

Castillo de Coca.  
*Coca Castle.*







# The Segovian route of Isabella the Catholic

WITH TVE'S BROADCASTING OF THE SERIES ABOUT ISABELLA, BASED ON THE REIGN OF QUEEN ISABELLA THE CATHOLIC, A NAME SHE IS HISTORICALLY KNOWN UNDER, LED TO A HUGE AMOUNT OF INTEREST ABOUT THIS QUEEN OF CASTILE. TODAY, THE SEGOVIAN ROUTE OF ISABELLA THE CATHOLIC HAS GAINED POPULARITY AS A PERFECT ITINERARY FOR TOURISTS AND CURIOSITY-SEEKERS TO FIND OUT A LITTLE MORE ABOUT THE LEGEND OF THIS MONARCH.

Isabella I of Castile was born in 1451 in the former palace where the Monastery of *Nuestra Señora de Gracia* now stands in Madrigal de la Alta Torres (Aliva). At the historical site of Los Toros de Guisando in El Tiemblo (Avila) she was awarded the title of Princess of Asturias in 1468. She lived in the city of Segovia and travelled to many towns in the province which are well worth a visit.

The suggested route for travellers interested in this essential part of our history combines some of the best historical / artistic heritage sites in the province with some truly spectacular landscapes. The route starts off in the provincial capital, heading towards Aguilafuente where there are records of several stays by the Catholic monarchs; the fortified Bishop's villa of Turégano, where the monarchs dealt with quarrelsome bishops; the County of Castilnovo, the lordship of one of King Ferdinand's daughters; the imposing medieval villa of Sepúlveda, a model of Castile for well-known artists of the 19th and 20th centuries; *Nuestra Señora de los Ángeles* in the Nature Reserve of Hoces del río Duratón, romantic ruins in one of the most beautiful natural landscapes in the province; the monumental Cuéllar Villa, the residence and Court of the La Cueva family; and finally ends in Coca, where the armed castle, along with those of Salses and La Mota in Medina del Campo was one of the most sophisticated of its day, where we can admire the excellent renaissance style pantheon of the Fonseca, attributed to Fancelli and Bartolomé Ordóñez, authors of the funerary monuments at the Royal Chapel in Granada.

## SEGOVIA

It is impossible to name Isabella I of Castile without naming Segovia. The most significant event associated with Segovia in her biography was on 13th December 1474 when, having left the San Martín palace to preside over a funeral in the Santa María Cathedral, then a Roman

## GASTRONOMÍA

### CALIDAD DE LA MATERIA PRIMA

Clima, cultura gastronómica y diversidad paisajística han hecho del cordero y el cochinillo, asados en horno de leña, los dos productos más famosos y populares; pero los restaurantes segovianos ofertan también excelentes carnes de vacuno y ternera.

La oferta se completa con productos de caza menor como liebres, conejos, perdices, palomas y aves de corral como el pollo y el pato criados con productos naturales; y también hay caza mayor, como el jabalí. Ambas se presentan en jornadas culinarias dedicadas a dicha especialidad, acompañadas de sabrosos caldos.

Cochinillo asado.  
Roast suckling pig.



## CUISINE

### QUALITY RAW MATERIALS

*The climate, gastronomic culture and diversity in the landscape have made lamb and suckling pig, roasted in wood-burning ovens, the two most famous and popular dishes in the region; but Segovian restaurants have a lot more choice of excellent steak and beef dishes.*

*The offer is completed with small game such as hare, rabbit, partridge, pigeon and poultry such as chicken and duck fed on natural products, although there is also big game such as wild boar. Both of them are presented at culinary days dedicated to this speciality, accompanied by some tasty wines.*



Representación histórica por la ciudad.

*Historical performance around the city.*

building facing the entrance to the fortress, she was proclaimed queen of Castile in the courtyard of the former San Miguel church, which no longer exists as it collapsed decades afterwards, with the stones from the ruins being used to build the new San Miguel church in the 30's of the 16<sup>th</sup> century. Visitors to Segovia must not leave without first having tasted the famous beans of Segovia, suckling pig and the Ponche Segoviano dessert. Insofar as accommodation is concerned, the city has a large number of hotels and tourist

apartments of all kinds and for all pockets, from boarding houses to luxury, five-star hotels.

#### AGUILAFUENTE

This Segovian villa gave its name to the first book to be printed in Spain, "Sinodal de Aguilafuente". It was in this town where the agreements and acts were printed of the Synod by the Santa Maria church in June 1472 in the printing house located next to the former cathedral in Segovia by Juan Parix de Heidelberg.

Queen Isabella was in Aguilafuente in May 1483, on her way to Burgos. In October 1505 Ferdinand, now a widower, moved from Segovia to Aguilafuente, since in the Fortress "the walls had ears" and stayed in the town for several days with his secretary sending out several letters concerning affairs of Aragon. Apart from the Santa Maria church, of late Roman origin and widely renovated during the 15<sup>th</sup> century, the church of San Juan Bautista particularly stands out, dating back to the 12<sup>th</sup> century with substantial changes up to the 16<sup>th</sup> century, now the archaeological exhibition hall for the neighbouring Roman Villa site of Santa Lucia.

Aguilafuente holds its local "Paloteo" festivities (the regional dance which features clicking sticks together to show joy and religious devotion) on the 2<sup>nd</sup> and 3<sup>rd</sup> of February, with the festivities of La Virgen de las Candelas and San Blas respectively, although they are celebrated on the nearest Sunday. Aguilafuente also was a wide range of accommodation for rural tourism.

#### TURÉGANO

This small town of 1,150 inhabitants, located in the valley of the rivers Piron and Cega, has a historical significance that is difficult to beat. It was a place of vital historical and geographical importance ever since the most remote times, with ruins dating back to the Celtiberian and Roman eras.

To say Turégano is synonymous of saying Castile, since the fortress at the Bishop's Villa is one of the most important in Spain, and is undoubtedly the most singular of them all because of its unassailable fortified church. Ferdinand spent

daderamente espectaculares. Comienza en la capital de la provincia, partiendo hacia Aguilafuente, donde se documentan varias estancias de los Reyes Católicos; la fortificada villa episcopal de Turégano, donde se enfrentaron reyes con obispos belicosos; el Condado de Castilnovo, señorío de una hija natural del rey Fernando; la imponente villa medieval de Sepúlveda, modelo de castellanía para renombrados artistas de los siglos XIX y XX; Nuestra Señora de los Ángeles en el Parque Natural de las Hoces del río Duratón, románticas ruinas ubicadas en uno de los más sugerentes paisajes naturales de la provincia; la monumental villa de Cuéllar, residencia y corte de los de La Cueva; y concluye en Coca, cuyo castillo artillero fuera, junto a los de Salses y La Mota de Medina del Campo, uno de los más sofisticados de su época, y donde se puede admirar el excelente panteón renacentista de los Fonseca debido a Fancelli y Bartolomé Ordóñez, autores de los monumentos funerarios de la Capilla Real de Granada.

#### SEGOVIA

Es imposible nombrar a Isabel I de Castilla sin evocar Segovia. El evento más asociado a Segovia en su biografía es la jornada del 13 de diciembre de 1474 cuando habiendo salido del palacio de San Martín para presidir los actos fúnebres en la catedral de Santa María, por aquel entonces mole románica enfrentada a la entrada del Alcázar, fue proclamada reina de la corona de Castilla en el atrio de la antigua iglesia de San Miguel, actualmente inexistente ya que décadas después se derrumbó, utilizándose parte de sus piedras como cantera para la construcción de la nueva San Miguel, en los años 30 del siglo XVI. El visitante de Segovia no se puede ir sin probar los afamados judiones de Segovia, el cochinillo asado y de postre el ponche segoviano.

En cuanto a oferta de alojamiento se refiere, la ciudad cuenta con un amplio número de hoteles y apartamentos turísticos de todo tipo y presupuesto, desde pensiones hasta lujosos hoteles de cinco estrellas.



SEGOVIA, DECLARADA POR LA UNESCO PATRIMONIO DE LA HUMANIDAD, TIENE UNA EXCEPCIONAL OFERTA MONUMENTAL POR LA AMPLIA RELACIÓN DE SUS BIENES PATRIMONIALES

SEGOVIA WAS LISTED A WORLD HERITAGE SITE BY UNESCO, AND HAS AN EXCEPTIONAL OFFER OF MONUMENTS OWING TO THE DIVERSITY OF ITS HERITAGE

### AGUILAFUENTE

La villa segoviana ha dado el nombre al primer libro impreso en España, el Sinodal de Aguilafuente. En esta localidad se imprimieron los acuerdos y actas del sínodo que se desarrolló en su iglesia de Santa María el mes de junio de 1472 y se imprimió durante el mismo año en la casa de la imprenta ubicada junto a la antigua catedral en Segovia por Juan Parix de Heidelberg.

La reina Isabel estuvo en Aguilafuente en mayo de 1483 camino de Burgos. En octubre de 1505 Fernando, ya viudo, se trasladó desde Segovia a Aguilafuente ya que en el Alcázar "las paredes oían", instalándose en la localidad durante varios días con su secretario y enviando desde aquí varias cartas referentes a los asuntos de Aragón. Además de la iglesia de Santa María, de origen románico tardío y muy reformada durante el siglo XV, destaca la iglesia de San Juan Bautista, del siglo XII con modificaciones sustanciales hasta el siglo XVI, actual aula arqueológica del vecino yacimiento de la villa romana de Santa Lucía.

Aguilafuente conmemora sus fiestas del paloteo (baile regional en el que se chasquean palos para manifestar la alegría y devoción religiosa) los días 2 y 3 de febrero, festividades de La Virgen de las Candelas y San Blas respectivamente, celebrándose en el domingo más próximo. Reseñar que Aguilafuente posee una amplia oferta de alojamientos de turismo rural.

three days in the castle, waiting to be received by his wife Isabella after she was proclaimed Queen of Castile on 13<sup>th</sup> December 1474 in Segovia. They finally met on the 2<sup>nd</sup> of January 1475, when the competence of each of the monarchs were negotiated, which were set down in the Concord of Segovia. We also recommend visiting the San Miguel and Santiago churches, strolling around the Plaza de España and the Bishop's Palace.

There are footpath and cycle routes from Turégano along tracks that claimed major importance in medieval times, and landscapes that change abruptly over short distances.

The suckling lamb and "Bacalao al ajo arriero" (cod in tomato and garlic sauce) are speciality dishes in Turégano, which attract good food lovers.

### SEPÚLVEDA

Supúlveda heads up the villa communities that are still home to major heritage sites, and includes remains of medieval forts (gates and walls), Roman churches as noteworthy as El Salvador, one of the first churches in this style to the south of the Douro River. Sepúlveda was listed a national historical / artistic heritage site in 1951, and to visit the Villa we recommend following the route by

## CASTILLO DE VILLAFRANCA EN CONDADO DE CASTILNOVO

El que anteriormente fuera uno de los castillos cedidos a Don Álvaro de Luna por el rey Juan II, padre de Isabel, y a Don Juan de Pacheco, Marqués de Villena, por Enrique IV, fue residencia ocasional de los Reyes Católicos en algunos de sus desplazamientos desde Segovia a Burgos.

El aspecto actual del castillo se debe a las restauraciones y reformas realizadas por José de Galofre, pintor y secretario de Isabel II, quien lo adquirió en el siglo XIX, y a los Marqueses de Quintanar, sus propietarios en el siglo XX.

## MONASTERIO DE NUESTRA SEÑORA DE LOS ÁNGELES DE LA HOZ, SEBÚLCOR

Las ruinas del monasterio franciscano de Nuestra Señora de la Hoz se hallan en el corazón del Parque Natural de las Hoces del río Duratón, gozando de una de las ubicaciones más pintorescas para un cenobio en el territorio provincial. Fue fundado por monjes franciscanos durante el reinado de Fernando III en el siglo XIII, según la tradición sobre una iglesia paleocristiana dedicada a la Virgen y a San Pantaleón. De alguna manera el lugar se relacionaría en origen con antiguos eremitorios altomedievales vinculados a la próxima Cueva de los Siete Altares.

## VILLAFRANCA CASTLE IN CASTILNOVO COUNTY

What was formerly one of the castles loaned to Don Alvaro de Luna by King Juan II, father of Isabella, and to Don Juan de Pacheco, the Marquis of Villena, by Enrique IV, was the occasional residence of the Catholic monarchs during some of their trips from Segovia to Burgos.

The appearance of the castle today is due to the restoration and renovation work carried out by Jose de Galofre, Isabella's painter and secretary, who acquired it in the 19<sup>th</sup> century, and the Maquises of Quintanar, the owners in the 20<sup>th</sup> century.

## NUESTRA SEÑORA DE LOS ÁNGELES DE LA HOZ MONASTERY, SEBÚLCOR

The ruins of this Franciscan monastery of Nuestra Señora de la Hoz are found in the heart of the Hoces del Rio Duratón Nature Reserve, in one of the most picturesque sites for a cenobium in the provincial territory. It was founded by Franciscan monks during the reign of Ferdinand III in the 13<sup>th</sup> century, according to tradition over the site of an early Christian church dedicated to the Virgin and St. Pantaleon. Somehow the site is related in origin with the former, late-medieval hermitages linked to the nearby Cueva de los Siete Altares (Cave of the Seven Altars).



## TURÉGANO

Esta pequeña localidad de 1.150 habitantes, situada en el valle de los ríos Pirón y Cega, tiene un bagaje histórico difícil de superar. Fue una urbe de vital importancia histórica y geográfica ya desde la antigüedad más remota, contando con ruinas de origen celtibérico y romano.

Decir Turégano es decir castillo, pues la fortaleza de esta villa episcopal es de las más importantes de España y desde luego la más singular de todas por su carácter de iglesia fortificada inexpugnable. En el castillo estuvo alojado Fernando durante tres días esperando a ser recibido por su esposa Isabel tras su proclamación como reina de Castilla el 13 de diciembre de 1474 en Segovia. Finalmente, el encuentro tuvo lugar el 2 de enero de 1475, momento en el que se negociaron las competencias de cada uno de los monarcas, que quedaron recogidas en la Concordia de Segovia. También son recomendables las visitas a las iglesias de San Miguel y Santiago, callejear por la plaza de España o el palacio episcopal.

Desde Turégano se pueden realizar rutas a pie o en bicicleta disfrutando de caminos de gran importancia en la época medieval y de paisajes que cambian bruscamente en apenas unos kilómetros.

El cordero lechal asado y el bacalao al ajo arriero son especialidades de Turégano que atraen a los amantes de la buena mesa.

## SEPÚLVEDA

Cabeza de una de las comunidades de villa conserva un imponente conjunto patrimonial, en el que se incluyen desde restos de sus fortificaciones medievales (puertas y murallas) a iglesias románicas tan fundamentales como El Salvador, una de las pioneras en este estilo al sur del Duero. Desde 1951 Sepúlveda está declarada Conjunto Histórico-Artístico. Para realizar una visita a la villa lo más recomendable es empezar el recorrido por la Oficina de Turismo, situada en la iglesia de los Santos Justo y Pastor.

El municipio es famoso, no solo por su románico y las Hoces del río Duratón, sino también por su cordero lechal asado. Además se puede vivir una experiencia emocionante, didáctica y de calidad realizando las rutas históricas de Sepúlveda a través de sus personajes: visitas diurnas y nocturnas, de uno o varios personajes, enfocadas tanto a niños como a adultos.

## CUÉLLAR

Asentada desde la prehistoria sobre varias colinas y rodeada de la mayor extensión de pino resinero de Europa, es el núcleo de población más importante de la provincia con 9.800 habitantes. Se define esencialmente como Villa del Mudéjar. Sorprende la gran riqueza monumental que el paso de la historia ha ido dejando en las calles y los edificios de la villa: palacios, casas blasonadas, arquitectura popular, conventos, castillo... y fundamentalmente sus murallas y las iglesias.

Hay que señalar que fue ésta una población donde convivieron en buena armonía las tres culturas medievales de la península: judíos, moros y cristianos. Fruto de esta convivencia quedan vestigios como la judería, la calle de Morería o la necrópolis musulmana de Santa Clara, auténticos testimonios en el amplio conjunto histórico medieval. El castillo de Cuéllar parece estar habitado por sus antiguos moradores. Sus visitas teatralizadas nos transportan en unos segundos a otros



Sinodal de Aguilafuente.  
Aguilafuente Synodal.



Visitas teatralizadas del castillo de Cuéllar.  
Dramatised visits of Cuéllar castle.



Castillo de Turégano.  
Turégano Castle.

POR TODO EL ÁREA PROVINCIAL DE SEGOVIA HAY CUANTIOSAS Y RICAS MUESTRAS DE ARTE QUE PERMITEN LA REALIZACIÓN DE RUTAS DIFERENTES SEGÚN LAS AFICIONES O LOS GUSTOS DEL VISITANTE

THE ENTIRE PROVINCE OF SEGOVIA HAS A WEALTH OF ART DESCRIBING DIFFERENT ROUTES DEPENDING ON THE LIKES AND TASTES OF VISITORS

tiempos y nos sumergen en su historia de una manera amena y entretenida.

A finales del mes de agosto y principio de septiembre tienen lugar los encierros de Cuéllar, declarados de Interés Turístico Nacional. El ganado sale de los corrales en la ribera del río Cega a las 8 de la mañana y es conducido, en un recorrido de cinco kilómetros a través de los pinares, por un grupo de caballistas, llegando a Cuéllar en torno a las 9:30 de la mañana. A continuación se celebra el encierro por un circuito urbano hasta llegar a la plaza de toros donde se procede a lo que se denomina *la probadilla*, similar a una capea, en la que los mozos más valientes hacen recortes a los novillos.

#### COCA

Esta villa está ineludiblemente vinculada desde el s. XV a la familia Fonseca, señores de Coca y Alaejos. En la capilla mayor de la iglesia de Santa María fundaron su panteón, uno de los mejores conjuntos del renacimiento castellano, debido a los mismos artistas que realizaron en la Capilla Real de Granada los monumentos funerarios de los Reyes Católicos, de Juana I y Felipe el Hermoso: Domenico Fancelli y Bartolomé Ordóñez.

El castillo de Coca es considerado como una de las más hermosas muestras del arte gótico-mudéjar español. Su construcción asombra y enamora a quienes lo ven por primera vez, pues expresa en cada una de sus formas realizadas con ladrillo, un conjunto arquitectónico original e imaginativo como pocos. Destaca la belleza singular de sus salas, en las cuales se ven representados hermosos motivos geométricos mudéjares realizados con estucos y pinturas, aportándonos así mismo un legado único e irrepetible.

the Tourist Information Office, located in the Santos Justo y Pastor Church.

The town is not only famous for its Roman origins, the Hoces del Rio Duratón, but also for its roast suckling lamb. There is also the option of a quality, exciting, educational experience following the historical routes of Sepúlveda through its characters. Day or night visits by one or more characters, targeting children and adults alike.

#### CUÉLLAR

Standing since prehistory on several hills and surrounded by the biggest resin pine forest in Europe, this is the province's most highly populated town with 9,800 inhabitants. It is essentially defined as "Mudéjar Villa". The wealth of monuments that time has left in its wake in the streets and the town's buildings of Cuéllar is surprising: palaces, shield-bearing houses, popular architecture, convents, castle...

and above all its city walls and churches.

It must be emphasised that three medieval cultures lived together in harmony in this town: Jews, Moors and Christians. The fruit of this coexistence can be seen in the Jewish Quarter, Morería Street or the Muslim Necropolis of Santa Clara, bearing witness to the medieval history of this town. Cuéllar castle appears to still be inhabited by its former dwellers. The dramatised visits around the town instantly take us back in time, submerging us in history in a way that is both enjoyable and entertaining.

At the end of August and beginning of September the Cuéllar bull runs are held, declared events of National Touristic Interest. The livestock are released from their pens on the banks of the River Cega at 8 o'clock in the morning and are driven along a five kilometre route through pine woodland by a group of mounted drovers, to reach Cuéllar at around 9:30 in the morning. The bull run is then held around the streets taking the bulls to the bullring where the "*probadilla*" takes place, similar to a mock bullfight, where the bravest youngsters use their capes on the young bulls.

#### COCA

This town has been inevitably linked to the Fonseca family since the 15<sup>th</sup> century, the lords of Coca and Alaejos. They built their pantheon in the main chapel of Santa Maria, one of the best remaining items of the Castilian renaissance, mainly because the same artists who made the Royal Chapel of Granada, the funeral monuments of Catholic monarchs and of Juana I and Felipe el Hermoso did the work: Domenico Fancelli and Bartolomé Ordóñez.

Coca castle is considered one of the most beautiful examples of Spanish Gothic / Mudejar artwork. The building enthralled and enchants people when they see it for the first time, and as a piece of architecture it is second to none in its originality and imagination. The singular beauty of its halls are particularly noteworthy, where beautiful geometric patterns can be seen in the Mudejar style, made from stucco and paint, which in themselves are unique, unrepeatable heritage.



#AmazingCádiz

¿Conoces  
la provincia  
de Cádiz?  
[cadizturismo.com](http://cadizturismo.com)

La Garganta Verde.  
Parque Natural de Grazalema.  
Foto: José Antonio Sanguinetti.



Diputación  
de Cádiz

DESARROLLO ECONÓMICO  
Y SERVICIOS A LA CIUDADANÍA  
Patronato Provincial de Turismo

# CÁDIZ

## La ruta de los pueblos blancos

Situada al sur de la Península Ibérica en el extremo suroccidental de Andalucía, en la provincia de Cádiz, la comarca de la Sierra de Cádiz-Pueblos Blancos está comunicada con la zona de la Bahía y la Costa del Sol por la A-382 y con Sevilla por la A-473.

Goza de un clima benigno, de veranos calurosos e inviernos no muy fríos, no obstante en la Sierra de Grazalema (Reserva de la Biosfera) se registra un microclima que se caracteriza por su alto índice de pluviosidad, el mayor de España.

Sus pueblos blancos, de urbanismo andalusí y valiosos vestigios arqueológicos, que se encaraman en las laderas de las montañas, son toda una alternativa al turismo bullicioso además de una garantía para el disfrute de la naturaleza. Por ello, es uno de los destinos preferidos por los amantes del turismo rural.

Su amplia oferta de turismo activo, en el marco de sus dos espacios naturales protegidos (Grazalema y Alcornocales), ofrece una gastronomía que se nutre de los productos de la tierra. Fiestas y tradiciones con carácter propio completan la nómina de los múltiples atractivos de esta zona gaditana.

### GASTRONOMÍA

Los platos de venado, perdiz y conejo están muy arraigados, tanto como los guisos, cocidos y potajes. Como ingrediente indispensable de todas las elaboraciones, el aceite de oliva de la Sierra de Cádiz, que cuenta con denominación de origen propia desde el 2002. También hay que reseñar el queso de Villaluenga del Rosario, el pueblo más pequeño de Cádiz que cada año surte con sus quesos tiendas delicatessen de Suiza.



# CÁDIZ

## The route of the white villages

Located to the south of the Iberian Peninsula at the far southwest of Andalusia in the province of Cadiz, the region of Sierra de Cádiz – Pueblos Blancos has road communication with the Bay region and the Costa del Sol along the A-382 and with Seville on the A-473.

It has a benign climate with hot summers and mild winters, although in Sierra de Grazalema (a Biosphere Reserve) there is a microclimate characterised by its high rainfall, one of the highest in Spain.

Its white villages, built in the Andalusian architectural style and valuable archaeological remains perched on the mountainsides are an alternative to the bustle of traditional tourism, and a guarantee of enjoying pure nature. It is therefore one of the preferred destinations for lovers of rural tourism.

The wide choice of active tourism, set in the framework of its two protected natural areas (Grazalema and Alcornocales) afford local cuisine that feeds from the products from the land, fiestas and traditions with their own personality to complete the wealth of multiple attractions of this Gaditan region.

### GASTRONOMY

Dishes based on venison, partridge and rabbit are very deeply rooted, as are the stews, casseroles and pottage. Olive oil, locally produced in the Sierra de Cadiz is an indispensable ingredient in all the recipes, which has had its own appellation of origin since 2002. The cheese produced in Villaluenga del Rosario, the smallest village in Cadiz, is also noteworthy, which every year ships stock to Switzerland for Swiss delicatessen shops.



A continuación les presentamos algunas prendas de caballero perfectas para abrigarse en Invierno. También son ideales para regalar en Navidad.

Here we present men's some clothes to keep warm in the wintertime and to give at Christmas.



**Parka  
BARBOUR**

Una de las auténticas chaquetas de la legendaria enseña. Es resistente, duradera y repele el agua de forma natural.

[www.barbour.com](http://www.barbour.com)



**Camisa shirt  
EL GANSO**

Camisa blanca con cuello modelo Oxford Cambridge.

[www.elganso.com](http://www.elganso.com)



**Jersey  
PURIFICACIÓN GARCÍA**

Prácticos, cómodo, moderno e ideal para llevar con camisa o americana.

[www.purificaciongarcia.com](http://www.purificaciongarcia.com)



**Cinturón trenzado  
braided belt  
DOBLEELE**



**Pantalón / Trousers  
MICHAEL BASTIAN**

[www.michaelbastiannyc.com](http://www.michaelbastiannyc.com)



**Botas / Boots  
MASSIMO DUTTI**

Botín en serraje con doble hebilla. Forro y planta en piel y piso de cuero cosido y pegado, con inyectado de goma.

[www.massimodutti.com](http://www.massimodutti.com)



**Bolsa de viaje 'Miles'  
Travel bag  
NEBOTTI**

Está confeccionada de manera artesanal en España cuidando hasta el más mínimo detalle.

[www.nebotti.com](http://www.nebotti.com)



# EL SABOR DE MENORCA THE TASTE OF



Vacas de la isla que pastan en libertad  
Our cows graze freely in the island.



Leche con sabor a los pastos de Menorca  
Milk flavoured with the pastures of Menorca.



Elaboración y maduración con métodos milenarios  
Ancient methods of elaboration and maturation.



La humedad  
Humidity



La luz de Menorca  
The light of Menorca.



La brisa salina que impregna los pastos  
The salt breeze permeates the pasture.

## UN PRODUCTO ÚNICO

Estos factores unidos a su peculiar forma cuadrada con bordes redondeados y su color anaranjado característico, hacen que el queso Mahón-Menorca tenga una personalidad propia.

### Disfruta de todas sus variedades:

*tierno*: suave, *semicurado*: característico e inconfundible y *curado*: una delicia para los amantes del queso.

### Sello de la D.O.P. garantía de calidad y autenticidad.

El Consejo Regulador de la Denominación de Origen Protegida Mahón-Menorca, certifica nuestros quesos, garantizando su origen, Menorca.

**Compra fácil:** por internet o en comercios de todos los países.

## A UNIQUE PRODUCT

These factors coupled with its unique square shape with rounded edges and characteristic orange color, make the Mahón-Menorca cheese has its own personality.

### Enjoy all its varieties:

*tender*: soft, *semi-cured*: characteristic and unmistakable and *cured*: a treat for cheese lovers.

### P.D.O. stamp guarantee of quality and authenticity.

The Regulating Council for Mahón-Menorca Protected Designation of Origin (P.D.O) certifies our cheeses and endorses their origin, Menorca.

**Easy shopping:** For internet or in shop in every country.

 /quesomahonmenorca

 @quesomahon



[www.quesomahonmenorca.com](http://www.quesomahonmenorca.com)

 **Govern  
de les Illes Balears**  
FOGAIBA  
Fons de Garantia Agrària i Pesquera.

FONDO EUROPEO  
AGRÍCOLA DE  
DESARROLLO  
RURAL: EUROPA  
INVIERTA EN  
LAS ZONAS  
RURALES



# “La tecnología acerca la Universidad a las personas”

Arturo de las Heras,  
director general de la  
Universidad a Distancia  
de Madrid, UDIMA,  
y del CEF.- Centro de  
Estudios Financieros



Con apenas siete años de andadura académica, la Universidad a Distancia de Madrid, UDIMA, se ha convertido en un referente de la formación superior en línea. Una modalidad que cobra protagonismo a medida que las nuevas tecnologías reducen las barreras en un mundo globalizado e interconectado.

## ¿Qué importancia tiene la formación *online* hoy en día?

La manera en la que las personas vivimos, trabajamos y nos comunicamos hoy es muy diferente a la de hace unas pocas décadas. Las nuevas tecnologías han cambiado el mundo y a los que lo habitamos. También la manera de estudiar. La tecnología ha posibilitado que millones de personas accedan a los estudios superiores sin importar sus horarios, cargas familiares, puesto de trabajo o ubicación geográfica. Allí donde llega Internet, llega su Universidad, sin horarios ni desplazamientos.

## ¿Cuál es el perfil de los estudiantes de la UDIMA?

Nuestra comunidad de estudiantes está compuesta por un grupo heterogéneo en el que tienen cabida personas con todo tipo de características en cuanto a edad, lugar de residencia o circunstancias personales. Pero es verdad que dentro de esa diversidad, un alto porcentaje de nuestros estudiantes responden al perfil de profesionales con varios años de experiencia y que compaginan su actividad laboral con sus estudios. La UDIMA les brinda la oportunidad de obtener un Doctorado, un Máster o una segunda carrera.

“ UN ALTO PORCENTAJE DE NUESTROS ESTUDIANTES RESPONDEN AL PERFIL DE PROFESIONALES CON VARIOS AÑOS DE EXPERIENCIA Y QUE COMPAGINAN SU ACTIVIDAD LABORAL CON SUS ESTUDIOS





### **La UDIMA es una universidad joven. ¿Cómo ha sido su evolución?**

Fuimos la primera universidad privada no presencial de España. Iniciamos nuestras actividades académicas plenamente adaptados a la Declaración de Bolonia. Desde aquel primer curso 2008-2009 no hemos dejado de crecer en número de alumnos ni de incorporar nuevos programas a nuestra oferta formativa. Un crecimiento sostenido que ha venido marcado por las necesidades de la sociedad. Hoy contamos 17 títulos de grado, 34 másteres oficiales, un doctorado y más de un centenar de títulos propios que se imparten a una comunidad de más de 7.000 estudiantes tanto en España como en el extranjero.

### **¿Cómo es estudiar en la UDIMA?**

Nuestro lema es “UDIMA: la universidad cercana”. Una frase que no se queda en un bonito eslogan publicitario, sino que forma parte de nuestra identidad como institución. Todas nuestras actuaciones y metodologías de enseñanza están dirigidas a facilitar la experiencia académica a nuestros estudiantes. Son personas que tienen trabajos exigentes, horarios, viajes, familia... en definitiva, personas ocupadas que necesitan que su universidad se acerque hasta ellos y les ayude a superar las dificultades.

### **¿Están las universidades online al mismo nivel que las presenciales?**

La dicotomía entre presencial y distancia no tiene mucho sentido en nuestros días. El hecho de que una universidad sea mejor que otra no depende de la modalidad de enseñanza sino estrictamente de la calidad de sus programas y docentes. Son además sistemas complementarios que, con cada vez mayor frecuencia, se mezclan y combinan. La mayoría de las grandes universidades presenciales están incorporando módulos

y actividades *online*. Y no todo en la Universidad a distancia es virtual. La UDIMA examina presencialmente a sus estudiantes en 18 ciudades de España y 14 más en otras partes del mundo, como Luanda (Angola), Bogotá (Colombia), Santo Domingo (República Dominicana) o Sao Paulo (Brasil), entre otras. Además, organizamos eventos y otras actividades presenciales y virtuales para que alumnos y profesores tengan la oportunidad de conocerse mejor.

### **¿Cuáles son los retos a los que se enfrenta su universidad en los próximos años?**

Uno de los retos es seguir acercando el mundo de la empresa al universitario. Tradicionalmente, el entorno académico ha estado demasiado alejado de la realidad del mercado y del tejido empresarial. Y eso es algo que no es ni positivo ni práctico, ya que los estudiantes salen de la universidad con un gran desconocimiento de lo que es la empresa. En la UDIMA tratamos de reducir esta distancia a través de diversas iniciativas como cátedras empresariales, programas de prácticas o la participación de profesionales en activo tanto en la impartición como en el diseño de programas formativos.

### **¿Por qué es importante formarse hoy en día?**

Formarse es siempre una inversión. Para un profesional en activo, actualizar sus conocimientos o ampliarlos hacia otros campos afines puede significar la diferencia entre seguir siendo atractivo para sus empleadores o quedar obsoleto. Además, la educación tiene siempre un componente de superación personal que incide positivamente en otras esferas de la vida. No es sencillo. Nuestros programas son exigentes y requiere esfuerzo y sacrificio superarlos. Pero es un esfuerzo que siempre vale la pena.

Para más información y contacto:

[www.udima.es](http://www.udima.es)

Tel: +34 91 856 16 99

# De centinela de la navegación a guía de la riqueza del norte de Menorca

EL CENTRO DE INTERPRETACIÓN DEL FARO DE CAVALLERIA ES UN CLARO EJEMPLO DE LA POLÍTICA DE AUTORIDAD PORTUARIA DE BALEARES DE ABRIR ESTAS CONSTRUCCIONES A NUEVOS USOS, COMO EL DIVULGATIVO

Texto / Text: M. J. Ferri.

El faro de Cavalleria, en el municipio de Es Mercadal, es un claro ejemplo de esta función dual. Activo desde el 1 de marzo de 1857, el primero y el más septentrional de los faros menorquines ha evitado numerosos naufragios en uno de los puntos más problemáticos de la costa de Baleares —se calcula que entre los siglos XIV y XIX hubo en la zona más de setecientos hundimientos—. Ahora, con la apertura en las antiguas dependencias de los fareros de un centro de interpretación, añade a su papel de vigilante nocturno el de espacio divulgativo. Es, a la vez, guía en el mar y en la tierra, elemento de protección y de conocimiento.

**“Los faros son seres vivos;  
más que formar parte del paisaje, lo crean”**

La frase, del escritor Manuel Rivas, resume lo mítico de estas torres de vigía, guardianas de la costa y protectoras de navegantes, que entierran sus raíces en acantilados y peñascos y que, con el tiempo como aliado, consiguen enhebrarse en el paisaje —humano y natural— hasta el punto, incluso, de erigirse también en guías en tierra firme.

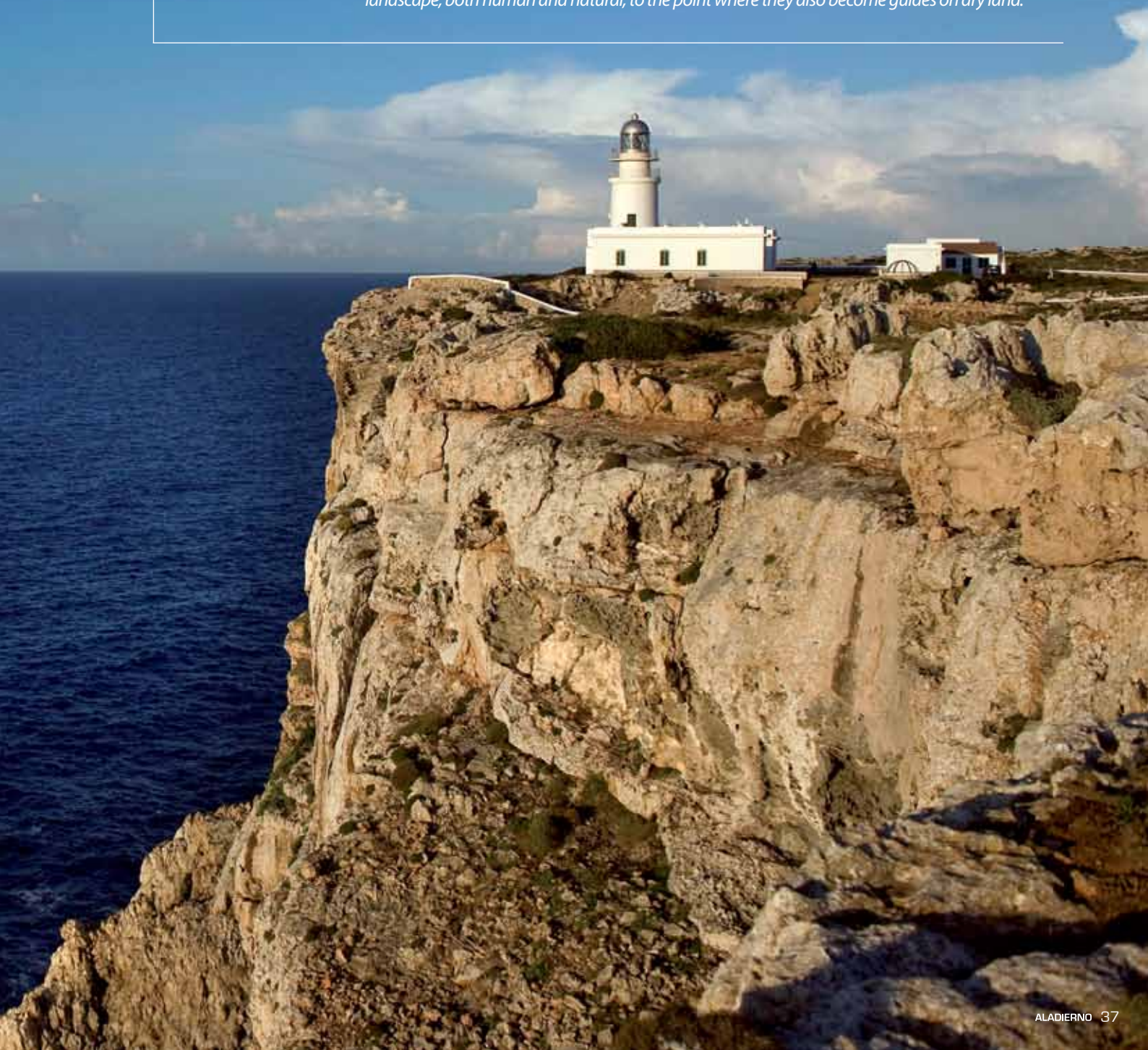
► El faro de Cavalleria, imponente sobre la costa norte menorquina, ha salvado muchas vidas de los naufragios.  
*The Cavalleria Lighthouse, stands imposing over the north coast of Menorca, and has saved many lives from shipwrecks.*

# *From a sailing sentinel to guide to the wealth of the north of Menorca*

THE CAVALLERIA LIGHTHOUSE INTERPRETATION CENTRE IS A CLEAR EXAMPLE OF THE POLICY IMPLEMENTED BY THE BALEARIC ISLANDS PORT AUTHORITY TO OPEN UP THESE BUILDINGS FOR NEW USES, SUCH AS THIS

*“Lighthouses are living beings; more than just being a part of the landscape, they actually create it”*

*The sentence by the author Manuel Rivas summarises the myth of these lookout towers, coastguards and protectors of sailors, whose roots are buried in the cliffs and crags, and which, with time as their ally, manage to blend in with the landscape, both human and natural, to the point where they also become guides on dry land.*





Cavalleria lighthouse in the town of Es Mercadal is a clear example of this dual function. Active since 1st March 1857, the first and most northerly of the lighthouses on Menorca has prevented numerous shipwrecks around one of the most dangerous points on the coastline of the Balearic Islands. It is estimated that between the 14<sup>th</sup> and 19<sup>th</sup> centuries around seven hundred ships sank there. Now, with the opening of the ancient lighthouse as an interpretation centre, in addition to its nocturnal role as sentinel, it will be and educational centre. It is hence, a guide for seafarers and for land dwellers, an item providing protection and knowledge.

► Las antiguas dependencias del farero y su familia han sido restauradas por completo para recordar al visitante sus vivencias en el faro.  
*The former quarters of the lighthouse man and his family have been completely restored to remind visitors about the people who used to live there.*

### EL FARO Y EL FACTOR HUMANO

Promovidas por Autoridad Portuaria de Baleares (APB) con el fin de preservar un patrimonio arquitectónico singular y funcional a partes iguales, este tipo de iniciativas consiguen devolver la actividad a los faros, faltos de vida desde que hace algo más de dos décadas diera comienzo el proceso de “extinción” del cuerpo de técnicos de sistemas de ayuda a la navegación —o fareros—, siendo una de sus consecuencias más visibles la pérdida progresiva del uso residencial.

Pese a la sustitución de lo manual por lo automático, el factor humano, tan inherente a estas imponentes y bellas torres costeras, se mantiene intacto. Y es que decenas de visitantes descubren a diario las entrañas de faros que, como el de Cavalleria, han sido restaurados y convertidos en centros de saber.

Residentes, turistas, adultos y niños interactúan a diario con los elementos que visitan estos centros de interpretación. Francina Cardona, gestora cultural y miembro de Mediterraneum, empresa responsable del proyecto de museización del faro de Cavalleria, recalca la importancia de la interacción para el aprendizaje: “Nuestro objetivo siempre fue hacer de este espacio un centro interactivo, romper con lo estático, para incentivar el descubrimiento”. Lo alcanzaron creando una narrativa sencilla e intuitiva que, estructurada en capítulos y acompañada de materiales y dispositivos de diferente naturaleza —a destacar la olfativa y auditiva—, explica de forma didáctica y amena

### THE LIGHTHOUSE AND THE HUMAN FACTOR

Promoted by the Balearic Port Authority (APB) to conserve an equally singular and functional part of the architectural heritage, initiatives of this kind manage to return activity to lighthouses, which have been devoid of life since two decades ago the sailing support systems technicians, or “lighthouse people” started to become extinct, with one of the most visible consequences of this process being that they were no longer used as residence.

In spite of substituting manual operation for automatic operation of lighthouses, the human factor, so inherent to these imposing, beautiful coastal towers, remains intact. And dozens of visitors discover the inner workings of lighthouses every day, which, as is the case of Cavalleria lighthouse, have been restored and converted in learning centres.

Residents, tourists, adults and children alike interact on a daily basis with the items they visit at these interpretation centres.

Francina Cardona, cultural manager and member of Mediterraneum, the company responsible for the project converting Cavalleria lighthouse in a museum, emphasises the importance of interaction for the learning process: “Our objective was always to make this space an interactive centre, to break away from what is static, to encourage discovery”. They achieved it by creating a simple, intuitive narrative, structured in chapters and accompanied by materials



and devices of different natures, particularly smells and auditive exhibits, explaining in a fun, educational manner the complexities of one of the most interesting enclaves on the island of Menorca.

Una exposición muy completa ofrece al visitante información de las ayudas a la navegación, así como del entorno del faro de Cavalleria.

*A very complete exhibition provides visitors with information about sailing aids, and the environment around the Cavalleria lighthouse world.*



la complejidad de uno de los enclaves más interesantes de la isla de Menorca.

La costa norte, el cabo y el faro de Cavalleria son los grandes ejes de una exposición que, distribuida en unos 200 metros cuadrados y tres salas, se deja muy pocas cosas —o nada— en el tintero: geología, biodiversidad, clima, paisaje, agricultura, pesca, patrimonio, cultura, arquitectura, además de historia y aspectos técnicos de los faros.

También hay lugar para los recuerdos de quienes han habitado o trabajado estas tierras. El recurso, en forma de audiovisual, se presenta como un quiebro al olvido.

Recuperar estas voces y con ellas un trocito de la historia local era, en parte, lo que buscaban también desde el consistorio.

“Los vecinos de Es Mercadal y Fornells sentimos que el faro es muy nuestro; de hecho, estamos muy vinculados a la costa norte”, explica el alcalde

Francesc Ametller. Está contento por haber conseguido “recuperar”, con una inversión de 152.000 euros, lo que considera un símbolo identitario para él y sus conciudadanos. También lo están los miembros de la asociación cultural Amics del Far del Cap de Cavalleria, creada por voluntarios de Es Mercadal y Fornells con la finalidad de dinamizar este enclave y a la vez custodiar su patrimonio arquitectónico y etnológico.

Por su parte, los responsables de APB ven en este caso un ejemplo de éxito en la gestión de estas construcciones costeras. “Buscamos dar otra vida a los faros, que tengan nuevos usos, que sean compatibles con la función de ayuda a la navegación y que sean productivos y creemos que eso se ha alcanzado en el faro de Cavalleria”, señalan.



The north coast, the cape and the lighthouse of Cavalleria are main axes of an exhibition which, distributed around 200 square metres, in three exhibition halls, leaves nothing, or at least very little to the imagination: geology, biodiversity, climate, landscape, agriculture, fishing, heritage, culture, architecture and also history and the technical aspects of lighthouses. There is also a memorial for those who have lived or worked on this land. This resource, an audiovisual display, is presented as something

to break away from what has been forgotten.

Recovering those voices, and with them a little of our local history was, partly, what the council was seeking to achieve. “The residents of Es Mercadal and Fornells feel that the lighthouse is an inherent part of us, in fact we are very closely linked to the north coast”, explains the Mayor, Francesc Ametller. He is happy to have managed to “recover” what is considered a symbol of

identity for him and his citizens, through an investment of 152,000 euros. The members of the cultural association *Amics del Far del Cap de Cavalleria* are also happy about it, which is made up of volunteers from Es Mercadal and Fornells with the purpose of making this enclave more dynamic whilst at the same time caring for its archaeological and ethnological heritage.

The parties responsible at APB see this case as an example of success in their management of coastal facilities. “We seek to give new life to lighthouses, for them to have new uses that are compatible with their sailing aid function and that are also productive. We believe this has been achieved at Cavalleria lighthouse”, he adds.



## SSANGYONG TIVOLI

### Tradición todoterreno

Texto / Text: Manuel Muñoz.

Sin duda alguna el sector de los todoterreno se ha convertido en el principal protagonista de la industria del automóvil. Un segmento en constante evolución que ha encontrado en el mercado europeo el escenario perfecto para el desarrollo de nuevas propuestas de tamaño compacto. Entre ellas destaca la llegada del Tivoli, la última incorporación al catálogo de SsangYong. La firma coreana, única marca especializada en productos *off-road*, ha comenzado la comercialización de este modelo de apenas 4,20 metros de longitud y grandes posibilidades de personalización, que se presenta como el primer pilar de una nueva estrategia de producto para el fabricante de origen oriental.

Con el Tivoli, SsangYong da un paso en calidad de acabados, equipamiento y motorizaciones. Una fuerte apuesta de diseño y tecnología que se ha centrado en el segmento B de los SUV con un desarrollo específico no basado en la plataforma de un turismo y que servirá para lanzar nuevos modelos a lo largo de los próximos dos años. Conscientes de la enorme competencia existente en esta parcela del mercado, SsangYong ha posicionado al Tivoli en una posición intermedia capaz de ofrecer una notable versatilidad interior en unas ajustadas y dinámicas dimensiones exteriores. Este modelo puede presumir de contar con la habitabilidad general mayor de su categoría. Mención especial merece su maletero, con una capacidad de 423 litros ampliables hasta 1.115 si se abaten por completo los asientos posteriores divisibles en proporciones 40/60.

La gama de versiones se estructura en torno a dos motorizaciones turboalimentadas de 1.6 litros; una gasolina de 128 CV de potencia y una diésel de 115 CV. Esta última también se puede combinar con tracción delantera 4x2 o total 4x4, además de estar disponible con cajas de cambio manual o automática, ambas de seis velocidades.

### All terrain tradition

The all terrain sector has become one of the starring roles in the automobile industry. It is a segment that is undergoing constant evolution and one that has found the perfect scenario in the European market for the new compact size versions. These include the arrival of the Tivoli, the latest addition to SsangYong's catalogue. The Korean firm, the only specialist brand in off-road products, has started to market this model measuring only 4.20 long and with some major personalisation possibilities as the pillar for a new product strategy for this Oriental manufacturer.

With the Tivoli, SsangYong have taken a step forward in terms of quality, equipment and engine. A strong commitment to design and technology focussing on SUV segment B, with a specific development not based on a touring car chassis that will serve for the launch of new models in coming years. Aware of the major importance of this market niche, SsangYong have positioned the Tivoli in an intermediate position, capable of offering notable interior versatility with some small, dynamic outer dimensions. This model boasts larger inner space than others in the same class. The trunk is worthy of a special mention, with capacity for 423 litres, which can be extended to 1,115 if the rear seats are folded down, divisible in proportions of 40/60.

The range of Tivoli versions is based on two turbocharged 1.6 litre engines, a petrol one with 128 hp power, also available to run on LPG, and a 115 hp diesel engine. The latter is available with 4x2 front wheel drive or all wheel 4x4 drive, as well as being available with manual or automatic gearboxes, both with six speeds





## INFINITI Q30

### Apuesta definitiva

La llegada del nuevo Q30 supone el paso más importante de Infiniti para conquistar el mercado europeo. La firma japonesa se adentra con este modelo en el competido segmento de los compactos de carácter *premium*, con el objetivo de hacer frente a los todopoderosos fabricantes alemanes, habituales dominadores de él. Para ello ha basado su apuesta en una más que acertada combinación de imagen, tecnología y comportamiento dinámico.

Desarrollado y construido en Europa, el Q30 se asienta como el principal estandarte de Infiniti para el viejo continente, donde se centrarán la mayor parte de sus ventas. Para alcanzar este objetivo, Infiniti ha echado mano de sus más importantes alianzas estratégicas. La plataforma sobre la que se asienta el Q30 es la misma que utiliza Mercedes-Benz en el Clase A. De esta manera nos encontramos ante un vehículo de 4,42 metros de longitud de evidente impronta deportiva, pero que también deja ver la clara influencia *off-road* de la marca como su considerable altura libre al suelo.

El catálogo Q30 cuenta con las variantes: básica, *premium* y *sport*. Todas ellas tienen personalidad única, inclusive en cuestiones de diseño y dimensiones. En concreto, el modelo Q30 Sport (de 1.475 milímetros) es 15 milímetros más bajo que los otros dos modelos. También presentan diferencias en el rendimiento de marcha gracias a los ajustes individuales de la suspensión y a las características distintivas de conducción.

La oferta inicial del Q30 está compuesta por dos alternativas diésel; una de contrastada economía como es la del 1.5 dCi de 109 CV junto a un 2.2 de 170 CV. En gasolina se puede optar por un motor 1.6 en niveles de potencia de 122 y 156 CV, además de un 2.0 turbo de 211 CV. El cambio automático de doble embrague y 7 velocidades está disponible en toda la gama, a excepción del 1.6 G de 122 CV, mientras que la tracción total se reserva para las versiones gasolina y diésel más potentes.

### A firm wager

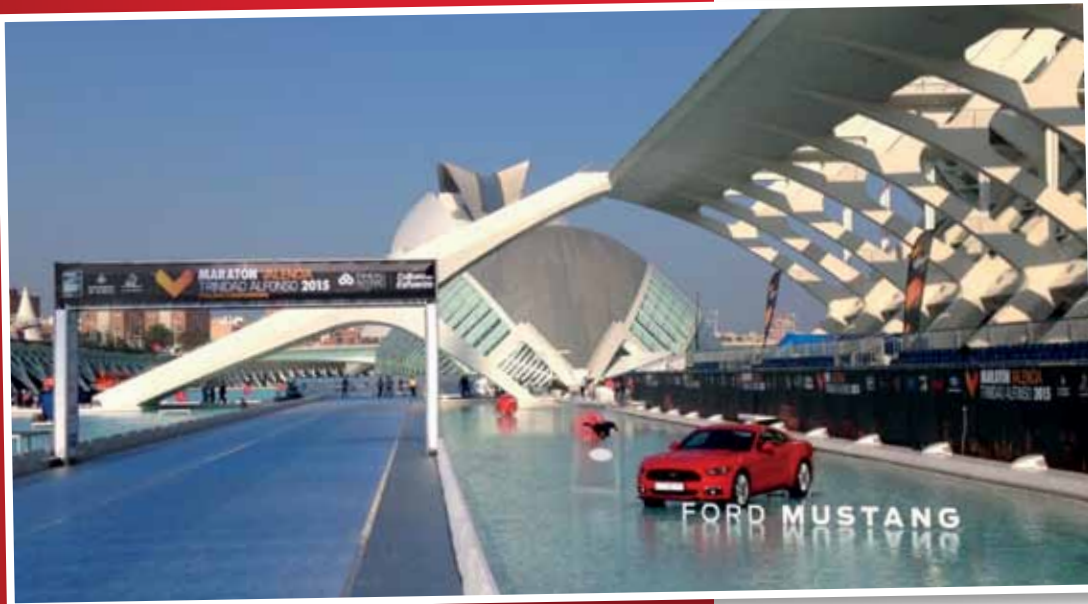
The arrival of the new Q30 is the most important step Infiniti have taken to conquer the European market. The Japanese firm has embarked on the highly competitive premium compact car segment with the objective of toppling the all-powerful German manufacturers who habitually dominate this segment. This wager is based on a well-chosen combination of image, technology and dynamic performance.

Developed and built in Europe, the Q30 has arrived as Infiniti's flagship for the old continent where most of its sales will take place. To reach this objective Infiniti has employed its most important strategic alliances. The Q30 is built on the same platform as Mercedes-Benz use for their Class A. That way we find a vehicle measuring 4.42 metres long with obvious sports styling, but one that also shows the brand's clear off-road trend with its considerable ground clearance.

The Q30 catalogue includes the basic, premium and sport versions. All of them have their own personality, even in terms of design and dimensions. More specifically, the Q30 sport model (at 1,475 mm) is 15 mm lower than the other two models. There are also differences in performance due to the individual suspensions adjustments and the different driving features.

The initial Q30 range comprises two diesel engines; one with proven economy, namely the 1.5 dCi producing 109 hp and the 2.2 pushing out 170 hp. The petrol engines include a 1.6 engine with power of 122 and 156 hp, as well as a 2.0 turbo yielding 211 hp. Automatic gear shift with twin clutch and 7 speeds is available throughout the range, with the exception of the 1.6 G with 122 hp, whereas all-wheel-drive is reserved for the most powerful petrol and diesel versions.





## FORD VUELVE A APOYAR AL MARATÓN DE VALENCIA TRINIDAD ALFONSO

Un año más, Ford, a través de su red de concesionarios en Valencia, contó con una presencia más que destacada en el Maratón de Valencia Trinidad Alfonso. Con motivo de la trigésimo quinta edición de este acontecimiento deportivo, la firma del óvalo, patrocinadora oficial de la prueba, expuso en la espectacular zona de llegada ubicada en el lago de la Ciudad de las Artes y las Ciencias vehículos tan representativos como son los Mondeo Vignale y Mustang, dos claros ejemplos de las últimas tendencias de diseño y tecnología de Ford.

El Maratón de Valencia Trinidad Alfonso, y la popular prueba paralela de 10K que discurrió de forma paralela, congregaron a más de veinticinco mil atletas venidos de muchos puntos de España así como del extranjero de donde provenían una cuarta parte de los inscritos en una prueba que volvió a registrar un nuevo récord de participación.

## FORD ONCE AGAIN SUPPORTS THE VALENCIA MARATHON TRINIDAD ALFONSO

*This year once again, through its network of dealers in Valencia, Ford was notably present at the Valencia Marathon Trinidad Alfonso. At the thirty-fifth edition of this sporting event the oval firm, official sponsor of the race, displayed such representative vehicles such as the Mondeo Vignale and the Mustang at the spectacular area of the finish line at one of the lakes at City of Arts and Sciences, two clear examples of the latest design and technology trends by Ford. The Valencia Marathon Trinidad Alfonso, and the amateur 10K event which took place at the same time, brought together over twenty-five thousand athletes from all over Spain and from abroad, with foreigners accounting for a quarter of the runners in a race that once again beat its record of participation.*

## DS 4 y DS 4 Crossback, doble personalidad

La gama compacta de la firma de lujo francesa llega en una actualizada generación. Se trata de algo más que una mera puesta al día de un modelo como el DS 4, del cual ya se han matriculado más de 120.000 unidades desde su lanzamiento. La marca gala no ha sido ajena a la actual tendencia crossover que predomina en el mercado de la automoción. Por ello evoluciona la actualizada gama DS 4 con una versión añadida bajo el nombre de Crossback. Un modelo que muestra la cara más aventurera del compacto DS 4 gracias a una mayor distancia al suelo y con elementos como sus llantas negras, los embellecedores de los pasos de ruedas o las barras de techo. Entre otros detalles, tanto los DS4 como los Crossback muestran novedades, como las nuevas luces DS LED Vision, el sistema de conectividad DS Connect, que incluye el protocolo Apple CarPlay o las nuevas terminaciones en piel napa y tapicerías de cuero exclusivas de la marca DS.

## DS 4 and DS 4 Crossback, double nature

The luxury compact range by the French firm arrives in a revamped generation. It is something more than a simple update of a model such as the DS 4, of which over 120,000 units have already been sold since the launch. The French brand has not turned a blind eye to the latest crossover trends predominating the car market. Consequently, it has evolved the updated DS 4 range with a new version bearing the name of Crossback. This model brings out the more adventurous side of the compact DS 4 thanks to higher ground clearance and with items such as black wheels, the wheel arch trims or the roof bars. Among other details, both the DS 4 and the Crossback feature novelties such as the DS LED Vision lights, the DS Connect connectivity system, which includes the Apple CarPlay protocol, and the new nappa leather finishes and leather upholstery exclusive to the DS marque.



# Con el CEF.- tu currículum llega más lejos

Inicio  
FEBRERO  
2016

## 200 Masters, Cursos y Seminarios

en las áreas de:

- Tributación
- Jurídica (Abogacía)
- Recursos Humanos
- Comercial y Marketing
- Dirección y Admón. Empresas
- Laboral
- Prevención
- Sanitaria
- Contabilidad
- Finanzas

¡INFÓRMATE AHORA!



**CEF.-**

Mejor, preparados

Escuela  
de Negocios

Presencial y online

MADRID P. Gral. Martínez Campos, 5  
BARCELONA Gran de Gràcia, 171  
VALENCIA Alboraya, 23

91 444 49 20  
[www.cef.es](http://www.cef.es)





**IBERIA PLUS**

Chicago.  
Aventura a  
orillas del  
lago Michigan.

**25%**  
dto. en Avios

**Air Nostrum:**  
Para vuelos  
A/desde Madrid - Bolonia.  
A/desde Madrid - Turín.

**25%**  
dto. en Avios

**Iberia:**  
Para vuelos  
A/desde Madrid - Chicago.  
A/desde Madrid - Bruselas.

Porque el mundo sí cabe en una maleta.

Ahora, si alquilas tu coche con **Avis** antes del 15 de diciembre, asegúrate de mirar bien el maletero, porque puedes conseguir una de las dos maletas cargadas de **1 millón de Avios** para dar la vuelta al mundo, o una de las **5 maletas con 600.000 Avios** de regalo para viajar a donde quieras.

IberiaPluStore.

Compra en tu día a día, consigue Avios y sal volando.

Porque con **IberiaPluStore**, la nueva tienda online de Iberia Plus, podrás conseguir Avios en más de 120 marcas. Además, con tus primeros 20€ de gasto **conseguirás 100 Avios extra!** Y si realizas tu primera compra antes del 31 de diciembre, podrás ganar: **1 viaje a Nueva York** para dos personas, con vuelo y hotel\*.

¿Aún no eres cliente Iberia Plus? Entra en [iberia.com](http://iberia.com) y súbete a bordo de nuestras ventajas.

\*Consultar condiciones en [iberia.com](http://iberia.com)





## RESTAURANTE ABADÍA D'ESPÍ | VALENCIA

Plaza del Arzobispado, 5 • 46003 Valencia Tel.: +34 963 512 077

Está situado en pleno corazón histórico de Valencia, en la plaza del Arzobispado, un emplazamiento perfecto para disfrutar de un paseo por el barrio del Carmen y finalizarlo con una buena comida o cena en este magnífico local. Su cocina es de mercado, tradicional, en la que conviven recetas del sur de España con otras más propias del Mediterráneo. En la carta se ofertan ensaladas, "fideadas", arroces (todos ellos melosos), pescados, carnes y suculentos postres. Famosos son sus hatillos de langostino y queso fresco, la torta hojaldrada de perdiz escabechada con bechamel de hortalizas o el solomillo de avestruz con virutas de verduras tostadas. La propuesta enológica es amplia, bien elegida e ilustrada con las etiquetas de los vinos.



Restaurant Abadía d'Espí is located in the historical centre of Valencia, in Plaza del Arzobispado, a perfect site to enjoy a stroll around the ancient Barrio del Carem and culminate it with a good lunch or dinner at this wonderful restaurant. It serves traditional, market cuisine, where recipes from the south of Spain are served with typical Mediterranean dishes. The menu offers salads, "fideadas" (thin fideo noodles cooked in a paella pan) rice dishes (all thick syrupy dishes), fish, meat and delicious desserts. Famous for its langoustine hatillos and fresh cheese, pickled partridge pie with vegetable béchamel sauce or ostrich steaks with slivers of toasted vegetables. There is a long, well-chosen, enlightened choice of wines.



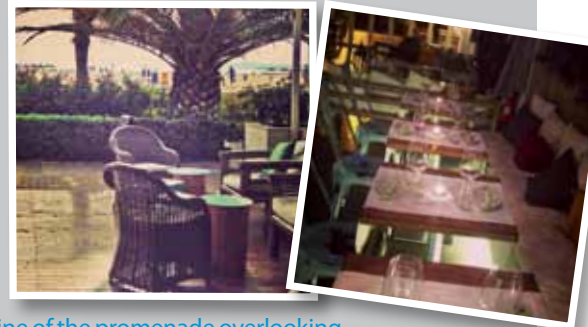
## HOTEL MIRAMAR | VALENCIA

Avenida Neptuno, 32 • 46011 Valencia Tel.: +34 963 715 142

Este coqueto hotel dispone tan solo de 22 habitaciones, todas exteriores y alguna con balcón, divididas en estándar, superior y con magníficas vistas al mar. Un delicioso desayuno en el bufet del Hotel Miramar es el inicio soñado a una estancia especial en la ciudad de Valencia. Si se desea comer o cenar en su bar restaurante se preparan sabrosas delicatessen españolas entre las que destacan tapas, ensaladas, arroces o pescados. Además, su privilegiado

emplazamiento en primera línea del paseo marítimo frente al mar Mediterráneo hace que durante la tarde sea perfecto escuchar buena música y saborear los cócteles en el lounge del restaurante Atuaire, ideal para una reunión informal o para pasar un momento relajado tras su visita a la ciudad o un día de playa.

This cosy hotel only has 22 bedrooms, all on the outside and some with balconies, divided into standard, superior and magnificent sea views. A delicious buffet breakfast at Hotel Miramar is a dream start to a special stay in the city of Valencia. If you would like to have lunch or dinner in the restaurant / bar, some tasty Spanish dishes are served, including tapas, salads, rice or fish dishes. Furthermore, the privileged site on the front line of the promenade overlooking the Mediterranean Sea make it a perfect place to enjoy good music in the evenings accompanied by cocktails in the lounge of the Atuaire restaurant, ideal for a casual meeting or for spending a relaxing moment after visiting the city or a day on the beach.



## FRYDA | VALENCIA

Avenida de las Cortes Valencianas 58 • 46015 Valencia Tel.: +34 692 852 555

Fryda es una de los espacios más espectaculares de la ciudad de Valencia y el único que combina restaurante y discoteca. La sala ha sufrido una profunda reforma, que junto a su decoración vanguardista, sus espectaculares instalaciones equipadas con la última tecnología, su renovado equipo de luz y sonido y sus nuevas e increíbles zonas vip hacen de Fryda un lugar idóneo para cualquier celebración y para disfrutar de una gran noche.

Fryda se encuentra ubicada en la avenida de las Cortes Valencianas 58, junto al Palacio de Congresos, enfrente del casino Cirsá y a escasos minutos del centro de Valencia.

Fryda is one of the most amazing nightclubs in the city of Valencia and the only one that combines restaurant and nightclub. The place has been recently renovated getting a modern decoration. It is equipped with the latest technology. Its new system of light and sound and its incredible new VIP areas become Fryda in a perfect place to celebrate and enjoy a night.

Fryda is located on Avenida de las Cortes Valencianas 58, next to the Palacio de Congresos, in front of the Casino Cirsá and a few minutes from the center of Valencia.

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.

Le presentamos un catálogo de productos de primeras marcas que pueden consumir a cualquier hora y en el que pueden encontrar bebidas calientes y frías, bollería, frutos secos, patatas fritas y otros snacks salados, embutidos ibéricos o bocadillos. Si lo prefiere puede consumir menús establecidos que combinan varios productos y que suponen ahorros sobre las compras de productos por separado.

También tiene la posibilidad de adquirir artículos de regalo en un catálogo que ofrece desde perfumes a relojes pasando por baterías portátiles.



IBERIA REGIONAL AIR NOSTRUM provides passengers with a carefully selected variety of food and drink. A colourful list of the food and drink items available can be found on the menu card stored in the front pocket of each seat.

Passengers are able to choose from some fifty food items as well as a number of menu packs. These are available on all flights included in our national and international flight network.

Our menu card provides something for everyone. Passengers can enjoy a delicious breakfast, a light lunch, a refreshing afternoon tea, a dinner snack or perhaps a small aperitif.

We have selected a range of top quality products for consumption at any time of the day or night. Items include hot and cold drinks accompanied by a selection of baguettes, confectionary, nuts, crisps and other savoury snacks such as dried Iberian sausages and bread sticks. Menu packs contain an assortment of food and drink items that permit passengers to save money on individual items.

Finally, we have also provided passengers with a selection of gift items available on our inflight catalogue. These

include perfumes, watches and portable batteries as well as a range of other interesting items.

## Business Class



IBERIA REGIONAL AIR NOSTRUM dispone en todos sus vuelos, salvo en el caso de interbaleares y en las OSP de las rutas Almería-Sevilla y 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 a modern Business Class on its flights, with the exception of the Balearic Island insular flights and on the Seville-Almeria and Madrid-Minorca routes. Business Class passengers are provided with a number of extras that include special check-in desks, access to VIP rooms, increased luggage weight allowance, more Avio flight incentive points as well as a select on-board catering service with Denomination of Origin labelled products, free daily press and special luggage handling. IBERIA REGIONAL AIR NOSTRUM Business Class is generally located at the front of the aircraft with the exception of ATR-72 regional jet flights where the Business Class sector can be found at the rear of the aircraft, next to the door.

As can be expected in Business Class, china plates and drinking glasses are used to serve food and drink with snacks and appetizers usually being served on special trays.

# Regalos & Gifts..



**TOMMY HILFIGER**  
Tommy 100 ml EDC spray

◆ 30'00€ ◆ 34'00€



**NUXE DRY OIL**  
NUXE aceite no graso 100ml

◆ 26'00€ ◆ 30'00€



**TOUS EXCLUSIVE COLLECTION**  
Set de miniaturas

◆ 37'00€ ◆ 42'00€



**DUO VOLUME  
MILLION LASHES  
SO COUTURE L'ORÉAL**  
2 máscaras + eyeliner

◆ 24'00€  
◆ 30'00€



**RELOJ HIPPIY CHIC**  
Hippy Chic Watch

◆ 15'00€  
◆ 18'00€



**RELOJ PRECISION TIME**  
Precision Time Watch (Unisex)

◆ 20'00€  
◆ 24'00€



6 sabores diferentes  
6 different flavours

**SET LABIAL  
COCA-COLA**  
Lip Smacker

◆ 12'00€  
◆ 14'00€



**BATERÍA PORTÁTIL**  
Portable battery

◆ 30'00€ ◆ 36'00€

Contiene USB y amplia  
variedad de conectores  
intercambiables  
Comes with USB and a  
variety of interchangeable  
connectors



**LLAVERO SOLIDARIO  
AVIACIÓN SIN FRONTERAS**

Aviation Without Borders  
solidarity keyring

5'00€ unidad / each



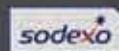
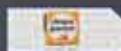
**CARTERA DE ALUMINIO  
ÖGON**

Anodized aluminium card case

◆ 20'00€ ◆ 24'00€

**Nuevo Nhx** No EU: en vuelos fuera de la Unión Europea / Non-European flights

Las divisas aceptadas son Euros, US Dólares y Libras Esterlinas. No se admitirán billetes de valor superior a 20€, 20€ y 20\$. El cambio se efectuará en Euro. Tarjetas de crédito aceptadas: Visa, Mastercard y American Express. Importe máximo de 100€ por tarjeta. Se admite el pago con Cheque Gourmet, Sodexo Pass y Ticket Restaurant (solo cheques emitidos en España). Si el valor de la compra supera al importe del cheque, la diferencia será abonada por el titular. No se devolverá la diferencia en caso de que el valor del cheque sea superior al de la compra. Si desea comprar alguna cosa más tras el desarrollo del servicio, no dude en solicitarlo a nuestro personal de cabina. Si ocasionalmente un producto de los que aparecen en la carta no se encuentra disponible a bordo, la tripulación le sugerirá un producto alternativo. Por favor disculpe si puntualmente su elección no pudiera ser atendida. Para cualquier información sobre su compra puede dirigirse a: [atencionclientes@airshop.es](mailto:atencionclientes@airshop.es)



We accept Euros, US Dollars and Sterling Pounds, but only small notes up to €20, \$20 or £20. Change will be given in Euro. We also accept Visa, Mastercard and American Express credit cards. A maximum purchase of €100 per card is allowed. Cheque Gourmet, Sodexo Pass and Ticket Restaurant Spanish issued food vouchers are also accepted. Voucher holders will be responsible for any price difference between the product and voucher value. Should you decide to purchase something once the trolley has passed, please do not hesitate to call a flight attendant. We would apologise, in advance, for any inconvenience caused in the unlikely case of a product being unavailable. Should this happen, our staff will be pleased to suggest an alternative product. For any further information regarding purchases, please contact us at: [atencionclientes@airshop.es](mailto:atencionclientes@airshop.es)

## EXPOSICIONES Y EVENTOS CULTURALES



## EXPOSITIONS AND CULTURAL EVENTS

VALENCIA

### JAMÓN IBÉRICO

Antonio Rodríguez ha sido el vencedor de la 7ª edición del concurso de cortadores de jamón ibérico de la Comunidad Valenciana, competición organizada por la marca de productos ibéricos de la D.O. Dehesa de Extremadura, Extrem Puro Extremadura, y que cuenta con el patrocinio del Banco Santander, la cadena SH Hoteles y AIR NOSTRUM.

La jornada, a la que asistieron más de 300 personas de la restauración, la distribución y la prensa, se celebró en el SH Palace de Valencia.

#### IBERIAN HAM

*Antonio Rodriguez is the winner of the Comunidad Valenciana's VII Concurso de Cortadores de Jamon Iberico (VII Iberian Ham Slicing Contest) organised by the Iberian product brand, D.O. Dehesa de Extremadura, and EXTREM Puro Extremadura with the cooperation of an important group of collaborators. The contest was sponsored by the Banco Santander, SH Hoteles and AIR NOSTRUM.*

*It was held at the SH Palace Hotel in the city of Valencia with over 300 guests from, amongst others, the catering, distribution and media sectors.*



MELILLA

### MUSEO DE ARQUEOLOGÍA E HISTORIA

El museo de Arqueología e Historia de Melilla se encuentra instalado en la antigua Torre de la Vela, construida sobre la batería y plaza de armas (hoy de Estopiñán) que defendía la Puerta de Santa Ana en el siglo XVI.

#### MELILLA'S HISTORY AND ARCHEOLOGY MUSEUM

Melilla's History and Archeology Museum is installed in the Old Vela Tower, built on the Estopiñán Square that defended the Puerta de Santa Ana in the sixteenth century.



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.

#### 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.

GRANADA

### PARGUE DE LAS CIENCIAS DE GRANADA

Naturaleza, cultura andalusí, astronomía, un taller de aves rapaces, mariposario tropical o un viaje al interior del cuerpo humano son algunos de los contenidos permanentes del museo que el visitante puede experimentar en primera persona. Con más de 600.000 visitantes al año, se ha consolidado como el museo más visitado de Andalucía.

#### GRANADA SCIENCE PARK

History lovers will find their place in "Titanic."

The "Reconstruction" where you will be able to see live how the biggest ever model to date is built of the mythical transatlantic. With over 600,000 visitors per year it has become the most visited museum in Andalusia.



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.



MÁLAGA

### CAC MÁLAGA

En la colección permanente del CAC Málaga destaca la presencia del periodo de creación comprendido entre los años cincuenta y la actualidad, contando con obras de artistas de gran relevancia internacional como Louise Bourgeois, Art & Language, Thomas Hirschhorn, Damian Hirst, Julian Opie, Thomas Ruff o Thomas Struth. Sobresalen artistas españoles como Victoria Civera, Juan Muñoz, José María Sicilia, Miquel Barceló, Santiago Sierra y Juan Uslé.

CAC Málaga's permanent collection features works particularly from the 1950s to the present, including pieces by such internationally renowned artists as Louise Bourgeois, Art & Language, Thomas Hirschhorn, Damian Hirst, Julian Opie, Thomas Ruff and Thomas Struth. The list of Spanish artists includes such outstanding names as Victoria Civera, Juan Muñoz, José María Sicilia, Miquel Barceló, Santiago Sierra and Juan Uslé.

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.



## AIR NOSTRUM GANA EL CONCURSO DEL AEROPUERTO DE LEÓN

AIR NOSTRUM ha sido la ganadora del concurso de servicios de fomento y promoción del aeropuerto de León para el periodo comprendido entre el 23 de noviembre y el 20 de mayo de 2016. Además, la compañía y el consorcio del aeropuerto de León acordaron prorrogar servicios del anterior contrato hasta el 15 de octubre de 2016. De esta forma, queda garantizada la actividad en el aeropuerto Virgen del Camino hasta el 15 de octubre del año próximo.

“La continuidad de AIR NOSTRUM en León permite seguir mejorando las alternativas de movilidad de los leoneses, así como favorecer el tráfico de negocios a través del aeropuerto y la llegada de turismo a la provincia”, señaló Juan Corral, director comercial de la compañía, que acudió a la sede de la Diputación de León al acto de la firma del convenio.

## AIR NOSTRUM WINS TENDER FOR LEON AIRPORT

AIR NOSTRUM recently won a tender for providing the Leon Airport with marketing services for the period 23<sup>rd</sup> November, 2015 to 20<sup>th</sup> May, 2016. At the same time, an agreement was signed between AIR NOSTRUM and the Leon Airport consortium to automatically extend the period of the agreement from 20<sup>th</sup> May to 15<sup>th</sup> October, 2016. In this way, the Company's activity in the Leon Virgen del Camino Airport is guaranteed up until the date mentioned.

“The operational activities of AIR NOSTRUM in Leon will not only provide its residents with an important increase in air travel opportunities, but will also provide a boost with regard to the business air traffic and regional tourism sectors”, declared Juan Corral, Commercial Director of AIR NOSTRUM, who attended the signing of the new agreement at the headquarters of Leon's County Council.



Juan Corral, director comercial de AIR NOSTRUM; Juan Martínez Majo, presidente de la Diputación de León; y Francisco Castañón, vicepresidente.

Mr. Juan Corral, Commercial Director of AIR NOSTRUM; Mr. Juan Martinez Majo, President of Leon County Council and Mr. Francisco Castañón, Vicepresident of Leon County Council.

La oferta de AIR NOSTRUM propicia el desarrollo de nuevas rutas iniciadas el pasado mes de mayo. En concreto, el programa incluye siete destinos directos, tres rutas con Baleares (Mallorca, Menorca e Ibiza), una con Canarias (Gran Canaria) y tres peninsulares (Alicante, Barcelona y Málaga).

Todas las rutas con las que conecta León están programadas para ser atendidas con aviones CRJ200, reactores de 50 plazas, excepto el destino de Gran Canaria, que se oferta con un modelo CRJ900, de 90 pasajeros.

En paralelo a la operación de la aerolínea en León, la propuesta de AIR NOSTRUM que ha resultado ganadora del concurso incluye una serie de acciones para promover el aumento de público objetivo en el aeropuerto de León.

Corral aprovechó para hacer un balance de la operación de AIR NOSTRUM en León en 2015 y consideró que ha sido muy positiva. De abril a octubre de este año la aerolínea transportó 20.000 pasajeros desde o hacia León.

Todas las rutas han registrado ocupaciones elevadas. Las conexiones de León con Barcelona, Málaga, Mallorca y Gran Canaria tuvieron ocupaciones que estuvieron en todos los casos alrededor del 80%. Los enlaces con Alicante, Ibiza y Menorca alcanzaron ocupaciones medias de entre el 65% y el 70%.

The tender made by AIR NOSTRUM reinforces the flight programme it introduced in May, 2015. This comprehensive flight programme includes seven direct flight routes comprising three flight routes to the Balearic Isles (Majorca, Minorca and Ibiza), one flight route to the Canary Islands (Gran Canaria) and three peninsular flight routes (Alicante, Barcelona and Malaga).

The flight services to Leon will be operated by 50-seater CRJ200 regional jets except on the Gran Canaria flight route which will be operated by a 90-seater CRJ900 regional jet.

Parallel to the AIR NOSTRUM Leon flight operations, the proposal made by AIR NOSTRUM, winner of the tender launched by the Leon authorities, includes a series of actions designed to increase air traffic to Leon Airport.

Mr. Corral informed those present that the results of AIR NOSTRUM's flight operations to and from Leon over the past months look very promising with a total 20,000 passengers being transported from April to October, 2015.

Flights to and from Leon have also registered high seat occupancy rates with flights to Barcelona, Malaga, Majorca and Gran Canaria registering a rate of nearly 80% while flights between Leon and Alicante, Ibiza and Minorca registered an average occupancy rate of between 65 and 70%.



## ¿SE PUEDE LIGAR EN UN AVIÓN?

### CAN YOU FIND ROMANCE ABOARD AN AIRCRAFT?

Texto / Text: **Javier Calvo.**

Director de leonoticias.com.

[Director of leonoticias.com.](http://Director of leonoticias.com)

Traducción / Translation: **Jane Singleton.**

¿Se puede ligar en un avión? No mire ni a su derecha ni a su izquierda y en la medida que pueda oculte que se encuentra leyendo este artículo. A estas alturas, sentado o no en un avión de AIR NOSTRUM, simplemente distraiga la vista en lo rutinario y recupere la pregunta inicial argumentando una nueva: ¿realmente es posible?

Siempre he pensado que no. El avión invita a muchas cosas, pero principalmente a volar. Invita a sacar los pies de la tierra, a cargar las pilas con ilusión y a imaginar el punto de destino con las mismas ganas que se ve el sol de una mañana. Pero el avión, es cierto, tiene un punto mágico del que resulta imposible abstraerse.

Y quizá por ahí, es cierto, la atmósfera de la que ahora mismo respira le hace tener cierta predisposición a mostrar su vertiente más amable.

En el avión se establecen nuevos lazos visuales y se conversa con un compañero de asiento con el que, con seguridad, difícilmente volverá a coincidir salvo que exista un vínculo directo.

Siempre he escuchado la historia de aquel joven que, obsesionado con una auxiliar de vuelo que trabajaba en el puente aéreo, se gastó todos sus ahorros en idas y venidas hasta que finalmente logró conquistar a su diosa de las alturas. Fueron felices y comieron perdices. ¿Ficción o realidad?

Lo reconozco, he volado a Sudamérica y Norteamérica, me he subido a un avión rumbo a Europa y a África y he recorrido una buena parte de los aeropuertos nacionales. Asumo que el número de horas de vuelo en mi mochila es abultado y en mi memoria solo quedan un buen número de agradables conversaciones. Y eso no se puede decir que sea ligar, ni mucho menos.

En una ocasión, eso sí, durante un vuelo a Nueva York llegamos (cita en grupo) a intercambiar varios teléfonos después de conversar sobre las inquietudes que a unos y otros nos habían llevado a viajar rumbo a la 'Gran Manzana'. Por lo que a mí respecta, nunca llegué a marcar aquellos números y, desde luego, jamás pensé que fueran el camino hacia una cita.

Pero la realidad supera mis vivencias. Una encuesta de Skyscanner realizada tiempo atrás entre un millar de viajeros recogía que el 45% de ellos había coqueteado en alguna ocasión en un avión, un tercio de los pasajeros confesaron haber tenido una cita después del vuelo y el 8% de ellos han acabado teniendo una relación.

Visto lo visto, yo me rindo y reconozco que estoy fuera del mercado aéreo.

Ahora sí; ya no hace falta que disimule. Mire a su alrededor.

Por cierto se ha fijado en aquella chica del fondo, o en aquel chico dos asientos más adelante.

¡Buen vuelo!

Can you find romance aboard an aircraft? Just look ahead and do your best not to let anyone see you reading this article. Whether seated on an Air Nostrum aircraft or not, observe what is going on around you and ask yourself the initial question with a new focal point: Is it really possible?

I always thought it was not even though aircraft do offer a variety of experiences, flying being the main one. Flying gives you the chance to get your feet off the ground, recharge your batteries and feel that rush of excitement when arriving at a destination. They also seem to have a magical aura about them from which it is difficult to disengage.

The air you breathe on board seems to bring out the friendlier side of human nature, so perhaps there is some truth in the above.

New visual ties are established aboard and there always exists the chance of striking up a conversation with the passenger next to you even though you will most likely never meet again unless a direct link is created.

I have listened many times to the story about a young man besotted with a shuttle service flight attendant and how he spent all of his money on flying just to win over his 'goddess of the heights,' only to live happily ever after. Fact or fiction?

I have flown to North and South America; travelled to Europe and Africa and seen the inside of most national airports. I have notched up an important amount of flight miles, but all I really have to show for it is a number of pleasant conversations none of which resulted in possible romantic encounters.

On one occasion, during a flight to New York a group of us swapped telephone numbers following a conversation on the fears and worries of visiting the Big Apple. It never crossed my mind that calling, which I never did, might lead to romance.

However, it seems that reality exceeds any experience I may have had according to a Skyscanner survey taken some years ago with a sample of a thousand passengers. The results showed that 45% had flirted with a passenger during a flight, while a third mentioned they had gone out on a date with a person they met on a flight, 8% of which had ended in a serious relationship.

After seeing the above figures, I give up. It looks as if I am not flight romance material.

Okay, you can stop hiding behind the magazine now. Take a look around you.

By the way, have you noticed that girl near the back of the aircraft or the guy two seats in front of you?

Bon voyage!

## Luis Alberto Alonso Pastor

Profesor del Grado en Ingeniería de Organización Industrial  
*Premio Ganador MIT Technology Review Innovadores 2014*

## Santiago Hernández Hernández

Alumno de la Udima  
*Está escribiendo su futuro*

**EN UDIMA ESTAMOS MÁS CERCA**

**PARA QUE TÚ LLEGUES MUY LEJOS**

### GRADOS OFICIALES

#### Escuela de Ciencias Técnicas e Ingeniería

- Ingeniería de Organización Industrial
- Ingeniería de Tecnologías y Servicios de Telecomunicación
- Ingeniería Informática

#### Facultad de Ciencias de la Salud y la Educación

- Magisterio de Educación Infantil
- Magisterio de Educación Primaria
- Psicología

#### Facultad de Ciencias Económicas y Empresariales

- Administración y Dirección de Empresas
- Economía
- Empresas y Actividades Turísticas
- Marketing

#### Facultad de Ciencias Jurídicas

- Ciencias del Trabajo, Relaciones Laborales y Recursos Humanos
- Criminología
- Derecho

#### Facultad de Ciencias Sociales y Humanidades

- Historia
- Periodismo
- Publicidad y Relaciones Públicas

### TÍTULOS PROPIOS y DOCTORADO

Consultar web

### MÁSTERES OFICIALES

#### Área de Tributación

- Tributación/Asesoría Fiscal
- Fiscalidad Internacional

#### Áreas de Laboral y Recursos Humanos

- Asesoría Jurídico-Laboral
- Dirección y Gestión de Recursos Humanos

#### Área de Prevención, Calidad y Medioambiente

- Prevención de Riesgos Laborales
- Energías Renovables y Eficiencia Energética
- Gestión Integrada de Prevención, Calidad y Medioambiente

#### Área Jurídica

- Derecho Ambiental
- Práctica de la Abogacía
- Asesoría Jurídica de Empresas
- Análisis e Investigación Criminal

#### Área Sanitaria

- Gestión Sanitaria
- Gerontología Psicosocial
- Psicología General Sanitaria

#### Área de Contabilidad

- Auditoría de Cuentas
- Dirección y Gestión Contable

#### Área Dirección y Administración de Empresas

- Dirección y Administración de Empresas (MBA)
- Dirección de Negocios Internacionales
- Dirección de Empresas Hoteleras
- Emprendimiento e Innovación Social

#### Área de Educación

- Dirección y Gestión de Centros Educativos
- Educación y Nuevas Tecnologías
- Formación del Profesorado de Educación Secundaria

#### Área Comercial y de Marketing

- Dirección Comercial y Marketing
- Marketing Digital y Social Media
- Comunicación Digital
- Dirección de Empresas Digitales <sup>UDIMA</sup>

#### Áreas de Finanzas y Banca

- Dirección Económico-Financiera
- Banca y Asesoría Financiera

#### Otras Áreas

- Arquitectura del Software
- Mercado del Arte
- Diseño, Creación, Producción y Gestión de Proyectos Audiovisuales
- Seguridad, Defensa y Geoestrategia



# Nuevo Hyundai Tucson

Cambiar es una actitud.



#changeisgood

El cambio forma parte de nuestras vidas. Nos permite descubrir sensaciones nuevas y vivir momentos emocionantes. Es el motor de la imaginación. El nuevo Hyundai Tucson nace de esa actitud. Su diseño e innovaciones tecnológicas harán que tu forma de disfrutar de la conducción cambie por completo.

Experimenta el poder del cambio en [www.hyundai.es](http://www.hyundai.es)

Nuevo Tucson desde 18.900€



**HYUNDAI**

NEW THINKING.  
NEW POSSIBILITIES.



Gama Hyundai Tucson: Emisiones CO<sub>2</sub> (gr/km): 119-175. Consumo mixto (l/100km): 4,6-7,5.

PVP recomendado en Península y Baleares para Tucson 1.6 GDI (131CV) 4X2 BD ESSENCE (18.900€). Incl. IVA, transporte, impo. matriculación, descuento promocional, aportación de concesionario, oferta de mantenimiento, Plan Hyundai Solución y Plan PIVE del Gobierno. (Sujeto al cumplimiento de las condiciones del Plan PIVE del Gobierno). Oferta aplicable para clientes particulares que financien a través de Santander Consumer EFC S.A un importe mínimo de 13.000€ a un plazo mínimo de 60 meses. Financiación sujeta a estudio y aprobación de la entidad financiera. Oferta válida hasta 31/12/2015. Modelo visualizado: Tucson Style. Mantenimiento vinculado a la financiación del vehículo. Consulta las condiciones completas de oferta y de mantenimiento en la red oficial de concesionarias Hyundai o en [hyundai.es](http://hyundai.es).