

ABRIL · APRIL

200 · 2015

ALADIERNO

IBERIA
REGIONAL AIR NOSTRUM

ISLAS CÍES

Entornos paradisíacos
y santuarios naturales
del Vigo insular

CIES ISLANDS

Paradisiacal islands and
natural sanctuaries of Vigo



 airline of
the year 2011/12
an era:gold award



Pablo Torrijos
Un deportista de altos vuelos
A high-flying sportsman

Cantabria, de diez
Cantabria, ten out of ten

BUILT FREE



NUEVO JEEP® CHEROKEE BUSINESS EDITION

Ahora, con **Jeep Free**, puede ser tuyo sin intereses.
Paga la mitad hoy y disfruta de dos años sin cuotas.

Entrada 15.939,40€. Última cuota a los 25 meses: 19.937,50€. TAE 1,72%*

Jeep®



Encuéntranos en: [YouTube](#)

Gama Jeep Cherokee: Consumos: 5,3 – 10 l/100km. Emisiones CO₂: 139 – 232 gr/km.

Cuota correspondiente a un Jeep Cherokee 2.0 diésel 140CV Business Edition 4x2 manual de 6 velocidades. Precio promocionado 30.303€. Importe total del crédito: 21.210,99€. Incluye IVA, Transporte, Impuesto de Matriculación (IBMT) calculado al tipo general, descuentos de concesionarios y fabricante, Plan PIVE, subvención del Instituto de Diversificación y Ahorro de la Energía (IDAE). Gastos de Matriculación y pintura metálica no incluidos. *TIN 7,49%. Comisión de Apertura (3%) 636,32€ al contado. Precio total a plazos: 35.400,84€. Importe total adeudado: 26.308,83€. Financiación ofrecida por FGA CAPITAL SPAIN, E.F.C., S.A. que incluye garantía legal de 2 años, más 2 años adicionales de garantía comercial. Oferta válida hasta el 31/03/2015 en Península y Baleares y mientras siga vigente y con fondos disponibles el Plan PIVE. Consultar Procedimientos y Regulaciones del Plan PIVE publicadas en la página web del Instituto IDAE. Para el resto de versiones, consulta en la Red de Concesionarios. La versión visionada corresponde con el vehículo Jeep Cherokee 2.0 diésel 140CV Business Edition 4x2 manual de 6 velocidades (Precio 38.650€). Jeep® es una marca registrada de FCA US LLC.

CONTENIDO CONTENT

Portada / Frontpage:
Una playa en Islas Cíes.
Beach on Cies Islands.



- 05** Bienvenido a bordo
Carta del Presidente
- 06** Nuestro mundo
- 08** Islas Cíes, Vigo
- 14** Pablo Torrijos
- 16** Cantabria, de diez
- 22** Los Altos Pirineos
La placidez de paisajes bucólicos
- 28** Fundación Gaselec
La luz de la cultura
- 32** Motor
- 36** En la sala VIP
con Sara Baras
- 38** Viajar con
AIR NOSTRUM
- 39** Venta a bordo
- 40** AIR NOSTRUM
recomienda
- 41** Noticias
- 42** Puerta de
embarque

- Welcome aboard** **05**
President's letter
- Our World** **06**
- Cies Islands, Vigo** **08**
- Pablo Torrijos** **14**
- Cantabria, ten out often** **16**
- Hautes-Pyrénées** **22**
Peaceful pastoral landscapes
- Gaselec Foundation** **28**
Light of culture
- Motor** **32**
- In the VIP room** **36**
with Sara Baras
- Travel with** **38**
AIR NOSTRUM
- Buy on board** **39**
- AIR NOSTRUM** **40**
recommends
- News** **41**
- Boarding gate** **42**



Pablo Torrijos lee atentamente la revista Aladierno.
Pablo Torrijos reads Aladierno magazine attentively.



Mirador de Fuente Dé, Cantabria.
Fuente De Lookout, Cantabria.



Fragmento de sarcófago hallado en una excavación de la Fundación Gaselec.
A fragment of the sarcophagus found at the Gaselec Foundation archaeological site.



La bailaora Sara Baras en plena actuación.
The Flamenco dancer Sara Baras in full action.

ALADIERNO

IBERIA REGIONAL AIR NOSTRUM

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

Coordinación y producción: dirección@revistaaladierno.com
Publicidad: alopez@revistaaladierno.com

Depósito legal: M-31.190-1995



carrau Corporación

ABOGADOS Y ASESORES FISCALES

Compromiso
Confianza
Tranquilidad

C/ Dr. Romagosa, 1, Planta 3º, 46002 VALENCIA (ESPAÑA)
T. (34) 96 316 28 70 / Fax (34) 96 334 53 25
www.carraucorporacion.com / e-mail: cc@carraucorporacion.com

BIENVENIDO A BORDO



Carlos Bertomeu
Presidente de AIR NOSTRUM

Estimados pasajeros:

Quiero aprovechar este contacto con ustedes para darles las gracias por su fidelidad. El motivo es que, gracias a sus valoraciones, podemos añadir ahora el reconocimiento de AIR NOSTRUM como segunda mejor aerolínea regional de Europa a los múltiples premios que adornan nuestros veinte años de palmarés.

Frente a otros galardones otorgados por jurados compuestos por miembros del sector y prensa especializada, esta distinción tiene el valor de ser una lista elaborada por los propios pasajeros. La plataforma Skytrax recoge la opinión de 18 millones de usuarios de un centenar de nacionalidades sobre 245 aerolíneas de todo el mundo. En la edición de este año, AIR NOSTRUM se ha clasificado como la segunda compañía aérea regional del continente tras tabular las encuestas respondidas por los propios pasajeros en las que se evaluaban 41 indicadores de servicio. En ellas, se sometían a juicio de los usuarios parámetros tales como la profesionalidad en el "checkin" y el embarque, la confortabilidad de los asientos, las comidas y bebidas a bordo, la limpieza de la cabina o la atención por parte de la tripulación.

En el caso de AIR NOSTRUM resultó especialmente apreciado por los pasajeros entrevistados todo lo concerniente a la seguridad y servicios que la compañía ofrece en cabina, así como la diligencia y positiva actitud de las tripulaciones.

Este reconocimiento está en línea con el resultado de nuestras propias encuestas internas, que cuantifican en un 74,2% el porcentaje de los clientes de AIR NOSTRUM que valoran muy positivamente el servicio global de la compañía. A esta evaluación contribuye también, de forma decisiva, la atención personalizada que tratamos de dispensar en todos los vuelos, rasgo que un año más sigue siendo el atributo que más satisfacción genera entre nuestros pasajeros.

Confío en que ustedes participen también de esa valoración de nuestro servicio y que volvamos a verles pronto.

Para su próximo viaje, les proponemos tres destinos desde las páginas de esta revista.

Nuestra primera propuesta son las Islas Cíes, el paraíso de biodiversidad del Vigo insular en el que, además de su riqueza de fauna y flora y de sus sorprendentes parajes, se encuentra la que el diario británico The Guardian consideró la mejor playa del mundo.

Otra alternativa puede ser Cantabria, con sus contrastes paisajísticos, su valioso patrimonio cultural y su excelente gastronomía. A mí me gusta recomendar especialmente las anchoas de Santoña —"el Cinco Jotas del mar" como le oí decir un día a un amigo santanderino— así como las quesadas y sobaos pasiegos, dulces manjares que contienen todo el sabor de la montaña cántabra. Si, además, pueden aprovechar para tomar un cocido Lebaniego en Cosgaya o Potes les aseguro que la experiencia no les defraudará.

Y como destino internacional, les invito a visitar Lourdes y la región francesa de los Altos Pirineos, una zona repleta de lugares emblemáticos donde se ensamblan espiritualidad y naturaleza.

Que disfruten del vuelo.

**AIR NOSTRUM, ELEGIDA POR LOS
PASAJEROS COMO SEGUNDA MEJOR
AEROLÍNEA REGIONAL DE EUROPA**

WELCOME ABOARD

Carlos Bertomeu
President of AIR NOSTRUM

Dear Passengers,

I would like to start by thanking you, once again, for your loyalty. As you may or may not be aware, AIR NOSTRUM has recently been classified as Europe's second best regional aviation company, another award to add to the long list of awards we have received over the past twenty years.

However, the value of this new award, if we compare it to those awarded by members of the regional airline sector and specialised media, is that this award is the result of the opinions of our passengers. Skytrax, the world's most famous airline ranking site, collects the opinions of some 18 million passengers belonging to over a hundred nationalities and representing 245 airlines from all over the world. This year, thanks to its passenger satisfaction survey, Skytrax has classified AIR NOSTRUM as Europe's second best regional aviation company. This important quality survey is based on 41 items and includes airline check-in and boarding facilities, seating comfort, on-board catering, cabin cleanliness, flight attendant disposition etc.

You may be interested to hear that the AIR NOSTRUM passengers participating in this year's survey gave some of their highest ratings to flight safety, on-board service and the diligence and positive attitude of our aircraft crew.

The above reflects the results of our own passenger surveys in which 74.2% of passengers rated the company's overall service as highly positive. One of the most decisive factors in our passenger surveys is usually the personalised attention received, an attribute that generates high levels of satisfaction amongst our passengers. I trust you agree with this evaluation of our on-board service and shall, in the meantime, look forward to seeing you again soon.

For your next trip, why not try one of the destinations included in this month's magazine.

As you will see, our first destination is the Cies Islands, one of the Vigo estuary's greatest treasures and a paradise of biodiversity. Not only renowned for their stunning scenery and rich flora and fauna, these amazing islands also happen to be home of what the British newspaper, The Guardian, once described as 'the best beach in the world'.

Our second destination is Cantabria, a region famous for its contrasting landscapes, outstanding cultural patrimony and excellent gastronomy. I would personally recommend you try the Santoña anchovies, described by a friend from Santander as the "Cinco Jotas of the sea," "Cinco Jotas" being a synonym of supreme quality generally applied to Iberian dried ham. I would also suggest that those with a sweet tooth try the delicious Pas Valley "quesada" and "sobao" cakes and pastries. Finally, if you ever visit Cosgaya or Potes, please do not leave without trying the mouth-watering Lebaniego stew, I can assure you that you will not be disappointed.

Our third destination is Lourdes and the impressive French region of Hautes-Pyrénées, an area packed with emblematic monuments offering an extraordinary combination of spirituality and nature.

Enjoy your flight!

**AIR NOSTRUM HAS RECENTLY BEEN RATED
BY PASSENGERS AS EUROPE'S SECOND
BEST REGIONAL AVIATION COMPANY**

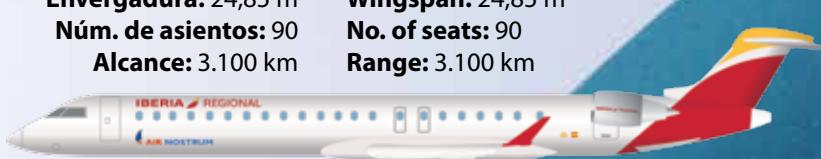
**CRJ 1000**

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

**CRJ 1000**

Overall lenght: 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**

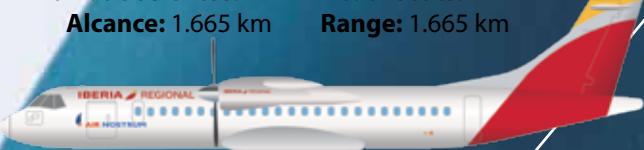
Overall lenght: 36,4 m
Wingspan: 24,85 m
No. of seats: 90
Range: 3.100 km

CRJ 200
Longitud: 27 m
Envergadura: 21 m
Núm. de asientos: 50
Alcance: 3.054 km

**CRJ 200**

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

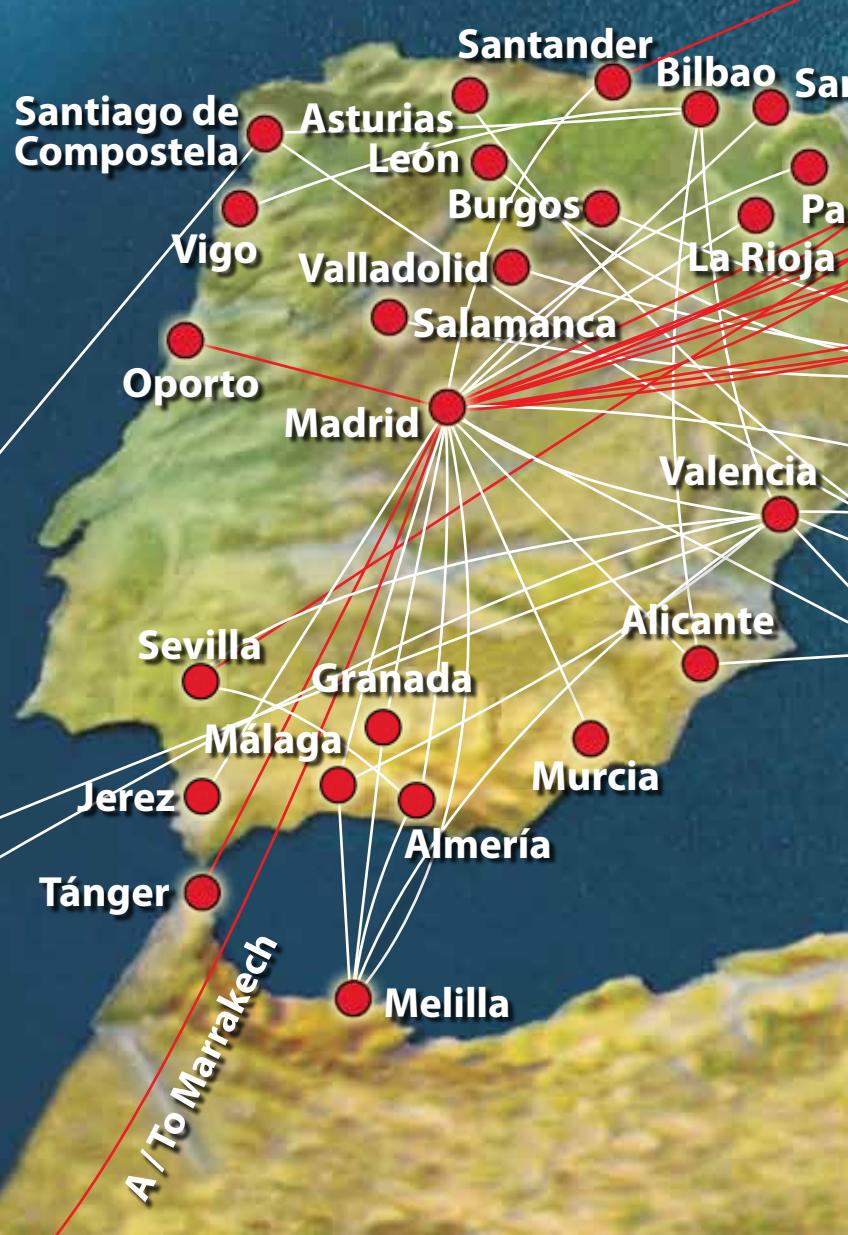
ATR 72-600
Longitud: 27 m
Envergadura: 27 m
Núm. de asientos: 72
Alcance: 1.665 km

**ATR 72-600**

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

Tenerife

Gran Canaria





Islas Cíes

Entornos paradisíacos y santuarios naturales del Vigo insular

Vigo es un destino imprescindible en las rutas de turismo marinero y de naturaleza de España. La mayor ciudad de Galicia se asoma a la más profunda y meridional de las "Rías Baixas": el Atlántico se adentra en la tierra mientras las laderas del valle costero se elevan dibujando un perfil de formas irrepetibles, y creando un puerto natural que es uno de los principales de Europa y capital de la pesca.

Traducción / Translation: Jane Singleton.

Fotografías / Photographs: Turismo de Vigo.



► Vista panorámica de Islas Cíes.
Panoramic view of the Cies Islands.

La ría es su paraíso natural: el mar de Vigo, con sus aguas calmas y una riqueza marina sin igual. En ella, flotan alineadas las tradicionales bateas, en las que se cría el auténtico mejillón de la ría de Vigo y se dibujan las siluetas de los mayores trasatlánticos del mundo, junto a los barcos de pasaje que unen sus orillas. Hermosa sin duda y, además, única: Vigo protege la ría desde las Islas Cíes. Con ellas nos adentramos en el Atlántico, como la proa de una nave hacia los mares del mundo.

Si busca entornos paradisíacos y la biodiversidad de los santuarios naturales, es imprescindible que visite las Islas Cíes; el Vigo insular forma parte del Parque Nacional Marítimo Terrestre de las Islas Atlánticas de Galicia.

El archipiélago de Cíes lo conforman tres islas: Monte

The Vigo Estuary is, without a doubt, a natural paradise, famous for its rich marine life. The sea farm platforms used to cultivate Vigo's delicious mussels stand proudly side by side. Here visitors will also find some of the world's largest transatlantic cruise ships anchored next to ferries linking Vigo and its surroundings to the nearby Cies Islands. If you are looking for paradisiacal surroundings and biodiversity, you should definitely not miss a visit to the Atlantic Islands National Park, a natural paradise of steep cliffs and protected seabeds of exceptionally rich marine life. The Cies Islands are made up of a group of three islands: Monteagudo, O Faro and San Martiño. The first two are connected by a strip of sand known as the Rodas Beach, the best beach in the world according to the British

Cies Islands

*Paradisiacal islands
and natural sanctuaries*

The Spanish city of Vigo is a key destination for marine tourism. This famous coastal city can be located in the south-west of Galicia on the Atlantic bay of the same name in an area known as the Rias Baixas (Lower Estuaries) where salt and fresh water mix. Here, the slopes of the coastal plain rise up to create one of Europe's largest natural harbours and fishing ports.



Agudo, O Faro y San Martiño. Las dos primeras unidas por el largo arenal de Rodas, la mejor playa del mundo, según el periódico The Guardian. En el archipiélago están representados todos los sistemas naturales ligados a las zonas costeras de la plataforma continental de la región eurosiberiana: matorrales, roquedos, dunas, playas, acantilados, fondos marinos... todo crea un impresionante mosaico natural en el que habita una gran diversidad de seres vivos.

Bañarse en las cristalinas aguas de las Islas Cíes, sentir el sol, la sal y el yodo marino en la piel, escuchar el peculiar susurro de la arena mecida por las olas —que parece que canta—, es un lujo para los sentidos. Contemplar desde el puente que une las dos islas la armoniosa curva de la playa de Rodas, el impresionante pasaje que forman los acantilados atlánticos

newspaper, The Guardian. This beautiful archipelago is home of coastal areas typical of the continental shelves of a Eurosiberian region: shrubs, rocks, dunes, beaches, cliffs, seabeds etc. which come together to create a magnificent natural mosaic of insular flora and fauna.

To swim in the crystalline waters surrounding the Cies Islands, feel the sun and salt on your skin while listening to the peculiar shuffle of the sand is an authentic treat for the senses. To contemplate the beautiful curved Rodas Beach connecting the Monte Agudo and O Faro islands, the fabulous landscape formed by the sea cliffs and the estuary with the city of Vigo in the background is truly unforgettable. It should, therefore, come as no surprise to learn that this part of the estuary holds the record for the largest number of geolocated photographs.



Puesta de sol desde un mirador.
Magnificent sunset view from a lookout.

y la vista en calma de toda la ría con la ciudad al fondo es inolvidable, ¡por algo es el punto de la ría con más fotos geolocalizadas!

Dicen que en Galicia el amor a la tierra es panteísta. Queremos compartir con usted esa energía de renovación de las islas. Porque más de mil seiscientos años después, tras el "Portico da Gloria" de Santiago, late el paraíso priscilianista en las Illas Cíes de Vigo, ofreciendo al viajero iniciando una experiencia mágica en su paso por Galicia.

Le ofrecemos experiencias de turismo sostenible y cultural: profesionales en diversos campos de la observación e interpretación de la naturaleza, del paisaje y de las artes estimularán sus sentidos y la emoción ante la belleza de estas islas. Sus islas. Y si participa, aunque no se llevará nada y no dejará otra huella de su paso que la de sus pies en la arena, tendrá para siempre el recuerdo de una vivencia maravillosa.

Los paseos sonoros le desvelarán cómo suenan las islas. Hará gimnasia para los sentidos y percibirá la vida que le rodea con otros ojos.

El safari fotográfico le regalará la luz irrepetible, los colores de las olas, el perfil de los acantilados, el fondo marino bajo el espejo del agua.

Si es aficionado al dibujo y la pintura al natural, las islas le permitirán disfrutar de un entorno estimulante, nuevos intercambios y foros en los que exponer su obra.

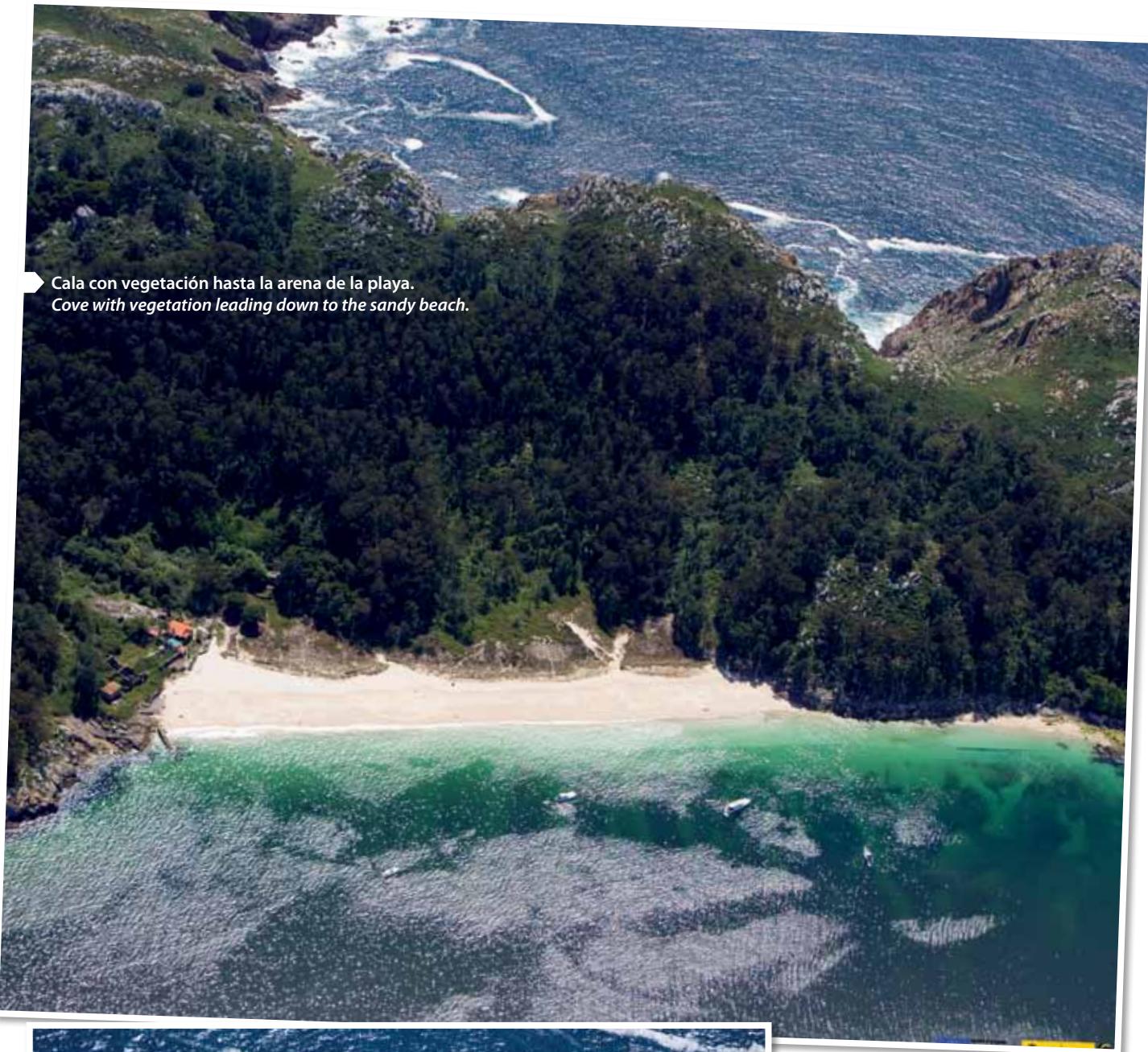
They say the love for the land in Galicia is pantheistic. We would like to share with you the air of renovation found here. Over one thousand six hundred years later, after the "Portico da Gloria" of Santiago de Compostela, the heart of Priscillianism continues to beat in the Cies Islands, providing the initiated traveller with a magical experience.

We promise you an extraordinary experience in cultural and sustainable tourism: professionals from different fields of study and interpretation of nature, geology and the arts will stimulate your senses. We are sure you will find yourself overcome by the beauty of the islands and even if you leave them taking nothing with you, your footprints in the sand being the only mark you leave behind, we assure you will never forget your stay here.

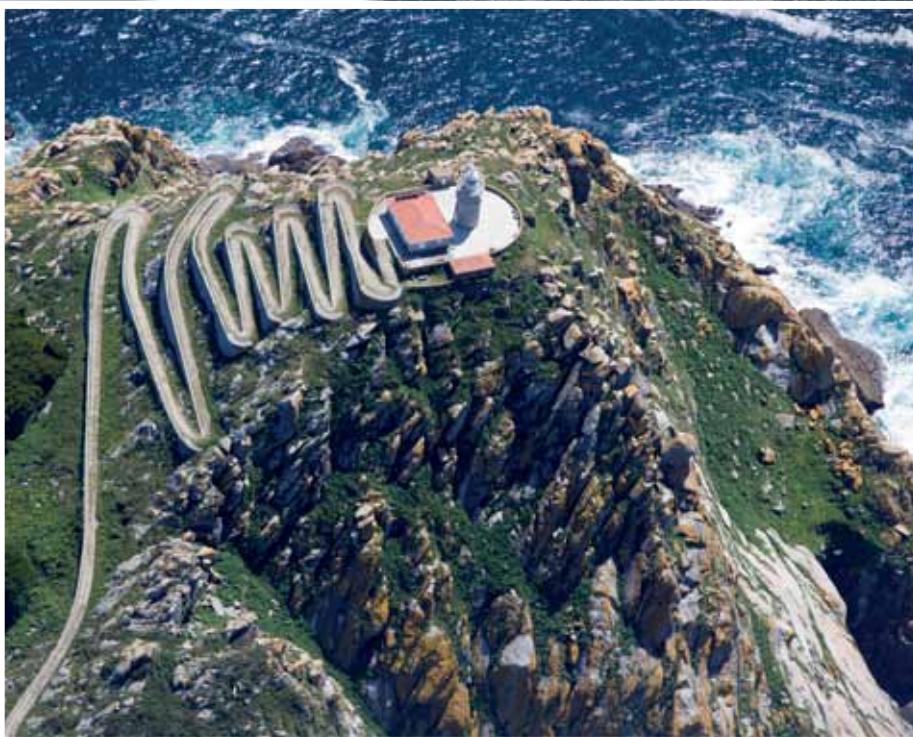
Sonorous walks will reveal the sound of the islands, causing havoc with your senses and inevitably changing your perception of the environment.

Should you decide to go on a photographic safari, you will be bestowed with unique lighting, the ever changing colours of the sea, the extraordinary silhouette of the rocky sea cliffs and a marine seabed brimming with life.

If, on the other hand, you are keen on drawing or painting nature, the islands will provide you with a variety of stimulating surroundings, new encounters and unusual settings for exhibiting your work.



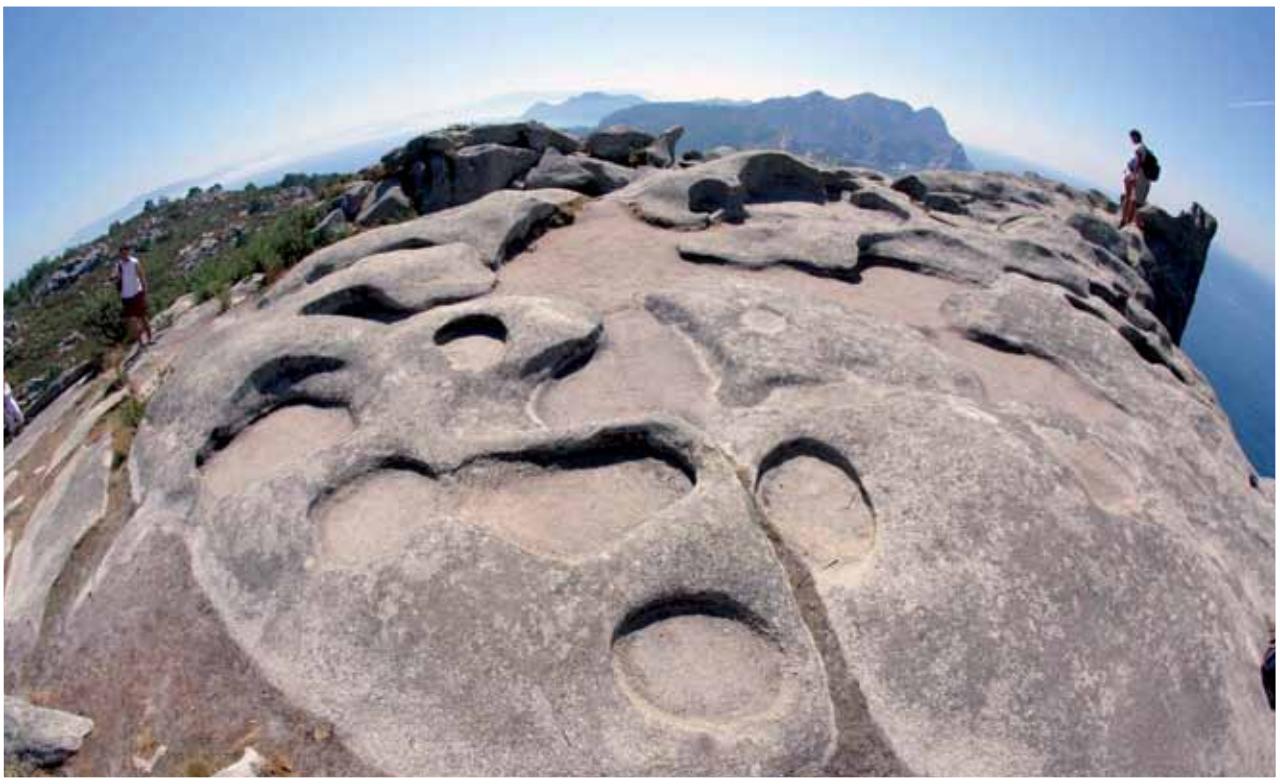
▶ Cala con vegetación hasta la arena de la playa.
Cove with vegetation leading down to the sandy beach.



EL SAFARI FOTOGRÁFICO
LE REGALARÁ LA LUZ
IRREPETIBLE, LOS COLORES
DE LAS OLAS, EL PERFIL
DE LOS ACANTILADOS, EL
FONDO MARINO BAJO EL
ESPEJO DEL AGUA

SHOULD YOU DECIDE TO GO
ON A PHOTOGRAPHIC SAFARI,
YOU WILL BE BESTOWED WITH
UNIQUE LIGHTING, THE EVER
CHANGING COLOURS OF THE
SEA, THE EXTRAORDINARY
SILHOUETTE OF THE ROCKY SEA
CLIFFS AND A MARINE SEABED
BRIMMING WITH LIFE

▶ Serpenteante camino al faro.
Winding path leading to a lighthouse.



► El agua erosiona la roca.
Rock eroded by seawater.

Descubrirá la vida secreta de las islas en la observación de los restos de las mareas, de la vegetación de dunas y acantilados, en el rastro de los animales, en los avistamientos de aves y animales marinos. Conocerá los viejos saberes marineros, historias de naufragios y de pesca.

Practicar submarinismo en las Islas Cíes es una experiencia increíble. Aquí, puede admirar bogavantes, centollos y pulpos. Y, en las rocas, verá percebes y mejillones, erizos de mar, enormes bosques de anémonas ¡y hasta lenguados y rodaballo en la arena!

Es un ecosistema riquísimo y protegido. Y podrá disfrutarlo también en la cocina marinera de Vigo, que le sirve estos extraordinarios productos, recién pescados o reco-gidos, preparados según la tradición o con las aportaciones de la cocina de autor.

La única forma de acampar en Cíes es reservando parcela en su camping. Hágalo siempre con mucha antelación. Está situado en un entorno natural en el que se dormirá escuchando el oleaje y se despertará con el sonido de las gaviotas *patiamarillas*, una especie que tiene en Cíes su mayor colonia europea.

El camping de Cíes tiene 800 plazas y está a 50 metros de la playa. Hay restaurante, cafetería, tienda y salón social. Si le interesa, puede incluso alquilar allí la tienda de campaña. Se alquilan con cama y somier incluidos, para que duerma cómodamente.

Y descubrir este paraíso natural, que queremos que sea reconocido como Patrimonio de la Humanidad, está a su alcance: puede venir todos los fines de semana del año para vivir estas experiencias tan singulares. Las Islas Cíes de Vigo, sus islas, están muy cerca, en barco, en una singularidad inolvidable por las "ondas do mar de Vigo..." que cantó el trovador medieval Martín Códax.

You can discover the secret life of the island by observing the tidal debris, vegetation, dunes and cliffs, animal tracks, birds and marine species. You will be delighted by the adventures of ancient sailors, stories of shipwrecks and a multitude of fishing tales.

Scuba diving around the Cies Islands also provides a lasting experience. Home of lobsters, crabs and octopuses, you will also find amongst the rocks numerous barnacles, mussels, sea urchins and large areas of anemones. You will even find sole and turbot swimming along the sandy seabed!

This rich, well protected ecosystem plays an important part in the delicious local gastronomic specialities, made with freshly caught produce and prepared in a traditional way. A range of haute cuisine dishes prepared by talented chefs can also be found here.

The only way to camp on the Cies Islands is by reserving a pitch on the Camping Cies Island campsite. Make sure you do this well in advance. Surrounded by beautiful scenery, you will find yourself lulled to sleep by the soothing sound of waves and woken up by the cawing of the yellow-footed seagulls, part of the largest colony of this type of seagull in Europe.

The Camping Cies Islands campsite, situated just 50 meters from the beach, has 800 pitches along with a restaurant, café, supermarket and social area. You can even hire a tent here complete with a mattress and base for a comfortable night's sleep.

Discover this natural paradise, worthy of a World Heritage Site award. You can come every weekend if you like. We guarantee you all kinds of unique experiences. It can be reached by ferry or sailing boat. Whichever transport you choose, we promise you an extraordinary voyage through the "ondas do mar de Vigo..." (Vigo's sea waves), words taken from a song sung by the medieval troubadour, Martin Codax.

► Playa de aguas cristalinas.
Beach with crystalline water.



EL ACCESO AL PARAÍSO

A las Islas Cíes se accede por mar. Todos los días en verano y Semana Santa y durante los fines de semana de buena parte del año, salen del puerto de Vigo barcos hasta las islas de Monte Agudo y O Faro. Es recomendable reservar plaza en la embarcación con antelación.

Si le gusta navegar puede llegar a las islas en su propio barco o en alguna de las embarcaciones que se alquilan con o sin patrón. Recuerde que para fondear al abrigo de las islas, debe de solicitar permiso y respetar la zona reservada a los bañistas.

ACCESS TO PARADISE

How to get to the Cies Islands? The only way to get to the islands is by sea. There are daily ferry services during the summer and Easter holidays along with other types of weekend services to the Monte Agudo and O Faro islands. Tickets should be reserved in advance.

If you like to sail, you might like to visit the Cies Islands in your own vessel or rent a vessel with or without a captain. Remember, if you want to anchor in the lee of the islands you must have permission and, of course, respect the area reserved for swimmers.



PABLO TORRIJOS

Un deportista de altos vuelos

A high-flying sportsman



“SOY UN PERSONA AMBICIOSA, CON SUEÑOS, LUCHADORA, PERO LO MÁS IMPORTANTE, CON LOS PIES EN LA TIERRA”

“I AM A VERY AMBITIOUS PERSON, WITH DREAMS AND A FIGHTER, BUT THE MOST IMPORTANT THING IS I HAVE MY FEET FIRMLY ON THE GROUND”

A Pablo Torrijos (Castellón, 1992) sólo le faltan alas para poder volar. El atleta español de moda ha entrado en la historia del deporte al sobreponer con un triple salto la barrera de los 17 metros. Este hito ocurrió en el europeo de pista cubierta celebrado el pasado mes de marzo donde los 17,04 le valieron para alzarse con la medalla de plata del campeonato y ostentar el récord de España absoluto. Disfrutamos de una mañana de entrenamiento con un deportista amable, cercano y humilde, al que su hazaña le parece algo de lo más normal. Ese es el espíritu de los grandes campeones.

Pablo Torrijos (Castellon, 1992) is only missing wings to be able to fly. The popular Spanish athlete will go down in the history books of athletics by beating the 17 metre mark in the triple jump. This milestone took place at the European indoor championships last March where his 17.04 metre jump earned him the silver medal and the championship and the Spanish record. We spent an enjoyable morning training with this friendly, approachable and down-to-earth athlete, whose achievement is just something he takes in his stride. That is the spirit of the true champions.

¿Cuándo empezó su interés por el atletismo?

Al entrar en un colegio de atletismo que hay en la ciudad donde vivo, Castellón. Este colegio se llama Diputación. Allí comencé en sexto de Primaria, desde entonces practico este deporte.

¿Qué es para usted la disciplina del triple salto?

Es una pasión, mi vida, una bonita forma de expresarme que siento muy dentro de mí. También lo veo como una expresión de arte.

Medalla de plata en el pasado europeo en pista cubierta, récord de España en triple salto, ¿pensó que llegaría tan lejos?

Hace unos años no pensaba que explotaría tan pronto pero sí sabía que acabaría destacando en algún momento. Veía mi techo en los 17 metros, ahora lo veo mucho más lejano.

¿Qué llamadas de felicitación recuerda especialmente tras aquel día?

Después del Campeonato de España, la primera vez que saltaba 17 metros las llamadas y mensajes que recuerdo especialmente son los de Raúl Chapado y Santi Moreno, ex plusmarquistas españoles a los que les superé el récord de España que tengo de pista cubierta como de aire libre. Me hizo mucha ilusión porque se notaba que eran unas felicitaciones verdaderas y llenas de felicidad.

¿Qué objetivos tiene a medio plazo?

El objetivo de este verano es seguir disfrutando del atletismo, vivir este sueño y ser finalista mundial en Pekín a finales de agosto.

Relátenos el salto perfecto.

Mi salto perfecto a día de hoy comienza con una velocidad de entrada a la tabla muy alta, hacer los tres saltos muy equilibrados técnicamente y perder el mínimo de velocidad posible. Logrando un salto así creo que la marca rondaría los 17,30 ó 17,40 metros.

¿Cómo es Pablo Torrijos fuera del atletismo?

Soy un persona ambiciosa, con sueños, luchadora, pero lo más importante, con los pies en la tierra. Familiar y amante de los pequeños momentos que son los que le dan el verdadero significado a la vida.

¿Nos podría contar alguna anécdota deportiva?

En una competición cambiaron el horario y no me entere. Seguí con mis planes de autobús igual que antes del cambio y llegué tarde a la competición. Sin embargo, sin apenas calentar, conseguí hacer mi mejor marca personal (risas).

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

La comodidad y los buenos precios de las líneas de Iberia Regional AIR NOSTRUM.

When did you become interested in athletics?

When I went into an athletics school in the city where I live, Castellon. The school is called "Diputación". That was where I started sixth year primary school and I have been doing athletics ever since then.

What does the triple jump mean to you?

It is my passion, my life, a wonderful way of expressing what I feel inside. I also see it as an expression of art.

Silver medal at the indoor European championship, Spanish record for triple jump. Did you ever think you would get this far?

A few years ago I never really thought it would be so soon, but I knew I would come a long way at some point. I thought my limit was 17 metres, but now I believe it is further.

Which congratulations calls do you particularly remember about that day?

After the Spanish Championship, the first time I jumped 17 metres, the calls and messages I remember with special fondness were those from Raul Chapado and Santi Moreno, the former Spanish record holders who I beat in the Spanish record both at indoor and outdoor venues. They were really good because I could tell they were authentic congratulations, full of happiness.

What are your mid-term objectives?

My objective for this summer is to carry on enjoying athletics, to live out that dream and be a finalist at the Peking world championship at the end of August.

Tell us about a perfect jump.

My perfect jump today is at a very high speed when I reach the marker, doing three technically balanced jumps and losing the minimum amount of speed possible. By jumping like that I think I can reach around 17.30 or 17.40 metres.

What is Pablo Torrijos like off the athletics track?

I am a very ambitious person, with dreams and a fighter, but the most important thing is I have my feet firmly on the ground. I am a family man and I enjoy the little things in life which really give it its true meaning.

Could you tell us a short sporting anecdote?

Well, at one competition they changed the schedule and I didn't realise. I continued with my travelling plans on the bus the same as if they hadn't rescheduled it and I arrived late. However, hardly warming up at all I managed to achieve my best personal jump (laughs).

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

The comfort and prices on the Iberia Regional AIR NOSTRUM lines.



Cantabria, de diez

Cantabria, ten out of ten

Traducción / Translation: Jane Singleton.

Fotografías / Photographs: CANTUR.

UNA DECENA DE PROPUESTAS PARA DESCUBRIR LA ESENCIA DE ESTA REGIÓN, CARACTERIZADA POR SUS CONTRASTES PAISAJÍSTICOS, UN RICO PATRIMONIO CULTURAL Y UNA NO MENOS VARIADA Y EXCEPCIONAL GASTRONOMÍA.

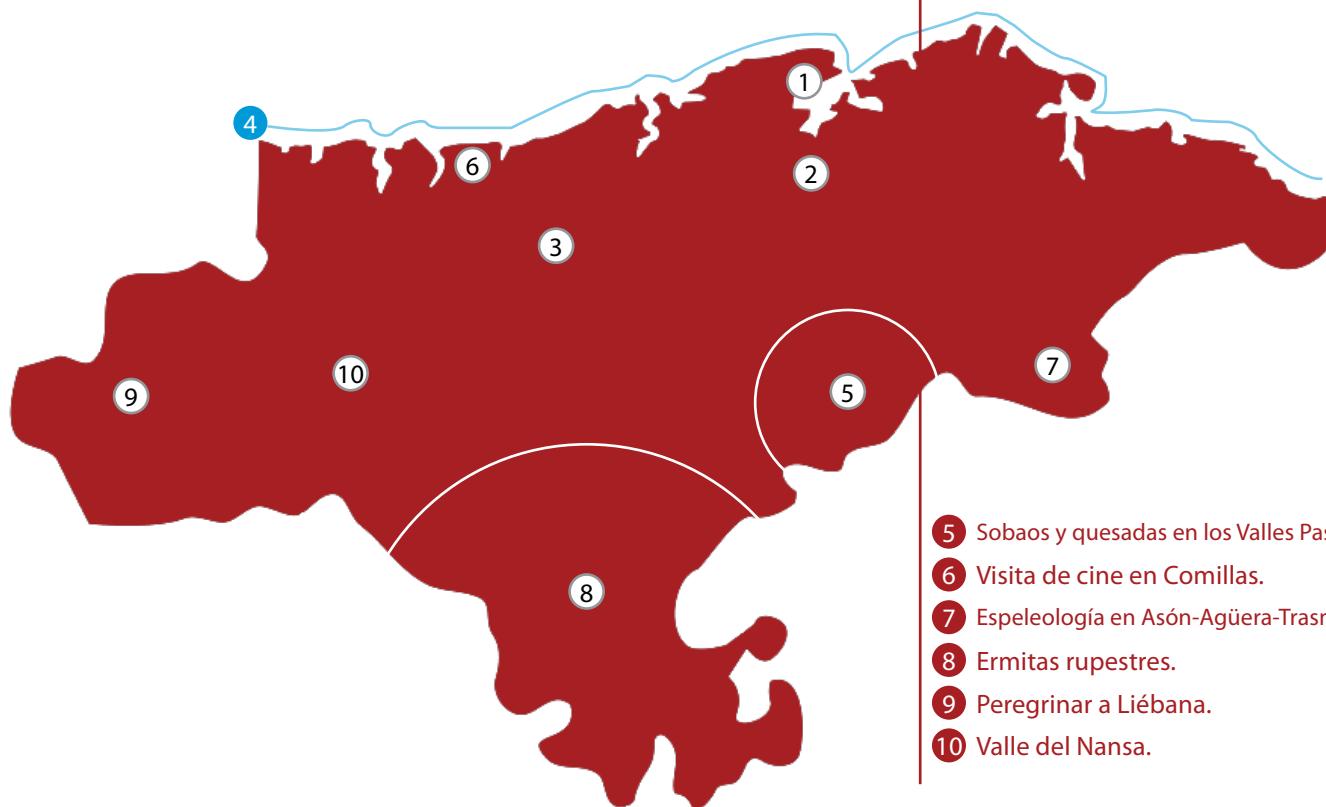
TEN WAYS TO DISCOVER THE TRUE ESSENCE OF CANTABRIA, A REGION FAMOUS FOR ITS CONTRASTING LANDSCAPES, RICH CULTURAL PATRIMONY AND MOUTH-WATERING LOCAL CUISINE.

Cantabria es un multidestino en el que tienen cabida el turismo cultural, de naturaleza, deportivo, gastronómico o de aventura, con propuestas para visitantes de todo tipo y edad.

Éstos son 10 imprescindibles para conocerla.

Cantabria is a multicast destination offering tourists all kinds of cultural, natural, sports, gastronomic and adventure activities with something for everyone. The following are ten ways to get to know more about this fascinating Spanish destination.

- 1 Santander.
- 2 Parque de la Naturaleza de Cabárceno.
- 3 Museo de Altamira.
- 4 Playas y surf.



- 5 Sobaos y quesadas en los Valles Pasiegos.
- 6 Visita de cine en Comillas.
- 7 Espeleología en Asón-Agüera-Trasmiera.
- 8 Ermitas rupestres.
- 9 Peregrinar a Liébana.
- 10 Valle del Nansa.

SANTANDER

La elegante Santander, la capital de Cantabria, es parada obligada. Su bahía, el Palacio de la Magdalena, el Barrio Pesquero, las playas y su animada vida cultural, comercial y de ocio son siempre apetecibles. Todo un referente que contará en unos meses con un nuevo atractivo: el Centro de Arte Botín.

Visitors should not miss a visit to the elegant city of Santander, capital of Cantabria. The beautiful Bay of Santander, Magdalena Palace and Fisherman's Quarter together with its spectacular beaches and numerous cultural, commercial and leisure activities are all worth taking into consideration. This popular destination will soon be offering visitors a new attraction: the Botín Art Centre.

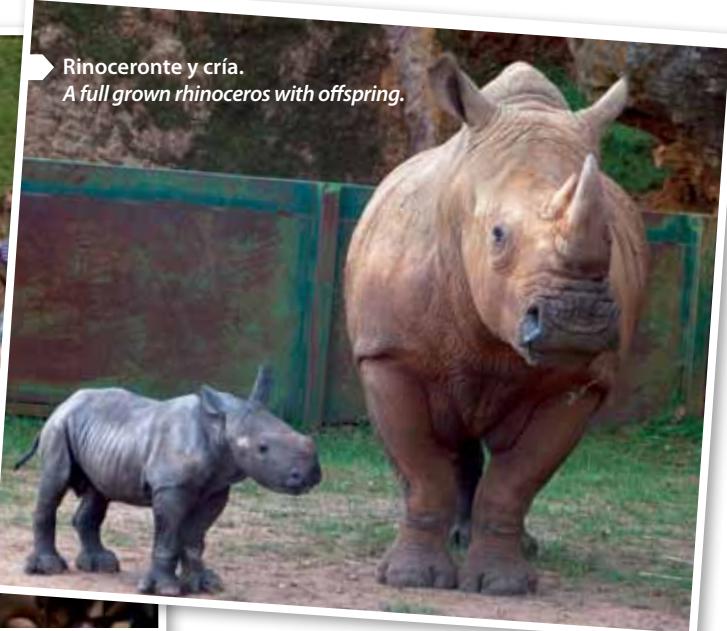


Plaza de la Catedral en Santander.
Cathedral Square in Santander.

► Exhibición de rapaces.
Spectacular birds of prey exhibition.



► Rinoceronte y cría.
A full grown rhinoceros with offspring.



PARQUE DE LA NATURALEZA DE CABÁRCENO

A 17 kilómetros de Santander se asienta este parque, donde conviven en semilibertad más de mil animales de los cinco continentes. Rinocerontes, hipopótamos, avestruces, gorilas, tigres o jirafas campan a sus anchas por un espectacular paisaje kárstico de más de 750 hectáreas. Es un lugar ideal para pasar el día en familia con zonas de recreo, merenderos, miradores, lagos, rutas, cafeterías y actividades como las demostraciones de leones marinos y aves rapaces. Sus más de 20 kilómetros de carreteras interiores, desfiladeros y sugerentes figuras rocosas se pueden recorrer en coche, autobús, andando o en bicicleta.

CABARCENO WILDLIFE PARK

Situated 17 kilometres from the city of Santander, the Cabarceno Wildlife Park is home to hundreds of animals from all over the world, living in semi-free conditions. Rhinoceros, hippopotamus, ostriches, gorillas and giraffes can be seen roaming around its outstanding karstic landscape of over 750 hectares. An ideal place to spend a day out with the family, it offers a number of recreational and picnic areas, lookouts, lakes, nature trails, cafes and displays by sea lions and birds of prey. Visitors are invited to travel its 20 kilometres of inner roads, gorges and rocky areas by car, bus, bicycle and on foot.



Pinturas prehistóricas en la cueva de El Pendo.
Striking cave paintings in the Pendo Cave.

PINTURAS PREHISTÓRICAS

Altamira es el buque insignia del valioso legado prehistórico que atesora la región, si bien no es la única joya. Cantabria cuenta con 10 cuevas Patrimonio de la Humanidad, atesorando uno de los conjuntos más singulares e importantes de la Prehistoria de Europa. La mayoría de estas cavidades están abiertas al público y su visita permite un paseo subterráneo por los orígenes del pensamiento y la expresión artística a través de pinturas y grabados con hasta 40.000 años de antigüedad.

PREHISTORIC PAINTINGS

Altamira is the flagship of the region's priceless prehistoric legacy, although not its only primitive treasure since Cantabria is home of 10 Unesco World Heritage Site caves and home of the most singular and important group of prehistoric monuments in Europe. The majority of its caves are open to the public offering underground tours of the origins of artistic expression and thought in the form of cave paintings and engravings many dating as far back as 40,000 years.



PLAYAS Y SURF

Cantabria cuenta con las dos primeras Reservas de Surf de España: las playas de Somo, Loredo y Langre, en el municipio de Ribamontán al Mar, y Los Locos, en Suances. Berria (Santoña), Primera de El Sardinero (Santander), Canallave y Valdearenas (Liencres) y Merón (San Vicente de la Barquera) son otros arenales cántabros considerados santuarios para los amantes de este deporte.

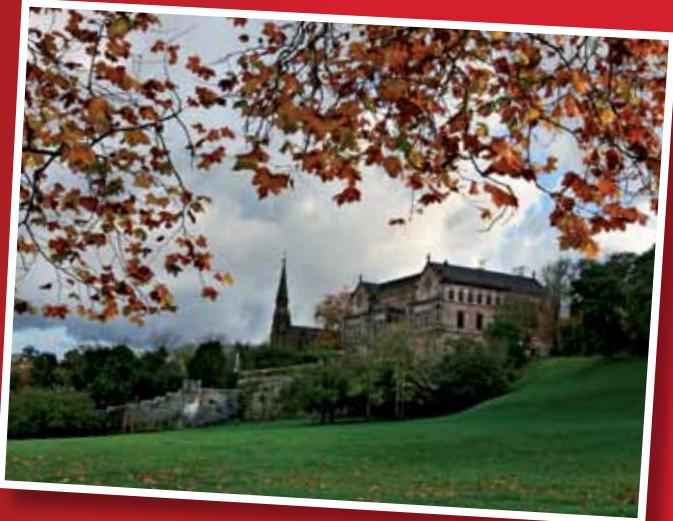
BEACHES AND SURFING

Cantabria is home of two of Spain's most popular surfing areas, Somo, Loredo and Langre, located in the municipality of Ribamontán al Mar, and Los Locos, located in Suances. Berria (Santoña), Primera de El Sardinero (Santander), Canallave and Valdearenas (Liencres) and Merón (San Vicente de la Barquera) are other Cantabrian beaches considered surfing sanctuaries by enthusiasts.

Sobaos y quesadas. ◀
Delicious 'sobao' and 'quesada' confectionery.



Fachada del cinematográfico ◀
Palacio de Sobrellano, en Comillas.
*The magnificent cinematographic façade of
the Sobrellano Palace in Comillas.*



SOBAOS Y QUESADAS EN LOS VALLES PASIEGOS

Situada en el corazón de Cantabria, la comarca es una de las zonas con más acusada personalidad de la región y en ella aún persisten formas de vida con gran interés etnográfico. Valles verdes y ríos intrincados, pastizales que se pierden tras las lomas de las montañas y pervivencia de tradiciones rurales, que tienen su máximo exponente en los paisajes de cabañas. La buena leche de sus vacas proporciona uno de los grandes manjares de la gastronomía regional: los famosos sobaos y quesadas pasiegos son un auténtico deleite para los paladares más dulces.

SOBAOS AND QUESADAS IN VALLES PASIEGOS

Situated in the heart of Cantabria, the Valles Pasiegos (Pas Valleys) area has one of the region's strongest personalities. Home of traditions of great ethnographic interest, visitors will find here emerald green valleys, winding rivers, large areas of pastureland and a variety of local traditions with their greatest exponent in the picturesque mountain cabins. The milk produced by its cows is used to make some of its most famous regional confectionary: 'sobaos' and 'quesadas'.

VISITA DE CINE EN COMILLAS

Mario Camus, Pilar Miró, Juan Antonio Bardem, Sánchez Arévalo, Ibáñez Serrador son algunos de los directores que han elegido Comillas como plató. La 'ruta del cine' se detiene en diez localizaciones y recorre los enclaves más emblemáticos de la localidad costera donde han sido rodadas un total de 21 películas. La Ruta Monumental o la Comillas Modernista, son otras propuestas para descubrir su sobresaliente arquitectura modernista con El Capricho de Gaudí, El Palacio Sobrellano y la Universidad Pontificia.

STAR-STUDDED VISIT TO COMILLAS

Mario Camus, Pilar Miro, Juan Antonio Bardem, Sanchez Arevalo and Ibañez Serrador are just some of the film directors that have chosen Comillas to shoot their films. The Comillas 'Cinema Route' visits ten different film locations and some of the most emblematic spots featured in the 21 films shot here. Meanwhile, the Monumental and Modernist routes provide visitors with the opportunity of discovering its extraordinary Modernist style architecture with outstanding monuments such as the Capricho de Gaudí, Sobrellano Palace and Pontifical University.



Cueva de El Soplao, referencia para la espeleología internacional.
The Soplao Cave, an important international speleology reference point.

SPELEOLOGY IN ASÓN-AGÜERA-TRASMIERA

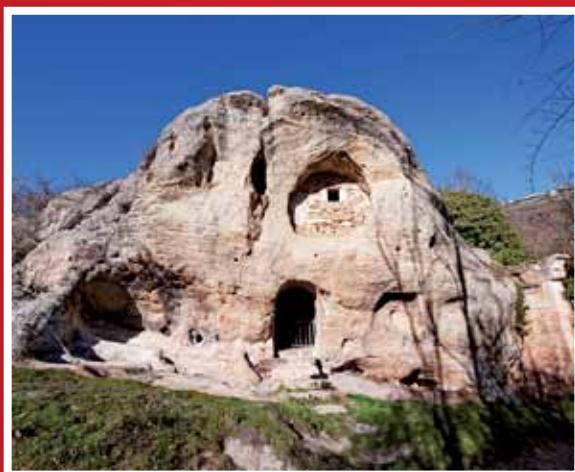
ESPELEOLOGÍA EN ASÓN-AGÜERA-TRASMIERA

Esta comarca, con más de 4.500 cuevas es un paraíso para espeleólogos. Cabe destacar la sala situada dentro de la cueva de la Torca del Carlista, en cuyo interior caben tres campos de fútbol, o la travesía Cueto-Coventosa, la más famosa ruta subterránea de España. Pero, hay cavidades para todos los gustos, desde las horizontales sin cuerdas y de gran recorrido a otras en las que el rappel forma parte de la visita. Uno elige el grado de dificultad y de aventura. Coventosa, Escalón, Sopladoras del Agua, Fresca y Reñada son algunas de las opciones.

The Ason-Agüera-Trasmiera area with more than 4,500 caves is, without a doubt, a speleologist's paradise. Worth a special mention is the chamber of the Torca del Carlista Cave measuring the equivalent of three football pitches and the Cueto-Coventosa-Cuvera-Garma System of Bucebron, one of the longest cave systems in Spain. There are caves here for all tastes ranging from long horizontal caves easy to descend to others requiring good abseiling skills. You choose the level of difficulty. Coventosa, Escalon, Sopladoras del Agua, Fresca y Reñada are just some of the options available.

ERMITAS RUPESTRES

En la comarca de Campoo-Los Valles se conserva uno de los conjuntos de arquitectura rupestre de los siglos VI a X más numeroso y destacado de España. Se trata de una arquitectura excavada en roca o construida en cuevas. Más de medio centenar de iglesias, celdas, eremitorios y cenobios. Entre las más destacadas se encuentran las de Santa María de Valverde, San Andrés de Valdelomar, Campo de Ebro, Arroyuelos y Cadalso. Para entenderlo todo, junto a Santa María de Valverde se ubica el Centro de Interpretación del Rupestre.



Ermita rupestre de Arroyuelos.
Rock hermitage in Arroyuelos.

CAVE HERMITAGES

One of Spain's most numerous groups of cave monuments, the majority built between the 6th and 10th centuries, can be found in the Cantabrian district of Campoo-Los Valles. These monuments, excavated in rock or built in caves, include some fifty churches, hermitages and monasteries. Amongst these, we would mention the beautiful Santa María de Valverde, San Andres de Valdelomar, Campo de Ebro, Arroyuelos and Cadalso. For detailed information, we would suggest visitors pay a visit to the Cave Art Interpretation Centre located next to the Santa María de Valeverde cave church.

► Monasterio de Santo Toribio de Liébana. / Monastery of Santo Toribio de Liebana.



PEREGRINAR A LIÉBANA

La comarca de Liébana es un destino muy apetecible. Se puede disfrutar de su gastronomía, paisajes, patrimonio histórico y artístico o de la siempre atractiva visita al Teleférico de Fuente Dé, que sube al visitante hasta el corazón de los Picos de Europa. Los aficionados a los deportes de aventura encuentran una completa oferta que abarca desde vías ferratas a rutas a caballo, parapente, escalada o senderismo. Cuenta con un patrimonio arquitectónico con elementos de gran interés como la torre de Mogrovejo; la iglesia mozárabe de Lebeña y el monasterio románico de Piasca, además del Monasterio de Santo Toribio, donde se custodia el Lignum Crucis, el trozo más grande de la Cruz de Cristo que se conserva en el mundo. Santo Toribio es, junto con Roma, Jerusalén y Santiago de Compostela, uno de los cuatro lugares considerados santos para la Cristiandad y lugar de peregrinación. El próximo Año Jubilar Lebaniego se celebrará en 2017, aunque cada vez son más los peregrinos que realizan el Camino Lebaniego hasta Santo Toribio en cualquier época.

VALLE DEL NANSA

Conjuga a la perfección distintos paisajes. Situado en la zona occidental de Cantabria y en la comarca de su mismo nombre, está formado por los municipios de Herreras, Rionansa, Lamasón, Peñarrubia, Tudanca y Polaciones. La comarca es uno de los patrimonios naturales de mayor interés y mejor conservados de toda Europa, a los que hay que sumar una arquitectura regional de notable valor. Visitas obligadas de la zona son la cueva El Soplao, la Ferrería de Cades y la Casona de Tudanca, la que fuera residencia de José María de Cossío y donde se conservan manuscritos de Alberti, Lorca, Gerardo Diego y Unamuno, entre otros.



PILGRIMAGE TO LIEBANA

The district of Liebana is considered one of Cantabria's most popular destinations. Excellent gastronomy, landscapes, historical and artistic patrimony and, of course, the Fuente De Cable Car, built to transport visitors into the heart of the "Picos de Europa" (Peaks of Europe), are just some of its amazing attractions. Here, visitors will find a wide variety of sporting activities ranging from rock climbing to horse riding, paragliding and trekking. Famous for its architectural patrimony, visitors should look out for the Mogrovejo Tower, Mozarab style Lebeña Church and Romanesque style Piasca Monastery as well as the Santo Toribio Monastery, home of the world's largest relic of the cross used to crucify Jesus Christ. Liebana is, together with Rome, Jerusalem and Santiago de Compostela, considered one of Christianity's most important holy places, a place of pilgrimage. The next Jubilee Year here will be celebrated in 2017, although the number of pilgrims travelling along the Lebaniego Way to the Santo Toribio Monastery is constantly increasing.

NANSAVALLEY

It is considered to be the holder of one of the best conserved natural patrimonies in Europe in addition to a valuable variety of regional architecture. Visitors should not miss a visit to the famous El Soplao Cave, the Ferrería de Cades and, of course, the Casona de Tudanca, previous residence of the famous Spanish writer, José María de Cossío, who came to an agreement with the local authorities to turn it into a museum. It is the present-day home of manuscripts belonging to famous writers and poets that include Alberti, Lorca, Gerardo Diego and Unamuno.

► Casona de Tudanca. / The remarkable Casona de Tudanca.

Más información / Further information: www.turismodecantabria.com



Los Altos Pirineos

La placidez de paisajes bucólicos

ENTRE EL MEDITERRÁNEO Y EL ATLÁNTICO, LOS ALTOS PIRINEOS UNEN A LA VEZ UN PATRIMONIO RICO EN CULTURAS Y TRADICIONES Y UN DESARROLLO TURÍSTICO RESPETUOSO DEL MEDIO AMBIENTE, VALLES PRESERVADOS, 4 DE LOS 25 GRANDES PARAJES DEL DE MIDI-PYRÉNÉES Y UN PAISAJE MARCADO POR LA TRADICIÓN PASTORAL.

Traducción / Translation: Jane Singleton.

- Senderistas con panorámica de las montañas.
A panoramic view of the mountains with ramblers.

Hautes-Pyrénées

Peaceful pastoral landscapes

HAUTES-PYRÉNÉES, SITUATED BETWEEN THE MEDITERRANEAN AND ATLANTIC, COMBINE A PATRIMONY RICH IN CULTURE AND TRADITIONS WITH AN ENVIRONMENTALLY FRIENDLY TOURISM SECTOR, BEAUTIFUL SHELTERED VALLEYS, FOUR OF THE 25 GREAT SITES IN MIDI-PYRENEES AND A LANDSCAPE WITH A STRONG PASTORAL TRADITION.

Lagos de Leouvielle.

A view of the lovely Leouvielle lakes.



Aquí no hay fábricas ni industrias, solo anchas extensiones vírgenes y pueblos por la ladera de la montaña que han sabido conservar su encanto con el paso del tiempo. La región está llena de lugares emblemáticos mundialmente conocidos, algunos de ellos reconocidos por la Unesco. Es un lugar ideal para ir en bicicleta, una región de cuidados parajes como el Parque Nacional de los Pirineos y de reservas naturales, de valles inundados de sol, de itinerarios de paseos y excursiones y, también, perfecta para disfrutar del descanso y bienestar en las fuentes naturales de agua caliente.

Lourdes, el Pic du Midi (accesible en teleférico), el Circo de Gavarnie, Cauterets-Pont d'Espagne y Grandes Parajes de Midi-Pyrénées. Los Altos Pirineos son escaparate de numerosas joyas paisajísticas conocidas en el mundo entero, destinos de fácil acceso pero difíciles de olvidar.

LOURDES, MUNDO DE ESPIRITUALIDAD

Cosmopolita, mágica, mítica. Lourdes es de esos lugares fuera de lo común, de belleza intemporal. Cada año, cerca de seis millones de visitantes, originarios de más de 140 países, vienen para compartir historias y esperanza en esta pequeña ciudad de montaña donde, en 1858, una joven llamada Bernadette vio aparecerse la Virgen dieciocho veces en una gruta cerca del río. Siendo la ciudad francesa más visitada después de París, Lourdes ha sabido preservar una cierta tranquilidad y un carácter sagrado para ofrecer un lugar de recogimiento, encanto y leyenda, al cual nadie se muestra insensible.

CIRCO DE GAVARNIE,

PATRIMONIO MUNDIAL DE LA UNESCO

Hace cincuenta millones de años erosiones fluviales y glaciares crearon en los Pirineos un conjunto de circos

There are no factories or industries here, only large areas of wonderful countryside and picturesque mountainside villages, the majority of which have managed to conserve their original charm. This stunning French region is packed with world famous, emblematic monuments, a number of which have been declared world heritage sites by the Unesco. A popular area for cycling, it is also home of the Pyrenees National Park and other nature reserves as well as sun filled valleys and admirable tourist routes. Visitors will, amongst other things, find a wide range of wellness activities here thanks to its modern spa resorts and natural hot springs.

Lourdes, the Pic du Midi (easily accessible by cable car), Gavarnie Cirque, Cauterets-Pont d'Espagne and Great Sites of Midi-Pyrenees are all excellent examples of the fantastic tourist sights to be found here, the majority easy to access, but difficult to forget.

LOURDES, A WORLD OF SPIRITUALITY

Cosmopolitan, magical, mythical, Lourdes is one of those extraordinary places that ooze timeless beauty. Every year, nearly six million visitors from over 140 countries visit Lourdes to share stories of hope in a small mountain town where, in 1858, a young girl called Bernadette is said to have met with Our Lady on eighteen different occasions in a small cave near the river. It is the second most visited place in France after Paris. In spite of its large number of visitors, it is well-known for its peaceful atmosphere, a place for gathering, full of charm and legend to which most will find it impossible to remain insensitive.

GAVARNIE CIRQUE, UNESCO WORLD HERITAGE SITE

Fifty million years ago, fluvial and glacial erosions created a group of perfectly formed natural Pyrenean limestone



Circo de Gavarnie.
The extraordinary Gavarnie Cirque.

LA REGIÓN ESTÁ LLENA DE LUGARES EMBLEMÁTICOS MUNDIALMENTE CONOCIDOS, ALGUNOS DE ELLOS RECONOCIDOS POR LA UNESCO.

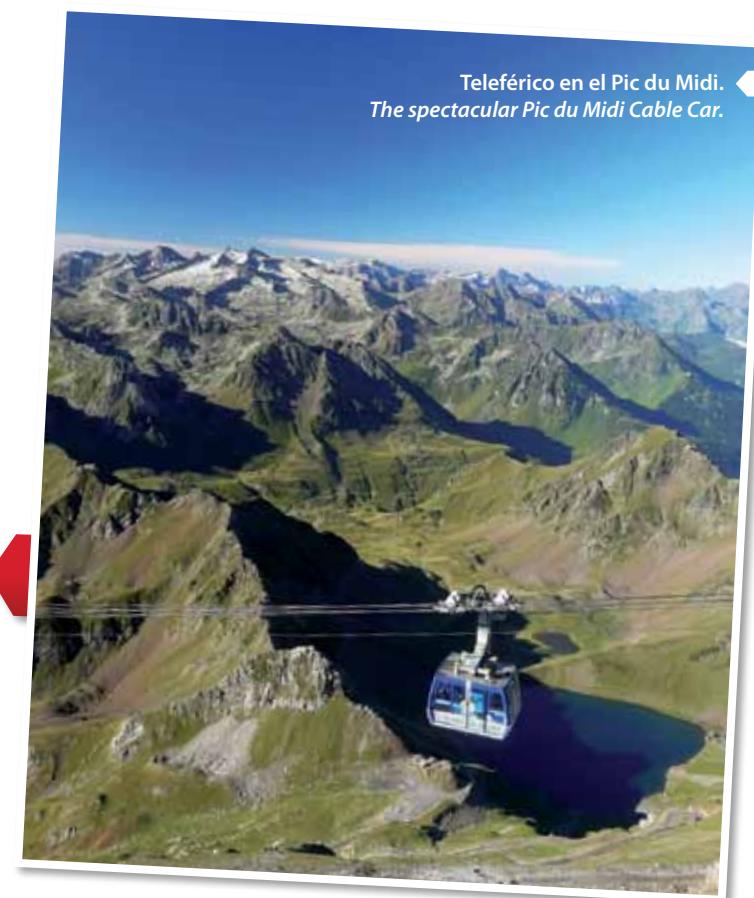
naturales de una extraña perfección. Gavarnie es el más célebre y espectacular. Este coloso de la naturaleza, rodeado por dieciséis cumbres de más de 3.000 metros y que abriga la más alta cascada de Europa, es de una belleza sorprendente.

El espectáculo es asombroso, la emoción garantizada. Este paisaje inesperado «no se parece a nada que hayan visto en cualquier otro lugar», según palabras de Victor Hugo. Adosado a los cañones del Alto Aragón español, forman un conjunto, el paraje de «Gavarnie-Monte Perdido», que es una montaña mágica inscrita en el Patrimonio de la Humanidad por la Unesco.

EL PIC DU MIDI DE BIGORRE, BELLAS PANORÁMICAS

El teleférico del Pic du Midi embarca a sus pasajeros hacia un viaje espectacular hasta la cima, a 2788 metros de altitud, donde los 600 metros cuadrados de terrazas acondicionadas ofrecen una vista de 360 grados sobre la cadena de los Pirineos, las grandes planicies del Suroeste y los contrafuertes del Macizo Central. El espectáculo es único, el panorama excepcional. Aunque el Pic du Midi es, ante todo, un lugar de alta montaña accesible a todo el mundo, también abriga un precioso observatorio para los científicos, así como el espacio museográfico más importante de Europa, que repasa, con pasión, la epopeya humana que significó la construcción de este lugar excepcional.

THIS STUNNING FRENCH REGION IS PACKED WITH WORLD FAMOUS, EMBLEMATIC MONUMENTS, A NUMBER OF WHICH HAVE BEEN DECLARED WORLD HERITAGE SITES BY THE UNESCO.



Teleférico en el Pic du Midi.
The spectacular Pic du Midi Cable Car.



► Balneario tematizado.
Les bains amerindiens.

CAUTERETS - PONT D'ESPAGNE, EL PARQUE NACIONAL DE LOS PIRINEOS

A las puertas del pueblo de Cauterets numerosos y agradables senderos ofrecen a los visitantes la posibilidad de escaparse hacia paisajes espléndidos o bosques verdes y densos que rivalizan con torrentes burbujeantes, cascadas tumultuosas, lagos relucientes y praderas estivales cubiertas de flores salvajes. La fauna y la flora escogieron refugio y los rebecos, un poco huidizos, se acercan fácilmente a esta zona del parque. Lejos de la frontera española, el puente que debe su nombre al pasaje sobre un antiguo camino que conducía a España es un lugar de una gran belleza natural, uno de los sitios más visitados de los Pirineos.

PRIMER DESTINO SPA DE FRANCIA

Aprovechando sus inimitables ventajas naturales, los Altos Pirineos han creado una gama única de productos de relax y bienestar, gracias a su agua caliente natural y beneficiosa.

Escoger la balneoterapia en los Altos Pirineos significa venir al encuentro de una tierra rica en cursos de agua, torrentes, cascadas y lagos. El aire es puro y la atmósfera fluida. Los clientes resurgen llenos de energía siguiendo los tratamientos en las montañas: sol, soberbios paisajes, rincones auténticos, acogida calurosa, cocina reconfortante...

Ocho centros modernos e innovadores proponen su gama de productos "balnéo" en formula fin de semana, semana o a medida. Entre hammam, saunas, jacuzzis, baños de remolinos, laguna de agua termal, "aquamusic", hidromasaje... aunque también, tratamientos con aceites esenciales de las montañas, peeling cristal con aceites de flores, masaje al chocolate, tratamientos orientales, no falta nada.

circles. The Gavarnie Cirque is the largest and most famous of these spectacular natural wonders. This surprisingly beautiful rocky coliseum is surrounded by 16 mountain peaks, many with altitudes of over 3,000 meters. It is home of the highest waterfall in Europe.

The Gavarnie Cirque is an astonishing sight, guaranteed to surprise most of its visitors. As Victor Hugo wrote, "it does not resemble anything that can be seen anywhere else". Located on the French-Spanish border, the massif of Mont-Perdu is a magical mountain declared a World Heritage Site by the Unesco.

PIC DU MIDI DE BIGORRE, STUNNING PANORAMIC VIEWS

The Pic du Midi cable car provides passengers with a spectacular journey up this beautiful 2,788 meter summit with its 600 square meters of mountain terraces and stunning 360 degree views of the French Pyrenees, south-western plains and breathtaking walls of the Central Massif. It is home, amongst other things, of the famous Observatoire du Pic du Midi de Bigorre (Pic du Midi Observatory), a fortified concrete-and-stone complex packed full of metal domes. The observatory houses the highest museum in Europe, one that will guide visitors through the history of the Pic du Midi and more than a century of scientific research and technological progress.

CAUTERETS-PONT D'ESPAGNE, PYRENEES NATIONAL PARK

Close to the charming mountain village of Cauterets, visitors will find a variety of nature trails offering all kinds of magnificent scenery that includes lush forests, bubbling streams, spectacular waterfalls, shimmering lakes and beautiful summer meadows full of wild flowers. This marvellous area acts as a refuge for flora and fauna including the shy chamois which can be found here in large numbers. The Pont d'Espagne (Spanish Bridge) actually owes its name to an ancient trail that once led to Spain. It is a place of great natural beauty and stands out as one of the most visited tourist sights in the Pyrenees.

POPULAR SPA DESTINATION

The Hautes-Pyrénées is an area of limitless natural resources and home of an important number of spa resorts thanks to the beneficial quality of its hot thermal waters. Visitors choosing a spa resort in the Hautes-Pyrenees area will find themselves surrounded by rivers, streams, waterfalls and lakes. Here, the air is pure and the atmosphere amiable. Visitors will find themselves filled with energy following a stay in one of the spas, blessed with stunning scenery, amazing sights, great hospitality and comforting cuisine.

Eight modern spa resorts offer a full range of weekend, weekly or made-to-measure wellness packages. In addition to exotic hammams (Turkish baths), saunas, Jacuzzis, whirlpools, thermal water lagoons, aquamusic and hydromassage tubs, visitors will also be able to enjoy a variety of essential mountain oil treatments, peelings, chocolate massage and oriental treatments guaranteed to provide lasting therapeutic effects on mind and body.

Momento de una representación en el festival de Gavarnie.
Scene from the Gavarnie Festival.



EVENTOS IMPRESCINDIBLES DEL VERANO

TOUR DE FRANCE 2015. Tres etapas de la competición de ciclismo en ruta más importante del mundo se tendrán lugar en los Altos Pirineos este próximo verano. Serán del 14 al 16 de julio. La décima etapa del Tour se desarrollará entre Tarbes y La Pierre Saint-Martin; al día siguiente se competirá entre Pau y Cauterets, Valle de Saint Savin; por último la prueba reina será la que tendrán que cubrir los ciclistas entre Lannemezan y Plateau de Beille.

FESTIVAL DE GAVARNIE. Del 25 de julio al 5 de agosto se celebrará el certamen que este año gira sobre la adaptación del mito universal de Ulises. Mezcla de encanto visual y luces para sublimar al espacio natural de Gavarnie. Esta nueva edición combina una pizca de mitología, de poesía, de humor.

FESTIVAL QUESTRIA EN TARBES, del 28 de julio al 2 de agosto. Como cada año desde hace 21, Tarbes se transforma en la reina del arte ecuestre. Más de 300 caballos y 500 participantes y artistas acuden a la cita más esperada para los amantes de los caballos. El certamen tiene su punto culminante en la gala de la Noche de las Creaciones, en la que el espectador disfruta del arte ecuestre en todas sus formas.



Meta del Tour de France.
Tour de France stage finish line.

SUMMER EVENTS NOT TO BE MISSED

TOUR DE FRANCE 2015. Three stages of the world's most important cycling competition, the Tour de France, will be taking place in the Hautes-Pyrénées area this summer. Stage 10 will take place on Tuesday 14th July from Tarbes to La Pierre Saint-Martin, Stage 11 will take place on Wednesday, 15th July from Pau/Cauterets to Vallée de Saint-Savin and, finally, Stage 12 will take place on Thursday, 16th July from Lannemezan to Plateau de Beille.

GAVARNIE FESTIVAL. This year's festival will revolve around an adaptation of the universal myth of Ulysses. Visitors to the festival will, from 25th July to 5th August, find themselves immersed in a magnificent combination of visual charm and fantastic illumination. The new edition of this popular festival will combine, amongst other things, mythology, poetry and humour.

TARBES EQUESTRIAN FESTIVAL. Tarbes will, from 28th July to 2nd August, become, as it has for the past 21 years, the hub of equestrian art. Over 300 horses and around 500 players from the arts and equestrian world gather for this brilliant equestrian event. The "Night of Creations" gala, featuring a skilful blend of newly created equestrian performances and other more established acts, stands out as the highlight of the festival.

AIR NOSTRUM ENLAZA MADRID Y LOURDES
EN POCO MÁS DE UNA HORA CON DOS FRECUENCIAS
SEMANALES, LOS MARTES Y LOS SÁBADOS

IBERIA REGIONAL AIR NOSTRUM

AIR NOSTRUM OFFERS PASSENGERS TWO WEEKLY
FLIGHTS OF JUST OVER AN HOUR EACH TUESDAY
AND SATURDAY



• ALTOS PIRINEOS / HAUTES-PYRÉNÉES

www.pirineo-vacaciones.com

• LOURDES

www.lourdes-infotourisme.com

• MIDI-PYRÉNÉES:

www.turismo-midi-pyrenees.es

• AEROPUERTO LOURDES PIRINEOS (vuelos

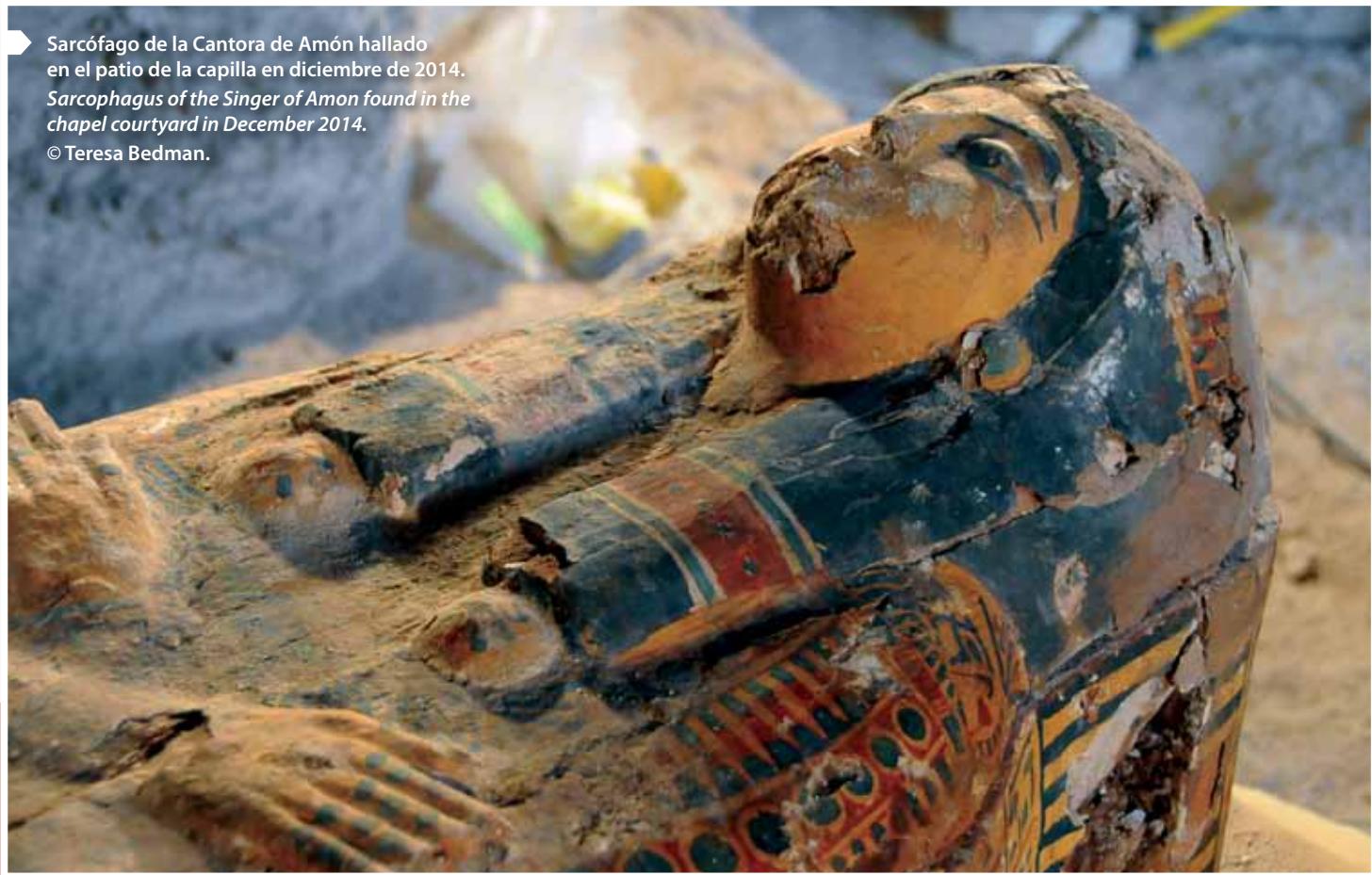
y vehículos de traslados / **TARBES-LOURDES-PYRÉNÉES AIRPORT (Flights and vehicle transfers)**

www.tlp.aeroport.fr



► Sarcófago de la Cantora de Amón hallado en el patio de la capilla en diciembre de 2014.
Sarcophagus of the Singer of Amon found in the chapel courtyard in December 2014.

© Teresa Bedman.



Fundación Gaselec

Luz de culturas

LA FUNDACIÓN GASELEC SE CREÓ EN EL AÑO 2004 PARA FOMENTAR CULTURA, LA INVESTIGACIÓN CIENTÍFICA, LA PROTECCIÓN DE LA FAUNA Y EL MEDIO AMBIENTE EN LA CIUDAD DE MELILLA Y SU ENTORNO MÁS PRÓXIMO. POR ELLO NO ES CASUALIDAD QUE UNA DE LAS ACTIVIDADES DE MAYOR PRESTIGIO Y PROYECCIÓN INTERNACIONAL SEA UNA EXCAVACIÓN ARQUEOLÓGICA. SE TRATA DEL PROYECTO VISIR AMEN-HOTEP HUY, LIDERADO POR EL INSTITUTO DE ESTUDIOS DEL ANTIGUO EGIPTO (IEAE), Y QUE SE DESARROLLA EN LUXOR (EGIPTO). ESTE AÑO SERÁ LA SÉPTIMA CAMPAÑA DE UNA MISIÓN QUE, EN LOS DOS ÚLTIMOS, HA SORPRENDIDO A LA COMUNIDAD ARQUEOLÓGICA INTERNACIONAL CON NUEVOS Y REVELADORES DATOS SOBRE UN PERÍODO OSCURO DE LA HISTORIA DEL ANTIGUO EGIPTO.

GASELEC FOUNDATION: LIGHT OF CULTURE

THE GASELEC FOUNDATION WAS CREATED IN 2004 TO PROMOTE CULTURE, SCIENTIFIC RESEARCH, PROTECTION OF FAUNA AND THE ENVIRONMENT IN THE CITY OF MELILLA AND SURROUNDING AREA. IT IS NOT BY CHANCE THAT ONE OF THE MOST PRESTIGIOUS AND INTERNATIONALLY OUTREACHING ACTIVITIES IS AN ARCHAEOLOGICAL DIG. THIS IS THE VIZIER AMENHOTEP-HUY PROJECT, LED BY THE INSTITUTE OF ANCIENT EGYPT STUDIES (IEAE) TAKING PLACE IN LUXOR (EGYPT). THIS YEAR WILL SEE THE SEVENTH CAMPAIGN OF THE MISSION, WHICH IN THE LAST TWO YEARS HAS SURPRISED THE INTERNATIONAL ARCHAEOLOGICAL COMMUNITY WITH NEW INFORMATION REVEALING DATA ABOUT A FAIRLY OBSCURE PERIOD OF THE HISTORY OF ANCIENT EGYPT.

El primer objetivo del equipo español en Luxor consistió en despejar de escombros y restos arqueológicos la puerta de acceso a la capilla; el segundo, excavar la sala hipóstila de 500 metros cuadrados con el fin de hallar —en caso de que existiera— la rampa de acceso a la cámara funeraria del Visir. Sin embargo por el camino se han ido haciendo descubrimientos relevantes que no han hecho más que afianzar el enorme potencial de esta excavación; tales como relieves del techo y paredes con bellos jeroglíficos, cientos de *ushebtis* (figuras funerarias), fragmentos de cerámica de diversos períodos, restos de papiro en demótico, y material de momificación de distintas épocas que, unido a los miles de restos humanos, aportaron la teoría de que la tumba del Visir fue un importante centro de momificación. Entre los más de 5.000 objetos recuperados podemos destacar innumerables fragmentos cerámicos incluidas jarras ramésidas en muy buen estado de conservación, restos de sarcófagos, orejas de petición, ajuares funerarios, bisutería, etcétera.

El 4 de noviembre de 2013, precisamente el mismo día que Howard Carter descubrió la entrada a la tumba de Tut-Ankh-Amon, el equipo del Instituto de Estudios del Antiguo Egipto hacía un descubrimiento que cambiará parte de la historia del Antiguo Egipto: excelentes jeroglíficos inscritos en restos de cuatro columnas con los nombres de los faraones Amen-Hotep III y Amen-Hotep IV (Akhenaton), padre e hijo, con los nombres del protocolo real (hijo de rey y rey del alto y del bajo Egipto).



La corregencia de estos dos faraones supone una antigua y arraigada polémica en egiptología, en la que la mayoría de los eruditos han defendido que Amen-Hotep IV no subió al trono hasta después de la muerte de su padre Amen-Hotep III. Este descubrimiento representa la evidencia definitiva de una corregencia larga entre ambos. A partir de ahora habrá que reconsiderar y estudiar de nuevo las principales cuestiones de interpretación del final de la dinastía XVIII, tales como la paternidad de Tut-Ankh-Amon o la autoría de la revolución religiosa atri-

The principal objective by the Spanish team in Luxor was to remove rubble and archaeological remains from the chapel door; secondly to excavate the 500 square metres hypostyle hall in order to find the access ramp to the Vizier's funeral chamber (if in fact it is there). Nevertheless, relevant discoveries have been made along the way which have only served to reinforce the enormous potential of this excavation site; such as friezes from the ceiling and walls showing some beautiful hieroglyphics, hundreds of Ushabti (funerary figurines), ceramic fragments from different periods, remains of papyrus in demotic, and mummification material from different ages which, along with the thousands of human remains, contributed to the theory that the Vizier's tomb was an important mummification centre. From among more than 5000 recovered items, we are able to highlight the ceramic fragments, including Ramses jugs in very good state of conservation, sarcophagus remains, god's ears, burial remains, jewellery, etc.

On 4th November 2013, precisely the same day Howard Carter discovered the entrance to the Tutankhamen's tomb, the Institute of Ancient Egypt Studies team discovered something that would change part of Ancient Egyptian history: some excellent hieroglyphics carved onto the remains of four columns with the names of the Pharaohs Amenhotep III and Amenhotep IV (Akhenaton), father and son, with the official royal protocol names (Son of the King and King of Upper and Lower Egypt).

The subject of joint regency of these two Pharaohs is the subject of an old, long-standing disagreement in Egyptology, where most scholars have claimed that Amenhotep IV did not ascend to the throne until after the death of his father Amenhotep III. This discovery provides conclusive evidence of a lengthy period of joint regency between them. We will now have to reconsider and return to the drawing board with the principal questions of interpreting the end of the 18th Dynasty, such as the paternity of Tutankhamen or the authorship of the religious revolution to date attributed exclusively to Amenhotep IV (Akhenaton) and which could have been contrived

and implemented jointly by father and son.

The Vizier Amenhotep-Huy embarked on its sixth excavation campaign in 2014, still on the high of their new discovery, with the objective of excavating the access patio to the chapel to reach the foundations, whilst also clearing the access door to an unknown tomb which was only documented in 2010. As was expected, the Spanish mission shook the nations by discovering the sarcophagus of Amun's Singer with the mummy still intact inside it, dating back to the end of the XX Dynasty and start of the

LA VINCULACIÓN CON MELILLA SE CONSOLIDA AÑO TRAS AÑO A TRAVÉS DE DOS EVENTOS QUE MARCAN UN HITO EN EL DEVENIR DE LA CIUDAD

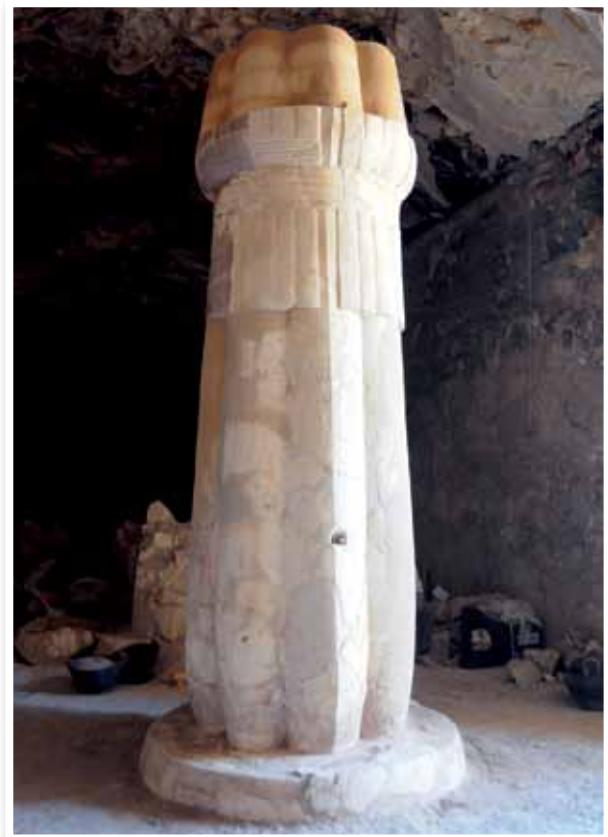
THE LINKS WITH MELILLA HAVE BECOME MORE CONSOLIDATED OVER THE YEARS AND THROUGH TWO EVENTS THAT MARKED MILESTONES IN THE CITY

buida hasta ahora de modo exclusivo a Amen-Hotep IV (Akhenaton) y que, en adelante, podría ser considerada concebida y ejecutada por padre e hijo conjuntamente. El Proyecto Visir Amen-Hotep Huy abordó, aún embriagados por este descubrimiento, su sexta campaña de excavaciones el pasado 2014 en la que su objetivo era excavar el patio de acceso a la capilla hasta llegar a niveles fundamentales, a la par que despejar la puerta de acceso a una tumba inédita cuya existencia se documentó en el año 2010. Como era de esperar, la misión española volvió a sonar a nivel internacional al descubrir el sarcófago de una Cantora de Amón con la momia intacta en su interior, datado entre finales de la Dinastía XX y principios de la XXI (ca. 1000-900 a.C.). El sarcófago, fabricado en madera y yeso y profusamente decorado, se halla en un estado de conservación excepcional debido a la protección natural que ejercieron sobre él varios metros de escombros. Su identidad se desconoce, pero se espera poder obtener más información del estudio filológico de los jeroglíficos y del análisis exhaustivo de la momia, así como del ajuar funerario hallado junto al sarcófago de esta sacerdotisa de Amón-Ra.

Aunque estas excavaciones se desarrollan en Luxor, la vinculación con Melilla se consolida año tras año a través de dos eventos que marcan un hito en el devenir de la ciudad. El primero es la convocatoria, desde hace cuatro años, de una beca de formación arqueológica que permite a un melillense incorporarse al equipo de excavación de la misión española en Luxor durante toda la campaña. El segundo los encuentros de egiptología, que este año llegan a su duodécima edición, y que tendrán lugar en Melilla entre los días 13 y 17 de abril.

En las jornadas se aborda a través de conferencias la historia, vida y costumbres del Antiguo Egipto así como se acerca a los ciudadanos la labor de los egiptólogos españoles que trabajan en esta excavación financiada por la Fundación GASELEC. También se presentan documentales de elaboración propia con los que se pretende divulgar, de manera amena, la interpretación histórica de los restos hallados cada campaña. Especial relevancia tiene durante esta semana egiptológica el resumen de las novedades del año que presenta el Dr. Martín Valentín, director del IEAE y del Proyecto Visir Amen-Hotep Huy.

La Fundación GASELEC está intrínsecamente ligada a la electricidad, a la llegada de la luz a Melilla, y desde entonces sigue creando luz, la luz que proporciona la cultura.



Restauración de una de las columnas de la capilla con relieves sobre la corregencia entre Amen-Hotep III y Amen-Hotep IV.

Restoration of one of the chapel columns with carvings showing the joint regency between Amenhotep III and Amenhotep IV. © Teresa Bedman.

XXI Dynasty (circa 1000-900 BC). The sarcophagus made from highly decorated wood and plaster is in exceptional state of conservation owing to the natural protection afforded by several metres of rubble lying over it. The exact identity is unknown, but more information is expected to shed light on it after studying the hieroglyphics and a thorough analysis of the mummy and the burial remains found next to the sarcophagus of this Amun-Ra priestess.

Although excavations take place in Luxor (Egypt), the links with Melilla have become more consolidated over the years and through two events that marked milestones in the city. The first was the call for a grant for an archaeological team that meant the team from Melilla could join the excavation by the Spanish mission in Luxor during the entire campaign. The second were the meetings of Egyptologists which will take place this year with the 12th edition held in Melilla between the 13th and 17th of April.

These workshops will cover conferences about the history, life and customs of Ancient Egypt and how citizens are shown the work by the Spanish Egyptologists who are working on the excavation financed by the GASELEC Foundation. Documentaries produced by the teams themselves will be presented with the objective of disseminating historical interpretation of the remains found during each campaign in an enjoyable way. A summary of the year's findings by Dr. Martín Valentín, Director of IEAE and the Vizier Amenhotep-Huy Project will be of special relevance during this week of Egyptology.

The GASELEC Foundation is intrinsically linked to electricity, the arrival of electricity in Melilla and has been creating light since then, the light culture provides.

EL SABOR DE MENORCA

THE TASTE OF



UN PRODUCTO ÚNICO

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

Disfruta de todas sus variedades:

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

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

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

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



www.quesomahonmenorca.com

A UNIQUE PRODUCT

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

Enjoy all its varieties:

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

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

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

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

/quesomahonmenorca

@quesomahon

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

FONDO EL ROPED
AGRICOLA DE
DESVIARLO
RURAL EUROPA
INVERTE EN
LAS ZONAS
RURALES





Jeep Cherokee 2015

Ambiciones renovadas

Renewed ambitions

Texto / Text: Manuel Muñoz.



Con la aparición de la nueva generación Cherokee, Jeep ha reforzado el espíritu todoterreno de uno de los modelos con mayor carisma de la historia de la firma norteamericana. Una evolución que a su vez acerca a mayor abanico de usuarios al genuino universo Jeep al proponer nuevas alternativas más acordes con las tendencias que marcan el creciente mercado de los crossover. Todo un reto para un modelo nacido en 1974 y que, en su quinta generación, se presenta como la más avanzada y tecnológica de toda la historia.

A hora, en su catálogo 2015, el Cherokee recibe un fuerte espaldarazo en materia de equipamiento y nuevas soluciones técnicas. Se trata de una serie de refuerzos en materia de confort y dotación multimedia que consolidan tanto a sus versiones más ruteras, como a las de carácter puramente offroad. En este sentido adquiere especial protagonismo la nueva edición especial Business. Una variante realizada sobre la versión de acceso Longitude que ofrece una mayor dotación de serie gracias a la incorporación del nuevo Pack Business, que aglutina elementos disponibles en los denominados Pack Confort y Convenience, entre los que se encuentran el asiento del conductor con reglaje y ajuste lumbar eléctrico, el encendido automático de luces, el sensor de lluvia, el portón trasero eléctrico y la red de contención de la carga. Un equipamiento que se completa con una toma de corriente de 230 voltios, el sistema de entrada y arranque sin llave (Keyless Enter N'Go), un cargador inalámbrico de dispositivos móviles, el equipo de audio Premium Alpine con nueve altavoces y subwoofer y el avanzado dispositivo multimedia Uconnect Smartouch 8.4 Nav con navegador GPS y pantalla multimedia de 8,4 pulgadas.

El nuevo Jeep Cherokee Longitude Business se ofrece únicamente con los motores 2.0 diésel de 140 y 170 CV. En cuanto a la transmisión está disponible con caja de cambios manual de seis velocidades o la caja de cambios automática de nueve velocidades —solo para la versión de 170 CV— y en tracción 4x2 o con el avanzado sistema de tracción integral Active Drive I.





EL JEEP CHEROKEE 2.0D BUSINESS EDITION 4X4 AUTO ACTIVE DRIVE I DE 170 CV TIENE UN PRECIO DE 45.500 EUROS.

JEEP APUESTA POR NUEVAS SOLUCIONES DE CONECTIVIDAD MULTIMEDIA
JEEP HEDGES THEIR BETS ON MULTIMEDIA CONNECTIVITY SOLUTIONS

THE JEEP CHEROKEE 2.0D BUSINESS EDITION, 4X4 AUTO ACTIVE DRIVE I WITH 170 HP AND A PRICE OF 45,500 EUROS.

With the launch of the new Cherokee generation, Jeep have reinforced the all terrain spirit of one of the most charismatic models in the history of the American brand. This evolution has in turn taken the Jeep universe to a wider scope of users by providing new alternatives more in line with the trends of a growing crossover market. This is a challenge for a model that was born in 1974 and which now, in its fifth generation, has been presented as the most advanced and technological in history.

The 2015 Cherokee catalogue is strongly backed by equipment and new technical solutions. These include a number of comfort and multimedia features which consolidate the more road-going versions and off-road versions alike. In this sense the new special edition Business version plays a major role. This is a version based on the standard Longitude model with more standard equipment with the new Business Pack, which combines items available in the Comfort and Convenience Pack, including the electric set-up and lumbar region adjustments on the drivers seat, automatic lighting, rain sensor, electric trunk door and the load securing net. This equipment is completed with a 230 volt power point, the "Keyless Enter N' Go" unlocking and start system, a wireless cellphone charger, the Premium Alpine audio equipment with nine speakers and subwoofer, and the advanced Uconnect Smartouch 8.4 Nav multimedia device with GPS satnav and 8.4 inch multimedia screen.

The new Jeep Cherokee Longitude Business is only available with the 2.0 diesel engine yielding 140 or 170 hp. It is available with a six-speed manual shift or nine-speed automatic change, only for the 170 hp version and 4x2 drive or the advanced Integral Action Drive I system.





► SUBARU FORESTER

Tradición tecnológica

La historia de Subaru ha estado ligada desde sus inicios a un característico predominio tecnológico, lo que se ve reflejado en aspectos como sus tradicionales motorizaciones bóxer longitudinales de cuatro cilindros, su eficaz sistema de tracción a las cuatro ruedas Symmetrical All-Wheel Drive y, más recientemente, la transmisión automática Lineartronic.

Una solución esta última que se acaba de incorporar al catálogo diésel del Forester. El SUV de la firma japonesa, original de 1997 y en la actualidad en su cuarta generación presentada en 2013, equipa por primera vez este avanzado cambio automático de variador continuo asociado al motor diésel de dos litros de cilindrada, ahora potenciado a 148 CV. El Lineartronic ha recibido diversas modificaciones encaminadas a reducir su nivel de sonoridad, vibraciones y fricción interna, consiguiendo un perfecto equilibrio entre comodidad, prestaciones y eficiencia. El resultado: una entrega de potencia y un funcionamiento más suaves y lineales a lo largo de todo el rango de revoluciones. Además del modo totalmente automático, esta nueva transmisión permite su accionamiento manual, eligiendo entre siete relaciones de cambio desde las levas del volante con el motor diésel.

Por otro lado, el Forester 2.0 D también se beneficia de la función Xmode con un asistente de descensos que asegura una mejor adherencia y tracción incluso en las peores condiciones, afrontando descensos muy pronunciados sin necesidad de pisar el pedal del freno, mejorando así sus excepcionales aptitudes dentro y fuera del asfalto.

Las novedades del Forester van más allá de la parte mecánica. También ofrece nuevos elementos destinados a mejorar el confort de sus ocupantes como el nuevo sistema multimedia común con el Outback 2015. Dicho sistema se maneja desde sus nuevos botones del volante o desde una pantalla de siete pulgadas tipo tablet en color negro piano que ofrece novedosas funcionalidades a través del sistema Starlink desarrollado por Subaru, conectando un Smartphone a través de la aplicación disponible tanto en Apple Store como en Google Play.

La gama Subaru Forester 2.0 Lineartronic está disponible en los niveles de acabado Sport, Sport Plus, Executive y Executive Plus, con unos precios que parten desde los 31.900 euros.



Technological tradition

Subaru's history has always been linked to a predominating technological character, which has been evident in aspects such the tradition four-cylinder in-line boxer engines, its effective Symmetrical All-Wheel Drive system, and more recently its Lineartronic automatic transmission.

The last of those features has just been added to the Forester diesel range. The Japanese brand's SUV, first built in 1997 and which saw its fourth generation launched in 2013, has been fitted with this advanced Lineartronic automatic shift for the first time in the two litre diesel engine, now producing 148 hp. Lineartronic has been modified several times in order to reduce noise, vibration and internal friction, to achieve a perfect balance between comfort, performance and efficiency. The result is smoother more linear power delivery throughout the revolution range. In addition to the automatic mode, this new transmission system permits manual operation, choosing from between 7 gears using the lever on the steering wheel with the diesel engine.

On the other hand, the Forester 2.0 D also benefits from the Xmode function with a descent assistant to endure better grip and traction, even in the worst conditions, therefore tackling steep slopes without the need to press the brake pedal, thus improving its exceptional handling both on and off the tarmac.

The additions to the Forester go beyond the mechanics. There are also some new items to improve the comfort of passengers such as the new common multimedia system with the Outback 2015. This system can be controlled from the new buttons on the steering wheel or from a 7 inch tablet type screen in piano black colour with new functions through the Starlink system developed by Subaru, connecting a Smartphone through the application available in Apple Store and in Google Play. The Subaru Forester 2.0 Lineartronic range is available in the versions: Sport, Sport Plus, Executive and Executive Plus, with prices starting at 31,900 Euros.



RESTAURANTE ABADÍA D'ESPÍ | VALENCIA

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

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



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



HOTEL MIRAMAR | VALENCIA

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

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



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

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



SAINT MARTIN'S URBAN IRISH | VALENCIA

Calle De la Abadía San Martín, 2 • 46002 Valencia Tel.: +34 963 942 171

¡Conozca una cervecería diferente en pleno centro de Valencia! Disfrute de cervezas internacionales, combinados de todo tipo, picoteo para acompañar su cerveza, todo en un ambiente internacional donde se une la tradición de un Irish Pub con un ambiente joven y relajado.

Retransmitimos todos los eventos deportivos nacionales e internacionales, contamos con seis pantallas de gran formato, todas en full hd, disfrutarás como nunca.



Encuéntrenos en calle San Vicente, entre Plaza de la Reina y Plaza del Ayuntamiento, pegado a la iglesia de San Martín.

Come, visit us and discover our pub in the center of Valencia! Enjoy international beers, spirits and cocktails, and snacks to fill you up not only with beer. Our international atmosphere and our location manage to unite the tradition of an Irish pub with a young and relaxed atmosphere. Enjoy all major sports events through our six extra large FULL HD screens. You will enjoy like never before.

Find us between Plaza de la Reina and Plaza del Ayuntamiento, just off San Vicente Street.

SARA BARAS

“Cuando se sube el telón se te olvida todo”

VOCES, el nuevo espectáculo de la artista gaditana, es un homenaje a las leyendas de flamenco y muy especialmente a Paco de Lucía. La gira recorrerá importantes ciudades españolas; actuará en el Teatro Principal de Valencia —del 30 de abril al 3 de mayo— y en el Auditorio Palacio de Congresos de Zaragoza —del 17 al 19 de mayo—. La única recomendación para aquellos que desean ver a

Sara Baras en directo es que adquieran pronto las entradas ya que debido a las buenas críticas el éxito está asegurado.

Recientemente presentó en París su nuevo espectáculo VOCES, con el que además ha estado de gira por Estados Unidos y México. ¿Qué supone ser un referente artístico español fuera de nuestras fronteras?

Es un orgullo representar parte de la cultura de tu país. El flamenco es un arte muy especial y aunque la responsabilidad a veces te pone muy nerviosa, cuando se sube el telón se te olvida todo. Poder disfrutar y transmitir la riqueza de nuestro flamenco es maravilloso.

¿Qué podrán ver los asistentes a este espectáculo?

VOCES es un espectáculo tipo concierto con un pequeño hilo argumental que provoca el encuentro con nuestros maestros, mostrando sobre todo agradecimiento, respeto y admiración.

En 2014 falleció Paco de Lucía, uno de los grandes genios que ha dado el flamenco y un guitarrista sin igual, ¿hay un antes y un después?

Por supuesto que hay un antes y un después en el flamenco desde que el maestro nos dejó, le debemos muchísimo; ahora tenemos un vacío tremendo.

Conoció bailando a su marido, el también bailaor José Serrano, con el que tienen un hijo, ¿ha heredado el niño el arte flamenco?

Mi madre y maestra me inculcó el amor al flamenco y al arte en general y nosotros intentamos hacer lo mismo, que nuestro hijo crezca respetando y amando el mundo del arte. Ya se verá...

“When the curtain goes up you forget about everything else”

VOCES (VOICES), the new show by the Cadiz born artist, is an homage to the legends of Flamenco, and particularly to Paco de Lucía. The tour will perform in the major Spanish cities, the Teatro Principal de Valencia from 30th April to 3rd May, the Auditorio Palacio de Congresos de Zaragoza from 17th to 19th of May. The only recommendation for those who wish to see Sara Baras live is to buy their tickets soon, since her artwork and the excellent write-ups are a guarantee of success.

Her new show VOCES was recently presented in Paris, and she has also toured the United States and Mexico. What is it like being a reference in Spanish art outside our borders?

It is an honour to represent part of the culture of your country, Flamenco is a very special art and even though that responsibility makes you nervous sometimes, when the curtain goes up you forget about everything else. Being able to enjoy and put across the wealth of our Flamenco is wonderful.

What will the public be able to see at this show?

VOCES is a kind of concert, with a small plot with encounters between our great maestros, showing thanks, respect and admiration.

Paco de Lucía, one of the great geniuses of Flamenco and an unrivalled guitarist passed away in 2014. Is there a before and after?

Of course there is a before and after in Flamenco after our maestro left us, we owe a lot to him and now there is a tremendous empty space.

You met your husband dancing, the Flamenco dancer Jose Serrano, with whom you have a son. Has he inherited the art of Flamenco?

My mother and mentor taught me to love Flamenco and art in general, and we are trying to do the same thing. We want our son to grow up with respect and love for the world of art, but we will have to wait and see...





IBERIA  **PLUS**

I ❤️ Chicago.

25%
dto. en Avios

Air Nostrum:
Para vuelos:
A/desde Melilla
A/desde Oporto

25%
dto. en Avios

Iberia:
Para vuelos a/desde
Madrid-Múnich
Madrid-Chicago

Saca partido a tus viajes con las novedades de Iberia Plus

Ahora conseguirás Avios según la clase de reserva de tu billete, y para que los aproveches mejor hemos creado la **temporada alta y baja** que te ayudarán a planificar todos tus viajes. Recuerda que también obtendrás Puntos Elite, con los que subirás de nivel de Tarjeta. Además, en 2015, habrá **más de un millón de plazas disponibles** para volar a cargo de Avios.
¿Quieres conocer todos los detalles? Visita [iberia.com](#)

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

Consultar condiciones en [iberia.com](#)



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

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

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

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

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



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

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

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

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

Finally, we have also provided passengers with a selection of gift items available on our inflight catalogue. These include perfumes, watches, earphones and portable batteries as well as a range of other interesting items.

Business Class

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

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



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

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

REGALOS GIFTS



DARK BLUE
Hugo Boss 75 ml Edt spray

IB 20'00€ EU 24'00€



ONE MILLION
Paco Rabanne 50ml

IB 49'00€ EU 59'00€



**SET ESMALTE UÑAS
COCA-COLA**
Nail Lacquer Set

IB 20'00€ EU 24'00€



a selección de frutas
à différentes saveurs

**SET LABIAL
COCA-COLA**
Lip Smackers

IB 12'00€ EU 14'00€



RELOJ NIÑOS
Children's watch

IB 12'00€ EU 14'00€



RELOJ HIPPY CHIC
Hippy Chic watch

IB 15'00€ EU 18'00€



RELOJ DIGITAL
Digital watch

IB 15'00€ EU 18'00€



ALAS EN EL CORAZÓN
Cuento solidario
Aviación Sin Fronteras
"Hearts with Wings" storybook

5'00€



Conviene USB y una
variedad de conectores
intercambiables.

BATERÍA PORTÁTIL
Portable battery

IB 30'00€ EU 36'00€



**JOHNNIE
WALKER***
Red Label 1l.

IB 15'00€



**BOMBAY
SAPPHIRE***
Dry Gin 0,5L

IB 13'00€



**AURICULARES
EN FORMA DE
CREMALLERA**
Zipper earphones

IB 11'00€ EU 13'00€

MARLBORO RED*
200 cigarettes

IB 33'00€

MARLBORO GOLD*
200 cigarettes

IB 33'00€

FORTUNA*
200 cigarettes

IB 22'00€

* No se permite consumir a bordo bebidas alcohólicas de más de 5 cl. La venta de tabaco y alcohol de esta página de regalos solo se realizará en vuelos fuera de la Unión Europea.

* The consumption on-board of alcohol exceeding 5 cl is forbidden. Duty free tobacco and alcohol purchases available on Non-European flights only.

Nuevo Nivel

IB en vuelos dentro de la Unión Europea / European flights
No IB en vuelos fuera de la Unión Europea / Non-European flights

Las divisas aceptadas son Euros, US Dólares y Libras Esterlinas. No se admitirán billetes de valor superior a 20€, 20\$ y 20\$. El cambio se efectuará en Euros. Tarjetas de crédito aceptadas: Visa, Mastercard y American Express. El importe mínimo es de 3€ y el máximo de 100€ por tarjeta. Se admite el pago con Cheque Gourmet, Sodexo Pass y Ticket Restaurant sólo cheques emitidos en España. Si el valor de la compra supera al importe del cheque, la diferencia será abonada por el titular. No se devolverá la diferencia en caso de que el valor del cheque sea superior al de la compra. Si desea comprar alguna cosa más tras el desarrollo del servicio, no dude en solicitárnoslo a nuestro personal de cabina. Si ocasionalmente un producto de los que aparecen en la carta no se encuentra disponible a bordo, la tripulación le sugerirá un producto alternativo. Ruego disculpe si puntualmente su elección no pudiera ser atendida. Para cualquier información sobre su compra puede dirigirse a: atenciónclientes@airshop.eu



We accept Euro, US Dollars and Sterling Pounds, but only small notes up to €20, \$20 or £20. Change will be given in Euros. We also accept Visa, Mastercard and American Express credit cards. A minimum purchase of €3 and maximum of €100 per card are allowed. Cheque Gourmet, Sodexo Pass and Ticket Restaurant Spanish issued food vouchers are also accepted. Voucher holders will be responsible for any price difference between the product and voucher value. Should you decide to purchase something once the trolley has passed, please do not hesitate to call a flight attendant. We would apologise, in advance, for any inconvenience caused in the unlikely case of a product being unavailable. Should this happen, our staff will be pleased to suggest an alternative product. For any further information regarding purchases, please contact us at: atenciónclientes@airshop.eu

**EXPOSICIONES
Y EVENTOS CULTURALES**

IBERIA AIR NOSTRUM

**EXPOSITIONS
AND CULTURAL EVENTS**

VALENCIA

PASIÓN POR EL MAR

La ciudad de Valencia acogerá del 16 al 19 de abril una nueva edición de Valencia Boat Show. Una cita ineludible para los amantes del mar que reúne a las más prestigiosas firmas náuticas en un enclave privilegiado del Mediterráneo.

Junto a la actividad propiamente empresarial, el salón ofrece un amplio programa sociocultural y deportivo orientado tanto al aficionado como al público general de cualquier edad: talleres marineros, exhibiciones, concursos, bautismos de mar...

PASSION FOR THE SEA

The city of Valencia will host a new edition of Valencia Boat Show from 16th to 19th April. For sea lovers, this is a must-go event that brings together the most prestigious nautical firms in a privileged enclave of the Mediterranean.

Besides the business activity itself, the boat show offers a broad socio-cultural and sports programme aimed at amateurs and general public of all ages: sailing workshops, exhibitions, competitions, boat christening...

www.vlcboatshow.com



EL ÚLTIMO REFUGIO DE LOS DINOSAURIOS

Más de 35.000 personas han acudido a la Fundación Gaselec para vivir una experiencia entre dinosaurios. Alentados por la gran acogida, la fundación melillense mantiene un ambicioso programa de actividades cuyo máximo exponente son los Encuentros de Egipología, que tendrán lugar del 13 al 17 de abril, con entrada libre y gratuita.

THE LAST REFUGE OF THE DINOSAURS

Over 35,000 people have visited the Gaselac Foundation to experience life among dinosaurs. Encouraged by the huge success, the Melilla based foundation maintains an ambitious schedule of activities with the star being "Encounters of Egyptology" which will be held from the 13th to the 17th of April, with no admission charges.



MUSEO DEL BAILE FLAMENCO

El Museo del Baile Flamenco de Sevilla está situado en pleno centro de la ciudad, en el Barrio de Santa Cruz, entre la conocida Plaza de la Alfalfa y la catedral.

La práctica totalidad del museo está dedicado a una de las expresiones artísticas que más arraigo e importancia ha tenido en la cultura de Andalucía, como es el baile flamenco.

FLAMENCO MUSEUM

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

MELILLA

SEVILLA

FRANCIA

NIZA NICE

MUSEO DE ARTE MODERNO Y CONTEMPORÁNEO MAMAC MUSÉE D'ART MODERNE ET CONTEMPORAIN M.A.M.A.C.

Las colecciones del museo, cerca de 1.200 obras, atestiguan el importante papel jugado por Niza en el desarrollo de los movimientos innovadores de los años 60 y 70 hasta nuestros días. El museo acoge numerosas exposiciones temporales. Cerrado los lunes.

The MAMAC collections, with nearly 1.200 works, illustrate the key role of Nice in the development of groundbreaking movements from the 1960s and 1970s to the present. The Museum hosts many temporary exhibitions. Closed Monday.



PALMA DE MALLORCA

MUSEO DE MALLORCA MAJORCA MUSEUM

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

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



MÁLAGA

CAC MÁLAGA

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

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

TENERIFE

MUSEO DE LA CIENCIA Y EL COSMOS

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

THE MUSEUM OF SCIENCE AND THE COSMOS

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



► Carlos Bertomeu, presidente de AIR NOSTRUM, y Antonio Noblejas, director de EDEM, en el centro rodeados de los integrantes del curso 15x15.
Mr. Carlos Bertomeu, President of AIR NOSTRUM, and Mr. Antonio Noblejas, Director of EDEM, pose with the participants of this year's 15x15 business course.

EDEM VISITA LAS INSTALACIONES DE AIR NOSTRUM

Los alumnos del curso 15x15 han realizado recientemente su tradicional visita a las instalaciones de AIR NOSTRUM para asistir a las charlas que impartieron directivos de la compañía. Este curso de la fundación EDEM, la Escuela de Negocios fundada por miembros de la Asociación Valenciana de Empresarios, incluye entre sus alumnos a ejecutivos de alto nivel que comparten quince días con quince empresarios líderes. El presidente de AIR NOSTRUM explicó a los alumnos la culminación del proceso de ampliación de capital acometido recientemente por la aerolínea.

EDEM VISIT TO THE HEADQUARTERS OF AIR NOSTRUM

A group of participants in the EDEM "15x15: fifteen days with fifteen business leaders" business course recently paid a visit to the headquarters of AIR NOSTRUM for a tour and round of talks offered by some of Air Nostrum's top executives. Founded in 2006 by members of the Valencian Business Association, the EDEM Foundation created this innovative business course for business executives interested in improving their business skills by sharing fifteen days with fifteen leading entrepreneurs. The President of AIR NOSTRUM, Mr. Carlos Bertomeu, spoke at length during their visit on the details of the Company's recent and highly publicised capital increase operation.

RUTAS DE AIR NOSTRUM CON EL ALGARVE Y MARRAKECH

AIR NOSTRUM ha anunciado este mes pasado las rutas con el Algarve y Marrakech. La compañía operará este nuevo enlace desde Madrid a Faro, la capital del Algarve con tres vuelos semanales en cada sentido desde el 1 de junio hasta el 30 de septiembre. El programa de esta nueva ruta del Grupo Iberia está planteado para favorecer escapadas de fin de semana y viajes vacacionales de mayor duración a la región más visitada de Portugal. Además, se ha diseñado un horario que permite la conectividad con vuelos de la red doméstica, con los enlaces europeos y con las rutas de largo radio.

También el Grupo Iberia ha anunciado el refuerzo de la ruta de Madrid con Marrakech. Desde el 1 de abril Iberia se incorpora a la operación que hasta ahora operaba AIR NOSTRUM. La franquicia de Iberia para vuelos regionales además de seguir volando de forma regular a este destino marroquí desde Madrid también operará en las semanas centrales del verano desde Bilbao y Valencia.

AIR NOSTRUM FLIGHT ROUTES TO THE ALGARVE AND MARRAKECH

AIR NOSTRUM recently announced the introduction of new flight services to the Algarve in Portugal and the Moroccan city of Marrakech. Spain's leading regional aviation company will, during the holiday period from 1st June to 20th September, be operating three weekly return flights between Madrid and Faro, capital of the Algarve. This Iberia Group flight route will favour weekend and summer holiday breaks to one of the most visited areas in Portugal. It will also increase connectivity between domestic, European and long distance flight networks.

The Iberia Group has also announced that it will be reinforcing its flight route from Madrid to Marrakech. As of 1st April, the Iberia airline will be forming part of the flight operations operated by AIR NOSTRUM who, in addition to continuing with its regular flights to this popular Moroccan destination from Madrid, will also be providing a number of high season flights to Marrakech from Bilbao and Valencia.

INICIO DE LA OPERACIÓN SANTANDER-PARÍS Y VIGO-LONDRES

Air Nostrum ha iniciado el pasado 29 de marzo el inicio de los vuelos entre Santander y París. La compañía ofrecerá en esta ruta dos vuelos por semana, jueves y domingos, una programación que facilita los viajes vacacionales en ambos sentidos. La ruta Santander-París estará operativa hasta el 22 de octubre.

Ese mismo fin de semana se fijó también para comenzar la conexión Vigo-Londres. Esta ruta, que se operará de forma regular entre el 13 de julio y el 27 de septiembre, también se atenderá durante la Semana Santa para cubrir la demanda de viajes de ocio.

AIR NOSTRUM PRESENTS ITS SANTANDER-PARIS AND VIGO-LONDON FLIGHT SERVICES

AIR NOSTRUM recently introduced a flight service between Santander and Paris. This new flight service will provide two weekly Thursday and Sunday return flights and be operating from 29th March to 22nd October.

At the same time, the Company announced the introduction of a flight service between Vigo and London. This new Vigo-London flight service will provide regular flights during the summer from 13th July to 27th September with a number of special Easter Week flights introduced by the Company to cover the extra demand for travel during this popular holiday period.



LA SONRISA DE SOFÍA LOREN

THE SMILE OF SOPHIA LOREN

Texto / Text: **Jorge Aguadé.**

Comunicador.

Journalist.

Traducción / Translation: **Jane Singleton.**

A Iberia le debo mucho; pero mucho, mucho... Gracias a la compañía pasé una mañana de Semana Santa del año 2000 con Sofía Loren. Ella no se acuerda, pero yo lo haré toda la vida. Uno no es mitómano. Pero ese día cambié. Uno, que se jactaba de ser inmune en eso de babear ante una estrella y que por su condición de periodista había visto y hablado con unas cuantas, va y se convierte en un fan más, sin llegar a tatuarse su nombre en el antebrazo, pero sí en un incondicional de la italiana.

Sólo necesité un segundo para darme cuenta de que estaba ante la mujer más espectacular, bella e impactante de mi vida (no se preocupen... mi mujer lo entiende).

Yo estaba sentado en la sala VIP de la por entonces abarrotada T2 de Barajas. No es que yo viajara con galones, era un simple soldado del periodismo, pero esa Pascua los aviones iban llenos y sólo se podía volar a Gran Canaria en primera. Y como había que ir a cubrir un partido, mi periódico no tuvo más remedio que darme el billete de postín.

Allí estaba yo, leyendo un diario y sin mirar alrededor. Se sentó una persona en mi sofá. No levanté la cabeza. A los pocos segundos oigo a un hombre decir: "¡Qué bella es usted!", y claro, me hizo alzar la mirada. Era ella, la gran Sofía.

La miré y me quedé epatado. Probablemente padecí el ya maldito Síndrome de Stendhal por el que la belleza te colapsa. A mí me dio por enmudecer.

Allí estuvimos un rato hasta que llamaron al vuelo de Las Palmas. Yo me marché, no sin antes volver a mirarla con discreción y admiración. Ya tenía bastante y algo que contar, pensé.

Ya en el avión seguía impactado por aquella belleza. Cuando de repente, segundos antes de que se cerrase la puerta de la aeronave, entró ella. Iba a la isla a recibir un premio en el Festival Internacional de Cine Las Palmas de Gran Canaria

Y se sentó de nuevo a mi lado, ella tenía el 1F y yo el 1D. Me reconoció y sonrió. Dos horas y media más junto a Loren, pensé.

A mitad del silencioso vuelo se abrió la puerta de cabina. De allí salió un chaval de unos 15 años que se dirigió directamente hacia ella y en su carpeta escolar, forrada con fotos de la actriz, como yo antes había llevado a jugadores de baloncesto, le pidió educadamente que se lo firmara. El Comandante sabía de su ilustre pasajera y le hizo el favor de su vida al chaval del *trasportín*. El chico, tras recibir el 'regalo', volvió a la cabina henchido de emoción.

Igual que yo, cuando ya en Las Palmas y sin haber hablado con ella en todo el vuelo, me levanté, me armé de valor y le dije adiós. Ella me miró; sí, lo hizo. Y me sonrió de nuevo. Aún me acuerdo.

¡Gracias Iberia, gracias Sofía!

I owe a lot, I mean a lot to Iberia. Thanks to them I spent, in the year 2000, an Easter morning with Sophia Loren. She won't remember, but I will for the rest of my life.

I had never considered myself a mythomaniac, but that day I changed. I, who considered himself exempt from drooling over film stars, a journalist who had seen and talked to quite a few, suddenly became a fan, not the type to have a name tattooed on their forearm, but a fan all the same.

It only took a second for me to realise that I was looking at the most stunningly beautiful woman I had ever seen (don't worry, my wife understands).

I was sitting in the T2 VIP lounge of the Barajas Airport. Not really a VIP, but just a humble journalist. The flights to Gran Canaria were full with only a few seats left in first class. As I was on my way to cover a sports match, it was clear it would have to be first class or nothing.

So there I was reading a newspaper when somebody sat down beside me. I didn't look up until a few seconds later when I heard a man say: "You are so beautiful". And, there she was, the grand Sophia.

I stared at her in amazement probably smitten by the Stendhal Syndrome, a disorder that produces certain symptoms following exposure to great beauty. I was dumbstruck.

We sat side by side until my flight to Las Palmas was announced. I stood up and made my way to the door, but not without throwing her an admiring glance. I really had a story to tell this time, I thought to myself.

Once aboard and seated, I continued to feel the impact of her beauty on me when suddenly, just as the aircraft doors were closing, she entered the cabin. I found out later she was going to the Las Palmas de Gran Canaria International Cinema Festival to receive an award.

Once again, she sat next to me. She was seat 1F and I was 1D. She immediately recognised me from the VIP room and smiled. I could not believe I would be spending the next two and half hours sitting next to Sophia Loren.

Half way through the flight, the cockpit door opened and a teenage boy came out and made straight for her holding a school folder covered with photographs of the actress, similar to one I had of my favourite basketball team, and asked for an autograph. The Captain knew she was aboard and did the kid the favour of his life. I watched as the boy made his way back to his seat filled with emotion.

The same emotion I felt when I finally, not having spoken a word to her during the flight, found the courage to say goodbye. She looked at me; yes she did and proffered me another smile. I still remember that smile.

Thank you Iberia, thank you Sophia!



Gaselec
fundación

XII ENCUENTRO

EPILOGIA

Del 13 al 17 de abril de 2015 a las 20:30 horas,
en el plató de Cablemel TV
C/ Carlos V, 4 - MELILLA

Ya está aquí el Connected SUV.
Añádelo a tu Playlist.



NUEVO FORD ECOSPORT > SYNC con AppLink

El SUV compacto con el que podrás controlar las aplicaciones de tu smartphone con comandos de voz sencillos mientras conduces.

12.990€



Spotify

Gama Ford EcoSport consumo medio combinado de 4,6 a 6,3 l/100 km.

Emissions de CO₂ de 120 a 149 g/km.

EcoSport Trend Spurertas 1.5 Ti-VCT 110CV con paquete Audio SYNC, Llantas de aleación de 16", Railles de techo y Sensor de parking trasero. La oferta incluye IVA, I.M., transp., dto. promocional, Aport. Concesión y dto. por financiar con FCE Bank p/c S.E. a través de su campaña "Vente a Ford Credit EcoSport" permanencia min. 36 meses. Sujeto a la aportación del Plan PIVE del Gobierno. Válido en Pen. y Bal, hasta fin de mes. No compatible con otros dtos. El modelo visionado podría no coincidir con el ofertado. ford.es



Go Further