

# Aladrierno

 **IBERIA regional**  
**AIR NOSTRUM**

N.º 183 - NOVIEMBRE 2013  
No. 183 - NOVEMBER 2013

**Melilla,**  
tierra de culturas  
*a multicultural land*

**Eusebio Cáceres**  
Permiso para despegar  
*Take off clearance*

De setas por  
Castilla y León  
*Mushroom picking  
in Castilla y Leon*



EJEMPLAR GRATUITO PARA LOS PASAJEROS DE AIR NOSTRUM  
COMPLIMENTARY COPY FOR AIR NOSTRUM PASSENGERS

**HONDA**  
The Power of Dreams

**EARTH DREAMS**  
TECHNOLOGY

**WEB**

**HACIENDO POSIBLE  
LO IMPOSIBLE**  
**CR-V** Diésel 1.6 i-DTEC



**MENOS CONSUMO  
MÁS KILÓMETROS**

Nuevo CR-V diésel 1.6 i-DTEC con Earth Dreams Technology. Un nuevo motor que combina una potencia de 120 CV (88 kW) con un consumo de sólo 4,5 l/100 km.

**NUEVO CR-V DIÉSEL 1.6 i-DTEC COMFORT POR 21.900 €**

PVP recomendado en Península y Baleares para Honda CR-V 1.6 i-DTEC Comfort 120 CV (88 kW): 21.900 € incluyendo IVA, transporte, 0% impuesto de matriculación, aportación del Concesionario y Marca, 1.500 € de sobretasación (antigüedad mínima de 3 meses), y Plan PIVE del Gobierno. 5 años de garantía (3 años de original + 2 de extensión) sin límite de km, según condiciones contractuales a consultar a través de la Red de Concesionarios Oficiales Honda. Pintura metalizada no incluida. Oferta válida este mes.

Consumo mixto: 4.5 - 4.7 l/100 km. Emisiones CO<sub>2</sub>: 119-124g/km.



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

# contenido content



**Bienvenido a bordo**  
Carta del presidente

**5** *Welcome aboard*  
President's letter

**Nuestro mundo**

**6** *Our World*

**Melilla,  
tierra de culturas**

**8** *Melilla,  
a multicultural land*

**Eusebio Cáceres**

**14** *Eusebio Cáceres*

**De setas por  
Castilla y León**

**16** *Mushroom picking  
in Castilla y Leon*

**Valencia, arte y vitalidad  
mediterránea en otoño**

**22** *Valencia, mediterranean,  
art and vitality in autumn*

**Motor**

**26** *Motor*

**Business Class  
AIR NOSTRUM**

**34** *Business Class  
AIR NOSTRUM*

**AIR NOSTRUM  
recomienda**

**36** *AIR NOSTRUM  
recommends*

**Noticias**

**37** *News*

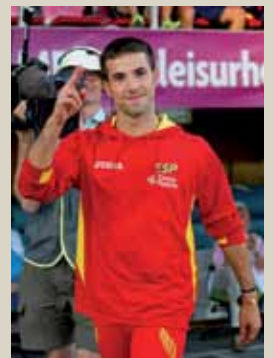
**Puerta de embarque**

**38** *Boarding Gate*

Puerta del Foso de  
Santiago. (portada)  
*Santiago Moat  
Gateway.*  
(front page)



Eusebio  
Cáceres.



Lactarius deliciosus.  
*Lactarius deliciosus.*



Motor.



Puerta de embarque.  
*Boarding gate.*



## Aladierno

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

**85** GRUPO  
OCHENTAYS  
EDICIONES

Redacción, Producción y Publicidad:  
Grupo 85 Ediciones  
Paseo de Aragón, 90  
46120 Alboraya (Valencia)  
Tel.: 96 361 53 71 / Fax: 96 361 22 80  
E-mail: grupo85@grupo85ediciones.com  
Contacto publicidad: aladierno@grupo85ediciones.com  
Coordinador diseño: Ibán Ramón.  
Depósito legal: M-31.190-1995



POLICLINICA GIPUZKOA



www.policlinicagipuzkoa.com

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



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

**UNIDAD DE CHEQUEOS GENERALES**

En pocas horas - Confort - Pruebas con sedación

**UNIDAD DE CARDIOLOGÍA INTEGRAL**

Cardiología - Hemodinámica - Cirugía Cardiovascular - Electrofisiología - Rehabilitación Cardíaca

**UNIDAD DE DIAGNÓSTICO PRENATAL**

Genética Celular - Genética Molecular - Técnica Array

**UNIDAD DE UROLOGÍA INTEGRAL**

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

Pº Miramón 174,  
20.014 San Sebastián  
**943 00 28 00**



**WEB**

# CAMPAÑA ESPECIAL DE CIRUGÍA DE LA VISTA



**800 € / OJO**  
DE OCTUBRE A DICIEMBRE

↔ **PARA MIOPIA, HIPERMETROPIA  
Y ASTIGMATISMO**

↔ **EN UN CENTRO HOSPITALARIO  
CON TODAS LAS GARANTÍAS**

↔ **EQUIPO EXPERTO CON LA  
ÚLTIMA TECNOLOGÍA**



**Dr. Enrique Aramendia**  
**Dr. Mercedes Zabaleta**  
943 30 81 31

**Dra. Elena Arcelus**  
943 00 27 75

**Dra. Maite Fernández**  
943 52 97 51

**Dr. Rafael Gaytán de Ayala**  
943 45 93 74

**Dr. Germán Gómez**  
943 46 06 89

**UNIDAD DE  
LÁSER EXCÍMER**

**943 00 28 02**  
www.policlinicagipuzkoa.com



POLICLINICA GIPUZKOA

# BIENVENIDO A BORDO

## WELCOME ABOARD

Estimados pasajeros:

Si habitualmente el transporte de mercancías y personas ha sido considerado un parámetro para medir la madurez económica de una sociedad y la silueta de la aviación ha servido para marcar los trazos de lo que consideramos modernidad y progreso, en España la evolución de este medio ha sido fundamental en el desarrollo de uno de los motores de nuestra economía, el turismo.

Reconocido como el medio de transporte más rápido en las grandes distancias y el de menor siniestralidad, el transporte aéreo en España ha jugado un papel muy importante también en la vertebración territorial al ser el único no condicionado por las dificultades orográficas del país y al facilitar la comunicación rápida de ciudadanos separados por cientos de kilómetros.

En AIR NOSTRUM tenemos muy presentes estos objetivos y procuramos atenderlos. Nuestra programación se interesa por los flujos de pasajeros que alimentan el tejido turístico nacional en cualquier época del año y se esfuerza por acomodarse a las necesidades de desplazamientos que generan los vínculos entre habitantes de uno y otro territorio.

En el diseño de la programación de invierno, que se ha iniciado el pasado domingo 27 de octubre, AIR NOSTRUM vuelve a prestar especial atención a las conexiones de los archipiélagos balear y canario con la Península. Se ponen en marcha nuevas rutas, se da continuidad a enlaces que se operaron en verano y se incrementa el número de plazas ofertadas en operaciones tradicionales.

En concreto, la oferta de AIR NOSTRUM en Baleares aumenta en un 153% el número de billetes con respecto al año pasado. Este programa de invierno incluye rutas que no se operaron en la misma época del año anterior, como las conexiones de Palma de Mallorca con Bilbao, Oviedo y Santiago de Compostela, la de Menorca con Madrid, o la de Ibiza también con la capital.

En Canarias AIR NOSTRUM pondrá a la venta un 194% más de asientos que en igual periodo del año pasado. La conexión de la Península con el archipiélago quedará cubierta con las conexiones de Las Palmas de Gran Canaria con Alicante, Asturias y Valencia, y con los enlaces de Tenerife con Alicante, Santiago de Compostela y Valencia.

Además, para estas navidades se programan operaciones específicas que conectarán Santiago de Compostela con Lanzarote y Fuerteventura, Asturias con Tenerife y Melilla con Gran Canaria.

El enclave africano de la Ciudad Autónoma, además de esa conexión canaria, dispondrá de una ruta navideña a Valencia.

También los enlaces internacionales ofrecerán novedades. La ruta Sevilla-Toulouse verá incrementado el número de plazas en un 97% y se empezarán a operar vuelos entre Bolonia y las ciudades españolas de Bilbao y Valencia.

Se abre así todo un abanico de posibilidades para que vuelva usted a acompañarnos en un próximo viaje.

Un saludo y buen vuelo.

**Javier Serratosa Luján**  
Presidente de AIR NOSTRUM  
President of AIR NOSTRUM



Dear passengers:

The transportation of people and merchandise has generally been considered a parameter for measuring the economic success of a society while the shadow of aviation has served as an outline for progress and modernity. Based on this premise, it is clear that the evolution of aviation in Spain has played a fundamental part in the development of one of the main stays of our economy: tourism.

Acknowledged as the fastest and safest form of public transport, aviation and the Spanish aviation sector have played an important role in the territorial structuring of Spain, since aviation is the only means of transport to overcome the orographic difficulties of our country, providing fast and safe air transport for citizens separated by hundreds of kilometres.

As Spain's leading regional aviation company, we are well aware of our responsibility and go to great lengths to achieve our goals. In order to satisfy the transport demands of national residents travelling from one territory to another, we generally take into special consideration the national flow of seasonal tourism when creating our flight timetables.

For instance, we have paid, once again, special attention on our new winter flight timetable, which came into operation on 27th October, to the flight services between the Spanish Peninsula and the Balearic and Canary islands. New flight routes, extended summer flight seasons and an increase in the number of seats available during traditional seasonal operations are amongst the special measures introduced.

To be exact, we have increased the number of flight seats available on our Balearic Island operations by 153% compared to last year. We have also included in our new winter flight timetable flight services, unavailable last year, such as the services between Palma de Mallorca and Bilbao, Oviedo and Santiago de Compostela respectively, Minorca and Madrid and Ibiza and Madrid.

At the same time, we are offering a 194% increase on last year's number of seats to and from the Canary Islands with flight services from the mainland to the archipelago between Las Palmas de Gran Canaria and Alicante, Asturias and Valencia respectively and Tenerife and Alicante, Santiago de Compostela and Valencia respectively.

We shall also be offering special flight operations during the Christmas period between Santiago de Compostela and Lanzarote and Fuerteventura respectively, Asturias and Tenerife and Melilla and Gran Canaria.

In addition to our domestic flight service between Melilla and Gran Canaria, we shall be providing a special Christmas flight service to Valencia.

Furthermore, we shall be introducing a variety of novelties on our international flight routes with a 97% increase in seats on our flight route between Seville and Toulouse. Other novelties include a new flight service between Bologna and Bilbao and Valencia respectively.

As you can see, we have created all kinds of possibilities to help you, and the rest of our passengers, with your travel plans.

Kind regards and bon voyage!

**LA OFERTA DE PLAZAS DE AIR NOSTRUM ESTE INVIERNO SE INCREMENTA UN 153% EN BALEARES Y UN 194% EN CANARIAS**  
**AIR NOSTRUM INCREASES ITS WINTER FLIGHT SEAT AVAILABILITY TO THE BALEARIC ISLANDS BY 153% AND 194% TO THE CANARY ISLANDS**

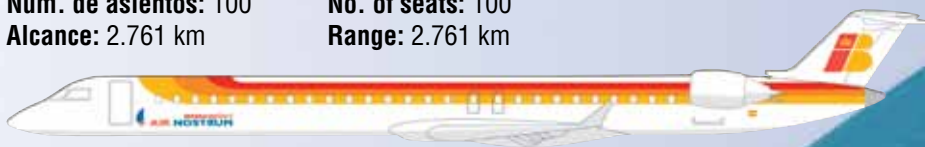
# Nuestro mundo

## 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

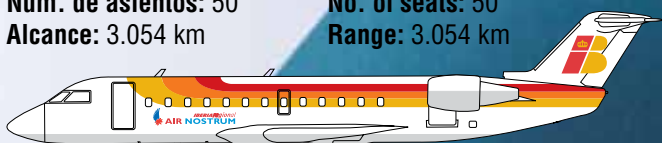


## CRJ 200

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



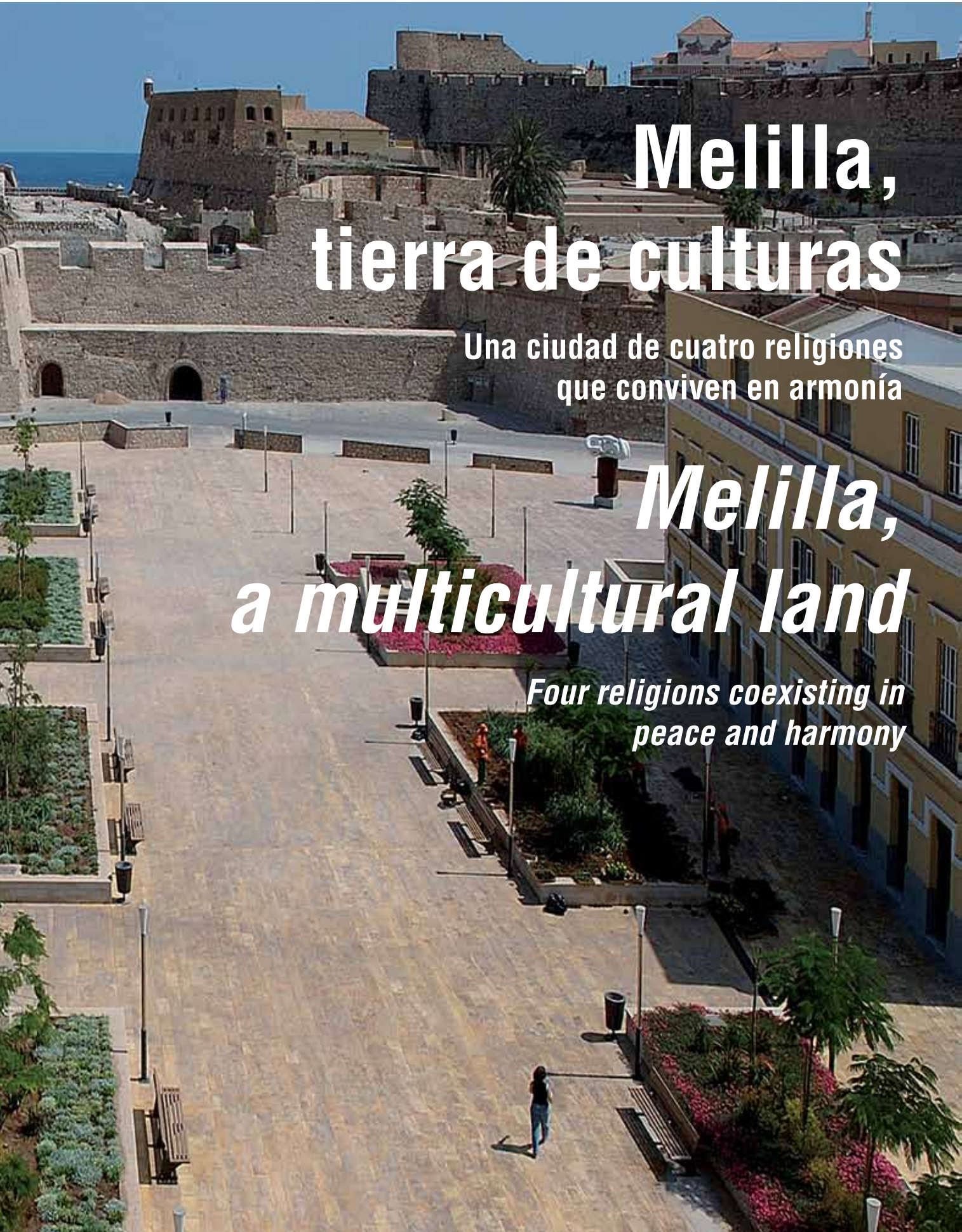
# Our world





FOTOGRAFÍA / PHOTOGRAPH:  
**Plaza de las culturas.**  
*Plaza de las Culturas.*





# Melilla, tierra de culturas

Una ciudad de cuatro religiones  
que conviven en armonía

# *Melilla, a multicultural land*

*Four religions coexisting in  
peace and harmony*

**Crisol de civilizaciones, la Ciudad Autónoma atesora una historia forjada con relatos de dispar procedencia y variadas lenguas que enriquecen la esencia de la localidad con las efemérides de gentes de origen y religiones diversas. El rico pasado de pluralidad del enclave tiene continuidad en un presente de tolerancia y respeto a los ritos y manifestaciones culturales de sus habitantes.**

*The Autonomous City of Melilla is home of an ephemeris of people of diverse origin and religion. It has a history forged on stories of disparate origins and an assortment of tongues that have, without doubt, enriched the essence of this unique locality. The plurality of its rich past continues marked by the tolerance and respect for the rites and cultural expressions evident today of its inhabitants.*



**E**n el norte de África, bañada por las aguas del Mediterráneo, Melilla está situada en la costa suroccidental de la Península de Tres Forcas. Por su ubicación privilegiada, Melilla es considerada la puerta de África.

La localidad cuenta con una población de alrededor de 80.000 habitantes, y en ella conviven cuatro culturas diferentes que, sin renunciar a sus señas propias de identidad, se enriquecen diariamente en el contacto cotidiano. Podríamos decir que en la misma ciudad conviven cuatro Melillas diferentes: la cristiana, la musulmana, la hebrea y la pequeña Melilla hindú.

En realidad, Melilla es una sola ciudad que, en perfecta armonía, ofrece al visitante una increíble variedad de matices difíciles de hallar en otras partes del mundo. Y todo ello a los pies del monte Gurugú, que preside la localidad.

Si hablamos de cuatro Melillas en una sola ciudad, también podemos hablar de cuatro tipos de habitantes melillenses. La comunidad cristiana, la más numerosa, recupera su presencia en el siglo XVI con la llegada de los españoles. La comunidad musulmana, con mayoría de sus miembros de origen bereber, es la segunda en presencia desde el siglo VII. La comunidad judía o hebrea, recuperada desde el siglo XIX, es la tercera en cuanto al número de miembros. Por último, la población hindú es la más moderna

**B**athed by the waters of the Mediterranean Sea, Melilla is situated on the southwest coast of the Tres Forcas Peninsula where it is known, thanks to its privileged geographical location, as the Gateway to Africa. This fascinating city has a population of around 80,000 inhabitants made up of four different cultures, each with its own identity and enhanced through daily contact. Melilla, home of Christians, Moslems, Hebrews and Hindus, might be considered by some as four cities in one.

In truth, it is home of four cultures coexisting in peace and harmony, a city offering a variety of qualities hard to find in other parts of the world. It stands proudly under the mantle of protection of the striking Mount Gurugu, considered the highest point on the Tres Forcas Peninsula.

The description of four cities in one is, of course, a reference to the cultural identity of the inhabitants that make up the main part of its population. These include the Christian community, its largest cultural group, result of the 16th century Spanish Reconquista. The Moslem community, made up mainly of Berbers whose presence dates back to the 7th century, is the second largest community while the Jewish or Hebrew community dates back to the 19th century and makes up the third largest community with the Hindu community, the most recent, Melilla's smallest community.



FOTOGRAFÍAS / PHOTOGRAPHS:

Arriba: **Tempo hindú.**  
Above: *Hindu Temple.*

Derecha: **Procesión de la Virgen del Carmen.**  
Right: *Procession of the Virgen del Carmen.*

FOTOGRAFÍA PÁGINA ANTERIOR / PREVIOUS PAGE PHOTOGRAPH:

**Plaza de España.**  
*Plaza de España.*



y la menos numerosa.

Todos forman una misma comunidad que sorprende a sus visitantes por la tranquila convivencia que se respira.

Sólo en Melilla es posible caminar rodeado de gentes tan diversas: unos con rasgos indios o hebreos, otros con las vestimentas típicas bereberes o con chilabas árabes y muchos con ropas europeas.

Esta riqueza cultural va más allá de los atavíos de sus gentes y puede observarse en las calles de Melilla, donde encontramos tantas mezquitas como iglesias, y donde es posible detenerse a contemplar con curiosidad sinagogas y templos de otras religiones.

Prolongándose por los lados exteriores del llamado Triángulo de Oro (las calles del Barrio Héroes de España) se encuentran los edificios que albergan los templos más singulares de la ciudad. Por cada una de las religiones y culturas referidas podemos destacar una visita a templos o construcciones que le son propios. Así podemos contemplar la iglesia del Sagrado Corazón, de estilo neorromántico. Se trata de un edificio aislado de tres naves, obra del arquitecto del obispo de Málaga, Fernando Guerrero Strachan.

A continuación, podemos ver la sinagoga de Or Zoruah (Luz Santa), un edificio de tres plantas del arquitecto Enrique Nieto (1924). Estamos ante uno de los diez lugares de culto y estudio judíos más espectaculares que existen en Melilla.

La comunidad hindú, pese a ser la menos nutrida, no pasa inadvertida. Por encima del mayor o menor número de seguidores, esta cultura se ha hecho un hueco tanto por su gastronomía como por su presencia discreta pero abierta a los demás. El oratorio hindú puede ser visitado previa cita con los responsables de dicha comunidad.

Por último, pero no menos importante, la mezquita central del polígono, situada de forma contraria a la sinagoga, es obra también de Enrique Nieto (1945) y, uno de los templos que mayor exotismo otorga a las calles de Melilla.

Este recorrido puede incluir visitas a otras edificaciones religiosas y nos sumerge a través de la arquitectura en la diversidad cultural de Melilla.

*The Autonomous City of Melilla is, without a doubt, a magnificent example of cultural and racial integration.*

*Visitors will find here streets full of residents, some with Indian or Jewish features, others with Arab features wearing typical Berber dress or Arab djellabas and numerous others wearing European attire.*

*The city's cultural wealth goes far beyond the attire of its people as visitors will see when touring the city. Home of numerous Christian churches, it has an equal number of mosques along with the odd synagogue and a small number of other captivating religious buildings.*

*Some of its most striking religious buildings can be found on the outside boundaries of what is known as the "Triangulo de Oro" (Golden Triangle) in the Heroes de España District. One of the most outstanding buildings is the beautiful Christian Neo-Romanesque Church of the Sacred Heart. This famous church, designed by the Malaga Diocese architect, Fernando Guerrero Strachan, has a modern Neo-Romanesque design with three naves.*

*Continuing on from here, visitors will find the Or Zoruah (Holy Light) Synagogue, a three floor building designed by Enrique Nieto (1924), considered one of the most spectacular of the ten synagogues to be found in Melilla.*

*The Hindu community, in spite of being the smallest ethnic group and standing out for its delicious gastronomy and friendly and discreet presence, also has its own Hindu temple. We would mention that for those who wish to visit this beautiful temple, they must first make an appointment with the Indian temple authorities.*

*Finally, last but not least, is the Polygon Central Mosque. Considered one of Melilla's most exotic buildings, it was also, as in the case of the Or Zoruah synagogue, designed by the architect, Enrique Nieto (1945). A number of other religious buildings can also be found here whose presence will, without a doubt, provide visitors with an inside view of the cultural diversity of Melilla.*

*In addition to the enormous benefits the coexistence of four cultures brings, this magnificent city is also blessed with a privileged geographical*

Sólo en Melilla es posible caminar rodeado de gentes tan diversas: unos con rasgos indios o hebreos, otros con las vestimentas típicas bereberes o con chilabas árabes y muchos con ropas europeas.

*Visitors will find here streets full of residents, some with Indian or Jewish features, others with Arab features wearing typical Berber dress or Arab djellabas and numerous others wearing European attire.*

Antiguo edificio de Correos.  
*Old Post Office Building.*





Fachada de la sinagoga.  
Synagogue façade.

Además de la enorme importancia que la convivencia de las cuatro culturas aporta al presente de Melilla, no hay que olvidar la privilegiada situación que históricamente mantuvo la ciudad, que ha sabido conservar los importantes legados que fenicios, romanos, vándalos, bizantinos y árabes dejaron en ella. Por si esta herencia fuera poca, Melilla cuenta con más de 900 edificios modernistas y art decó. Todo ello ha convertido a la localidad en un singular museo arquitectónico tan diverso como exótico y diferente.

Melilla la Vieja o El Pueblo, como cariñosamente le llaman los melillenses, y que muchos ahora conocen también con el nombre de La Ciudadela, comprende el recinto fortificado que comenzó a construirse en el siglo XV sobre la antigua ciudad. Este conjunto monumental se compone a su vez de cuatro recintos separados por un foso o cortadura. Los tres primeros se internan en el mar y el cuarto sobre el continente. En este último destacan los Fuertes del Rosario y de las Victorias, desde donde se realizaron los disparos del cañón El Caminante, que determinó los actuales límites de Melilla.

Frente a la Plaza de las Culturas, en pleno centro de la ciudad, está situada la Melilla del siglo XIX, formada por los pequeños y coquetos barrios del Fuerte de San Carlos, Fuerte de San Miguel, Alcazaba y Mantelete.

Desde la plaza se puede subir por la carretera de la Alcazaba para contemplar una panorámica del Frente de Tierra y parte de la Ensenada de los Galápagos. Al descender la cuesta de regreso a la plaza, se puede ver el frente abaluartado del tercer recinto sobre el Foso de los Carneros, en el que destacan la Torre de la Alafía, el Cuartel y el Baluarte de San Fernando. A éstos se accede a través del Túnel de San Fernando. Desembocaremos en el Foso del Hornabeque, antes de pasar el Túnel de la Victoria y los Baluartes de San Pedro y de San José situados en el segundo recinto o Plaza de Armas.

Todo un recorrido por la historia de la ciudad.

position and, as mentioned previously, a rich history. Not only has it conserved the important legacies left behind by the Phoenicians, Romans, Vandals, Byzantines and Moors; it has also conserved some 900 beautiful Modernist and Art Deco style buildings. This impressive historical and artistic patrimony has converted the city of Melilla into one of Spain's most unique architectural museums, diverse and exotic.

The Melilla Old Quarter, or "El Pueblo" as it is known by the residents of Melilla, also referred to as "La Ciudadela", is famous, amongst other things, for the numerous fortified buildings built here during the 15th century. This imposing monumental group of buildings are made up of four enclosures separated by a moat. The first three enclosures can be found set on a limestone rock, similar to an island, while the fourth enclosure is situated on continental soil, home of the Rosario Fort and Victorias Fort where the shots from the famous "El Caminante" canon, used to determine the present boundaries of the city, were fired.

In the heart of the city, in front of the town square known as Plaza de Culturas, stands an area dating back to the 19th century made up of small, picturesque districts such as the Fort of San Carlos, Fort of San Miguel, Alcazaba and Mantelete districts.

From here it is possible to travel up the Alcazaba road with its splendid panoramic views of the Frente de Tierra area and Galapagos Cove. On the way down, visitors should look out for the fortified front of Melilla's third enclosure, home of the Carneros Moat and other outstanding buildings such as the Alafia Tower, Army Barracks and San Fernando Bastion which can be reached through the San Fernando Tunnel. From here, we would suggest visitors visit the Hornabeque Moat before passing through the Victoria Tunnel and San Pedro and San Jose bastions located on the second enclosure or Arms Square.

We hope you have enjoyed this small tour of the remarkable history of this beautiful city.



Torre de la mezquita central.  
Central Mosque Minaret.

# Eusebio Cáceres

## Permiso para despegar

El saltador alicantino de 22 años nacido en la localidad de Onil se ha ganado el respeto de la élite del salto mundial. A partir de ahora aspira a todo. La rabia de quedarse a un solo centímetro del pódium en los anteriores mundiales le motiva más que nunca.

## Takeoff clearance

*The 22 year old long-jumper born in the town of Onil (Alicante) was earned respect amongst the world's long-jumping elite. From now on he is aiming for everything. His frustration at ending up just one centimetre away from the podium at the last world championship just motivates him more than ever.*



**Empezó su carrera deportiva realizando pruebas combinadas, ¿qué aspectos influyeron para que se inclinase por el salto de longitud?**

“Desde siempre he hecho combinadas, y sigo haciéndolas. Desde hace tiempo sabemos que mi futuro va encaminado a la longitud, pues destaca bastante respecto a las otras pruebas. Pero no dejamos de lado las combinadas porque para nosotros es una buena manera de preparar la pretemporada y llegar muy bien de cara al aire libre.

**¿Qué factores intervienen a la hora de realizar un buen salto?**

Sobre todo la mente. Si estás preparado y centrado en hacerlo bien el salto será un éxito. De los factores externos lo más destacable es el viento, ya que es el que puede ayudarte a ser más rápido en la carrera o frenarte y generar dificultades.

**El salto tiene tres fases: carrera, batida y vuelo, ¿nos podría dar una breve descripción de cada una?**

En la carrera hay que ser rápido. Puedes hacerla como quieras mientras que en los últimos metros consigas una velocidad máxima que seas capaz de controlar. Luego viene la batida, con la velocidad que traemos ponemos el pie en la tabla de batida sin realizar nulo, y el efecto palanca nos hace salir despedidos hacia adelante, buscando también una altura adecuada, no muy excesiva. El vuelo se utiliza para conseguir una buena caída.

**De los triunfos conseguidos, ¿cuál recuerda con especial emoción?**

***You began your sporting career doing combined disciplines, what aspects had an influence on you eventually opting for the long-jump?***

*I have been doing combined disciplines right from the start, and I still do. Some time ago we knew that my future was going to be in long-jumping, since I am considerably better than in other disciplines. But we have not left the other disciplines to one side, because for us it is a good way to prepare for the season and being ready for the open air.*

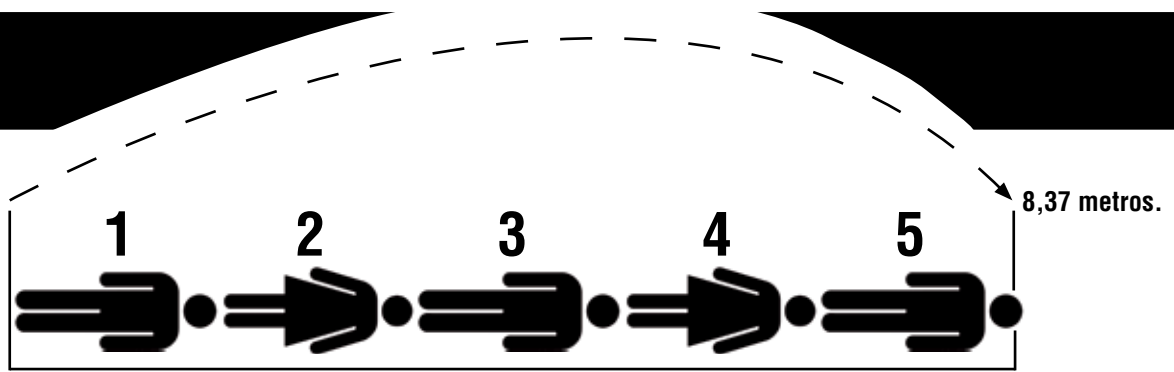
***What factors influence a good jump?***

*Above all, your mind. If you are mentally prepared and focussed on doing it well, the jump will be successful. As for external factors, the most notable one is the wind, since it is what can help you go faster on the run-up, or slow you down and make things more difficult.*

***There are three stages to the jump: approach, take-off and flight. Could you give us a brief description of each one?***

*The approach has to be fast. You can approach however you want as long as you reach the maximum speed you are able to control in the last few metres. Then there is the take-off, with the speed we have achieved we have to place our foot on the board, without passing it, and the lever effect means we fly up into the air in a forwards direction, trying to reach the right height, but not too high. The flight is used to achieve a good landing.*

***From the triumphs you have achieved, which has been the most special for you?***



**8,37 metros es la mejor marca de Eusebio Cáceres. Con este registro se proclamó campeón de Europa sub 23 y se situó al frente del ranking español del año, segundo en la lista europea y tercero del mundo hasta el pasado mes de julio.**

**Una buena manera de saber la distancia que salta Eusebio Cáceres es imaginarse la longitud de cinco personas tumbadas en el suelo.**

**8.37 metres is Eusebio Cáceres's best jump, which positions him at the top of the Spanish ranking this year, second in the European ranking and third in the world ranking last July, and made him European Under 23 champion.**

**A good way to get an idea of the distance Eusebio Cáceres jumps is to imagine five people lying on the floor head-to-toe.**



El Campeonato de Europa de 2010 en Barcelona cuando conseguí el record de Europa junior del momento con 8,27 metros. Lo recuerdo con mucho cariño pues la grada estaba llena y sentí un apoyo increíble.

**En los últimos mundiales de Moscú se quedó sin la medalla de bronce por un solo centímetro, ¿cómo se sintió?**

Pues se puede imaginar cómo me quedé... Conforme pasa el tiempo vas sintiendo que el resultado fue bueno, pero a mí no se me va ese sentimiento amargo. Además no quiero quitármelo, pues es una manera de motivarme más.

**Hace años entrevistamos a Yago Lamela que se acabó proclamando subcampeón del mundo, parece que usted está superando todas sus marcas, ¿a dónde quiere llegar?**

Bueno, Yago fue un saltador increíble y claramente me gustaría acabar superándole, pero eso es algo muy difícil. Siendo sincero, y como dije antes con esta sensación amarga que creo que me ayuda, ya he sido cuarto... hay que ir a por los cajones.

**Fuera de las pistas de atletismo, ¿cuáles son sus aficiones?**

Amigos y familia. Este deporte te quita mucho tiempo y no veo otra manera de aprovechar mejor los ratos libres.

**Vuela frecuentemente con Air Nostrum, ¿qué aspectos destacaría de la compañía?**

Me gusta mucho lo fáciles que hacen las cosas, además, el trato de las azafatas es excelente.

*The European Championship in 2010 in Barcelona, when I broke the junior European record at the time, jumping 8.27 metres. It was a fantastic experience for me, the stadium was full and I felt a huge amount of support from the crowd.*

***At the last world championship in Moscow, you missed the bronze medal by only one centimetre. How did you feel?***

*Well as time goes by you start feeling that it was a good result, but that slightly bitter taste hasn't gone away. I don't want it to go away either, as it motivates me.*

***Some years ago we interviewed Yago Lamela who became runner-up in the world championship, it looks like you are reaching all your goals. Just how far do you want to go?***

*Well, Yago was an amazing jumper, and obviously I would like to end up bettering him, but that is very ambitious. To be honest, and as I said before about that bitter taste which I think helps me, having been fourth... I have to aim for the podium.*

***What are your hobbies away from the athletics field?***

*Friends and family. This sport takes up a lot of your time, and I can't think of a better way to spend my free time.*

***You often fly with Air Nostrum, what aspects would you highlight about the company?***

*I like the way they make things easy, and the way the flight assistants treat us is excellent.*

# De setas por Castilla y León

Aunque podemos disfrutar de las setas durante la primavera y la trufa en invierno, la estación otoñal es la idónea para deleitarnos de la micología en toda su amplitud: como recurso natural, gastronómico y, por qué no, turístico.

*Salir de setas permite disfrutar de estas bellezas y fotografiarlas, pero hay que tener precaución por la toxicidad de algunas de ellas.  
Taking care not to confuse edible varieties of mushrooms with other toxic varieties is very important when wild mushroom picking.*





# *Mushroom picking in* **Castilla y León**

*Although wild mushrooms and truffles are available during the spring and winter months, autumn is, without a doubt, the best time of the year for the consumption of what has become one of Spain's most popular up and coming natural, gastronomic and tourist resources.*

**E**spaña, con 27'6 millones de hectáreas forestales, es el segundo país de la Unión Europea con mayor superficie forestal y el tercero con mayor extensión de bosques –18'3 millones de hectáreas–, por detrás de Suecia y Finlandia. En cuanto al terreno de matorrales y pastizales naturales, nuestro país ocupa la primera posición (con 9'3 millones de hectáreas), lo que representa el 40% de la superficie total europea.

Dentro del territorio nacional, Castilla y León es la comunidad con mayor porcentaje forestal (15'24%) y la inmensa mayoría de los bosques de Castilla y León son masas seminaturales, más o menos alteradas por el hombre, donde existe una gran riqueza micológica silvestre.

La micología, como tal, se presenta como un gran recurso natural de gran relevancia para Castilla y León, con un alto valor añadido y con gran potencial como generadora de desarrollo rural. Así, la micología en Castilla y León se vincula directamente con su desarrollo turístico; por tanto, el micoturismo se ha convertido en ejemplo de aprovechamiento sostenible de un recurso natural.

Castilla y León cuenta con más de 1.500 especies de hongos, muchos de ellos comestibles, que brotan cada año en los pinares, robledales, hayedos, encinares y sabinars de Castilla y León, así como en las praderas, pastizales y riberas de los ríos, lo que ha supuesto el desarrollo de una gran riqueza micológica, que ha generado una importante tradición culinaria vinculada a las setas y a los hongos. Entre las especies de setas mejor valoradas para la cocina y que puede encontrar en Castilla y León destacan la *Pleurotus eryngii* (seta de cardo), *Lactarius deliciosus* (níscolo), la *Amanita caesarea*, las diferentes tipologías de *Boletus* (*edulis*, *aereus*, *reticulatus*, *pinicola*, etcétera) la *Clitopilus prunulus* (molinería) o la *Leucopaxillus lepistoides* y la *Macrolepiota procera*, además de la *Tricholoma portentosum* (capuchina) y la *Cantharellus cibarius* (rebozuelo). Puede obtener más información sobre estas especies y otras muchas en [www.myas.info](http://www.myas.info).

### **REGULACIÓN Y COMERCIALIZACIÓN DEL RECURSO MICOLÓGICO**

El Proyecto MYAS RC, promovido por la Junta de Castilla y León y las diputaciones provinciales, establece como ámbito de actuación todos los territorios rurales de la comunidad autónoma con recursos micológicos. De esta forma, MYAS RC está enfocado hacia la potenciación del desarrollo rural, de forma que se permita afrontar una gestión sostenible de los recursos. De este modo, se ha puesto en marcha la plataforma [www.micodata.es](http://www.micodata.es) con el fin de poder consultar, previamente a la excursión, toda la información sobre el estado de la producción, guías micológicas, alojamientos, restaurantes y actividades de ocio en torno a la micología de Castilla y León, de forma que planificar una ruta micológica, nunca fue tan fácil.

**W**ith a forest surface area of 27.6 million hectares, Spain houses the European Union's second largest forest area and third largest area of woodland (18.6 million hectares) after Sweden and Finland. It is also the European Union's leading country as far as scrub and pasture land are concerned with a surface area of 9.3 million hectares. This figure represents 40% of Europe's entire scrub and pasture land.

It is generally accepted that Spain's largest forest area can be found in the autonomous region of Castilla y León, home of 15.24% of the country's total forest area. On the other hand, a large part of Castilla y León's woodland is considered, to a certain extent, to have been modified by man, presently standing out as home of an impressive variety of wild mushrooms.

This wide variety of wild mushrooms provides Castilla y León with a highly relevant natural resource which not only offers high added value, but also provides the foundation for the development of rural areas. Wild mushroom picking in Castilla y León can, in fact, be directly linked to the expansion of the region's tourist sector, turning local 'mycotourism' into an excellent example of how to take advantage of a natural resource in a sustainable way.

Castilla y León is, today, home of approximately 1,500 wild mushroom species, many of which are edible and can be found growing in pine groves, oak groves, beech groves and juniper groves as well as in meadows and pastureland and, of course, along Castilla y León's beautiful riversides. This wealth of wild mushroom species is responsible for generating an important culinary tradition in the area. Amongst its most popular edible mushrooms are the *Pleurotus eryngii* (King Trumpet or French Horn), *Lactarius deliciosus* (Saffron Milk Cap or Red Pine), *Amanita caesarea* (Caesar), *Boletus* (Penny Bun, Queen Bolete, Summer Bolete, Pine Bolete etc.), *Clitopilus prunulus* (The Miller), *Leucopaxillus lepistoides* and *Macrolepiota procera* (Parasol) along with *Tricholoma portentosum* (Charbonnier) and the *Cantharellus cibarius* (Chanterelle). For further information regarding these wild mushroom species and many others, we would suggest visitors visit the [www.myas.info](http://www.myas.info) website.

### **REGULATION AND COMMERCIALISATION OF WILD MUSHROOMS**

The MYAS RC Project, sponsored by the Castilla y León Regional Government and a number of local county councils, is aimed at rural areas with mycological resources. It focuses, amongst other things, on the promotion of rural development in its efforts to provide sustainable resource management. A web site ([www.micodata.es](http://www.micodata.es)) has been created for promotional purposes. Here, visitors will find all kinds of interesting information including up-to-date seasonal data, guide books, lists of restaurants and accommodation as well as numerous leisure activities





FOTOGRAFÍAS / PHOTOGRAPHS:

Arriba: **Un grupo con cestas para recoger setas.**

Above: **A group of mycology enthusiasts equipped with baskets.**

Derecha: **Cesta de amanitas.**

Right: **A basket of wild amanita mushrooms.**

FOTOGRAFÍA PÁGINA ANTERIOR / PREVIOUS PAGE PHOTOGRAPH:

**Excursionistas en busca de setas.**

**Wild mushroom pickers searching for mushrooms.**



Esta regulación de la micología, junto a la riqueza y abundancia del producto, así como a la puesta en marcha de iniciativas novedosas y la promoción por parte de las Administraciones, ha permitido desarrollar la marca de calidad Setas de Castilla y León, así como una oferta micoturística única en España, recogida en el Plan Estratégico de Turismo Gastronómico de Castilla y León, que se ha presentado recientemente.

### **CENTROS MICOLÓGICOS**

Con el fin de promover el estudio y la difusión de actividades en torno a la micología, en Castilla y León cuenta con diversos centros especializados en la micología, donde se pueden aprender las técnicas de conservación y tratamiento de las setas, así como recibir formación a través de cursos de cocina aplicada a la micología o realizar visitas guiadas y rutas micológicas. Algunos de estos centros son:

- Centro de Interpretación y Estudios de las Especies Micológicas de Rabanales (Zamora).
- Centro Micológico de Navaleno (Soria) [www.navalenomicologico.tk](http://www.navalenomicologico.tk).
- Escuela Micológica de Ungilde (Zamora).
- Centro de Interpretación Micológico de Tabuyo del Monte (León).

Además de las actividades anteriormente expuestas, estos centros poseen exposiciones que recrean buena parte de los hábitats de la zona, y ofertan cursos y talleres destinados a niños y mayores, acompañados de guías micológicos, donde se podrá recibir información acerca de las buenas prácticas de recolección, así como de la interrelación entre los hongos y su entorno.

Dentro de la Red Europea de Parques Micológicos podemos destacar el Parque Micológico de Pinar Grande en Soria, con más de 12.500 hectáreas de bosques y una riqueza micológica de más de 200 toneladas anuales de hongos comestibles. De la mano de guías micológicos especializados podremos conocer la importancia internacional del Pinar Grande como laboratorio natural de investigación y formación micoselvícola.

La importancia de la micología en una región como Castilla y León hace que actualmente existan un gran número de asociaciones micológicas, 26 de ellas agrupadas a través de la Federación de Asociaciones Micológicas de Castilla y León ([www.famcal.org](http://www.famcal.org)).

*related to wild mushroom picking in Castilla y León. It could be said that wild mushroom picking has never been easier.*

*We would mention that the above-mentioned product regulation has, together with the abundance of wild mushrooms and numerous innovative initiatives introduced by regional and local authorities, played an important role in the development of the 'Setas de Castilla y León' (Castilla y León Mushrooms) quality label and the unique 'mycotourism' offer mentioned in the recently introduced Castilla y León Gastronomic Tourism Strategy Plan.*

### **MYCOLOGICAL INTERPRETATION CENTRES**

*The Castilla y León regional authorities have created a variety of interpretation centres specialising in mycology in order to promote, amongst other things, the study and diffusion of wild mushroom picking. These information centres provide visitors with a wide variety of activities that include wild mushroom conservation information, cooking classes, guided tours and wild mushroom picking tourism routes. These include the following centres:*

- *Centro de Interpretación y Estudios de las Especies Micológicas de Rabanales (Zamora).*
- *Centro Micológico de Navaleno (Soria) - [www.navalenomicologico.tk](http://www.navalenomicologico.tk).*
- *Escuela Micológica de Ungilde (Zamora).*
- *Centro de Interpretación Micológico de Tabuyo del Monte (León).*

*A large number of the interpretation centres also house interesting exhibitions. Here, visitors are invited to take part in workshops, available for both children and adults, where they will be provided with information regarding the practise of mushroom picking and the relation between wild mushrooms and their natural surroundings amongst other things.*

*We would mention that the Pinar Grande Mycological Park, member of the European Mycological Network, is home of more than 12,500 hectares of woodland and over 200 tons of edible wild mushrooms. Professional mycological guides provide visitors with information on the importance, both at home and abroad, of Pinar Grande as a natural laboratory for mycological forestry investigation and training.*

*The importance of mycology in Castilla y León has also given rise to numerous mycological associations, 26 of which have already become*





## FOTOGRAFÍA:

La recolección está regulada.

*Wild mushroom picking in Castilla y Leon is regulated.*

## FOTOGRAFÍAS PÁGINA ANTERIOR / PREVIOUS PAGE PHOTOGRAPHS:

Platos gastronómicos elaborados con setas. Congreso Soria Gastronómica 2012.

*Gastronomic specialities elaborated with wild mushrooms. Soria Gastronomic Fair 2012.*

*members of the Federation of Mycological Associations of Castilla y Leon (www.famcal.org).*

### ACTIVIDADES MICOTURÍSTICAS

Con la llegada del otoño y el incremento en la producción de setas, las diferentes Administraciones, así como las asociaciones de hostelería y turismo o los propios restauradores, programan actividades relacionadas con el mundo de las setas y los hongos. Así, la Junta de Castilla y León organiza, de forma bienal, el Congreso Internacional Soria Gastronómica, cuya próxima edición será en octubre de 2014. Eventos como la semana de la tapa micológica (Soria), las jornadas micológicas de Burgos o de Ávila, las jornadas micológicas de la Montaña Palentina, las jornadas de micología que se celebran en las comarcas zamoranas de Puebla de Sanabria, Aliste, Tábara y Alba o “las jornadas de la trufa en Abejar” (Soria) son solo algunos ejemplos de la gran repercusión que la micología tiene como potencial gastronómico y recurso turístico por todo el territorio de Castilla y León. Si está interesado en la micología, tiene a su disposición toda la información sobre estas y otras actividades en la web [www.turismocastillayleon.com](http://www.turismocastillayleon.com).

### ‘MYCOTOURISM’ ACTIVITIES

*As autumn arrives and wild mushrooms become plentiful, regional and local authorities, in collaboration with restaurant owners and a variety of catering and tourism associations, set about programming a wide variety of mycological events such as the International Biennial Gastronomic Congress of Soria, the next edition of which is programmed to take place in October, 2014. Other events include the Soria Mycological Tapa Week, the Burgos and Avila mycological events, the Montaña Palentina event and the mycological events celebrated in the Zamora regions of Puebla de Sanabria, Aliste, Tabara and Alba and the Abejar truffle event taking place in Soria are just a small example of the impact mycology has had and has on the gastronomic and tourism resources of Castilla and Leon. Visitors interested in the fascinating subject of mycology will find detailed information regarding wild mushroom picking and other mycological related activities on the [www.turismocastillayleon.com](http://www.turismocastillayleon.com) website.*

### JORNADAS GASTRONÓMICAS “BUSCASETAS 2013”

Llegan las XII Jornadas Gastronómicas de las Setas de Castilla y León Buscasetas. Del 4 al 17 de noviembre, más de 200 restaurantes de la región participarán en estas jornadas que, año a año, ponen de manifiesto la riqueza micológica de Castilla y León y su posterior desarrollo a través de la gastronomía. Entre en la página web [www.buscasetas.es](http://www.buscasetas.es) y consulte toda la información sobre las jornadas: restaurantes participantes, teléfono de reserva, menús degustación, etcétera. Además puede consultar el Recetario del Buscasetas y conseguir descargas de las recetas más interesantes relacionadas con el mundo de las setas.



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

### GASTRONOMIC FAIR “BUSCASETAS 2013”

*The XII Jornadas Gastronomicas de las Setas de Castilla y Leon, ‘Buscasetas’, will take place from 4th to 17th November. Over 200 Castilla y Leon restaurants will participate in this gastronomic event which showcases, year after year, the mycological wealth of Castilla y Leon and its excellent gastronomic growth. Visitors will find a wide variety of information on the [www.buscasetas.es](http://www.buscasetas.es) web site including, amongst other things, a list of the restaurants participating in this popular event along with reservation details, tasting menus etc. This excellent web site also offers access to the ‘Buscasetas’ Recipe Book where visitors will be able to download all kinds of delicious wild mushroom recipes.*

## Valencia, arte y vitalidad mediterránea en otoño

**Su privilegiada climatología y una agenda repleta de citas artísticas hacen de Valencia el lugar más idóneo para una escapada otoñal. En esta urbe de alma mediterránea, los días de noviembre todavía son templados pero, lejos del relajamiento estival, ofrece un mes lleno de exposiciones, música, adrenalina y buena gastronomía en el que combinar los paseos por sus largas playas de arena con visitas a escaparates artísticos tan renombrados como el IVAM.**

**P**ionero en España como Museo de Arte Contemporáneo y Moderno, el IVAM es siempre referente y uno de los lugares de visita obligada, no sólo por su colección permanente donde contemplar obras de Picasso, Braque, Pollock, Valdés, Chillida, Calder, Klee, Picabia, Delaunay... sino también por sus magníficas muestras itinerantes. La de Rafael Canogar, hasta el 26 de enero, fundador del grupo El Paso, uno de los más prestigiosos y rompedores en las corrientes de postguerra en España, transporta a este periodo, desde el informalismo y la abstracción; mientras que "Té con Nefertiti" integra más de 100 obras que datan desde el 1800 a.C. hasta la actualidad, desde la pintura, la escultura y la fotografía a la instalación de vídeo y técnicas mixtas. Se podrá visitar hasta el 7 de enero.

Otro punto caliente en otoño en Valencia es La Rambleta, un espacio de visita y encuentro con las tendencias artísticas más actuales. Con 11.000 metros cuadrados dedicados a programación de las artes escénicas, música, cine, exposiciones, actividades para niños, festivales como "Los días nórdicos" o "BiciFesta", es lugar singular para vivir la energía creativa de la ciudad. Del 13 al 30 de noviembre, Retratos, de Javier Aramburu.

Para ilustradores, diseñadores gráficos o coleccionistas de objetos inéditos, el MUVIM, con exposiciones relativas al arte de la escritura como "Tipografía. Imagen absoluta" o "59 the anual of Type Directors Club", pasando por las propuestas sobre el chamanismo en Siberia, el arte fotográfico en el Far East, los amuletos según la indumentarista valenciana "Victoria Liceras" o "Las Brujas y su mundo". Este centro es el mejor lugar para descubrir mundos inéditos de la imagen y la fotografía.

Otras visitas recomendadas son el Centro del Carmen, que este mes presenta las muestras de Calo Carratalá, Martí Quinto y la exposición "¡Pisa morena!", un recorrido por los retratos de las intérpretes femeninas de la canción ligera y de copla españolas; y el Museo de Bellas Artes, una auténtica joya que alberga colecciones góticas, renacentistas, de la pintura flamenca y holandesa, obras de Ribalta, Maella o Goya, y que acaba de



Plaza de la Virgen.  
Plaza de la Virgen.



Representación de *La Traviata* en el Palau de Les Arts.  
Performance of *La Traviata* at Palau de Les Arts.



## ***Valencia, mediterranean, art and vitality in autumn***

***Its privileged climate and agenda full of artistic events make Valencia the ideal destination for an autumn getaway. In this city with a Mediterranean pulse, November days are still warm but, unlike the lazy summer days, are full of exhibitions, music, adrenaline and great cuisine, which combine perfectly with strolls along its long, sandy beaches and visits to distinguished artistic showcases such as the IVAM.***



**A**pioneer in Spain as a Contemporary and Modern Art Museum, IVAM is always a reference point and one of the places visitors cannot miss, not only because of its permanent collection of work by Picasso, Braque, Pollock, Valdés, Chillida, Calder, Klee, Picabia, Delaunay, etc., but also because of its marvellous temporary exhibitions. The Rafael Canogar exhibition, founder of the El Paso group, one of the most prestigious and pioneering groups in post-war Spain, will be on display until January 26th, takes us back to that period, through informalism and abstraction; whereas “Té con Nefertiti” comprises over 100 exhibits dating back from 1800 BC to modern day, from painting, sculpture and photography, to video installations and mixed techniques. This exhibition will be open until January 7th.

Another hotspot in Valencia in autumn is La Rambleta, a place to visit and meet up with the most modern artistic trends. With an exhibition area of 11,000 square metres for the scenic arts, music, cinema, exhibitions, children’s activities, festivals such as “Los días nórdicos” (Nordic Days) or “BiciFesta”, it is a singular place where you will be able to feel the creative energy of the city. From the 13th to 30th of November, “Retrators” (Portraits) by Javier Aramburu.

For illustrators, graphic designers or collectors of unusual objects, there is the MUVIM, with exhibitions about the art of writing such as “Tipografía, imagen absoluta” (Typography – Absolute Image) or the “59th Annual of Type Directors Club” with further proposals about shamanism in Siberia, photographic art in the Far East, charms according to the Valencian costumer “Victoria Licerias” or “Las Brujas y sum undo” (Witches and their World). This centre is the best place to discover unusual worlds of image and photography.

Other recommended visits are to the Centro del Carmen which this month presents the Cal Carratalá and Martí Quinto exhibits and the “¡Pisa Morena!” exhibition, display of portraits of Spanish women performers



FOTOGRAFÍAS / PHOTOGRAPHS:

Arriba: **Fachada del IVAM.**  
Above: **IVAM Facade.**

Abajo: **Museo de Bellas Artes de Valencia.**  
Below: **Museum of Fine Arts of Valencia.**

inaugurar la Sala Sorolla, con 42 obras del artista valenciano que recorren su trayectoria artística, desde sus inicios como pensionado en Roma hasta sus últimas creaciones.

### VERDI Y WAGNER EN LES ARTS, SHAKESPEARE EN EL PRINCIPAL

A punto de finalizar el año en que se conmemora el bicentenario del nacimiento de dos de los más importantes compositores de la historia, el Palau de les Arts Reina Sofía programa La Traviata y La Walkiria para este mes, ambas bajo la dirección musical de Zubin Metha.

Y a partir del 22 de noviembre, en este mismo coliseo, uno de los más célebres musicales, Los Miserables, aterriza en Valencia. La gira por 20 ciudades españolas llevará a Les Arts este épico cuento de sueños rotos.

Por su parte, el Teatro Principal alternará Otelo y Julio César, ambas de Shakespeare, con el Ballet de la Generalitat. A finales de noviembre, el Circo del Sol llega a Valencia con uno de sus mágicos espectáculos, Alegría. Llenará de color y acrobacias Feria Valencia. Y para los amantes del medioevo, El Torneo del Rey. Caballeros, cortesanos, juglares y Jaime I recrearán la historia del nacimiento del Reino de Valencia en el siglo XIII, en los Jardines del Turia.

### ADRENALINA Y SABOR

El Circuito Ricardo Tormo de Cheste acogerá del 8 al 10 de noviembre el Gran Premio de la Comunitat Valenciana, prueba final del Mundial de Motociclismo. Una ocasión especial para disfrutar de este deporte en un escenario inmejorable y conocer el pódium de esta temporada.

Asimismo, los apasionados de la buena mesa encontrarán también este mes una ocasión inmejorable para catar las propuestas de los mejores restaurantes de la ciudad. Durante Valencia Cuina Oberta-Restaurant Week, del 8 al 17 de noviembre, se servirán menús gourmet por 20 y 30 euros para el almuerzo y cena. Los mejores chefs realizarán menús cerrados, con un incremento de 15 euros en los establecimientos que cuentan con una estrella Michelin.

La ciudad despliega en estas fechas todo su encanto para seducir a propios y extraños. Un otoño con arte, música, sabor y emoción te espera en Valencia. Todo ello combinado con uno de los mayores centros históricos de Europa; calles que conservan el sabor de lo auténtico; terrazas donde disfrutar de una climatología privilegiada, incluso en noviembre; espacios naturales como la Albufera, Bioparc o sus largas playas de arena; enclaves que descubrir en familia, como la Ciudad de las Artes y las Ciencias; y toda la esencia y vitalidad de su alma mediterránea.

of easy listening and folk song; and the Museo de Bellas Artes (Fine Arts Museum), a true jewel home to Gothic and Renaissance collections, Flemish and Dutch art, work by Ribalta, Maella and Goya, and which has just officially opened the Sorolla Hall with 42 pieces of work by the Valencian artist covering his artistic career from grant holder in Rome through to his last creations.

### VERDI AND WAGNER AT LES ARTS, SHAKESPEARE AT THE PRINCIPAL

Nearing the close of the year commemorating the bicentenary of the birth of two of the most important composers of all time, Palau de les Arts Reina Sofia will be the venue to La Traviata and La Walkiria this month, both conducted by Zubin Metha.

And as of November 22nd, at the same venue, once of the most famous musicals will be arriving in Valencia – Les Misérables. The tour around 20 Spanish cities, brings this epic of broken dreams to Les Arts.

The Teatro Principal on the other hand, will be alternating between Othello and Julius Caesar, both by Shakespeare, and the Ballet of the Valencian Regional Government. At the end of November Cirque du Soleil will be in Valencia, with one of their magical shows – Alegría. This show will fill Feria Valencia with colour and acrobatics. And for Medieval lovers, El Torneo del Rey – Knights, Courtiers, Jugglers and James I reconstruct the history of the birth of the Kingdom of Valencia in the 13th century in Jardines del Turia.

### ADRENALINE AND FLAVOUR

The Circuit Ricardo Tormo in Cheste will be hosting the Gran Premio de la Comunitat Valenciana final race of the World Motorcycling Championship from November 8th to 10th. This is a special occasion to enjoy motorcycle racing at an unbeatable venue and see this year's championship winners on the podium.

Likewise, lovers of good cuisine will also be afforded an unbeatable opportunity this month to taste the proposals by the best restaurants in the city. During Valencia Cuina Oberta – Restaurant Week from November 8th to 17th, gourmet menus will be served between 20 and 30 euros for lunch and dinner. The best chefs will make their set means, with an increase in price of 15 euros at those establishments with a Michelin star.

The city will be glowing this autumn to seduce locals and outsiders alike. An autumn full of art, music, flavour and excitement await you in Valencia. This is all combined with one of the best historical centres in Europe; streets that maintain the spirit of their origins; terraces where you will be able to enjoy the privileged climate, even in November; natural spaces such as the Albufera, Bioparc or the long, sandy beaches; enclaves to discover as a family, such as Ciudad de las Artes y las Ciencias; and all the essence and vitality of its Mediterranean soul.







# DE AIGUA VALENCIA

## The natural ORANGE COCKTAIL

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

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

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

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



**CHERUBINO  
VALSANGIACOMO  
BODEGA**

[WWW.CHERUBINO.ES](http://WWW.CHERUBINO.ES)



## CITROËN GRAND C4 PICASSO

### Espacio añadido

### Added Space

**E**l mercado de los monovolúmenes compactos, siempre ha tenido al Citroën y su gama Picasso como uno de sus principales referentes. Un modelo, el francés, que ahora se complementa con su ya tradicional versión Grand Picasso o, lo que es lo mismo, la evolución de su propuesta familiar en una aún más polivalente configuración de siete plazas.

Para ello se ha basado en la nueva plataforma EMP2 (*Efficient Modular Platform 2*), ya utilizada en otros modelos del grupo PSA Peugeot-Citroën, y en la imagen estética que ya estrenara el modelo más reducido de cinco asientos. Esta nueva estructura presenta unas medidas de 4,59 metros de longitud por 1,83 y 1,64 de anchura y altura respectivamente, lo que le proporciona la mayor habitabilidad de su competido segmento. De esta manera, el habitáculo cuenta con el más amplio espacio en las filas dos y tres de entre sus competidores, y un volumen de maletero que dispone de 645 litros de capacidad (hasta 700 si se adelanta al máximo la segunda fila) o un total de 1.843 si se abaten los asientos de los pasajeros posteriores. En la configuración de siete plazas, dispone un espacio de 170 litros. Asimismo, gracias a este versátil chasis, el Grand C4 Picasso aligera su peso en

**C**itroën and its Picasso range have always been one of the principal benchmarks in the compact MPV market. The French manufacturer now complements its family car with the evolution of an even more multi-purpose version of the traditional Grand Picasso, featuring seven seats.

This version is based on the new EMP2 platform (*Efficient Modular Platform 2*), already featured in other models of the PSA Peugeot-Citroën group, and the aesthetics already sported by the smaller five-seater version. This new structure has dimensions of 4.59 metres in length by 1.83 and 1.64 width and height respectively, which confers the highest habitability to this extremely competitive market segment. This means that the interior has more space between the second and third row of seats than its competitors, and a luggage space of 645 litres (up to 700 litres if the second row of seats is in the most forward position) or a total of 1,843 litres if all the rear passenger seats are stowed away. When all seven seats are upright, it has a luggage space of 170 litres.

Likewise, and thanks to its versatile chassis, the Grand C4 Picasso has shed over 100 kilos of weight, and has reduced its CO<sub>2</sub> emissions to 98 g/km in the most



más de 100 kilos, y sus emisiones de CO<sub>2</sub> se reducen hasta 98 gramos por kilómetro en sus versiones más eficientes.

En materia estética, presenta una carrocería más voluminosa, debido a los arcos de techo que refuerzan su firma lateral y un frontal con un tratamiento específico. Al igual que el cinco plazas, la trasera se distingue por los originales faros led con efecto 3D.

El puesto de conducción mantiene la tecnología del C4 Picasso, con la interfaz 100% táctil asociada a la pantalla panorámica de 12 pulgadas de alta definición. Otro detalle a destacar es el sistema de visión 360 compuesto por cuatro cámaras colocadas alrededor del coche, con las que el conductor puede seleccionar tanto una imagen del vehículo a vista de pájaro como una vista exclusivamente trasera o delantera panorámica muy práctica cuando se sale de un garaje sin visibilidad.

La gama del Grand C4 Picasso se estructura en torno a dos motorizaciones gasolina —VTi 120 CV y THP 155 CV— y tras dos diésel; el e-HDi 115 CV y el nuevo BueHDi 150 CV. Estos dos últimos incorporan la tecnología de parada y arranque automáticos *Stop&Start*. Los niveles de acabado en el mercado español responden a las conocidas denominaciones de *Attraction*, *Seduction*, *Intensive* y *Exclusive*.



*efficient engine versions.*

*As for aesthetics, it has more bulky bodywork, due to the roof arches that reinforce the sides and specific treatment on the front. As is the case of the five-seater, the rear is distinguishable by its original 3D effect LED lights.*

*The driving position maintains the C4 Picasso technology, featuring the 100% touchscreen associated with the panoramic 12 inch, high definition display. Another outstanding detail is the 360° vision via four cameras fitted around the car, by means of which the driver can select an image of the vehicle from a bird's-eye view or an exclusively rear or front panoramic view, which is very practical when manoeuvring out of a low-visibility parking space.*

*The Grand C4 Picasso range is structured around two petrol engines; VTi 120 hp and THP 155 hp, and two diesel engines; the e-HDi 115 hp and the new BueHDi 150 hp. The two diesel engines feature automatic Stop & Start technology. The level of finish on the Spanish market are the well-known *Attraction*, *Seduction*, *Intensive* and *Exclusive* equipment levels.*





## KYMCO XCITING 400I

### Referencia *maxiscooter*

### Reference *maxiscooter*

**E**l mercado del *scooter* en España tiene nombre propio y es sin duda alguna el de Kymco. La firma oriental domina este particular sector gracias a una labrada trayectoria de continua evolución de sus productos en todas las cilindradas. Una destacada posición en la que ha tenido mucho que ver su máximo exponente, el Xciting, modelo que ahora llega totalmente renovado. El Xciting 400i solo hereda de su antecesor de 500 cc el nombre, todo lo demás es completamente nuevo. Es un *maxiscooter* que, pese a tener menor cilindrada que el modelo al que sustituye en lo más alto de la gama Kymco, lo supera ampliamente en todos los aspectos. Nos encontramos ante un modelo que tanto en carrocería, como bastidor y motor ha dado un notable paso adelante, como demuestra la tecnología aplicada a su desarrollo. Este proceso de evolución está liderado por su motorización que ha sido objeto de una reducción de dimensiones respecto al modelo anterior y que, pese a una reducción del 20% en su cilindrada, mantiene una potencia muy similar de 36 CV a 7.000 revoluciones por minuto con la que se obtiene una cifra de potencia específica de 90 CV/litro, sin lugar a dudas la más elevada entre los scooters de su categoría. Unos valores que se apoyan en un dinámico chasis y sistema de frenos reforzado, que aseguran un comportamiento eficaz y confortable en todo tipo de trazados. En cuanto a la imagen, el Xciting 400i mantiene su apuesta deportiva gracias a su afilado frontal con la doble óptica, acompañado de los faros de led diurnos y la cúpula ahumada, así como por la compacta carrocería disponible en dos únicas tonalidades blanco sintetizado y negro intenso. Su precio es de 5.399 euros.



**T**he scooter market in Spain has its own name, and it is without a shadow of a doubt Kymco. The Oriental brand dominates this particular market thanks to its hard work of continuous evolution in all its products at all engine sizes. This position in the market has a lot to do with its showpiece, the Xciting, with a completely revamped model now being launched. The Xciting 400i has only inherited the name of its 500 cc ancestor, the rest is completely new. It is a *maxiscooter* which, in spite of having a smaller engine than the model it replaces in Kymco's higher model range, exceeds it widely in all aspects.

This is a model that has taken a major step forward in bodywork, chassis and engine, as proven by the technology employed in its development. This process of evolution is headed up by the engine, which although is smaller in size than the previous model, with a 20% reduction in cubic centimetres, still pushes out very similar power yielding 36 hp at 7,000 rpm, thus obtaining specific power of 90 hp/ Litre, undoubtedly one of the highest among the scooters in the same category. These figures are supported by a dynamic chassis and reinforced braking system to ensure effective and comfortable performance on all kinds of roads.

As far as image is concerned, the Xciting 400i maintains its sporty look thanks to its sharp front end with twin headlights, accompanied by LED driving lights and a smoked-glass screen, as well as compact bodywork available in two unique colour schemes, synthesised white and deep black. The price is 5,399 Euros.

# VLC ■ CUINA OBERTA

## VALENCIA Restaurant Week



**Del 8 al 17 de noviembre**  
**November 8-17<sup>th</sup>**

**Comida · Lunch: 20€**  
**Cena · Dinner: 30€**

Bebida no incluida. Plus beverages

**WEB**

*¡Reserva Ya!*

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

*Book Now!*

Organizes:

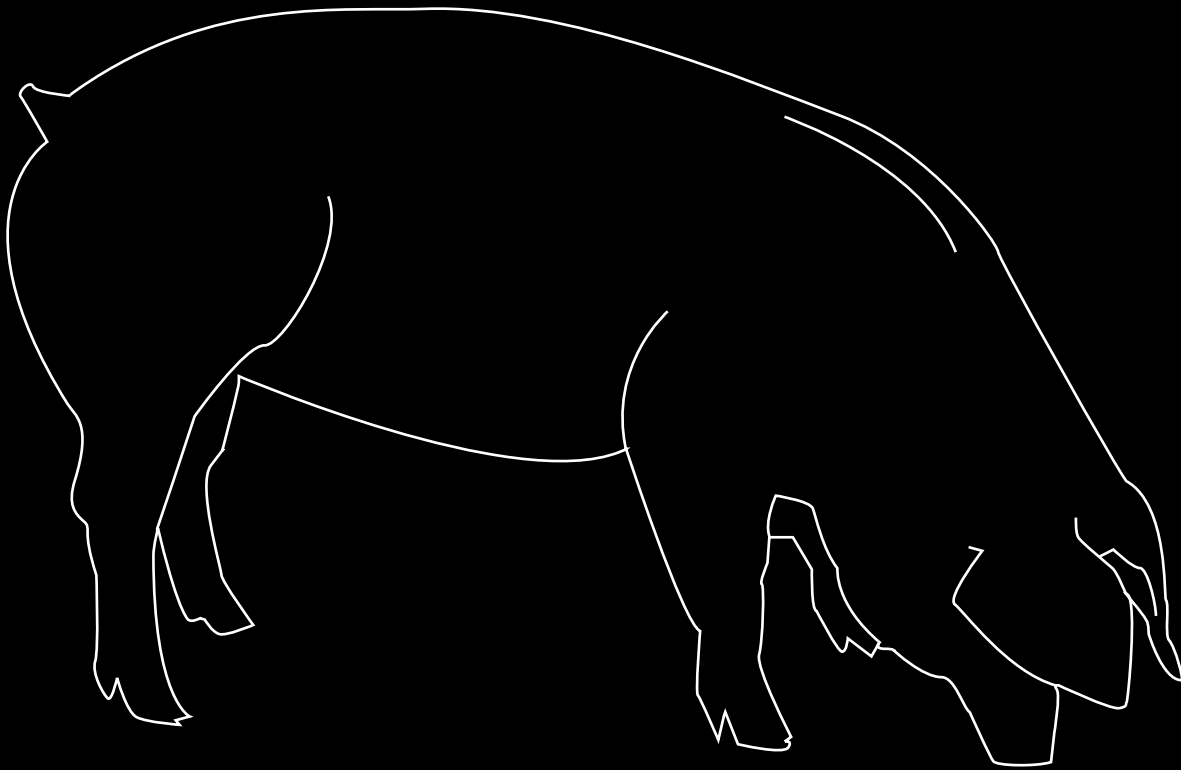
**VLC** ■ TURISMO  
VALENCIA

Sponsor:

**Cruzcampo**  
GRAN RESERVA

# ESPECIAL REGALOS DE EMPRESA Y PRODUCTOS GOURMET

A CONTINUACIÓN PRESENTAMOS NUESTRAS RECOMENDACIONES GASTRONÓMICAS PARA NAVIDAD.



WEB

CONSULTE NUESTRA WEB  
PARA OTRAS OFERTAS:  
[WWW.PATABRAVA.COM](http://WWW.PATABRAVA.COM)

**PATABRAVA**<sup>®</sup>

PATABRAVA, EN GUIJUELO DESDE 1886,  
LE OFRECE UNA PROMOCIÓN EXCLUSIVA:

OBTENDRÁ UN DESCUENTO  
DEL 50% EN EL PRECIO DEL  
JAMÓN IBÉRICO BELLOTA  
D.O. GUIJUELO AÑADA 2010.  
VALORADO EN 400 €\*.

\* PARA ELLO LLAME AL  
687424267 Y DÍGANOS LA PALABRA  
CLAVE "ALADIERNO".



DENOMINACIÓN DE ORIGEN  
GUIJUELO

WEB

# Simón Martín

Un jamón de altos vuelos  
A top-flight ham



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



**DESCUENTO**  
Introduce este código en la web:  
**PROMO-AIR-NOSTRUM**  
promoción 100 primeros  
entrega en  
24-48 horas

# RECOMENDACIONES /ADVISES **VALENCIA**

*A continuación les mostramos nuestras recomendaciones de ocio, compras y gastronomía de la ciudad de Valencia.*

*We show you our leisure, shopping and eating out recommendations in the city of Valencia as follows.*

## EMPRESA / BUSINESS

WEB



<https://www.facebook.com/CedarsBread>

## FABRICACIÓN INDUSTRIAL DE PAN LIBANÉS

*“Necesitas el aire para respirar, el agua para beber y el pan para comer”*



Calle San Martín, 7

46970 Alaquas (Valencia) España

Tel: 96 001 73 72 - Móvil: 600 985 888

Email: [info@mebsl.com](mailto:info@mebsl.com)

## COMPRAS / SHOPPING

WEB

**NEBOTTI**  
VALENCIA



*Complementos de lujo para el hombre y la mujer, personalizaciones y fabricación para empresas del lujo, y regalos de alto standing.*

**VENTA ON-LINE EN TODA EUROPA EN**

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

Cualquier consulta: [info@nebotti.com](mailto:info@nebotti.com).

Atención 24 horas.

## PEGGY ROSEMORE

WEB



*El taller está en La Casa de los Dragones, punto de interés turístico que forma parte de la ruta Museu Obert*

Calle Sorní, 4. Pta. 1. Bajo interior. Valencia

Teléfono: +34 645 810 863

E-mail: [info@peggyrosemore.com](mailto:info@peggyrosemore.com)

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



## RESTAURANTES Y GASTRONOMÍA / RESTAURANTS AND GASTRONOMY

WEB



### Restaurante Casa Salvador

*Restaurante Típico Valenciano*

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



WEB

### Abadía <sup>D'ESPI</sup>

*cocina tradicional española*



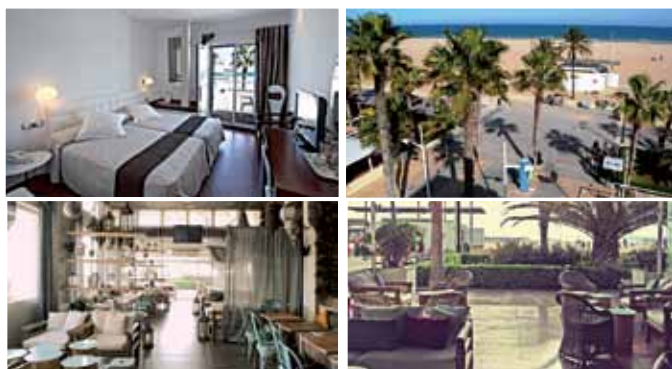
CONOCE NUESTRO NUEVO LOCAL  
**Teléfono reservas: 96 351 20 77**  
Plaza del Arzobispo, 5  
46003 Valencia  
[www.abadiadespi.com](http://www.abadiadespi.com)

WEB

### MIRAMAR

HOTEL & COCKTAIL BEACH BAR  
PLAYA DE LAS ARENAS VALENCIA

**Teléfono: +34 963 715 142**  
Paseo Neptuno, 32 46011 Valencia  
[www.petitmiramar.com](http://www.petitmiramar.com)



# Venta a bordo

## Buy on board

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

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

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

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

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

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

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

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

*Our catalogue of products is full of top quality national and international food and drink brands available for consumption at any time of the day or night. Items include hot and cold drinks: coffee, tea, herbal tea, hot chocolate, soft drinks, two types of water and a range of alcoholic drinks (beer, wine, gin, rum and whiskey).*

*Food items include sweet snacks, muffins, biscuits, nuts, crisps and other salted snacks. It also includes a range of bread rolls filled with Iberian ham and cold cuts amongst other things.*

*There are also a number of special menus combining a selection of food and drink items available, designed to provide passengers with savings when purchasing various items compared to buying items individually.*



## BUSINESS Class

Iberia Regional Air Nostrum dispone en todos sus vuelos, salvo en el caso de interbaleares y las rutas de OSP Madrid-Menorca y Almería-Sevilla, 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 ubicará en los asientos delanteros salvo en las unidades de ATR-72 en las que la Business Class ocupará los asientos posteriores, los más cercanos a la puerta.

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

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

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



Perderse por Marrakech, es una experiencia que no te puedes perder.



Madrid-Tánger desde 3.375 Avios.  
Madrid-Marrakech desde 5.625 Avios.



Madrid-Guatemala desde 18.750 Avios.  
Madrid-Santiago de Chile desde 22.500 Avios.



## Celebramos el doble la llegada de Qatar Airways.

Desde Iberia Plus queremos dar la bienvenida a Qatar Airways al programa y a la alianza oneworld con la obtención del **doble de Avios** en cualquiera de sus rutas en los cinco continentes.

Los descuentos no paran,  
ni siquiera en Paradores.



Durante los meses de octubre, noviembre y diciembre de 2013, y solo por ser cliente **Iberia Sento**, podrás disfrutar de Paradores con un **50% de descuento en Avios** (8.000 Avios/noche).

Paradores adheridos en [www.iberiasendo.com](http://www.iberiasendo.com)



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

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

**MUSEO REINA SOFÍA  
ROMAN ONDÁK**

Madrid, hasta el 23 de febrero de 2014

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



**CAC MÁLAGA  
LA MAYOR RETROSPECTIVA EN  
EUROPA DE VIK MUNIZ**

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

**MUSEO REINA SOFÍA  
ROMAN ONDÁK**

Madrid, until February 23rd 2013

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



**CABARCENO PARK  
Cantabria**

Tel.: 942 563 736 - 942 563 849

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

**LA ALHAMBRA RECUERDA AL ESCULTOR JUAN CRISTÓBAL  
CON UNA EXPOSICIÓN EN EL PALACIO DE CARLOS V**

La Alhambra recuerda al escultor Juan Cristóbal (Ohanes 1896-Madrid 1961) con una exposición monográfica que recupera la figura de uno de los nombres "más destacados de la cultura artística de su tiempo". La muestra cuenta con dos sedes: la sala de exposiciones temporales del Museo de Bellas Artes, en la planta superior del Palacio de Carlos V, y la Fundación Rodríguez-Acosta, en la misma colina de la Alhambra, y que puede visitarse hasta el próximo 2 de marzo de 2014. Más de un centenar de piezas componen esta muestra, comisariada por el profesor titular de la Facultad de Bellas Artes de la Universidad de Granada, Eduardo Quesada Dorador. Buena parte de ellas son obras pertenecientes a la familia del escultor, que generosamente las ha cedido, y otras provienen de 55 propietarios diferentes, entre colecciones públicas y coleccionistas privados.



**THE ALHAMBRA REMINDS THE SCULPTOR, JUAN CRISTOBAL, WITH AN EXHIBITION IN THE CARLOS V PALACE**

The Alhambra reminds us of the sculptor, Juan Cristobal (Ohanes 1896 – Madrid 1961) with a monographic exhibition recovering the figure of one of the "most remarkable names in artistic culture of our time". The exhibits have two centres: the temporary exhibition hall at the Fine Arts Museum, on the top floor of Carlos V Palace, and the Rodríguez-Acosta Foundation, located on the same hill as the Alhambra, which can be visited until March 2nd 2014. Over a hundred exhibits make up this exhibition, curated by the Chair Professor of the Fine Arts Faculty at Granada University, Mr. Eduardo Quesada Dorador. A large number of the exhibits belong to the members of the sculptor's family, and have been generously loaned, whereas others belong to 55 different owners, including public collections and private collectors.

**PARQUE DE CABÁRCENO  
Cantabria**

Tel.: 942 563 736 - 942 563 849

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



**VALENCIA CUINA OBERTA  
RESTAURANT WEEK**

Valencia

From 8 to 17 November, Valencia's best restaurants will once again be serving exquisite set menus for just 20 and 30 euros, or an extra 15 euros in Michelin star restaurants. The booking period is already open at [www.valenciacuinaoberta.com](http://www.valenciacuinaoberta.com).



**VALENCIA CUINA OBERTA RESTAURANT WEEK**  
Valencia

Del 8 al 17 de noviembre los mejores restaurantes de Valencia volverán a servir exquisitos menús por 20 y 30 euros, con un suplemento de 15 euros en los restaurantes con Estrella Michelin. Las reservas ya están abiertas en [www.valenciacuinaoberta.com](http://www.valenciacuinaoberta.com).

**MUNICIPAL HISTORY MUSEUM  
Melilla**

Tel.: 952 681 339

The present-day Municipal Museum of Melilla dates back to the beginning of the 20th Century when Rafael Fernández de Castro began collecting material from the excavations of the Cerro de San Lorenzo. The museum is, at present, divided into five sections: Prehistory, Numismatics, Ancient/Classical, Medieval and Modern Age and Contemporary.

**MUSEO DE ARQUEOLOGÍA E HISTORIA  
Melilla**

Tel.: 952 681 339

El actual museo municipal de Melilla se remonta a principios del siglo XX, cuando Rafael Fernández de Castro comenzó a recopilar las piezas y el material resultante de las excavaciones del Cerro de San Lorenzo.

El museo municipal está dividido en cinco secciones: Prehistoria, Numismática, Antigüedad clásica, Edad Media y Edad Moderna y Contemporánea.

**CAC MALAGA  
RETROSPECTIVE EXHIBITION IN EUROPE OF MIK MUNIZ**

Málaga

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

## BERTOMEU: "EL MERCADO DEMANDA AVIONES REGIONALES DE MAYOR CAPACIDAD"

Carlos Bertomeu, consejero delegado de AIR NOSTRUM, ha manifestado que los datos elaborados por la Asociación de Aerolíneas Regionales Europeas (ERA) confirman los pronósticos que él mismo adelantó al inicio de la crisis: "El mercado demanda ahora aviones regionales de mayor capacidad". El informe que presentó el presidente de la ERA, Marc Lamidey, en la asamblea general de la asociación celebrada en Salzburgo el pasado octubre confirmaba el declive de los aviones de menos de 50 plazas, la fortaleza de los de más de 70 y el avance de los aviones turbohélices en el sector de la aviación regional.

## MR. BERTOMEU: "THE MARKET DEMANDS HIGHER CAPACITY REGIONAL AIRCRAFT"

Mr. Carlos Bertomeu, Chief Executive Officer of Air Nostrum, has stated that the data elaborated by the European Regions Airline Association (ERA) confirms the forecast made by the association at the beginning of the present global economic crisis: "The market demands higher capacity regional aircraft". The Annual Report presented by the President of ERA, Mr. Marc Lamidey, at the General Assembly of the European Regions Airline Association last month in Salzburg confirmed the on-going reduction of 50-seater regional aircraft, the growing popularity of aircraft with over 70 seats and the advances made by turboprop aircraft in the regional aviation sector.



Carlos Bertomeu, primero por la izquierda, durante la celebración de la asamblea de la ERA en Salzburgo.

Mr. Carlos Bertomeu, first on the left, during the ERA General Assembly 2013 celebrated in Salzburg.

"Los datos corroboran que acertamos cuando en el plan de mejora de la competitividad, que empezamos a poner en marcha al inicio de la crisis, incluimos una reestructuración de la flota para bajar el coste unitario por asiento y aumentar la eficiencia", señala Bertomeu que recuerda que AIR NOSTRUM ha pasado en sólo unos meses de un módulo medio de 62 plazas a uno de 82. Se han ido incorporando aviones de 72 y 100 asientos y se ha ido dando salida a los aparatos de 50.

En el informe de la asamblea, a la que asistió Bertomeu en su calidad de vicepresidente de la asociación, se expuso un cuadro comparativo por países de la evolución del tráfico aéreo este año y la previsión para el próximo. Atendiendo a los datos de Eurocontrol, se constata que los países del sur de Europa han sido donde más se han reflejado los rigores de la recesión. Francia ha sufrido una caída del tráfico aéreo de un 0,6%, Italia de un 0,9%, Portugal de un 2,1% y España de un 2,3%, especialmente empujado por el mal comportamiento del tráfico interior, que se contrajo un 16%.

La ERA es una asociación sin fines de lucro que representa a la industria de la aviación comercial europea. Entre sus miembros hay 50 aerolíneas y 120 fabricantes de aviones, motores, equipos y proveedores de servicios.

## AIR NOSTRUM CONECTA BOLONIA CON BILBAO, MADRID Y VALENCIA

Bolonia será una de las apuestas de AIR NOSTRUM para esta nueva temporada de invierno. La ciudad italiana a la que hasta ahora se podía volar desde Madrid, también quedará conectada a primeros de noviembre con Bilbao y Valencia.

La operación de AIR NOSTRUM está diseñada de forma que ofrece excelentes posibilidades para las escapadas turísticas de fin de semana así como múltiples opciones para los viajes de negocios con destino a la bella "ciudad roja", próspera e industrial capital de la Emilia-Romaña.

Desde Bilbao se puede volar a Bolonia los lunes, jueves y sábados; Madrid conecta a diario; y Valencia tiene enlace los viernes y domingos.

"The data presented has corroborated the decision we took to restructure our aircraft fleet as laid out in our company strategy plan. This measure was taken at the start of the economic crisis as part of our efforts to reduce seating costs and increase efficiency", declared Mr. Bertomeu, reminding those present that Air Nostrum had, over a very short period of time, gone from operating 62 seat flights to 82 seat flights by incorporating 72-seater and 100-seater regional aircraft and eliminating 50-seater aircraft from its regional aircraft fleet.

Mr. Bertomeu, Vice-president of the European Regions Airline Alliance, presented, during the Annual Assembly, a comparative chart, included in the ERA Annual Report, of this year's air traffic evolution and the forecast for next year. The chart, produced by the international organisation, Eurocontrol, shows that the countries most affected by the present economic recession are located in southern Europe with France registering a 0.6% reduction in air traffic, Italy a 0.9% reduction, Portugal a 2.1% reduction and Spain an impressive 2.3% reduction of which the 16% reduction in its domestic air traffic is partly to blame.

The European Regions Airline Association is a non-profit organisation representing the European commercial aviation industry. Its members include 50 airlines along with 120 aircraft, engine and equipment manufacturers and a wide variety of service suppliers.

## AIR NOSTRUM CONNECTS BOLOGNA WITH BILBAO, MADRID AND VALENCIA

Air Nostrum has increased its flight services to the beautiful Italian city of Bologna. The company's recently introduced winter timetable includes, in addition to its previous flight service to Bologna from Madrid, new flight services to Bilbao and Valencia.

These new flight services have been introduced to not only increase the possibility of weekend trips, but also provide a wider range of business travel options to this prosperous and industrious Italian city, capital of the Region of Emilia-Romagna, known popularly as the "Red City"

The new winter timetable provides Monday, Thursday and Saturday flights to Bilbao, Friday and Sunday flights to Valencia and daily flights to Madrid.



## EL PRÓXIMO STEVE JOBS

### THE NEXT STEVE JOBS

Texto/Text: **Yovanna Blanco Reinosa.**

Redactora de Expansión.

Journalist at Expansion.

Traducción/Translation: **Jane Singleton.**

No me da miedo volar pero, cuanto más aprendo de esta industria que apasiona a todo el que la conoce, más respeto le tengo al avión. Señal de que, a veces, el conocimiento es un arma de doble filo. No recuerdo mi primer viaje en avión, pero sí sé que el destino era Estados Unidos. Aún veo a mi padre intentando hacerse entender, en español, en el aeropuerto JFK de Nueva York después de horas esperando un vuelo a Filadelfia. Allí recibí, sin querer, la primera de las muchas lecciones de vida que me ha dado el sector aéreo: los idiomas importan. Volar, sentir que estás en el aire, es una experiencia indescriptible y, ante todo, muy personal. Mientras uno disfruta y se relaja, a otro le sudan las manos y sólo piensa en llegar a su destino cuanto antes. Por eso, el respeto, vital también en un vagón de tren o un autobús, lo es aún más en un avión. Un vuelo pone a prueba la educación de cada pasajero y el billete, no importa si es de clase business o turista, no asegura tener al lado una persona capaz de mirar más allá de su asiento. Colocar la maleta, mover al resto de la fila para llegar hasta butaca que está junto a la ventana... la cortesía se pone a prueba desde la entrada al avión, pero sobre todo a la salida, donde hasta los menos presurosos se ven contagiados por el ansia ajena. ¡Cómo si ser el primero en ocupar el pasillo con su equipaje fuese una varita mágica que despeja el camino hacia la puerta!

Más allá del experimento sociológico, de la curiosidad que produce observar alrededor, mi momento más dulce en todo viaje comienza con una frase, con unas pocas palabras. "Les rogamos que, a partir de este momento, desconecten sus dispositivos móviles". Fastidio para algunos, alivio para otros. Quizás la mejor sensación en un avión es despedirte, durante un rato, del teléfono móvil, de los *emails* pendientes y de los amigos del Whatsapp. Olvidar de golpe esa necesidad disfrazada de obligación de consultar el *smartphone* en busca de lo que ha llegado o está por venir. Una liberación que te permite, durante el tiempo que dura el viaje, mirar a tu alrededor, concentrarte en la lectura o, simplemente, pensar. En un mundo globalizado y de ritmo trepidante, queda poco margen para la reflexión. Para organizar mentalmente tareas pendientes o, por qué no, para dar forma a proyectos que ilusionan pero para los que nunca parece haber tiempo. El emprendedor nace, se hace y se mueve. Y, mientras lo hace, las ideas bullen. Por eso, la próxima vez que viaje en avión, no deje de mirar al asiento, a la fila de al lado. Y si algún viajero frunce el ceño con concentración o se le antoja muy pensativo, preste atención. Podría estar ante el próximo Steve Jobs.

*I am not afraid of flying, but the more I learn about the aviation industry, loved by all that get to know it, the more respect I have for aircraft, a sign that knowledge can sometimes be a double-edged sword. Although, I do not remember my first flight, I do remember that the destination was the United States. I can still see my father trying to make himself understood in Spanish at the JFK Airport in New York after spending hours waiting for a flight to Philadelphia. It was there that I unintentionally received the first of many life lessons the aviation sector has provided me with: languages are important.*

*To fly, the sensation of being suspended in the air is an indescribable, but also very personal, experience. While you are relaxing and enjoying your flight, someone*

*else is sitting in his or her seat with sweating hands, wishing the flight was over. That is why if respect is important when travelling by train or bus, it is even more so aboard an aircraft. Aircraft flights are a test to see the level of education of passengers while airline tickets, whether business or tourist class, do not necessarily mean that the person next to you is able to look any further than his or her nose. Stashing away luggage, uprooting people to get to the window seat... courtesy is put to the test not only from the moment you enter the aircraft cabin, but when leaving which is when even the most relaxed passengers find themselves getting caught up in other people's frenzy. As if being the first in the aisle, luggage in hand guarantees a clear the way to the door!*

*Far beyond a sociological experiment or the interest induced by observing my surroundings, the sweetest moment of any flight starts with a simple phrase: "We remind passengers to please disconnect all electronic devices". This can be a pain for some and a relief for others. Maybe the best thing about flying is saying goodbye, even if it is for a little while, to your mobile phone, pending emails and friends on Whatsapp. What bliss to suddenly forget the need, disguised as obligation, to consult your*

*smartphone on what is happening or what is about to happen. Freedom that allows you, at least during the flight, to gaze around, read a book or magazine or just reflect on things. In this globalised world with its frantic rhythm, there is so little time to think. To mentally organise upcoming tasks or get your head around that project you never seem to have time for. Entrepreneurs are born, created, constantly on the move, producing a flow of new ideas. So, the next time you take a flight, keep your eyes on the seats next to you or the neighbouring seats and if you see a passenger frowning as if they are concentrating or thinking hard about something, pay attention because you might be looking at the next Steve Jobs.*



WEB

NUEVO PEUGEOT 308

# CONDUCE TUS SENSACIONES



DESDE  
**13.900€**  
PLAN PIVE INCLUIDO

PEUGEOT RECOMIENDA TOTAL Atención al cliente 902 366 247

Gama Nuevo Peugeot 308: Consumo mixto (l/100 km): desde 3,7 hasta 5,8. Emisiones de CO<sub>2</sub> (g/km): desde 95 hasta 134.

El nuevo Peugeot 308 te seducirá a primera vista gracias a su silueta caracterizada por su diseño compacto y sus faros Full Led de última generación. Descubre el revolucionario puesto de conducción Peugeot i-Cockpit®: volante compacto y manejable, instrumentación elevada y una gran pantalla táctil de 9,7 pulgadas. Con el nuevo Peugeot 308 vivirás una experiencia de conducción como nunca habías imaginado: prepárate para conducir tus sensaciones.

#### PEUGEOT FINANCIACIÓN

PVP recomendado en Península y Baleares de 13.900 € para un 308 SP Access 1,2 VTi 82 CV / 60kW (impuestos, transporte, descuentos y Plan PIVE 3\* incluidos) para clientes particulares. No acumulable a otras ofertas. Consulte condiciones en su concesionario. Oferta válida hasta el 31/10/2013. Modelo visualizado 308 Sp Allure con opciones.  
\* Oferta sujeta al cumplimiento de dicho Plan y a que sus fondos no se hayan agotado.



NUEVO PEUGEOT 308

MOTION &amp; EMOTION



PEUGEOT



POLICLINICA GIPUZKOA



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

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



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

#### UNIDAD DE CHEQUEOS GENERALES

En pocas horas - Confort - Pruebas con sedación

#### UNIDAD DE CARDIOLOGÍA INTEGRAL

Cardiología - Hemodinámica - Cirugía Cardiovascular - Electrofisiología - Rehabilitación Cardíaca

#### UNIDAD DE DIAGNÓSTICO PRENATAL

Genética Celular - Genética Molecular - Técnica Array

#### UNIDAD DE UROLOGÍA INTEGRAL

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

Pº Miramón 174,  
20.014 San Sebastián  
**943 00 28 00**



# Afrontando el cáncer de próstata

CONOZCA LAS VENTAJAS  
DE LA CIRUGÍA ROBÓTICA DA VINCI

WEB



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

**R.C., 65 años.**  
Madrid



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

**J.J.L., 57 años.**  
Pamplona



*Una vez tomada la decisión, yo tenía prisa y ellos me ofertaban operarme sin lista de espera"*

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

## Cirugía robótica Da Vinci para cáncer de próstata

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



Los urólogos Medina y Azparren han operado en Policlínica Gipuzkoa mediante el robot Da Vinci a más de 300 pacientes con cáncer de próstata procedentes de todo España.

**SERVICIO  
DE UROLOGÍA**

**943 00 27 07**

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



POLICLINICA GIPUZKOA