

ALADIerno

IBERIA REGIONAL AIRNOSTRUM



Pirineos Orientales

Entre el mar y la montaña

Eastern Pyrenees

*Between the mountains
and the sea*



Sebastián Mora

*"Sueño con hacer algo
más grande"*

*"I dream about something
even bigger"*

Extremadura

Auténtica cocina del recuerdo

Authentic traditional cuisine

A la altura de sus sueños



CATÁLOGO
GRATUITO



Para crear sus cubiertas de piscina, Abrisud se inspira en las nuevas tendencias. Contacto con la naturaleza, confort, bienestar, tonos elegantes, cálidos y relajantes. Sostenibilidad. La belleza de los materiales se refleja en el agua cristalina de su piscina.

T: 902 33 00 17


abrisud[®]
Cubiertas de Piscina

CONTENIDO

CONTENT

Portada / Frontpage:
Parapente en Targasonne.
Parapenting in Targasonne.



05 Bienvenido a bordo
Carta del Presidente

Welcome aboard **05**
President's letter

06 Nuestro mundo

Our World **06**

08 Pirineos Orientales

Eastern Pyrenees **08**

14 Sebastián Mora

Sebastian Mora **14**

18 Extremadura

Extremadura **18**

24 Erwin Olaf

Erwin Olaf **24**

30 Motor

Motor **30**

38 Viajar con
AIR NOSTRUM

*Travel with
AIR NOSTRUM* **38**

40 AIR NOSTRUM
recomienda

*AIR NOSTRUM
recommends* **40**

41 Noticias

News **41**

42 Puerta de
embarque

Boarding gate **42**



Sebastián Mora.



Embarcaciones ancladas en la costa.
Boats anchored off the coast.



Roscas de Extremadura.



Kia Optima.

ALADIerno

IBERIA  **AIRNOSTRUM**
REGIONAL

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

Coordinación y producción: direccion@revistaaladierno.com

Publicidad: 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.



carrau Corporación

ABOGADOS Y ASESORES FISCALES



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

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

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

BIENVENIDO A BORDO



Carlos Bertomeu
Presidente de AIR NOSTRUM

Estimados pasajeros:

Para conocer mejor las expectativas y necesidades de ustedes, nuestros clientes, realizamos miles de encuestas en distintos momentos del año.

A través de las respuestas que nos dan podemos trazar el perfil tipo de nuestro pasajero y su grado de satisfacción con nuestro servicio.

Del estudio se desprende que la mayor parte de nuestros pasajeros tienen entre 26 y 45 años, son en su mayoría varones (un 62%) que suelen volar varias veces al año, fundamentalmente por motivos de negocios y que habitualmente pernoctan en destino varios días.

Atendiendo a los datos que las respuestas arrojan podemos concluir que más del 80% de los encuestados valora muy positivamente el servicio que AIR NOSTRUM ofrece. Como en años anteriores, la atención a bordo, que alcanza un sobresaliente 9 sobre 10 en su calificación, sigue siendo el atributo más valorado por ustedes en nuestros vuelos.

Como resultado de la buena percepción que los encuestados tienen del servicio de la compañía, disfrutamos de elevados índices de fidelización y recomendación. Si lo cuantificamos, podemos estimar en un 8,8 sobre 10 la posibilidad de volver a elegirnos para el próximo viaje, y en un 8,7 la probabilidad de recomendarles nuestros servicios a familiares y amigos.

Para colaborar en nuestro empeño de seguir haciéndoles el vuelo lo más agradable posible, les mostramos en estas páginas un par de propuestas de destinos para próximos desplazamientos.

Perpiñán y los Pirineos Orientales son nuestra sugerencia de destino internacional en este número de Aladierno. Este departamento del sureste francés ofrece una peculiar combinación de costa y montaña que permite deslizarse por sus pistas de esquí por la mañana y tomar el sol en la playa por la tarde, o seguir por las calles de la localidad los pasos de artistas como Picasso, Chagall o Matisse que se refugiaron allí de las inclemencias de la historia de la Europa de mediados de siglo.

El otro destino propuesto es Extremadura, al que nos acercamos a través de su gastronomía forjada a partir de la combinación de elementos heterogéneos provenientes de sucesivos pobladores que han dejado sus recetas como legado cultural.

Hace muchos años que soy aficionado al jamón ibérico D.O. "Dehesa de Extremadura" y a las tortas del Casar y La Serena, pero recientemente he descubierto nuevos vinos de la D.O. "Ribera del Guadiana", así como los caldos de una bodega próxima a Trujillo que me han sorprendido tanto como a los especialistas que los han reconocido entre los mejores vinos de España en 2015.

Ambas propuestas, Pirineos Orientales y Extremadura, tan diferentes, tienen un elemento común, la cultura del buen vivir, que esperamos que tenga un preámbulo en nuestro vuelo.

Buen viaje.

**LA ATENCIÓN A BORDO ES EL ATRIBUTO
MÁS VALORADO POR USTEDES CON UN
SOBRESALIENTE 9 SOBRE 10**

WELCOME ABOARD

Carlos Bertomeu
President of AIR NOSTRUM

Dear Passengers,

To get a better idea of our passengers' needs and expectations, we generally carry out numerous surveys throughout the year.

Thanks to the information our passengers provide, we are able to create a profile of the typical AIR NOSTRUM passenger and their level of satisfaction.

Studies have shown that the majority of passengers are males (62%) aged between 26 and 45 who fly several times a year, mainly for business, and who usually spend several days at their destination.

From the information collected, we are able to conclude that 80% of our passengers are very happy with our service. As in previous years, our inflight service has obtained an excellent 9 out of 10 and continues to stand out as our most valued attribute.

Thanks to the excellent opinion our passengers have of our services, we enjoy high levels of loyalty and recommendation. After analysing the results of the surveys, we have estimated that a total 8.8 out of 10 passengers would choose AIR NOSTRUM for their next journey and 8.7 would recommend the Company to their family and friends.

In our effort to make your flight as pleasant as possible, we have, this month, included two more popular holiday destinations.

The Eastern Pyrenees and the beautiful city of Perpignan are our choice for this month. This popular department situated in south-eastern France offers a peculiar combination of the mountains and the sea allowing visitors to sunbathe on the beach in the morning and slide down the ski slopes in the afternoon or, if they prefer, follow in the footsteps of famous artists such as Picasso, Chagall and Matisse who found refuge here during the historical events of the middle of 19th century.

Our second destination is the beautiful Spanish region of Extremadura. On this occasion, we have focused on its gastronomic delights and the influence the ingredients introduced by the cultures that have, over the centuries, found their way here, cultures that left behind them numerous recipes as part of their cultural legacy.

I have been a great fan of the DO Iberian ham label "Dehesa de Extremadura" and of El Casar and La Serena cheese for many years. However, I have more recently discovered the DO wine label "Ribera del Guadiana" and a bodega near Trujillo which has managed to surprise me as much as it has surprised the specialists who have classified the wine produced there as one of the best in Spain.

In spite of being so different, the Eastern Pyrenees and Extremadura both have something in common, namely, the culture of 'buen vivre' to which we hope this flight will be a preamble.

Bon voyage!

**OUR INFLIGHT SERVICE CONTINUES AS OUR
MOST HIGHLY VALUED ATTRIBUTE WITH AN
EXCELLENT RATING OF 9 OUT OF 10**



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

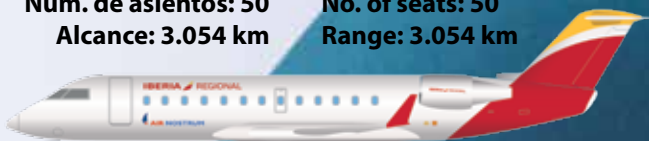


CRJ 200

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







▶ Embarcaciones próximas al litoral.
Boats near the coast.



Pirineos Orientales

Entre el mar y la montaña

Entre el Mediterráneo y la cordillera pirenaica, la zona de los Pirineos Orientales ofrece un amplio abanico de paisajes entre las playas y calas de la costa y los montes de Cerdaña y Capcir. Esquiar por la mañana y tomar el sol en la playa por la tarde, ambas aficiones son posibles en esta zona del sur de Francia. Con un patrimonio arquitectónico importante, unos espacios naturales protegidos, una cultura y unas tradiciones siempre vivas y dinámicas, los Pirineos Orientales ofrecen un sinfín de tesoros.

Traducción / Translation: Jane Singleton.

A lo largo de su historia, este departamento del sudeste francés ha visto el paso de diferentes culturas (romanos, visigodos, francos, la corona de Aragón, de Castilla, de Francia), hasta el año 1659 cuando se firmó el llamado Tratado de los Pirineos. Por ese tratado, Francia y España acababan repartiéndose Cataluña y haciendo de la cordillera de los Pirineos la frontera política y natural.

Aquí, la naturaleza, el arte y la historia han creado obras espectaculares y singulares. El Castillo Real de Collioure, el priorato de Serrabone, las ciudadelas de Vilafranca de Conflent y Mont-Louis, ambas en el listado del patrimonio mundial de la Unesco, las abadías románicas de Saint-Michel de Cuixa y Saint Martin du Canigou son algunos de los lugares que reciben cada día visitantes del mundo entero.

En Perpiñán, el espléndido Palacio de los Reyes de Mallorca domina las callejuelas populares del centro llenas de colores, olores y sabores del centro histórico. Con su Teatro del Archipiélago, su conservatorio de música vanguardista, sus paseos y plazas populares, Perpiñán se convierte en escenario vivo de todas las músicas y bailes. Caminando hacia la catedral, uno descubre el Campo Santo y el precioso conjunto de la plaza de la Loge con sus tres edificios públicos de estilos, siglos y funciones diferentes, así como la estatua

Eastern Pyrenees

Between the mountains and the sea

The Eastern Pyrenees, situated between the Mediterranean Sea and the Pyrenean mountain range, is home of a wide range of landscapes. These range from coves and sandy beaches to the Cerdagne and Capcir mountains. This magnificent region offers visitors the possibility of sunbathing on the beach in the morning and skiing in the mountains in the afternoon. Its architectural patrimony, protected nature areas and ancient traditions, offer visitors access to a wide variety of treasures.

Located in southern France, the Eastern Pyrenees has been influenced by the Romans, Visigoths and Franks along with the crowns of Aragon, Castile and France up until 1659 when it signed the famous Treaty of the Pyrenees which resulted in France and Spain dividing Catalonia, turning the Pyrenees into a natural and political frontier.

Here, nature, art and history have created a number of spectacular monuments. The Royal Castle of Collioure, the Serrabone Priory, the citadels of Villefranche-de-Conflent and Mont-Louis, both declared World Heritage sites by the Unesco, the Romanesque abbeys of Saint-Michel de Cuixa and Saint Martin du Canigou are just some of the monuments visited every day by tourists from all over the world.

The city of Perpignan is home of the splendid Palace of the Kings of Majorca located in the Old Quarter where visitors will find narrow streets full of colour, flavours and aromas. With its Théâtre de l'Archipel, avant-garde music conservatory, promenades and popular town squares, Perpignan stands out as a lively venue for music and dance. Close to the cathedral stand the ancient cemetery and funerary chapel along with the Place de la Loge and its three public buildings, each built in a different style, at a different time and for a different purpose. It is also possible to find here a beautiful bronze statue by the famous sculptor, Maillol, born in Banyuls de la Marenda.

Just a few kilometres away, visitors will find beautiful



rellena y serena de Maillol, el famoso escultor, nacido en Banyuls de la Marenda.

A pocos kilómetros, crecen los árboles frutales y se extiende una fértil huerta que parece rodear la ciudad. En las proximidades no cuesta descubrir espacios naturales protegidos y el medio ambiente preservado. En plena montaña encontramos las reservas de Nyer, Eyne y los lagos de las Bollosas. Paraíso de los senderistas y de las actividades de plena naturaleza, estos lugares están ubicados en el parque regional de los Pirineos Catalanes, que cruza siempre valiente e intemporal el famoso Tren Amarillo. Esta línea férrea creada a principios del siglo pasado, desafía los desniveles con sus puentes, túneles y otras obras espectaculares para su época.

En la costa, yendo hacia el sur se llega al espacio natural de la bahía de Paulilles, considerada por los vecinos una de las más preciadas joyas de la zona, todo un símbolo de la belleza salvaje de ese litoral.

Hacia el norte los estanques llenos de flamencos en invierno recortan su silueta contra el telón de fondo del grandioso Canigó, un macizo que parece de mayor altura de la real por contraste, al imponerse abruptamente en medio de la llanura.

Algunos espacios marinos suponen un buen modelo del carácter pionero en la protección del entorno natural. La reserva marina de Cervera-Banyuls, la primera de Francia, ofrece un extraordinario ejemplo de biodiversidad; el parque natural marino del Golfo de León, que se extiende de Leucate a Cerbere, contiene una cuarta parte de las especies registradas en el Mediterráneo.

Entre ríos y lagos, no falta el agua natural. La oferta termal, fría o caliente, presenta un variado surtido de servicios para disfrutar en los balnearios su fuente inagotable

► Plaza de la catedral.
Cathedral Square.

orchards and fertile lands in a well-preserved environment. The Eastern Pyrenees department is home of a variety of nature parks. These include the splendid Nyer and Eyne nature reserves and the impressive manmade lake known as Lake Bouillouses. An authentic paradise for nature lovers, the previously-mentioned nature areas are located in the famous Catalan Pyrenees Regional Nature Park. The Yellow Train (Train Jaune) railway line runs through the park. Built at the beginning of the 20th century, this remarkable railway line defies the ruggedness of the mountains with its amazing bridges, tunnels and other spectacular engineering works.

Towards the south, tucked away off the coast road, visitors will find the Bay of Paulilles. It is considered to be one of the area's most beautiful treasures, a symbol of the wild beauty to be found around this part of the coastline.

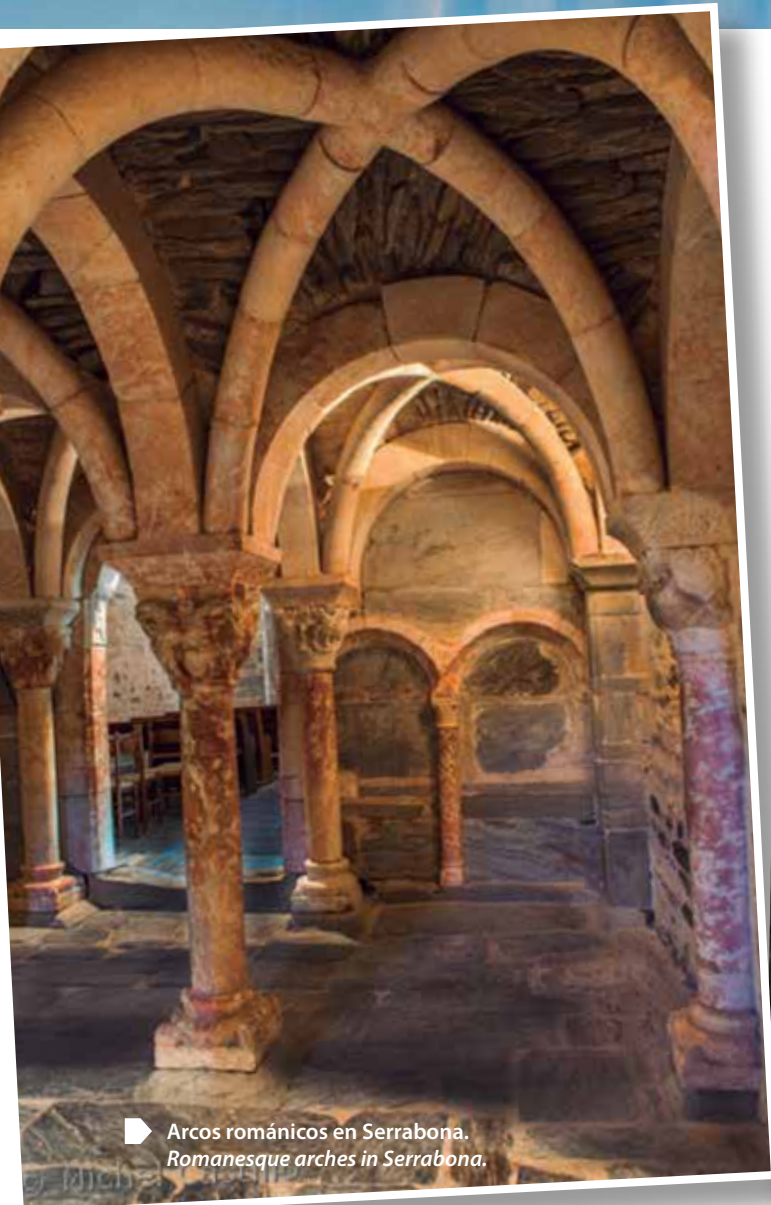
Towards the north, it is possible to find marsh areas visited by flamingos during the winter whose silhouettes can be seen standing out against the imposing Canigou Mountain believed, for many years, to be the highest mountain in the Pyrenees due to the sharp contrast between the mountain range and the Roussillon plains.

The Eastern Pyrenees is also home of a number of outstanding marine reserves, authentic pioneers in the protection of the environment. The Cerbère-Banyuls Marine Reserve with its extraordinary example of biodiversity stands out as the first marine reserve in France. The Golfe du Lion Marine Reserve stretches

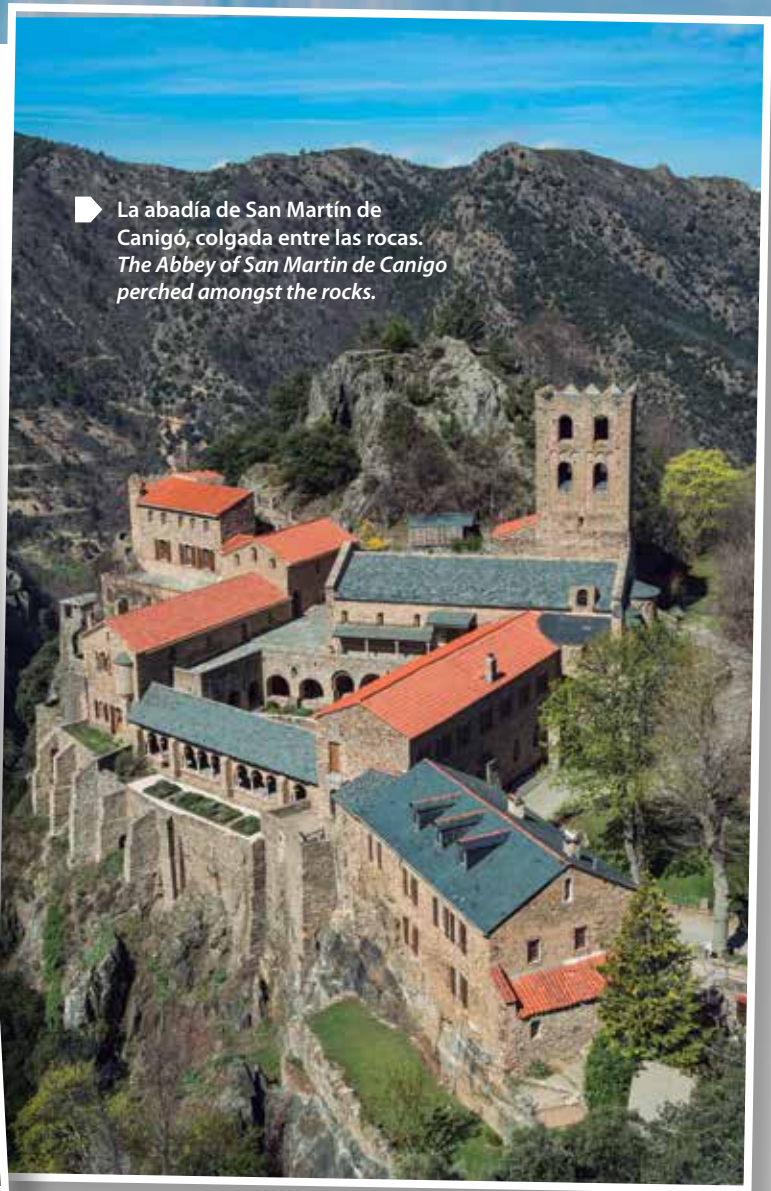




► Imponente montaña frente al mar.
View of a magnificent mountain facing the sea.



► Arcos románicos en Serrabona.
Romanesque arches in Serrabona.



► La abadía de San Martín de Canigó, colgada entre las rocas.
The Abbey of San Martin de Canigo perched amongst the rocks.

LOS FLAMENCOS ROSADOS SON UNA
AGRADABLE SORPRESA PARA LOS
AMANTES DE LA NATURALEZA

*THE FLOCKS OF PINK FLAMINGOS
ARE A PLEASANT SURPRISE FOR
NATURE LOVERS*



de bienestar y tratamientos benéficos. Desde los años 50 del siglo pasado, recibe visitas de toda Francia para beneficiarse de las propiedades terapéuticas del agua termal.

Y, una vez relajados y llenos de energía, podemos recorrer los mismos caminos de la inspiración de artistas como Picasso, Matisse, Soutine, Chagall, que se refugiaron aquí para guarecerse de las tormentas de la historia. En estos rincones encontraron amigos y talleres y disfrutaron de la luz de ese cielo azul de lugares como Ceret y Collioure, donde se han levantado interesantes museos de arte moderno.

También se pueden seguir los pasos de los miles de refugiados que fueron «acogidos» en el campo de Rivesaltes, desde los judíos alemanes de los años 40 hasta los republicanos españoles tras la guerra civil y los algerianos que combatieron con los franceses (los llamados *harkis*). El campo memorial de Rivesaltes es un monumento a la tolerancia, todavía vigente. Seguir los pasos de esos refugiados le hará soñar, aprender, descubrir y comprender el presente de esta zona.

Y todavía tenemos reservada una última sorpresa: se pueden acceder con facilidad a muchos de estos lugares gracias a que la red de autobuses le transportan por un euro, sea cual sea la distancia. Pero sin agobios porque, si no se puede ver todo de una vez, es recomendable volver a repetir visita.

MÁS INFORMACIÓN
FURTHER INFORMATION

WWW.TOURISME-PYRENEESORIENTALES.COM



from Leucate to Cerbère and is home of a quarter of the recorded Mediterranean marine species.

Between rivers and lakes, there is no lack of water here. A number of spas offering a wide range of services can be found here offering an endless source of wellbeing. The Eastern Pyrenees has, since the 1950s, received tourists searching for the benefits of the therapeutic properties of its magnificent thermal waters.

While here, art lovers should not miss a stroll around the areas which inspired magnificent artists such as Picasso, Matisse, Soutine and Chagall who it would seem took shelter here from the storms of history. These famous artists found friends and places to work while enjoying the marvellous blue skies in places such as Ceret and Collioure, home of interesting modern art museums.

Visitors can also follow in the footsteps of the thousands of refugees once accommodated in the Camp de Rivesaltes. These included, amongst others, German Jews during the 1940s, Spanish Republicans fleeing from the Spanish Civil War and groups of Algerians (known as *harkis*) who fought beside the French. Today, the Rivesaltes Memorial Museum is an historical monument to tolerance. Following in the footsteps of its refugees will allow visitors to understand the present.

Finally, we would mention the excellent local bus network that offers tickets for just one euro no matter the distance providing visitors with access to a large part of the area. No need to stress, you can come back as often as you like; there will always be something new to see.

TALENTO PARA LA VIDA

Tanto en la gastronomía como en la viticultura, en la agricultura ecológica, o la artesanía tradicional, los habitantes de Pirineos Orientales han adquirido una técnica y un saber hacer envidiables. La gente vive en medio del prodigio de la naturaleza, la tierra, el viento, el mar y el sol, disfrutando de su potencial, convirtiéndolos en energía y respetando esta tierra providencial. Los sibaritas llenarán sus cestas de productos locales, todos ellos con sellos de calidad, frutas, quesos y vinos de mesa con denominación de origen, así como vinos dulces inmejorables.

TALENT FOR 'BIEN VIVRE'

Over time, the inhabitants of the Eastern Pyrenees have acquired an enviable technical know-how with regard to gastronomy and viticulture, organic farming and traditional crafts. People live here in the midst of the wonder of nature, earth, wind, sea and sun, enjoying the area's numerous advantages while, at the same time, protecting its environment. Gourmets or foodies come here to fill their baskets with local quality products that include, amongst other things, a wide variety of fruit, cheese, Denomination of Origin table wine and local sweet wine.



Sebastián Mora

“Sueño con hacer algo más grande”

“I dream about something even bigger”

© Luis Mendoza (RFEC).

El afable ciclista Sebastián Mora, nacido en Villareal se proclamó el pasado mes de marzo campeón del mundo de ciclismo en pista en la modalidad de *scratch*, en la que 25 corredores compiten entre sí con conocimiento previo de las vueltas que dura la prueba, celebrada en la ciudad de Londres. Con este resultado se consagra como referente mundial en este deporte, que tiene muchos más aficionados fuera de España. Para el deportista se ha cumplido uno de sus sueños si bien le quedan muchos por cumplir, entre ellos poder disputar la Vuelta a España o el Tour de Francia en un equipo de ciclismo en ruta.

Last month, this approachable cyclist born in Villareal became world track cycling champion in the Scratch Races held in London, where 25 cyclists compete against each other over a known number of laps. This result has made him the world benchmark in this particular type of racing, which has many more followers outside Spain. The sportsman has now accomplished one of his dreams, although he still has many more, including being able to race in the Vuelta a España or the Tour de France in a route cycling team.



La modalidad *madison*, en la que Sebastián Mora (izquierda) y Albert Torres (derecha) obtuvieron medalla de bronce en los pasados mundiales de Londres 2016 se caracteriza por la forma en que se dan los relevos, agarrándose del brazo del compañero y aprovechando para aumentar la aceleración con el impulso.

The Madison mode, where Sebastián Mora (left) and Albert Torres (right) won the bronze medal in the last World Championship in London 2016, characterised by relays where they hold on to their colleague's arm to increase acceleration with a push start.

© Luis Mendoza (RFEF).

¿Cómo empezó su afición por el ciclismo?

Mi padre practicaba ciclismo a nivel de aficionado. Yo le acompañaba a ver las carreras y a disputar cada competición, le veía entrenar en casa y fuera. Yo creo que se te queda en la retina todo esto. Nadie me obligó a subirme a una bici ni nada parecido, de hecho tuve que buscarme yo una y entrenar un poco a escondidas (risas). Así fue mi inicio en el ciclismo.

¿En qué consiste la modalidad de ciclismo en pista?

El ciclismo en pista se realiza dentro de un velódromo. Hay dos disciplinas, de velocidad y de fondo. Yo compito en la de fondo, y dentro de ella practico todas las pruebas.

¿Resulta entretenido el entrenamiento?

(Risas) Sí, mucho. La gente me pregunta si me aburro dando vueltas pero no, todo lo contrario, me divierto cada día más. Hay que estar muy concentrado mientras se está entrenando o compitiendo. El ciclismo en pista requiere una gran técnica para rodar a tan altas velocidades. Es apasionante.

En los pasados mundiales Londres 2016 obtuvo dos medallas, una de oro en la modalidad *scrach* y una de bronce en la modalidad *madison* junto a su compañero Albert Torres. ¿confiaba en lograr un éxito tan impresionante?

Había entrenado muy bien tanto el europeo como el mundial. Es cierto que pese a ello siempre es muy difícil ganar pero iba muy preparado y con la mentalidad de poder hacer algo grande.

¿Es posible combinar el ciclismo en pista con el ciclismo de carretera?

Actualmente compagino ambas modalidades. Ahora voy a iniciar una nueva etapa en un equipo continental inglés. Además hace dos años estuve en Japón en un equipo de ciclismo en carretera. En España de momento no se ha apostado por dar el paso, en cambio en las grandes potencias mundiales, como Inglaterra, Australia o Países Bajos, todo el mundo pasa por la pista y después por la carretera.

¿Sueña con disputar la Vuelta a España o el Tour de Francia?

(Risas) Sí, lo primero sería fichar por un equipo más grande, y sí, claro por qué no. Tengo la ilusión cada día de seguir mejorando y progresando.

¿Cómo se ve dentro de unos años?

Nunca sabes qué te va a deparar el futuro y cómo estarás en un tiempo pero yo lo que intento día a día es esforzarme y trabajar duro. Sueño con hacer algo más grande.

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

Lo que más me gusta es la amabilidad que tienen a la hora de tratar a los pasajeros, da igual si van en clase *business* o en turista. El trato cercano y atento es lo principal.

How did you start up in cycling?

My father was an amateur cyclist. I used to go with him to see the races and take part in competitions. I saw him train at home and outside. I think it is something that just stays with you. Nobody forced me to get on a bike, or anything like that. In fact I had to find my own bike and ride out of sight (laughs). That was how I started cycling.

What does track cycling actually consist of?

Track cycling is carried out inside a cycling stadium. There are two disciplines, speed and endurance. I compete in endurance, and do all the sub-disciplines.

Is training fun?

(Laughs) Yes, a lot. People ask me if I get bored riding round and round a track, but I don't, I enjoy it more and more. You have to be very concentrated while you are training or competing. Track cycling requires a lot of technique to ride at such high speeds - it's really exciting.

At the last world championship in London 2016 you won two medals, a gold in the *scratch* discipline and a bronze in the *Madison* along with your colleague Albert Torres. Did you expect to be so successful?

I had trained hard for the European and the World Championships. It is true that in spite of training hard it is always difficult to win, but I was ready and my mind was set on achieving something great.

Is it possible to combine track and road cycling?

I currently do both, track and road cycling. It is fully compatible. I am now going to start a new stage in an English continental team. What's more, two years ago I was in Japan in a road cycling team. At the moment in Spain there are not many track cyclists, whereas in other countries such as England, Australia or the Netherlands, everyone starts on the track and then moves on to road cycling. There are a lot of good racers.

Do you dream about riding in the Vuelta a España or the Tour de France?

(Laughs) Yes, first I would need to sign for a bigger team and yes, why not? I am excited about improving every day and making progress.

How do you see your future in a few years time?

You never know what the future holds for you and how things will pan out, but what I try to do every day is make a big effort and work hard. I have big dreams.

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

What I like most is the friendly treatment with passengers, whether you travel in business or tourist class. The personal touch and attention are the main things.



CARAVACA DE LA CRUZ

Ciudad santa

Las fiestas en honor a la Santísima y Vera Cruz, declaradas de Interés Turístico Internacional, tienen lugar del 1 al 5 de mayo. Conmemoran hechos acaecidos en el largo período en que Caravaca de la Cruz fue zona fronteriza con el reino nazarí de Granada. Además de los actos religiosos y de los desfiles de moros y cristianos es de enorme interés el festejo de los Caballos del Vino, único en el mundo, que se celebra el 2 de mayo por la mañana, y que incluye dos concursos diferentes: la carrera o prueba de velocidad y el de enjaezamiento o vestimenta de los caballos. Este festejo, que rememora la Aparición de la Santa Reliquia ocurrida en 1231, es actualmente candidato a Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad de la Unesco.

Este mismo día, ya por la tarde, los bandos moro y cristiano realizan un simulacro de combate en recuerdo de épocas pasadas y la Santísima Cruz baja en procesión desde su Basílica-Santuario a la Parroquia de El Salvador.

El día 3 se celebra el desfile infantil y la carrera de ponis, donde los niños demuestran su capacidad de asimilar la fiesta desde muy pequeños. Por la tarde parlamento entre los reyes moro y cristiano y nuevo simulacro de combate. Acto seguido tendrá lugar la ceremonia del Baño de la Cruz para bendecir las aguas que riegan la huerta de Caravaca.

El día 4 se resume en un gran desfile por la calle principal de la ciudad y finalmente, el día 5 es de un hondo sentido religioso; una multitudinaria procesión acompaña a la Cruz a la Basílica-Santuario, donde permanecerá el resto del año.



Arriba:
Grupo cristiano. Soberana Orden del Temple.
Christian Group. Sovereign Order of the Temple.

Izquierda:
Kábila mora. Ceyt Abuceyt-Femenino.

Abajo:
Carrera de los Caballos del Vino que se celebra el 2 de mayo.
Wine Horse Race held on 2nd May.

Fotografías / *Photographs:* Fiestas de la Vera Cruz.



The festivities in honour of the Holy Trinity and the True Cross, declared events of International Touristic Interest, are held between 1st and 5th of May. They commemorate events that took place throughout the long period in which Caravaca de la Cruz was a border with the Nasrid Kingdom of Granada. In addition to the religious acts and the processions of Moors and Christians, the "Caballas del Vino" (Horses of Wine) festivity attracts enormous interest, unique in the world, held on 2nd May in the morning including two different contests: the race and the dressing of horses. This festivity remembers the Appearance of the Holy Relic that took place in 1231, and is currently nominated as Intangible Cultural Heritage by UNESCO.

In the afternoon of the same day, the Moors and Christians hold a mock battle in memory

of days gone by and the Holy Cross is brought down from the Basilica to the El Salvador parish church.

On the 3rd, the children's procession and pony race are held, where children show how they experience these festivities from a tender age. In the afternoon the Parliament is held between the Moorish and Christian Kings and another mock battle is fought. Immediately afterwards is the Bathing of the Cross to bless the water irrigating the fertile lands of Caravaca.

On the 4th there is another major procession through the main street of the town and finally, on the 5th, there is a deeply religious event with a multitudinous procession accompanying the Cross back to the Basilica / Sanctuary where it remains the rest of the year.



▶ Paseo entre cerezos en flor del Valle del Jerte.
A stroll amongst the cherry trees in flower in the Jerte Valley.
© Sebastián Cabrini.





Extremadura

Auténtica cocina del recuerdo

PARECE OBRA DE UN ALQUIMISTA, PERO LO CIERTO ES QUE DURANTE SIGLOS EXTREMADURA HA FUSIONADO RECETAS ROMANAS, CRISTIANAS, JUDÍAS, MUSULMANAS, PASTORILES, PORTUGUESAS E INCLUSO INGREDIENTES DEL NUEVO MUNDO. EL RESULTADO HA SIDO UNA GASTRONOMÍA AUTÉNTICA, DIFERENTE, INCREÍBLE.

Texto / Text: Eduardo Rolland.

Traducción / Translation: Jane Singleton.

Authentic traditional cuisine

ALTHOUGH IT LOOKS LIKE THE WORK OF AN ALCHEMIST, EXTREMADURA'S TRADITIONAL GASTRONOMY IS BASED ON THE GASTRONOMIC INFLUENCES OF THE ANCIENT CHRISTIAN, JEWISH, ARAB, PORTUGUESE, RURAL AND NEW WORLD CULTURES. THE RESULT IS AN EXTRAORDINARY AND UNIQUE CUISINE.

► Alcazaba de Badajoz.
Badajoz Castle.



LA DESPENSA
EXTREMEÑA, UNA
DE LAS MEJORES
DE ESPAÑA

THE
EXTREMADURA
'PANTRY' IS ONE OF
THE BEST IN SPAIN

De la herencia romana, visible en monumentos de la región como el teatro de Mérida o el puente de Alcántara, nos han llegado las salazones, como el jamón y los embutidos. De las cocinas de los grandes monasterios extremeños (Guadalupe, Alcántara y Yuste) hemos recibido recetas como la perdiz al modo de Alcántara, la tortilla cartuja (la popular tortilla francesa), diferentes maneras de preparar el bacalao y abundante repostería. En el legado hebreo, bien conservado en lugares como Hervás, Valencia de Alcántara y Plasencia, encontramos dulces a base de almendras y miel, los potajes, el cordero, asado o en frite, y el pisto, al que después del descubrimiento de América se añadiría el tomate. La huella árabe, representada en las alcazabas de Badajoz y Mérida, las murallas de Trujillo o el aljibe de Cáceres, puede degustarse en el escabechado de pescados y carnes, los encurtidos, la sopa de *jabis* y el *sinabi*, antecedentes de las sopas de ajo y de la caldereta de cordero.

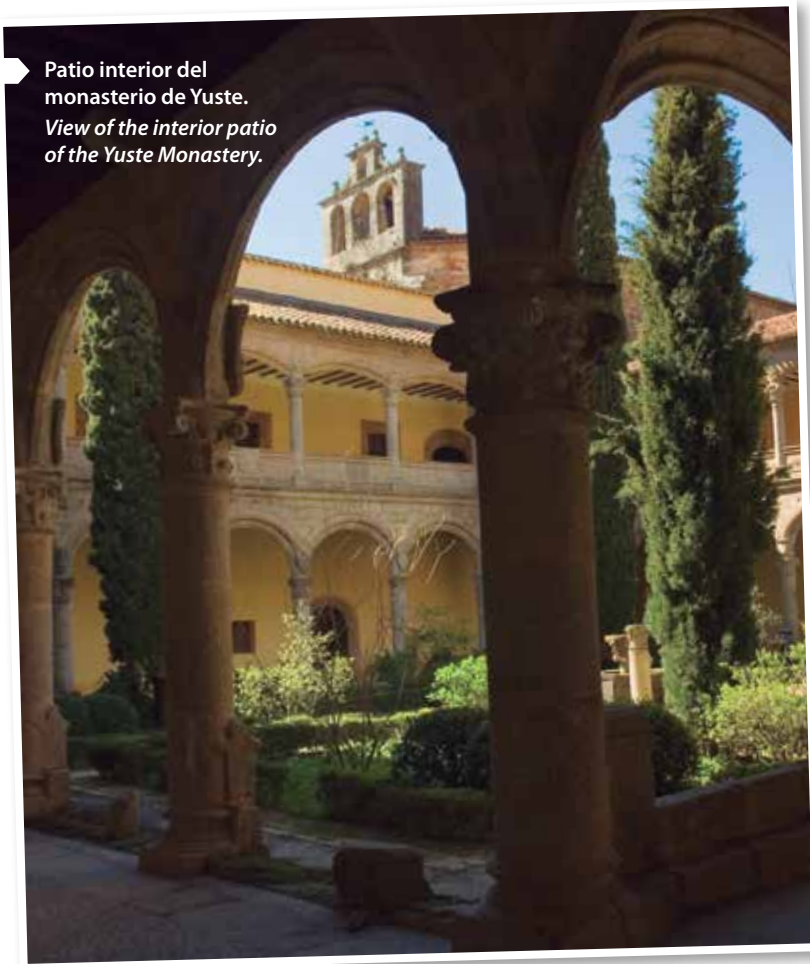
La tradición pastoril, tan importante en Extremadura, nos ha dejado joyas gastronómicas como las migas y los quesos Torta del Casar, La Serena, Ibores, La Vera, Carbajo y Acehúche, entre otros. La cercanía a Portugal ha propiciado la adopción por parte de los extremeños de recetas lusas como el bacalao dorado y numerosos postres. ¿Y qué decir de América, de donde han venido productos imprescindibles para la gastronomía española, como el tomate o el pimiento, del que se obtiene el afamado pimentón de La Vera? Por cierto, los monasterios extremeños fueron los primeros en cultivar pimiento y tomate en Europa.

Extremadura's Roman legacy, visible in monuments that include the Merida Amphitheatre and Alcántara Bridge, brought with it a selection of cured meats such as Extremadura's world famous Iberian ham. The Christian monasteries of Guadalupe, Alcántara and Yuste, on the other hand, have provided a variety of recipes that include Partridge a la Alcántara and Cartuja Omelette and a number of cod dishes and mouth-watering pastries. Extremadura's Jewish legacy, well preserved in areas such as Hervás, Valencia de Alcántara and Plasencia, is responsible for its magnificent almond and honey confectionary as well as a variety of stews, lamb dishes and its tasty ratatouille to which tomato was added following the discovery of America. Finally, Extremadura's Arab legacy, responsible for the splendid Badajoz and Mérida citadels, Trujillo city walls and Cáceres water wells, brought with it an assortment of marinated products, pickles and *jabis* and *sinabi*, predecessors of Extremadura's garlic soup and lamb stew.

The region's important rural tradition is the source of dishes such as Migas (a breadcrumb speciality) as well as a wide variety of cheeses. These include the popular Torta del Casar, La Serena, Ibores, La Vera, Carbajo and Acehuche varieties. As a result of its proximity to Portugal, Extremadura has incorporated a number of Portuguese dishes such as Bacalao Dorado, a famous cod recipe, together with a selection of desserts. America, origin of a number of important ingredients used in Spanish gastronomy such as tomatoes and peppers from which the famous paprika from La Vera is obtained, has



Patio interior del monasterio de Yuste.
View of the interior patio of the Yuste Monastery.



EL SECRETO GASTRONÓMICO:
TRADICIÓN COCINADA CON EXCELENTE
MATERIA PRIMA

GASTRONOMIC SECRET: EXCELLENT
TRADITIONAL RAW PRODUCE

Tradición cocinada con unas excelentes materias primas. Éste es posiblemente el secreto de la gastronomía extremeña, cada vez más conocida y reconocida dentro y fuera de España. Títulos como Cáceres Capital Española de la Gastronomía 2015 y Mérida Capital Iberoamericana de la Cultura Gastronómica 2016 dan buena prueba de ello y han sido la excusa perfecta para que grandes medios estadounidenses y europeos, como *The New York Times* y *The Guardian*, se fijen en Extremadura y recomienden encarecidamente visitar una región que combina naturaleza, patrimonio histórico y excelentes propuestas culinarias.

La despensa natural extremeña está considerada una de las mejores de España. Jamón ibérico de bellota, embutidos, cordero, ternera, arroz, cerezas del Jerte, aceitunas y aceite de oliva virgen extra, quesos, miel de Las Hurdes y de Villuercas-Ibores, hortalizas, castañas, vinos de Ribera del Guadiana, cava... Mil y un ingredientes a disposición de los cocineros del país.

Por toda la región existen rutas que permiten conocer sus productos más emblemáticos, desde el origen hasta la

also played an important role here. In fact, its monasteries were the first in Europe to plant tomatoes and peppers.

Traditional dishes cooked with first class raw produce. This is one of the secrets of Extremadura's cuisine, a cuisine that has, over the past years, gained great popularity at home and abroad. The nomination of Cáceres as the 2015 Spanish Capital of Gastronomy and Mérida as the 2016 Capital of Iberoamerican Gastronomy are proof of this and have provided the perfect excuse for important North American and European newspapers such as *The New York Times* and *The Guardian* to encourage readers to visit this delightful Spanish region with its combination of beautiful natural surroundings, ancient patrimony and exceptional cuisine.

Extremadura's 'pantry' is considered one of the best pantries in Spain. Iberian ham, cold cuts, lamb, beef, rice, cherries from the Jerte Valley, olives and extra-virgin olive oil, cheese, honey from Las Hurdes and Villuercas-Ibores, vegetables, chestnuts, wines from the Ribera del Guadiana, cava etc., a thousand and one ingredients at the disposal of national and international chefs.

This beautiful region also provides various tourist routes with information on its most emblematic products. A search for the best

Iberian ham products will, without a doubt, take visitors to the southern mountain range and western part of the province of Badajoz (Sierra Suroeste, Tentudia and Campiña Sur) and to the area of Montánchez and Tamuja in Cáceres. These are the areas that produce the famous 'Dehesa de Extremadura' Denomination of Origin ham although there are other Denomination of Origin areas in the region.

We are, of course, talking about towns and villages with a long history of pig meat products. Visitors will find here an interesting tourist offer thanks to its famous gastronomic ambassadors. Activities here include walking, horse riding and biking around the pasture lands, visiting 'secaderos' (food drying places), sampling Iberian ham, ham carving courses for beginners (August) and Iberian Ham Day (September) in Monesterio, home of the area's recently inaugurated Iberian Ham Museum.

The cherry orchards in the Jerte Valley, another of Extremadura's icons, also attract large numbers of tourists. In spring, thousands of visitors come to the Fiesta del Cerezo en Flor (Cherry Blossom Festival) to enjoy the sight of over one and half million cherry trees in blossom. In summer, the Cerecera Festival livens up the valley's towns and villages with visits to cooperatives and markets, nature trails, harvesting events and special gastronomic menus.

Extremadura's cuisine is not only something to be savoured, but experienced and borne in mind.

For further information: <http://www.turismoextremadura.com>





► Terraza de restaurante en la plaza Mayor de Cáceres.
Restaurant terrace in the Main Town Square of Cáceres.
 © Sebastián Cabrini.

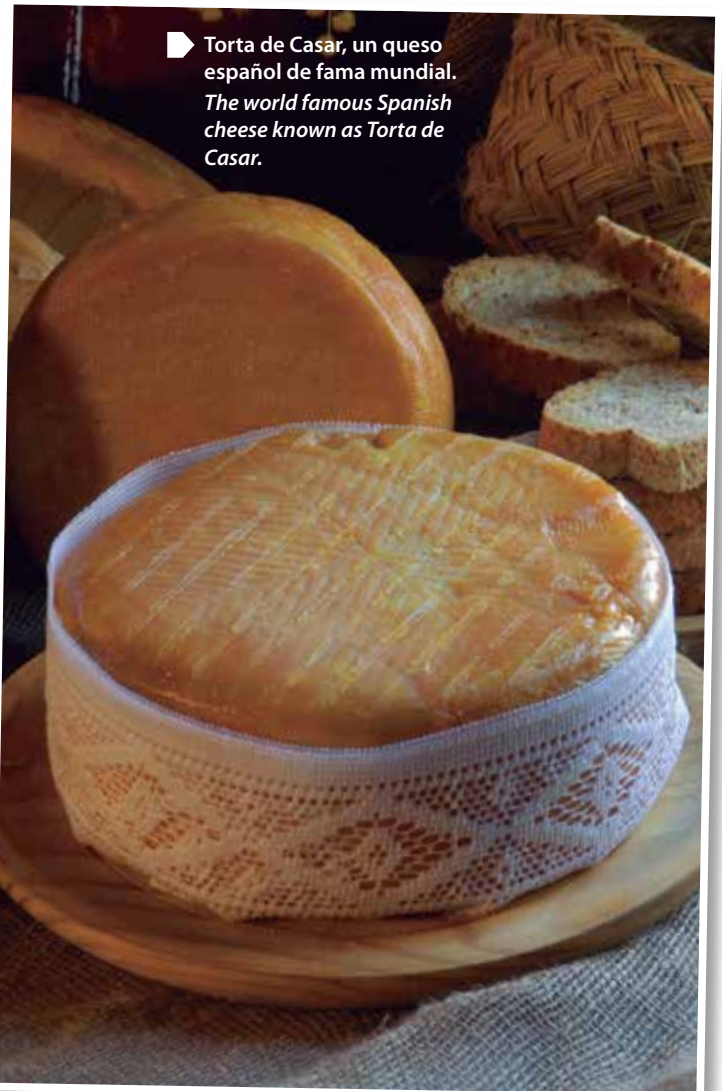
mesa. La búsqueda de los mejores jamones ibéricos de bellota nos lleva por las sierras del sur y el oeste de Badajoz (comarcas de Sierra Suroeste, Tentudía y Campiña Sur) y por la comarca de Montánchez y Tamuja, en Cáceres. En estas zonas se producen los jamones que están acogidos a la denominación de origen 'Dehesa de Extremadura', aunque existen explotaciones que pertenecen a la misma en otros puntos de la comunidad autónoma.

Hablamos de pueblos con una larga tradición chacinera donde existe una interesante oferta turística relacionada con este embajador de la gastronomía española. Paseos a pie, a caballo y en bicicleta por las dehesas, visitas a secaderos, degustaciones de jamón, cursos de iniciación al corte, tiendas gourmet y eventos como el concurso de cortadores (agosto) y el Día del Jamón (septiembre) en Monesterio, donde se ubica un museo temático de reciente creación.

La cereza del Jerte, otro icono de Extremadura, tiene también un gran atractivo turístico. En primavera, miles de visitantes acuden a la Fiesta del Cerezo en Flor y disfrutan de un valle teñido de blanco por la floración de más de un millón y medio de árboles. En verano, la fiesta de La Cerecera da vida a los pueblos del valle gracias a visitas a las cooperativas, mercados, rutas por el campo, tareas de recolección y menús elaborados con cerezas.

La gastronomía extremeña se saborea, pero también se vive y se recuerda.

Más información: www.turismoextremadura.com



► Torta de Casar, un queso español de fama mundial.
The world famous Spanish cheese known as Torta de Casar.





Tertulia de amigos ante el acueducto romano de los Milagros, en Mérida.
A group of friends chatting in front of the Milagros Roman Aqueduct in Merida.

MÉRIDA

De la dehesa mediterránea a la selva tropical americana

La ciudad milenaria de Mérida, Patrimonio Mundial de la Unesco, es la Capital Iberoamericana de la Cultura Gastronómica 2016. Durante todo este año, decenas de actividades promocionarán no sólo la cocina extremeña sino también la cultura, el patrimonio histórico y los recursos naturales de la región. Menús con productos españoles y latinoamericanos, rutas de tapas, festivales gastronómicos, conferencias de chefs y propuestas culturales animarán las calles y los restaurantes de la ciudad.

Mérida nos propone descubrir su historia y realizar un viaje fascinante por los sabores de Extremadura y América. Desde el Guadiana a la costa del Pacífico. Desde las dehesas mediterráneas a las selvas tropicales. Desde una cocina con influencias cristianas, sefardíes y árabes a la miscelánea de colores y razas de las recetas peruanas y brasileñas. Desde el gazpacho español a los platillos mexicanos. Desde el cerdo de raza ibérica al vacuno argentino. ¿Ha cenado alguna vez comida criolla y, a continuación, ha visto una obra clásica en un imponente teatro romano con 2.000 años de historia? En Mérida, este año es posible.

Más información: <http://meridacapitalgastronomica.es>

MERIDA

From Mediterranean pasturelands to America's tropical jungles

The two-thousand-year-old city of Merida, declared a World Heritage Site by the Unesco, has been named the 2016 Capital of Iberoamerican Gastronomy. As a result, dozens of activities have been organised to promote not only the excellent regional cuisine, but also its culture, ancient patrimony and natural resources. Menus with Spanish and Latin American products, gastronomic tourist routes, food fairs, conferences and cultural events will liven up the city's streets and restaurants.

Merida invites visitors to discover its rich history and enjoy a fascinating introduction to the flavours of Extremadura and America. From the Guadiana River to the Pacific coastline; from the Mediterranean pasturelands to America's tropical jungles; from Christian, Jewish and Arab influences to the miscellany of colours of Peruvian and Brazilian recipes; from Spanish gazpacho to Mexican guacamole and from Iberian black pigs to Argentinian cattle.

Have you ever eaten creole style food before attending a classical tragedy performed in a Roman amphitheatre with 2,000 years of history? You can this year in Merida.

For further information: <http://meridacapitalgastronomica.es>



Los Sauces educa hoy a los niños llamados a cambiar el mundo mañana

Todos hemos quedado marcados por nuestros profesores y —en mayor o menor medida— somos lo que somos porque ellos nos han ayudado a conseguirlo. Por eso, elegir el colegio adecuado es el principal reto al que se enfrenta una familia. El modelo educativo, la enseñanza de los idiomas, los valores que se le inculquen hoy marcarán su futuro mañana.

Los Sauces es una institución educativa privada y aconfesional con cuatro colegios en España (La Moraleja, Torrelodones, Vigo y Pontevedra) y un quinto centro en Irlanda. Llevamos más de 40 años educando alumnos con una sólida base intelectual, con pleno dominio del inglés, emocionalmente fuertes y competentes para la vida.

Defendemos la educación individualizada, porque no hay dos niños iguales. Creemos en un modelo donde nadie se quede atrás y donde todos logren los mejores resultados tras su paso por el colegio.

En Los Sauces trabajamos con las nuevas corrientes pedagógicas como, por ejemplo, la inteligencia emocional. Gracias a esta metodología nuestros alumnos cumplirán sus sueños porque tendrán la base necesaria para alcanzar sus metas profesionales, pero también porque sabrán controlar sus emociones y serán más felices consigo mismos y con quienes les rodean.

Residencia-internado en Pontevedra

Los Sauces ofrece una residencia-internado en su colegio de Pontevedra para conseguir los mejores resultados académicos. La residencia es mixta y tiene capacidad para 84 alumnos. Tras la finalización de las clases diarias los estudiantes refuerzan las distintas materias gracias a un programa de estudio dirigido, con un equipo de tutores personales les ayudan a conseguir sus objetivos.

Cursos de verano en Irlanda

Por su parte, el colegio de Irlanda —Brook House Los Sauces— ofrece en el mes de julio un curso de inmersión en inglés para niños de 10 a 17 años. Durante cuatro semanas vivirán, jugarán y se relacionarán en inglés, estudiando en el colegio por las mañanas y conviviendo con familias irlandesas por las noches, el marco perfecto para poner a prueba sus avances diarios.



Tel.: +34 900 101 101

info@colegi lossauces.com

colegi lossauces.com

DUBLIN - LA MORALEJA - PONTEVEDRA -
TORRELODONES - VIGO



Izquierda: imagen del colegio Los Sauces La Moraleja. Arriba, el colegio de Dublín y, abajo, un grupo de alumnas en la residencia de Pontevedra. Left: Colegio Los Sauces, La Moraleja. Top: Brook House Los Sauces. Below: students at the Pontevedra residence.

Los Sauces: educating the children of today and the world changers of tomorrow

We have all had teachers who have made a big impression on us. To some extent, we are who we are thanks to their help, which is why choosing the right school is the biggest challenge families can face. The educational system that children experience, the languages they are taught, and the values instilled in them all have a part to play in shaping their futures.

Los Sauces is an independent, non-denominational educational institution operating four schools in Spain (La Moraleja, Torrelodones, Vigo and Pontevedra) and a fifth in Ireland. We have more than 40 years' experience in teaching students – enabling them to acquire a solid intellectual base, to gain complete command of English, to become confident in themselves, and to learn a valuable set of life skills.

We are firm believers in individualised learning, because no two children are the same. We believe in a system in which nobody is left behind and where everyone achieves the best results after investing their time with us.

Los Sauces adopts new approaches to education such as emotional intelligence. This methodology allows our students

to fulfil their dreams by giving them the core skills they need to achieve their career goals, and by nurturing their ability to control their emotions so that they can be happier with themselves and with those around them.

Residence/boarding school in Pontevedra

With a view to helping students achieve the best academic results, Los Sauces offers residential/boarding facilities at its Pontevedra school. The residence is coeducational and accommodates 84 students. Every day, after class, students receive additional tutoring in their various subjects as part of a directed study programme, with a team of personal tutors helping them to accomplish their objectives.

Summer courses in Ireland

Meanwhile, Brook House Los Sauces in Ireland runs English immersion courses every July for children aged 10 to 17. For four whole weeks they live, play and interact with each other in English, studying at the school in the morning and staying with Irish host families in the evening, where they have the chance to put their daily progress into practice.



EL TRABAJO DE LA ÚLTIMA DÉCADA DE ERWIN OLAF

Centro de Arte
Contemporáneo de Málaga



El Centro de Arte Contemporáneo de Málaga presenta el trabajo de la última década de Erwin Olaf. En Celda de Emociones, título de la exposición comisariada por Fernan-

do Francés, se podrán ver más de 60 obras que recogen el trabajo realizado por el artista holandés desde 2005. Además de ser uno de los máximos exponentes de la fotografía contemporánea, en su trayectoria también se pueden ver vídeos e instalaciones. A medio camino entre el fotoperiodismo y la fotografía de estudio, en los que destacan trabajos publicitarios para conocidas marcas, el artista recrea situaciones en las que cuestiona los sentimientos del espectador, con una cuidada escenografía, que mezcla realidad y ficción, y una vuelta a los orígenes con una mínima intervención del retoque fotográfico.

Erwin Olaf ha sido objeto de numerosas exposiciones individuales y colectivas nacionales e internacionales, incluidas las de la George Eastman House (Rochester, EE. UU.), la Maison Européenne de la Photographie de París, el Chelsea Art Museum de Nueva York, el Museum voor Moderne Kunst Arnhem, la Kunsthalle Winterthur de Suiza y el Museum of the City of New York de Nueva York. Entre sus exposiciones individuales cabe destacar las siguientes: Stedelijk Museum de Ámsterdam, Groninger Museum (Países Bajos), MonteVideo (Ámsterdam), Galería de Arte Moderno de Bolonia (Italia), Museo de Arte Moderno de Moscú (Rusia), Museo de Fotografía de La Haya, Museo de Fotografía de Amberes, Institut Néerlandais de París, Hermitage de Ámsterdam, Rijksmuseum de Ámsterdam y La Sucrière (Lyon, Francia).

ERWIN OLAF'S WORK FROM THE LAST DECADE

Centro de Arte
Contemporáneo of Málaga

The Centro de Arte Contemporáneo of Málaga is pleased to present a survey of Erwin Olaf's work from the last decade. In *Cell of Emotions*, the exhibition curated by Fernando Francés, visitors will be able to admire more than sixty pieces that document the Dutch artist's output since 2005. Though known as one of the leading exponents of contemporary photography, he has also produced videos and installations. Olaf, who has shot several major advertising campaigns for well-known brands, uses a combination of photojournalism and studio photography to recreate situations that question the spectator's feelings, characterised by a meticulous *mise-en-scène* where reality mingles with fiction and a back-to-basics philosophy that dictates a sparing use of photo touch-ups. Unbridled consumerism and social isolation are among the recurring themes in his oeuvre.

Erwin Olaf has had numerous solo and group exhibitions at both Dutch and international venues, including the George Eastman House, Rochester, NY, Maison Européenne de la Photographie, Paris, Chelsea Art Museum, New York, Museum voor Moderne Kunst Arnhem (Netherlands), Kunsthalle Winterthur (Switzerland) and the Museum of the City of New York. Some of his most important solo exhibitions have been held at the Stedelijk Museum Amsterdam, Groninger Museum (Netherlands), MonteVideo (Amsterdam), Galleria d'Arte Moderna di Bologna (Italy), Moscow Museum of Modern Art (Russia), Fotomuseum Den Haag (The Hague, Netherlands), Fotomuseum Antwerp (Netherlands), Institut Néerlandais (Paris, France), Hermitage Amsterdam, Rijksmuseum Amsterdam and La Sucrière (Lyon, France).

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 Mahon-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



Govern
de les Illes Balears

FOGAIBA
Fons de Garantia Agrària i Pesquera

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





Presentamos algunas prendas de caballero perfectas para ser un auténtico *gentleman*.

Here we present men's some clothes to be a genuine gentleman.



Cinturón de piel **SILBON**

Cinturón de piel marrón de la marca Silbon.

Brown leather belt.

www.silbon.es



Camisa shirt **MASSIMO DUTTI**

Business lux

Camisa con micro estampado de pata de gallo, confeccionada en tejido italiano 100% algodón.

Houndstooth micro pattern shirt produced with 100% italian cotton.

www.massimodutti.com



Chaqueta / Blazer **FAY**

Chaqueta americana de espiguilla de tres botones.

Herring-bone pattern blazer.

www.fay.com



Portadocumentos 'Fidèle' *Briefcase 'Fidèle'* **NEBOTTI**

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

Briefcase handmade in Spain.

www.nebotti.com



CROWNHILL SHOES

Modelo The Flynn

El zapato de hebilla fabricado a mano en España, en color burdeos es un zapato todoterreno a medio camino entre el zapato de cordones más formal y los mocasines más informales.

Monkstrap handmade in Spain.

www.crownhillshoes.com

 **GABOL**
LIFE IS INSIDE

NEW COLLECTION
SUMMER 2016



Follow us:





KIA OPTIMA

Complemento perfecto

Texto / Text: Manuel Muñoz.

Después de tres generaciones y más de un millón de unidades vendidas en Europa, la nueva gama Optima llega con el objeto de reforzar a la firma coreana en el mercado de las berlinas medias. Si bien este nuevo catálogo da un notable paso de calidad a todos los niveles respecto a su predecesor, en Kia han mantenido gran parte de la base del modelo original. De esta manera, el Optima recurre a detalles significativos de la imagen de marca de Kia, como su contundente frontal caracterizado por la tradicional parrilla *tiger nose*, junto a unas unidades de iluminación más largas, anchas y envolventes, tanto en la parte delantera como en la trasera.

Todo ello bajo una imagen funcional y deportiva acompañada de unas ligeramente superiores dimensiones exteriores. La distancia entre ejes se ha extendido 10 milímetros, hasta los 2.805, con un aumento de la longitud total del vehículo de 10 milímetros, hasta los 4.855. El nuevo modelo también es 25 milímetros más grande y 10 mm más alto. Estos cambios hacen posible un habitáculo más espacioso y confortable, que proporciona mayor espacio para la cabeza, los hombros y las piernas en las plazas traseras, así como un maletero más aprovechado, ahora con 510 litros de capacidad de carga.



En cuanto a la gama disponible destaca ante todo la incorporación del motor diésel 1.7 CRDi de 141 CV. Un grupo propulsor que se puede combinar tanto con una caja manual de seis velocidades como con el nuevo cambio automático de doble embrague y siete marchas evolucionado por Kia. A partir de mediados de año el Optima recibirá la versión GT. Se trata de una variante de corte deportivo equipada con el motor de gasolina turboalimentado 2.0 T-GDI de 245 CV. Para el último trimestre de 2016 se espera la llegada de una variante híbrida enchufable Plug-In-Hybrid con 54 kilómetros de autonomía totalmente eléctrica. A finales de este mismo ejercicio la oferta del Optima se completará con una nueva carrocería *sports wagon* de orientación familiar.

Perfect complement

After three generations and over a million cars units sold in Europe, the new Optima range arrives to reinforce the Korean brand in the mid-size sedan market. Although this new catalogue has taken a considerable step forward in terms of quality compared to its predecessor, Kia have largely based it on the original model. Consequently, the Optima resorts to significant details of the marque's image such as its robust front end with the tigernose grill, along with longer, wider, more surrounding light clusters, both at the front and rear.

This is achieved with the functional, sporty image accompanied by some slightly larger outer dimensions. The wheelbase is 10 millimetres longer, now standing at 2805, with a total length increase of 10 millimetres to now reach 4855. The new model is also 25 millimetres wider and 10 mm taller. These changes mean the interior is more spacious and comfortable, with more headroom, and more space for shoulders and legs in the rear seats, with a more efficiently designed trunk space, now with 510 litre capacity.

THE CHOICE IN ENGINES FOR THE OPTIMA WILL BE INCREASED OVER THE YEAR WITH THE 245 HP GT 2.0 T-GDI VERSION AND A PLUG-IN HYBRID VERSION

The range now features the outstanding 1.7 CRDi diesel engine yielding 141 hp. This power unit combines with a six-speed gearbox and the new twin-clutch, seven-speed gearbox developed by Kia. There will be an Optima GT version available around the middle of the year. It is a more sporty version fitted with a turbocharged, 2.0 litre T-GDI petrol engine producing 245 hp. For the last quarter of 2016, the arrival of a Plug-In-Hybrid version is expected, with electric autonomy of 54 kilometres. At the end of the year, the Optima range will be completed with the new Sportswagon bodywork, as a more family oriented car.

LA GAMA DE MOTORIZACIONES DEL OPTIMA SE REFORZARÁ A LO LARGO DEL AÑO CON LA VERSIÓN GT 2.0 T-GDI DE 245 CV Y UNA VARIANTE HÍBRIDA ENCHUFABLE





GAMA SSANGYONG

Ofensiva todoterreno

El SsangYong es uno de sus principales referentes del segmento de todoterrenos. El éxito de este tipo de vehículos se ve reflejado en un continuo crecimiento de las matriculaciones gracias a la aparición de numerosas e innovadoras alternativas entre las que las presentadas por la firma oriental han adquirido un especial protagonismo.

No en vano SsangYong es el único fabricante coreano especializado en el sector del todoterreno gracias a una más que amplia gama de productos y una trayectoria de más de 60 años. Ahora el catálogo SsangYong da un nuevo paso adelante para reforzar en 2016 cada una de sus líneas de producto. Una puesta al día que comienza con la esperada llegada de la versión de tracción total del Tivoli en los acabados *premium* con cambio manual o *limited* con cambio automático Aisin de seis velocidades. La incorporación de esta variante 4WD al primer escalón de la gama convierte a SsangYong en uno de los pocos fabricantes en ofrecer versiones con tracción a las cuatro ruedas en todos sus vehículos.

Es destacable la renovación de su oferta diésel con el nuevo motor D22T. Es un moderno turbodiésel *common rail* con distribución por cadena que sustituye al anterior D20T, y frente al cual ofrece mayor potencia (178 CV) y par (400 NM entre 1.400 y 2.800 rpm), así como menores consumos y niveles de emisiones nocivas. Esta motorización también viene acompañada de nuevas cajas de cambio automáticas disponibles tanto en las versiones 4x2 como en las 4x4; en el Korando se incorpora una transmisión de seis marchas fabricada por Aisin y tanto el Rexton como el Rodius equipan la nueva caja de cambios T-Tronic de siete velocidades de Mercedes Benz.

SSANGYONG RANGE

All-terrain offensive

SsangYong becomes one of the principal benchmarks in the all-terrain sector. The success of this type of vehicles is evident through the continued rate of newly registered vehicles over recent years, thanks to the appearance of numerous, innovative alternatives among which this Oriental brand has forged itself a special position.

It is not by chance that SsangYong is the only Korean manufacturer specialising in the all-terrain sector thanks to a complete range of products and over 60 years experience behind it.

The SsangYong catalogue now takes a new step forward to strengthen its 2016 product line. These upgrades start with the awaited arrival of the all-wheel-drive version of the Tivoli in the premium version with manual gear shift or the limited version with automatic Aisin 6-speed gearbox. The inclusion of this

4WD version at the first level of the range converts SsangYong in one of the few manufacturers to provide four-wheel-drive versions in all its vehicles.

On the other hand, there is the notable upgrade of the diesel offer with the new D22T. This is a modern common rail, turbo diesel engine with chain distribution that replaces the former D20T, producing more power (178 hp) and torque (400 NM between 1,400 and 2,800 rpm) and lower consumption and harmful emissions. This engine is accompanied by new automatic gearboxes available in the 4x2 and 4x4 versions; in the Korando the Aisin 6-speed gearbox is fitted, manufactured by Aisin and both the Rexton and the Rodius are fitted with the new 7-speed T-Tronic gearbox by Mercedes Benz.



OFERTA
ESPECIAL
REVISTA ALADIERNO



NEBOTTI

HANDMADE LUXURY ACCESSORIES

PORTADOCUMENTOS **FIDÈLE**

DTO.
-50%

AHORA SOLO POR 80.-€ envío incluido

- Medidas: 38,5 por 28 centímetros.
 - Piel grabada Palace de primera calidad.
 - Presentación en caja de lujo.
- Edición limitada.
Entrega en dos días hábiles.



CÓMO COMPRAR

Llame al 629 517 974 o escriba a info@nebotti.com indicando que nos ha encontrado en la revista ALADIERNO. Nos pondremos en contacto con usted para tramitar el pedido.

Venta on-line en toda Europa en
www.nebotti.com

@nebotti



Síguenos y descubra todas las novedades y ofertas especiales



CITROËN COMMERCIALS

For all public

The excellent performance of the commercial vehicle sector is one of the clearest indicators of recovery of the current economic situation. This specific market niche in the motor industry ended 2015 with over 150,000 sold vehicles reporting year-on-year growth of 36%. Citroën plays a fundamental role in these figures for commercial vehicle sales.

The French brand can boast being one of the companies that has most capitalised on evolution to offer a multi-purpose product far removed from the crude, uncomfortable, traditional image of vans in all shapes and sizes. The initial model for commercial vehicles is the Nemo, a genuine benchmark for urban work thanks to its small dimensions measuring on 3.86 metres. The next step up is the compact model par excellence - the Berlingo. It has been the best selling commercial vehicle for 10 consecutive years, and there is even an electric version.

The Jumpy, meanwhile, stands out for the wide offer of possible combinations in terms of volume, load and useful length, in addition to featuring numerous technological innovations and equipment for comfort making it a benchmark in the market. At the top end of the commercial scale Citroën have the Jumper, a model that stands out for its reliability and ruggedness in the three bodywork versions: Furgón, Combi and Combi Club.

This wide range of alternatives for goods and passenger transport combined with the robustness and reliability required for intensive, professional use on a daily basis, and innovation in equipment and large doses of multi-purpose utility make these vehicles the perfect tools for family trips and leisure.

CITROËN COMERCIALES

Para todos los públicos

El excelente comportamiento del sector de los vehículos comerciales es uno de los más claros indicadores de la actual situación de recuperación económica. Esta parcela específica del mercado del automóvil cerraba 2015 con más de 150.000 unidades matriculadas con un crecimiento acumulado del 36%. Unas cifras con entidad propia y en las que Citroën juega un papel más que protagonista.

La marca francesa puede presumir de ser una de las que ha sabido evolucionar ofreciendo un producto multiuso y alejándose de la imagen ruda e incómoda de las tradicionales furgonetas en sus diferentes tamaños. En el escalón de acceso a su oferta comercial se sitúa el Nemo, el auténtico referente para los trabajos urbanos gracias a sus contenidas dimensiones de solo 3,86 metros. A continuación se encuentra el modelo compacto por excelencia del sector, el Berlingo. Lleva 10 años consecutivos como el vehículo comercial más vendido, e incluso dispone de una versión eléctrica.

EN LO MÁS ALTO DE LA SERIE COMERCIAL DE CITROËN SE PRESENTA EL JUMPER, UN MODELO QUE DESTACA POR SU FIABILIDAD Y NIVEL DE EXIGENCIA

Por su parte la gama Jumpy destaca por una amplia oferta de combinaciones posibles en términos de volúmenes, cargas y longitudes útiles, además de numerosas innovaciones tecnológicas y equipamientos orientados al confort que le convierten en toda una referencia del mercado. En lo más alto de la serie comercial de Citroën se presenta el Jumper, un modelo que destaca por su fiabilidad y nivel de exigencia tanto en sus tres alternativas de carrocería Furgón, Combi y Combi Club.

Todo un abanico de alternativas para el transporte de mercancías y pasajeros que combinan la necesaria robustez y fiabilidad que demanda el intensivo uso diario por el profesional, junto a la innovación en materia de equipamiento y elevadas dosis de polivalencia que les convierten en la herramienta perfecta para los momentos familiares y de ocio.



CROWNHILL SHOES

— .COM —

SHOES MADE IN SPAIN



THE CHICAGO

“El zapato perfecto para el hombre de negocios”

150.-€ ENVÍO GRATIS AHORA

CÓMO COMPRAR SUS ZAPATOS

En la tienda on-line

www.crownhillshoes.com

o llámenos al 915 296 765 o en

customerservice@crownhillshoes.com

y le ayudaremos con su pedido

Venta on-line a toda Europa

WWW.CROWNHILLSHOES.COM

Síganos y descubra todas las novedades y ofertas especiales



IBERIA PLUS

Historia
y arte
al dente.

25%
dto. en Avios

Air Nostrum:
Para vuelos
de Madrid a Biarritz,
Bologna y Niza.

25%
dto. en Avios

Iberia:
Para vuelos
A/desde Madrid, Roma,
Estambul y Río de Janeiro.



Nuevos destinos, nuevas experiencias.

Este mes descubre en la Revista Plus cuatro nuevas rutas que te llevarán a rincones del planeta que no puedes perderte. Disfruta del color de **San Juan de Puerto Rico**, piérdete por **Johanesburgo**, déjate sorprender por **Tokio** o descubre los contrastes de **Shangai**.



Grandes ventajas, para los más pequeños.

Los más peques, también pueden acumular Avios con la **Tarjeta Iberia Plus Kids** y canjearlos en vuelos y experiencias como ir al cine en Cinesa o a la ciudad Micropolix.

¿Aún no eres cliente Iberia Plus? Entra en Iberia.com, consulta condiciones, y súbete a bordo de nuestras ventajas.





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 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 Cirsa 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 Cirsa 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 Nue 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 (sólo 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. Rogamos disculpa si puntualmente su elección no pudiera ser atendida. Para cualquier información sobre su compra puede dirigirse a: atencionclientes@airshop.eu



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 apologize, 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.eu

EXPOSICIONES
Y EVENTOS CULTURALES

IBERIA REGIONAL AIR NOSTRUM

EXPOSITIONS
AND CULTURAL EVENTS

LUDOVICO EINAUDI

Gira Elementos

Este autor italiano que nació el 23 de noviembre de 1955 en Turín es uno de los mejores compositores y pianistas actuales de la música contemporánea



Ludovico Einaudi tiene programados cinco conciertos en España el mes de abril de 2016 en ciudades como Bilbao, Madrid, Valencia, Barcelona y Zaragoza.

Tour Elements

This Italian author who was born on November 23th of 1955 in Turin is one of the best composers and pianists in contemporary music. Ludovico Einaudi has programmed five concerts in Spain in April 2016 in the cities of Bilbao, Madrid, Valencia, Barcelona and Zaragoza.

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.



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

PARQUE 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 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.

MELILLA

SEVILLA

LA CUEVA DE VALPORQUERO CELEBRA EL 50 ANIVERSARIO DE SU APERTURA PÚBLICA

La Diputación de León rinde homenaje a los primeros exploradores de la gruta



► Equipo de exploradores en el interior de la cueva en la década de los sesenta.

A group of potholers exploring the inside of the cave during the 1960s.



THE VALPORQUERO CAVE CELEBRATES THE 50TH ANNIVERSARY OF ITS OPENING TO THE PUBLIC

The provincial government of Leon pays tribute to the first explorers of the cave

La Diputación de León rendirá un homenaje a los primeros exploradores de la cueva de Valporquero coincidiendo con el cincuenta aniversario de su apertura. La institución provincial quiere así honrar a los primeros excursionistas que realizaron una ruta por la cueva y el curso de aguas con el recorrido de espeleología a través de sus cavidades.

Este homenaje se enmarca en los actos conmemorativos del cincuenta aniversario de la apertura al público de la cueva de Valporquero, que tendrá su momento culminante el 30 de julio. En esa fecha está previsto que además el boleto de la Lotería Nacional y el cupón de la Once estén dedicados a este aniversario.

La temporada de visitas a la cueva de Valporquero 2016 se inició el 5 de marzo y finalizará el 18 de diciembre, lo que supone un total de 242 días.

Hasta el 30 de abril, la cueva se abrirá de jueves a domingo, en horario de 10 a 18 horas, aunque en Semana Santa pudo ser visitada todos los días, incluido el Lunes de Pascua con el fin de que el mayor número posible de visitantes pudiera conocer esta joya de la naturaleza. A partir del 1 de mayo y hasta el mes de septiembre, Valporquero estará abierta todos los días de la semana.

A través de la página web www.cuevadevalporquero.es se puede realizar una visita virtual de 360 grados para conocer el interior de la cueva y también es posible adquirir las entradas de acceso para que quienes estén interesados tengan puedan concertar con antelación la hora de acceso.

The provincial government of Leon will be paying tribute to the first explorers of the Valporquero Cave as part of the 50th anniversary celebrations of its opening to the public. During the celebration of this important anniversary, Leon's provincial authorities will honour the feat carried out by potholers in the exploration of this magnificent cave, its halls and, of course, its impressive water course.

This tribute has been prepared as part of the commemorative acts organised by the provincial government of Leon to celebrate the 50th anniversary of the opening of the Valporquero Cave to the public, the high point of which will take place on 30th July. The Spanish National Lottery tickets and ONCE coupons will feature the Valporquero Cave on the same day.

The Valporquero Cave will, during 2016, be open from 5th March to 18th December, a total of 242 days.

From 5th March to 30th April, it will be open from 10.00 hours to 18.00 hours from Thursday to Sunday. An exception will be made during Easter Week, to include Easter Monday, when it will be open every day in order to provide as many visitors as possible the opportunity of visiting this magnificent natural monument. It will also be open seven days a week from 1st May to the month of September.

Visitors to the www.cuevadevalporquero.es website will be able, amongst other things, to enjoy a fascinating 360 degree view of the interior of the cave and its installations. For those visitors interested in booking in advance, entrance tickets are available on the website.





AVENTUREROS

ADVENTURERS

Texto / **Text:** Javier Borrás.

Director en Valencia de El Mundo.
Director of El Mundo de Valencia.

Traducción / **Translation:** Jane Singleton.

Cuando ellos nacieron cambió la perspectiva de mi vida de adulto. También la manera viajar. Hoy, muchos años después, viajar vuelve a parecerse a aquella aventura que inicié con 15 años, cuando decidí volar a Londres en mi primera experiencia internacional. Cada paso era nuevo. Escala en Madrid, noche en la capital, un montón de jóvenes estudiantes y la ilusión por conocer la ciudad de las cabinas rojas y el Big Ben. Cada día era un aprendizaje, el del viajero adolescente que pretende hacerlo todo en un mes. Si se puede pagar tren, vamos en tren. A Canterbury o a Windsor. Si no, en autobús. También a Brighton, a Leeds o a Bath. Las distancias no nos importaban. El idioma, tampoco. El precio, sí. Era nuestro verano, nuestra aventura.

También ahora, con los enanos pegados a la pierna, viajar es enfrentarte a lo desconocido. Para ti y para ellos, que exigen que todo sea como en La Isla del Tesoro, la novela que marcó mi infancia y que ahora me empeño en que marque la suya. Yo siempre pido ser Long John Silver.

Me encanta sorprenderles, asomado por la puerta de la cocina, descontando en su panel de corcho los medios de transporte que van estrenando. Uno a uno los van marcando con una cruz. Rojo, si ya lo conocen, azul pendiente.

El panel de los medios de transporte no está a una altura que alcancen haciendo puntitas, pero aprovechan para subirse a una silla. Y van descontando: el coche, demasiado común; la bicicleta, sólo emociona si añade cambio de velocidades; la motocicleta, demasiado riesgo todavía. ¡Incluso han dibujado un transbordador!

— ¿Cuándo volaremos en avión?, preguntaban.

— Ya llegará, les contestaba al más puro estilo *papanosabecuan-dopdraser*.

El primer vuelo nunca se olvida. Y si es tan peculiar como fue el suyo, menos. Destino, Sevilla, para después seguir trayecto en coche hasta las playas de Arrifana, en el Algarve.

Nuestra aventura comenzó cuando sincronizamos mi reloj y otro idéntico que les entregué. Salíamos desde Valencia, yo en coche y ellos en avión, pero nuestra cita era en el aeropuerto de San Pablo al mediodía. Mi reto, conducir hasta el punto de reunión que marcamos en el mapa. El suyo, facturar maletas, embarcar y volar para reencontrarnos en San Pablo. Los relojes marcarían la cuenta atrás. Jim Hawkins nunca tuvo tal cronómetro, pero eso tampoco importaba.

A ellos les parecía una maniobra imposible. Para mí fue una aventura con final feliz, ese momento en que ellos asomaron por la salida de pasajeros y allí apareció su héroe, señalando esa cuenta atrás que habíamos sincronizado.

Aquella aventura les marcó tanto que intentaron repertirla en su primer viaje en alta velocidad. Casualmente, nuestro destino también era Sevilla, pero esta vez la aventura la construimos a 300 kilómetros por hora. Imaginamos que *El Pato de Adif* era un transbordador espacial. Como ese que sigue marcado en azul en el panel y que algún día tomaremos para cumplir otro sueño. Otro tesoro que buscar.

As soon as my children were born, the perspective of my adult life changed. The way I travelled also. Today, after many years, travelling looks again like the adventure that I had when I was 15-years-old flying for the first time to London. Everything was new. An overnight stay in Madrid, crowds of students, the excitement of visiting the home of the red telephone boxes and Big Ben. Every day was a lesson for an adolescent traveller who imagined he could do it all in a month. With enough money for the train, we would travel to Windsor or Canterbury. If not, it would be by bus to Brighton, Leeds or Bath. Neither distance nor language were important, only the price. Our summer holiday, our adventure.

Even now, with the kids glued to my side, travel means facing the unknown. For you and them, with their demands for a Treasure Island like adventure, a book that marked my childhood and which I hope will mark theirs. By the way, I am always Long John Silver.

I love to surprise them working on the list of vehicles on the corkboard, as they mark each one with a cross, red for the ones they have been on and blue for those they have not.

They have to climb on a chair to reach the list as they cannot reach it even on tiptoe. They write comments too: car, too commonplace; bicycle, only fun with gears; motorbike, too dangerous for now. They have even drawn a space shuttle!

— “When are we going to fly?” they used to ask.

— “We’ll see”, I would say in my *daddydoesnotknowwhen* voice. First flights are always special, especially if they are as peculiar their first one, a flight to Seville, followed by a car journey to Arrifana on the Algarve.

The adventure began with the synchronisation of watches. I gave them an identical one to mine. The departure point was Valencia. They flew and I drove. We arranged to meet at San Pablo Airport. My challenge was to drive to the place marked on the map. Their challenge was to check in, board and fly to the airport. The watches were used as a chronometer. Jim Hawkins never had a chronometer, but no matter.

To them it seemed an impossible feat. For me, it was an adventure with a happy ending, the moment they walked through the arrivals gate and saw their hero pointing to his watch. Countdown.

Our adventure had such a profound effect on them that they tried to replicate it on their first high speed train trip. Coincidentally, the destination was Seville, but this time the speedometer would not mark more than 300 kilometres an hour. We pretended that the Adif train, nicknamed ‘The Duck’, was a space shuttle similar to the one with a blue tick on the corkboard which we had plans to board one day and make another dream come true. A new treasure hunt.



VENTA DE ENVASES RECUPERADOS

CONTENEDORES DE 1.000 LITROS

BIG BAGS

SI SU EMPRESA USA ESTOS ENVASES RECUPERADOS
NO DUDE EN CONTACTAR NOS NOSOTROS.
VENDEMOS EN TODA ESPAÑA.



SI LO QUE QUIERE ES QUE SE LOS RETIREMOS:

1. CONCERTAMOS UNA VISITA PARA COMPROBAR EL TIPO DE ENVASE Y LO QUE HAN CONTENIDO.
2. REALIZAMOS UNA OFERTA DE COMPRA DE ESOS ENVASES.
3. FIRMAMOS UN CONTRATO DE RETIRADA Y LA DOCUMENTACIÓN PERTINENTE.
4. LOS RETIRAMOS.
5. PAGAMOS EN EL MOMENTO DE LA RETIRADA.
6. PRESENTAMOS TODA LA DOCUMENTACIÓN Y REMITIMOS COPIA AL PROVEEDOR.



SI SU EMPRESA UTILIZA ENVASES
INDUSTRIALES,
NOSOTROS LE PODEMOS HACER
AHORRAR DINERO.





Rodéate siempre de socios inteligentes.



OPTIMA



Empresas

Nuevo Kia Optima. Inspirado por la innovación

Diseño innovador. Sensores de parking delanteros y traseros. Navegador de 7" y cámara. Llantas de 16". Todo ello suele llamarse tecnología inteligente. Sin embargo, quien es inteligente de verdad es quien la disfruta.