

MARZO • MARCH

211 • 2016

ALADIerno

IBERIA
REGIONAL



AIRNOSTRUM



Vigo

celebrates the Reconquest

Vigo

vive la fiesta de la Reconquista



Aymar Navarro

"Hacer descenso te sube la adrenalina hasta las nubes"

"Downhill skiing takes your adrenaline levels sky high"

Asturias,

30 años de turismo rural

Asturias

30 years of rural tourism



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



Semana Santa

LOGROÑO

DE INTERÉS TURÍSTICO NACIONAL

2016

CONTENIDO

CONTENT

Portada / Frontpage:

Vecinos durante la recreación de la Reconquista.

Residents during the re-enactment of the Reconquest.



05 Bienvenido a bordo
Carta del Presidente

06 Nuestro mundo

08 Vigo

14 Aymar Navarro

18 Asturias

24 Valporquero

30 Motor

38 Viajar con
AIR NOSTRUM

40 AIR NOSTRUM
recomienda

41 Noticias

42 Puerta de
embarque

Welcome aboard **05**
President's letter

Our World **06**

Vigo **08**

Aymar Navarro **14**

Asturias **18**

Valporquero **24**

Motor **30**

*Travel with
AIR NOSTRUM* **38**

*AIR NOSTRUM
recommends* **40**

News **41**

Boarding gate **42**



Aymar Navarro.



Asturias. Llanes.



Valporquero: Acceso a Sala de Hadas.
Valporquero: Entrance to the Hadas Hall.



Hyundai i20 Active.

ALADIerno

IBERIA  **AIRNOSTRUM**
REGIONAL

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

Coordinación y producción: direccion@revistaaladierno.com

Publicidad: alopez@revistaaladierno.com

Depósito legal: M-31.190-1995

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

EL SABOR DE MENORCA THE TASTE OF



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

+



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

+



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



La humedad
Humidity

+



La luz
de Menorca
The light of Menorca.

+



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

UN PRODUCTO ÚNICO

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

Disfruta de todas sus variedades:

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

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

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

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

A UNIQUE PRODUCT

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

Enjoy all its varieties:

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

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

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

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



/quesomahonmenorca



@quesomahon



www.quesomahonmenorca.com



Govern
de les Illes Balears

FOGAIBA
Fons de Garantia Agrària i Pesquera



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



BIENVENIDO A BORDO



Carlos Bertomeu
Presidente de AIR NOSTRUM

WELCOME ABOARD

Carlos Bertomeu
President of AIR NOSTRUM

Estimados pasajeros:

Este mes entramos en la primavera con una renovada programación en la que AIR NOSTRUM combina la incorporación de nuevas rutas con el mantenimiento de conexiones ya consolidadas, y destinos internacionales con enlaces entre ciudades españolas. Acabamos de abrir las rutas que conectan Badajoz con Barcelona y Madrid, y este mes de marzo inauguramos Madrid-Biarritz; además, para Semana Santa diseñamos un programa con vuelos a destinos vacacionales como Faro, Londres, Lisboa y Roma, o los archipiélagos canario y balear.

Encontrará fiel reflejo de esa diversidad en el contenido del número de este mes de Aladierno. La revista les ofrece para su lectura en marzo tres propuestas muy diferentes que son tres destinos muy recomendables.

Visitar Vigo siempre es garantía de éxito, y lo es más con los preparativos de su fiesta grande, la Reconquista, una celebración en recuerdo de la histórica victoria del pueblo sobre las tropas napoleónicas. Los vigueses conmemoran este levantamiento popular con representaciones teatrales, música y lo mejor de su gastronomía. Yo les sugeriría las empanadas de "xoubas", esas pequeñas sardinillas de la zona, y las exquisitas "zamburiñas".

Frente a la animación de una ciudad en fiestas, otra de nuestras propuestas les invita a disfrutar de la tranquilidad del turismo rural, que en Asturias cumple ahora 30 años. En estas tres décadas la oferta alojativa asturiana ha sido capaz de madurar sin perder un ápice de su calidez y autenticidad.

Por último, les proponemos también una alternativa singular, un recorrido por la Cueva de Valporquero, en León. Este tesoro geológico, enclavado en una de las reservas de la biosfera de la provincia, ofrece la posibilidad de descubrir maravillosas estancias con estalagmitas y estalactitas sedimentadas por la naturaleza durante cientos de años o una cascada interior de más de 15 metros de altura.

Los tres destinos propuestos responden a perfiles diferentes de viajeros, pero todos ellos tienen en común que cualquiera que sea su elección podrán llegar a ellos cómodamente con AIR NOSTRUM y el resto del grupo Iberia.

Buen vuelo.

**FARO, LONDRES, LISBOA Y ROMA SON
LAS PROPUESTAS ESTRELLAS PARA ESTA
SEMANA SANTA, JUNTO A BALEARES Y
CANARIAS**

Dear Passengers,

This spring, AIR NOSTRUM will be renewing its flight programme with the incorporation of new flight routes and the conservation of consolidated and international flight routes with national flight connections. Last month, we renewed our flight service between Badajoz and Barcelona and Madrid respectively. This month, we shall be inaugurating a new flight route between Madrid and Biarritz. We have also prepared a special flight programme for Easter Week with flights to European holiday destinations such as Faro, London, Lisbon and Rome and national destinations such as the Canary Islands and Balearic Isles.

A reflection of this diversity can be found in the content of this month's edition of Aladierno. As you will see, we have included three exciting national destinations.

Our first choice is Vigo. A visit to Vigo is always worthwhile and even more so during the celebration of its most popular festivity, the Reconquest of Vigo Festival created to commemorate the people's victory over the French imperial troops. The inhabitants of Vigo commemorate this popular uprising with theatrical performances, music and the best of the local gastronomy. I suggest you try the delicious "xouba" pie made with local sardines and the exquisite "zamburiñas" (scallops).

For those of you looking for a more relaxing destination, we would suggest a trip to Asturias where, thirty years ago, the first rural hotel was inaugurated, marking the beginning of rural tourism here. Over the past three decades, the rural accommodation network has grown without losing any of its warmth and authenticity.

Our third suggestion is the impressive Valporquero Cave in Leon. This geological treasure, located in one of the province of Leon's biosphere reserves, offers visitors the possibility of discovering amazing hundreds of years old stalagmites and stalactites and a 15-meter high waterfall amongst other things.

Although, the destinations we have mentioned this month are different in shape, colour and form, they all have something in common, i.e. they are easily accessible with AIR NOSTRUM and the rest of the Iberia Group.

Have a great flight!

**FARO, LONDON, LISBON AND ROME ARE
OUR MAIN SUGGESTIONS THIS EASTER,
ALONG WITH THE CANARY ISLANDS AND
BALEARIC ISLES**



CRJ 1000

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

CRJ 1000

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



CRJ 900

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

CRJ 900

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

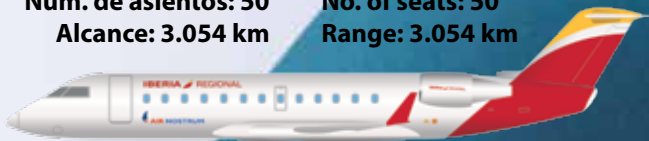


CRJ 200

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

CRJ 200

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

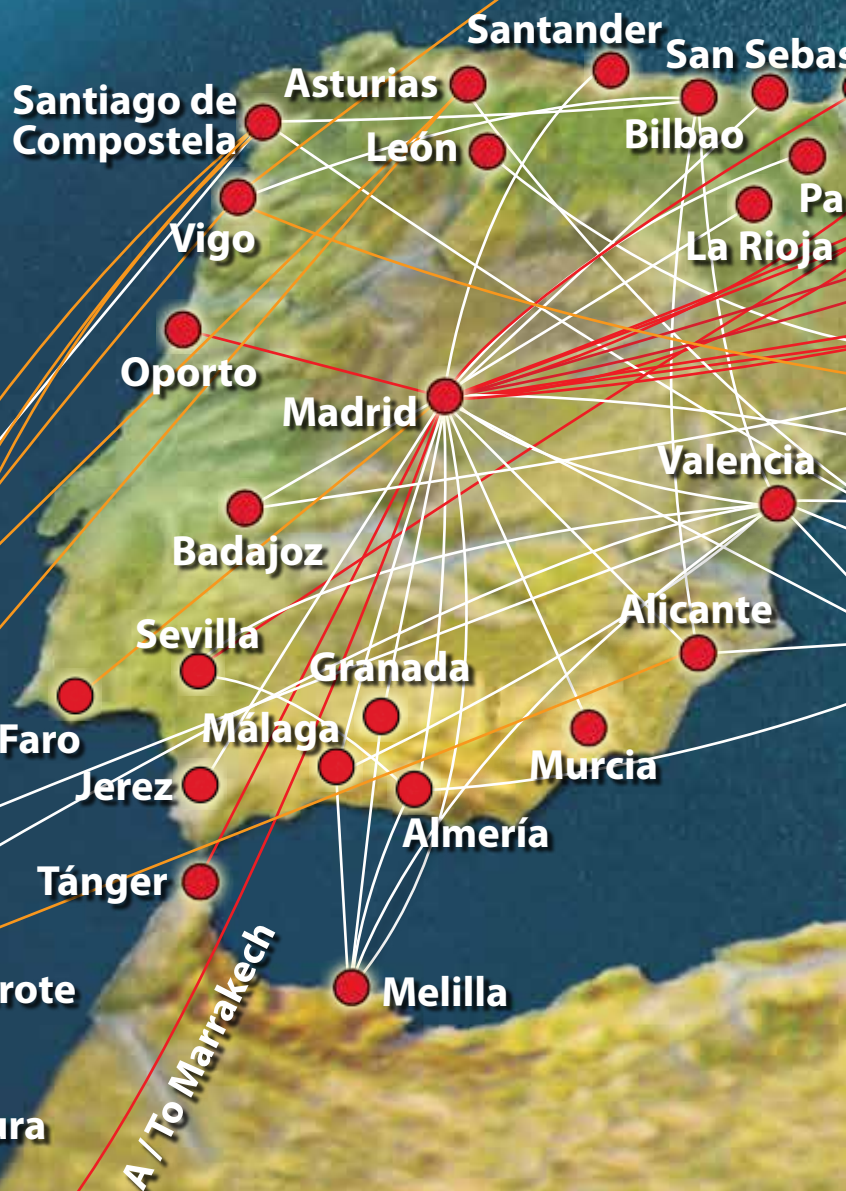
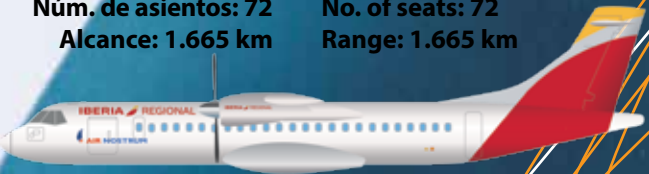


ATR 72-600

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

ATR 72-600

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







La multitud inunda las
calles del casco viejo.
*The crowd inundates the
streets of the Old Town.*



Vigo, pasión por la Reconquista

LA CIUDAD SE ECHA A LA CALLE EN SU FIESTA MÁS MULTITUDINARIA, QUE RECUERDA UNA VICTORIA HISTÓRICA DE SUS CIUDADANOS

Cada primavera, Vigo conquista la calle. Porque una antigua revuelta popular se ha convertido en una fiesta. En el Casco Vello, el corazón histórico de la ciudad, se recrea la rebelión que permitió expulsar a las tropas de Napoleón en 1809. A pie de rúa, miles de personas disfrutan de música, representaciones teatrales y puestos de artesanía o de la mejor gastronomía de la ría. Se trata de la Reconquista, la celebración más emblemática de la ciudad, que cada año se festeja el 28 de marzo, en una explosión de color, sabor y animación.

Texto / Text: Eduardo Rolland.

Traducción / Translation: Jane Singleton.

Vigo Passion for the Reconquest

VIGO TAKES TO THE STREETS TO CELEBRATE ITS MOST POPULAR FESTIVAL, COMMEMORATING THE CITY'S HISTORICAL VICTORY

Every spring, Vigo conquers the city streets during the annual Reconquest of Vigo Festival, celebrating the popular uprising that took place here. A re-enactment of the rebellion that expelled Napoleon's troops in 1809 takes place in Vigo's beautiful Old Town. Thousands of people take to the streets to enjoy the musical and theatrical performances, market stalls and gastronomic specialities the city has to offer. The emblematic Reconquest of Vigo Festival, celebrated on 28th March, provides a lively explosion of colour, flavour and aroma.



LA CELEBRACIÓN SE
TRASLADA ESTE AÑO AL
2 Y 3 DE ABRIL

THE CELEBRATIONS
WILL TAKE PLACE THIS
YEAR ON 2ND AND 3RD
APRIL

► Oficial francés desenvaina sobre su montura.
A French troop draws his sword while mounted.

Pocos saben que Vigo está en la historia personal de Napoleón Bonaparte. Porque la ciudad olívica fue la primera en Europa en liberarse, de forma definitiva, de la ocupación de tropas imperiales francesas. La Reconquista recuerda este levantamiento popular que, a comienzos del siglo XIX, permitió expulsar al invasor, haciendo prisioneros a 1.400 soldados enemigos. Todo había comenzado en enero de 1809, cuando dos ejércitos al mando de los mariscales Soult y Ney ocuparon Galicia, sometiendo a sus habitantes. Durante más de dos meses, un gobernador militar francés impuso un férreo gobierno, mientras los soldados imperiales cometían toda suerte de atropellos entre la población. Las necesidades del ejército invasor sobre el terreno le llevaron a saquear, una y otra vez, Vigo y su comarca.

La rebelión prendió pronto tanto en la villa como en las parroquias vecinas. Los paisanos de la zona comenzaron a hostigar a las tropas francesas, montando campamentos en barrios rurales como Zamáns, Fragoso o Valdares. Dentro de las murallas, los vigueses creaban la resistencia en secreto.

Un hecho que encendió aún más los ánimos de los rebeldes fue el asesinato de tres vecinos, cosidos a bayoneta por soldados franceses en una taberna. Este episodio ocupa un lugar central en la representación teatralizada actual.

A comienzos de marzo, dos fragatas inglesas, la 'Venus' y la 'Lively', fondearon en la ría permitiendo el bloqueo por mar. Mientras tanto restos de tropas regulares, soldados que vagaban perdidos tras la invasión francesa, se fueron reuniendo en el entorno de Vigo, alimentando la llama de la revuelta.

Finalmente, en la tarde del 28 de marzo de 1809, los vigueses cayeron sobre las murallas con el objetivo de tomar la villa. Durante horas, las tropas francesas hicieron fuego de fusilería, causando numerosas muertes. En una de las puertas, la de A Gamboa, el capitán de granaderos Bernardo González del Valle, apodado 'Cachamuiña', logró abrir a machetazos el gran portalón, tras sufrir tres impactos de bala. Antes, un viejo marinero del barrio de pescadores de O Berbés murió abatido cuando lo inten-

Few know that Vigo played a role in the personal history of Napoleon Bonaparte, becoming the first city in Europe to permanently overcome the occupation of the French imperial troops. The Reconquest of

Vigo Festival celebrates the popular uprising that took place here at the beginning of the 19th century during which the rebel militias captured some 1,400 enemy soldiers. In January 1809, two French armies, under the command of marshals Soult and Ney, had occupied Galicia. A French military governor imposed his iron rule on its inhabitants for over two months. The French imperial troops were given free rein to commit all types of atrocities while repeatedly pillaging and plundering Vigo and its surrounding areas.

The rebellion not only took place in the city Vigo, but also in a number of neighbouring parishes. The people rose up against the French troops, building camps in rural localities such as Zamans, Fragoso and Valdares. Within the city walls, a secret group of resistance fighters was formed.

The assassination of three neighbours, bayoneted to death by French soldiers in a local tavern, only infuriated the rebels even more. This incident is one of the highlights of the present-day theatrical representation.

By the beginning of March, two English frigates, the "Venus" and "Lively", had anchored in the estuary to create a sea blockade. Meanwhile, groups of regular troops, soldiers who had become detached, began to form militia groups in the vicinity of Vigo, providing fuel for the revolt that was taking place.

On the afternoon of 28th March, 1809, the rebels of Vigo attacked the city walls in an attempt to take the inner city. The French troops fought back for hours causing large numbers of deaths. It was at one of the city gates, the A Gamboa gate, that the grenadier captain, Bernardo Gonzalez del Valle, nicknamed 'Cachamuiña', managed to break through the gates in spite of being shot three times. An old sailor from the fishing district of O Berbes had died earlier trying something similar. The local militias were able to enter the Old Town through the gap giving the French troops no other choice but to surrender.

The following morning, 1,400 French imperial prisoners were escorted to the English frigates where they were shipped off to the dreaded prison hulks anchored along the banks of the River Thames.





ADEMÁS DE LAS RECREACIONES, QUE REÚNEN A MÁS DE MIL FIGURANTES, TODO EL CASCO VELLO SE ENGALANA PARA LA FIESTA

THE OLD TOWN GETS READY EACH YEAR TO CELEBRATE WITH OVER A THOUSAND EXTRAS TAKING PART IN THE RE-ENACTMENT OF THE UPRISING

taba. Por esa brecha entraron las milicias viguesas, con lo que la guarnición gala no tuvo otra opción que rendirse.

En la mañana siguiente, 1.400 soldados imperiales fueron embarcados como prisioneros en los barcos ingleses y trasladados a las terribles cárceles flotantes del Támesis.

Con la villa reconquistada, los vigueses comandaron la liberación de toda Galicia. Sus milicias fueron recobrando desde Tui a Compostela, hasta la decisiva batalla de Pontesampaio, en junio de 1809, que supuso la retirada definitiva de los ocupantes napoleónicos.

After reconquering Vigo, the rebels took charge of liberating the rest of Galicia. Groups of militia fought to recover areas from Tui to Compostela until in June, 1809, the Battle of Pontesampaio marked the withdrawal of the Napoleonic armies.

Thanks to this heroic feat, King Ferdinand VII granted Vigo the title of "faithful, loyal and courageous" city, as can be seen today in its municipal coat of arms.

Vigo began celebrating the Reconquest a year after its victory. The present-day festival with its famous



Gracias a la heroica gesta que hoy se ha convertido en fiesta, Vigo recibió del rey Fernando VII el título de ciudad 'fiel, leal y valerosa', que aún luce en su escudo municipal.

Vigo comenzó a celebrar la Reconquista desde el año siguiente a su victoria. Pero la gran cita actual fue creada por los vecinos del Casco Vello, que hacen una representación teatralizada de la batalla. Durante el fin de semana posterior al 28 de marzo, todo el barrio histórico viaja dos siglos atrás, convirtiéndose en una gran feria, a la que acuden decenas de miles de personas.

Muchos vigueses se caracterizan como soldados imperiales o como la milicia honrada que luchó contra el invasor. Tanto el sábado como el domingo, hay representaciones en la calle. El comandante francés Chalot hace su entrada a caballo en la plaza de la Constitución, acompañado por los fusileros franceses. Los paisanos se enfrentan a ellos en escaramuzas por las calles y plazas del centro. El episodio más destacado se recrea ante la antigua puerta de A Gamboa, donde Cachamuiña, bajo una lluvia de balas, abre con un hacha el paso a los vigueses. Más tarde, en el puerto, los soldados franceses son llevados prisioneros en un barco.

Además de las recreaciones, que reúnen a más de mil figurantes, todo el Casco Vello se engalana para la fiesta. Los bares, restaurantes y tabernas lucen una decoración especial. Y las calles se llenan de tenderetes de artesanía tradicional, demostraciones de antiguos oficios y, sobre todo, puestos de comida y bebida, donde degustar desde nécoras o mejillones de la ría hasta empanadas y churrasco. Los vinos gallegos, servidos en taza de barro, o 'cunca', junto a los licores tradicionales, animan una celebración que comienza de mañana y remata ya de madrugada, especialmente en la jornada del sábado.

► Cientos de vecinos participan en la recreación.
Residents in the vanguard fight against the French troops.

re-enactment was created by the inhabitants of the Old Town. During the weekend before 28th March, the entire Old Town journeys back two centuries, becoming the scenario of an enormous street party with tens of thousands of visitors participating each year.

Participants dress up as both French imperial troops and rebels. Theatrical representations take place on the streets on both Saturday and Sunday. The French commander, Chalot, can be seen riding into Constitution Square on horseback accompanied by his French fusiliers. The peasants challenge the enemy and a number of skirmishes take place around the streets and town squares. The most exciting scene takes place at the ancient A Gamboa city gate where Cachamuiña breaks his way through the wooden gates with an axe letting the rest of the rebels through. The captured French soldiers are later taken down to the port and imprisoned on a boat.

The Old Town gets ready each year to celebrate with over a thousand extras taking part in the re-enactment of the uprising. Bars, restaurants and taverns are adorned with characteristic decorations. The streets are full of traditional handicrafts, demonstrations of ancient crafts and, of course, numerous food and drink stalls that invite visitors to sample a wide selection of local specialities ranging from crabs and mussels to pies and barbecued steak. Galician wines served in ceramic cups or cuncas together with traditional liquors liven up the atmosphere with the celebrations beginning in the morning and lasting until the early hours of the morning, especially on Saturday.

Soldados franceses embarcados.
French troops aboard a British ship.



MUCHOS VIGUESES SE CARACTERIZAN
COMO SOLDADOS IMPERIALES O COMO
LA MILICIA HONRADA QUE LUCHÓ
CONTRA EL INVASOR

La música tiene un gran protagonismo en la Reconquista. Bandas de gaitas y folclore tradicional recorren las calles, animando a los participantes. Hay también zonas de ocio infantil, junto a actuaciones teatrales, conciertos, demostraciones de esgrima, luchas a caballo o desfiles de gigantes y cabezudos.

La Reconquista está declarada Fiesta de Interés Turístico y es una de las más multitudinarias que se celebran en Galicia. Como Vigo sabe divertirse, el fin de semana siguiente la celebración se prolonga en el barrio marino de Bouzas, con la fiesta de A Brincadeira, una versión más reducida de la misma cita.

La Reconquista es, además, una ocasión magnífica para descubrir los rincones del Casco Vello. El laberinto de callejas del barrio histórico vigués luce espectacular en estos días, con sus plazuelas siempre animadas. En la ribera de O Berbés, en las plazas de Peñasco, Pescadores o A Pedra podemos encontrar el genuino sabor marinero de la antigua villa. Y recorrer las calles Palma y Oliva, junto a la concatedral, tomar algo en los soportales de la plaza de la Constitución o pasear por la calle Real o las encantadoras y estrechas rúas de Cesteiros y Sombriereiros, sede de los antiguos gremios artesanos. También podremos degustar la gastronomía local, con pescados y mariscos recién desembarcados en la mayor lonja pesquera de Europa.

Vigo se apasiona con la Reconquista. Y convierte una revuelta en una fiesta. Para celebrarla, sale a tomar las calles cada primavera.

PARTICIPANTS DRESS UP AS BOTH FRENCH
IMPERIAL TROOPS AND REBELS

Music plays a major role in the Reconquista of Vigo Festival. Pipe and traditional folk bands can be seen playing along the streets, raising the spirits of the visitors. There are recreational areas for children along with street performances, concerts, fencing demonstrations, horseback fighting and traditional giant and *cabezudo* carnival figures.

The Reconquest of Vigo Festival has been declared a Festival of Tourist Interest and is one of the most popular festivals in Galicia. The celebrations continue the following weekend in the fishing district of Bouzas with the A Brincadeira Festival, a smaller version of the Reconquest of Vigo Festival.

The Reconquest of Vigo Festival is also a magnificent opportunity to discover the Old Town of Vigo. The narrow winding streets of its historical centre and charming town squares are full of hustle and bustle. On the banks of O Berbes and in the Peñasco, Pescadores and A Pedra town squares, visitors can experience the genuine character of this ancient fishing port. Also worthwhile is a stroll around Palma and Oliva streets, next to the Co-cathedral, where visitors can stop off for a drink under the arches of the Constitution Square, wander along Real Street or the picturesque Cesteiros and Sombriereiros streets, headquarters of a number of ancient craft guilds, or try some of the local fish and seafood straight from the largest fish market in Europe.

Vigo is passionate about the Reconquest. Having turned an uprising into a festival, it continues each spring to conquer the streets of the Old Town.



AYMAR NAVARRO

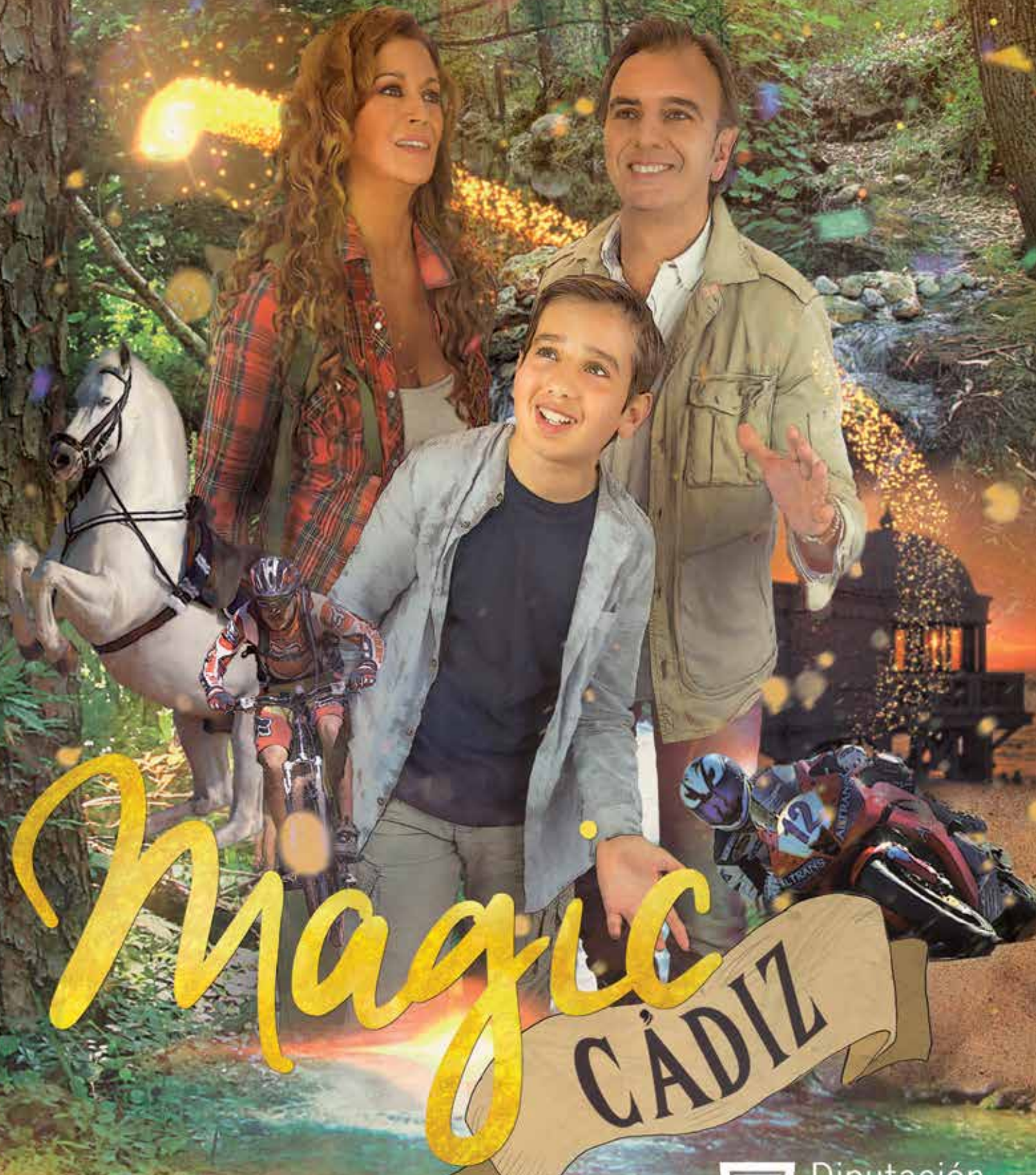
“Hacer descenso te sube la adrenalina hasta las nubes”

“Downhill skiing takes your adrenaline levels sky high”

Este aranés de 27 años practica la modalidad de esquí más extremo. Desde el pico de una montaña, al que accede generalmente en helicóptero, desciende sin más acompañamiento que sus esquís. Valor, una depurada técnica y una gran concentración son requisitos indispensables. Lo que para muchos produciría miedo sólo pensarlo a Aymar Navarro le genera una adrenalina que le sube hasta las nubes, quizá tenga que ver que lleva desde los tres años pegado a unos esquís y que día a día desciende acantilados con una tranquilidad que a nadie deja indiferente.

This 27 year old from Vall de Aran does the most extreme form of skiing. From the peak of a mountain, usually accessed via helicopter, he makes his descent with nothing more than his skis to accompany him. Bravery, finely honed technique and a huge amount of concentration are an absolute must. What would instil fear in most of us just by thinking about it, is what gives Aymar Navarro his adrenaline boosts taking him sky high, which is probably due to the fact that he has been skiing since he was three and that he skis down near vertical mountain sides on a daily basis, leaving nobody indifferent.

DESCUBRE UN LUGAR MÁGICO



Magic

CÁDIZ

WWW.MAGICCADIZ.COM

#MAGICCÁDIZ



Diputación
de Cádiz



¿Recuerda cuándo se puso por primera vez unos esquís?

Recuerdo que mis padres con dos años me llevaban en una mochila a esquiar y era el niño más feliz del mundo. Con tres años me puse mis primeros esquís.

Compite en la modalidad de freeride (esquí extremo), ¿en qué consiste?

Consiste en descender por una montaña desde la cima hasta la base. La puntuación o el criterio de los jueces se basa en la originalidad de la bajada, la fluidez (velocidad) y el control aéreo de los saltos.

El día previo a la competición indican dónde está la montaña y los participantes, desde la parte baja de la montaña, observamos con unos prismáticos y analizamos por dónde vamos a bajar. Lo más importante es que no se puede probar la bajada antes de la competición.

¿Qué objetivos tiene para lo que queda de temporada?

Este año ha sido muy complicado por la poca nieve que hemos tenido al inicio de temporada y han suspendido muchas competiciones del mundial. Espero poder estar lo más arriba posible luchando por estar en el pódium en las tres competiciones que me quedan.

Ha descendido por montañas que casi son acantilados, ¿se pasa miedo en esos momentos?

Sí, la sensación de miedo allí está antes de realizar un descenso nuevo y complicado. Es bueno tener ese miedo para no sobrepasar los límites. No hay que confundir el miedo con el pánico. Es una línea muy fina la que hay entre las dos y hay que saber gestionarlo.

¿Qué siente cuando está en la montaña?

Siento libertad de estar en contacto directo con la naturaleza, de disfrutar de sitios poco habituales y vírgenes. Hacer descenso te sube la adrenalina hasta las nubes. Es difícil de explicar pero es una sensación muy agradable y que gusta disfrutar.

El año pasado sufrió una grave lesión, ¿está totalmente recuperado?

Por suerte está todo superado. Tuve una recuperación bastante corta después de romperme la tibia, en dos meses estaba de nuevo esquiando. Fue una caída muy mala pero de todo se aprende.

¿Ha tenido que recuperarse psicológicamente de algo así?

Por el momento no, la mejor medicina fue ponerme los esquís nuevamente y seguir disfrutando como un niño de la montaña. Hace 4 años tuve un susto con una avalancha y luego me costó coger confianza nuevamente en la montaña. Pero con ganas e ilusión y buenos amigos está más que superado.

¿Qué opina de las estaciones españolas?

Que tenemos mucha suerte de tener lo que tenemos y que hay que aprovechar al máximo nuestras montañas.

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

Me gusta mucho la compañía porque conecta muchas ciudades españolas entre ellas. Destacaría la facilidad en los embarques y la comodidad en los vuelos.

Do you remember the first time you put some skis on?

I remember when I was two years old my parents took me skiing in a papoose and I must have been the happiest child in the world. When I was three I put my first skis on.

You compete in freeride skiing, Freeride World Tour. What does that actually consist of?

It basically consists of skiing down a mountain from the summit to the base. The scores or judges' criteria are based on the originality of the descent, fluidity (speed) and control in the air when jumping.

The day before the competition you are told where the mountain is and who the participants are, from the bottom of the mountain you look up through binoculars to work out where you will come down. The most important thing is you are not allowed to try the descent before the competition.

What are your objectives for the remaining part of the season?

It's been a hard year because of the lack of snow we have had since the season started, and a lot of competitions have been called off in the championship. I hope to be as high up on the table as possible, fighting for a podium in the three remaining competitions.

You have skied down mountains that are practically cliffs. Are you afraid when you do that?

Yes. Fear is always there before you start a new, difficult descent. But fear is good, as long as it doesn't go over the limit. We should not confuse fear with panic. There is a very fine line between the two, and you need to know how to manage it.

What do you feel when you are in the mountains?

I feel freedom when I am in direct contact with nature, and able to enjoy virgin places not many people go to. Freeriding takes your adrenaline to sky high levels. It is hard to explain, but it is a very pleasant feeling and I like enjoying it.

You had a serious injury last year. What did that mean for you? Are you fully recovered?

Luckily, I have completely got over it. I recovered in a relatively short time after breaking my tibia bone, and in 2 months I was skiing again. It was a bad fall, but something to learn from.

Have you had to recover mentally from something like that?

Not yet. The best medicine is to get my skis back on and carry on enjoying myself like a child on the mountains. 4 years ago I had a fright with an avalanche, and it took me while to get my confidence back in the mountains. But where there is a will there is a way, and I am over it now.

What is your opinion about Spanish ski stations?

I think we are very lucky to have what we have got, and we should make the most of our mountains.

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

I like the company a lot, because there are connections with many Spanish cities. I would highlight the ease of embarking and the comfort on flights.

CONIL, BARBATE, TARIFA Y ZAHARA FESTEJAN UNA TRADICIÓN CON MÁS DE 3.000 AÑOS DE HISTORIA

Como hace más de tres mil años, los pescadores gaditanos pescan el atún salvaje entrada la primavera, cuando el atún rojo cruza por el Estrecho de Gibraltar rumbo al mar Mediterráneo y los capturan en ese laberinto que son las almadrabas, un arte de pesca tradicional y también espectacular que se remonta a los fenicios.

Zahara de los Atunes, Barbate, Conil de la Frontera y Tarifa celebran con ferias y fiestas la llegada del atún salvaje, el más rico, el más versátil, el más sabroso.

El atún ha formado parte de la provincia, desde que aparecía en las monedas que acuñaba la ceca de Cádiz, hasta nuestros días, en los que da forma al paisaje y se ha convertido en protagonista de la más alta cocina.

Tras el despiece de un atún —que en el argot se denomina ronqueo— y la imaginación de los cocineros, surgen platos y sabores diferentes.

Los bares y restaurantes hasta entrado el verano compiten por ofrecer los platos más exquisitos de la cocina tradicional y de la cocina innovadora.

Todos los pueblos de la zona celebran *show cookings*, rutas de la tapa y concursos de fotografías. Ferrán Adriá, Arzak, Ángel León y Daniel García ya han estado aquí para probarlo.

CONIL, BARBATE, TARIFA AND ZAHARA CELEBRATE A TRADITION WITH OVER 3000 YEARS OF HISTORY

For over three thousand years the fishermen in Cadiz have been fishing wild tuna in the Spring, when the red tuna cross through the Gibraltar Strait on their way to the Mediterranean Sea and are caught in the maze of tuna nets, a spectacular, traditional fishing method dating back to the Phoenicians.

Zahara de los Atunes, Barbate, Conil de la Frontera and Tarifa hold fairs and festivities to celebrate the arrival of the wild tuna, the richest, most versatile and tastiest tuna.

Tuna has formed part of the Province's heritage ever since it was minted on the coins Cadiz Mint, and remains a part of it today, giving shape to the landscape and has become a star in haute cuisine.

After gutting the tuna, known locally as "ronqueo", and the imagination of the chefs, an array of different dishes and flavours are brought out.

Until well into the summer months the bars and restaurants compete to offer the most exquisite dishes in traditional and innovative cuisine.

All the villages in the region hold cooking shows, tapas routes, photography contests. Ferrán Adriá, Arzak, Ángel León, Daniel García have all been here to try it.

LA COSTA DE CÁDIZ CELEBRA EN MAYO LA LLEGADA DEL ATÚN ROJO

THE COAST OF CADIZ
CELEBRATES THE ARRIVAL OF
THE RED TUNA IN MAY

www.cadizturismo.com



Atún rojo encebollado.

CONIL

6 de mayo al 6 de junio. www.turismo.conil.org

BARBATE

27 de abril al 1 de mayo. www.turismobarbate.es

ZAHARA DE LOS ATUNES

10-15 de mayo. www.rutadelatun.com

TARIFA

Primera semana de junio www.aytotarifa.com/turismo



Asturias,

30 años de turismo rural

A veces damos por sentado que mucho de lo que nos rodea siempre ha estado ahí, sin embargo suele ser más bien al contrario. Todo tiene su historia, y la del turismo rural en España también. Lo que hoy conocemos como una fórmula para disfrutar de nuestros viajes hace apenas 30 años no existía. En aquel entonces España ofrecía poco más que sol y playa, poco más había para poder disfrutar de uno de los países con más rico y variado patrimonio cultural, buena parte del cual se encontraba precisamente en sus pueblos.

Traducción / Translation: Jane Singleton.

► Majada en el concejo asturiano de Caso.
Pasture land in the municipality of Caso.
© Manuel S. Calvo.



Asturias

30 years of rural tourism

Sometimes, we assume too much. For example, we assume that what surrounds us has always been there when it can be quite to the contrary. Everything has a history including rural tourism in Spain. What we see today as normal did not exist 30 years ago. At that time, tourism in Spain was limited to sun, sea and sand. In spite of being a country with a rich and varied cultural heritage, Spain did not then have much more to offer tourists than the previously mentioned sun, sea and sand.



Pocas personas en aquel entonces hubiesen pensado que el turismo era posible más allá de aquel modelo que había nacido en la década de los años sesenta del pasado siglo. Sin embargo, tras unos cuantos años de debates, trabajo y planificación un proyecto estaba a punto de ver la luz en Asturias.

TARAMUNDI 1985, PARTIDA DE NACIMIENTO

Este proyecto se concretó dando como primer fruto lo que sería el inicio del turismo rural en España; de hecho se puede afirmar que tiene partida de nacimiento, en la que figuran la localidad de Taramundi y el año 1985. En aquel año y con este municipio asturiano como centro se fraguó una auténtica revolución en la que, desde el principio, estuvieron implicadas las administraciones públicas y los propios vecinos que se sumaron a un proceso de transformación y cambio de mentalidades que modificaría a mejor el futuro de muchas localidades. Desde entonces, los pueblos asturianos han tenido en el turismo rural uno de sus principales aliados para hacer resurgir sus costumbres más enraizadas, para reivindicar sus platos más ancestrales, para restaurar su patrimonio y para impulsar un modelo de desarrollo sostenible respetuoso tanto con el medio ambiente como con la dimensión cultural y social de las áreas rurales asturianas.

La puesta en marcha de un hotel de cuatro estrellas en las instalaciones de la antigua casa rectoral de Taramundi, un municipio en el extremo occidental de Asturias, tendría el honor de fijar el nacimiento del turismo rural tal y como hoy lo conocemos. Allí se materializó la ambición de revitalizar los pueblos a partir de su patrimonio, tanto cultural como medioambiental, vinculándolos a nuevas actividades de ocio y a instalaciones de primera calidad. A partir de entonces, este modelo de turismo rural no ha hecho más que crecer en oferta y en posibilidades.

► El arco iris corona edificaciones de Proaza.
Beautiful view of a rainbow over Proaza.
© Eduardo Velasco.

Few would have thought back then that it would be possible to introduce a new tourism model, different to the one created during the 1960s. However, after much debate, years of work and planning, a new type of tourism did finally come to light in Asturias.

TARAMUNDI 1985 BIRTH CERTIFICATE

The result of the Taramundi project was the first step in the development of rural tourism in Spain. In fact, the project has its own birth certificate with date and place of birth: 1985, Taramundi. This was the year the Asturias municipality of Taramundi became the centre of an exciting revolution. Both the residents and local administration took part in this important transformation process, a process that was to be responsible for a change of mentality that would eventually improve the future of a large number of towns and villages. Over the years, rural tourism has become one of the main allies of many small towns and villages, contributing in numerous ways to the revival of the area's most deeply-rooted customs, the vindication of its ancient gastronomic specialities, restoration of its patrimony and promotion of a sustainable development model that respects both the environment and the cultural and social dimensions of Asturias' rural areas.

The inauguration of a 4-star hotel, housed in the former rectory of Taramundi located on the far western side of Asturias, marked the beginning of rural tourism in Spain as we know it today. The inauguration of this country hotel brought about the cultural and environmental



ASTURIAS CUENTA CON UNA RED DE
MÁS DE 1.800 ESTABLECIMIENTO DE
TURISMO RURAL

*ASTURIAS IS HOME OF A NETWORK
OF OVER 1,800 RURAL TOURISM
ESTABLISHMENTS*

► Preparando la miel en Ibias.
Collecting honey in Ibias.
© José Ramón Navarro Tudela.



EN ESTOS 30 AÑOS EL TURISMO RURAL
ASTURIANO HA SIDO CAPAZ DE “HACERSE
MAYOR” SIN PERDER UN ÁPICE DE SU
CALIDEZ Y AUTENTICIDAD

Treinta años después de aquella apertura, el turismo rural asturiano sigue estando a la cabeza en muchos parámetros, lo que hace que siga siendo la referencia para quien quiere disfrutar de su tiempo libre en plena naturaleza.

El turismo rural ya no es necesariamente sinónimo de turismo contemplativo, muy al contrario, ha sabido diversificarse y especializarse ofreciendo propuestas adecuadas a cualquier preferencia. El turismo rural en Asturias ha sabido sumar y unirse a otra serie de iniciativas que van desde el descenso de ríos o la escalada a descubrir el mundo de la apicultura o los procesos productivos tradicionales que culminan en quesos como el cabrales.

En treinta años han cambiado muchas cosas y en el caso de las propuestas del turismo rural asturiano los cambios han sido a mejor, permitiendo descubrir al viajero todas y cada una de las posibilidades que ofrece una tierra profundamente apegada a las tradiciones y a su entorno, haciendo posible que sean compartidas y disfrutadas.

De oriente a occidente y de norte a sur, el Principado cuenta con una red de más de 1.800 establecimientos de turismo rural, singulares y diversos, como es la propia Asturias. Ya sea en una de las seis reservas de la biosfera de la Unesco o al pie de la costa que sigue siendo la mejor preservada de toda España, en estos establecimientos es donde más fuertemente se vive el “paraíso natural”.

EL PORTAL [TURISMOASTURIAS.ES](https://turismoasturias.es)
INTEGRA TODA LA OFERTA DE TURISMO
RURAL DE ASTURIAS



Palacio Fernández Heres, en Grado.
The Fernandez Heres Palace in Grado.
© Arnaud Späni.



RURAL TOURISM IN
ASTURIAS HAS “MATURED”
OVER THE PAST 30 YEARS
WITHOUT LOSING AN IOTA
OF ITS WARMTH AND
AUTHENTICITY

revitalisation of a large number of towns and villages and the creation of numerous recreational activities and first class installations. Since then, the growth rate of the Spanish rural tourism sector has been responsible for a strong increase in both supply and demand.

Thirty years after the inauguration of the first rural tourism hotel in the municipality of Taramundi, Asturias continues to lead the sector as an important reference point for both nature lovers and rural tourism enthusiasts.

Rural tourism is no longer synonymous with contemplative tourism. To the contrary, it has diversified and specialised over the years to provide for the needs of a wide range of public. This important tourism sector has become the promoter of all kinds of initiatives ranging from adventure sport activities such as rafting and rock climbing to providing tourists with the opportunity of discovering other things such as the world of beekeeping or production methods used in Cabrales cheese making.

In thirty years, a lot has changed. In the case of rural tourism in Asturias, these changes have been for the better. The introduction of rural tourism has allowed visitors to get to know the amazing Principality of Asturias, a land deeply attached to its traditions, and enjoy its impressive natural resources and magnificent cultural and artistic legacy.

From east to west and north to south, Asturias has a network of over 1,800 rural tourism establishments as singular and diverse as Asturias itself. Whether it is in an establishment located in one of the six areas declared biosphere reserves by the Unesco or along what is one of the best preserved coastlines in Spain, these establishments are where visitors will experience what it is really like to live in a “natural paradise”.

FURTHER INFORMATION REGARDING
RURAL TOURISM IN ASTURIAS CAN BE
FOUND AT WWW.TURISMOASTURIAS.ES

CASONAS ASTURIANAS Y ALDEAS DE ASTURIAS

De entre todos los establecimientos que componen la oferta de turismo rural asturiano, hay algunos que destacan por sus infraestructuras y los servicios que prestan. Se trata de los que establecimientos que integran las marcas “Casonas Asturianas” y “Aldeas de Asturias”, la primera formada por hoteles rurales y la segunda por casas de aldea y apartamentos turísticos. Un total de 106 establecimientos en la vanguardia y que marcan el camino a seguir en el conjunto de un sector que cuenta con más de 16.000 alojamientos en toda España.

Como en cualquier nacimiento, en 1985 sin duda hubo inquietud acerca del éxito de aquella iniciativa que pretendía hacer que nuestros pueblos tuviesen en el turismo uno de sus recursos. Treinta años después lo cierto es que no sólo ha sido así, sino que además el turismo rural asturiano ha sido capaz de crecer innovando sin perder un ápice de su calidez y su autenticidad.

CASONAS ASTURIANAS AND ALDEAS DE ASTURIAS

Amongst the establishments that make up the Asturias rural tourism network, there are a number that stand out for the quality of the infrastructures and services they offer. These include members of the “Casonas Asturianas” and “Aldeas de Asturias” tourism networks. The first is a network made up of a range of rural hotels while the second is a network of village houses and holiday apartments. A total of 106 establishments stand at the forefront here with Asturias leading the way forward for a sector with over 16,000 establishments in the whole of Spain.

As in the launch of any new project, there would have undoubtedly been, in 1985, a certain amount of nervousness about introducing an initiative aimed at turning rural tourism into an economic resource. Thirty years later, not only has rural tourism in Asturias become a reality, it has also continued to innovate without losing an iota of its warm and authenticity.



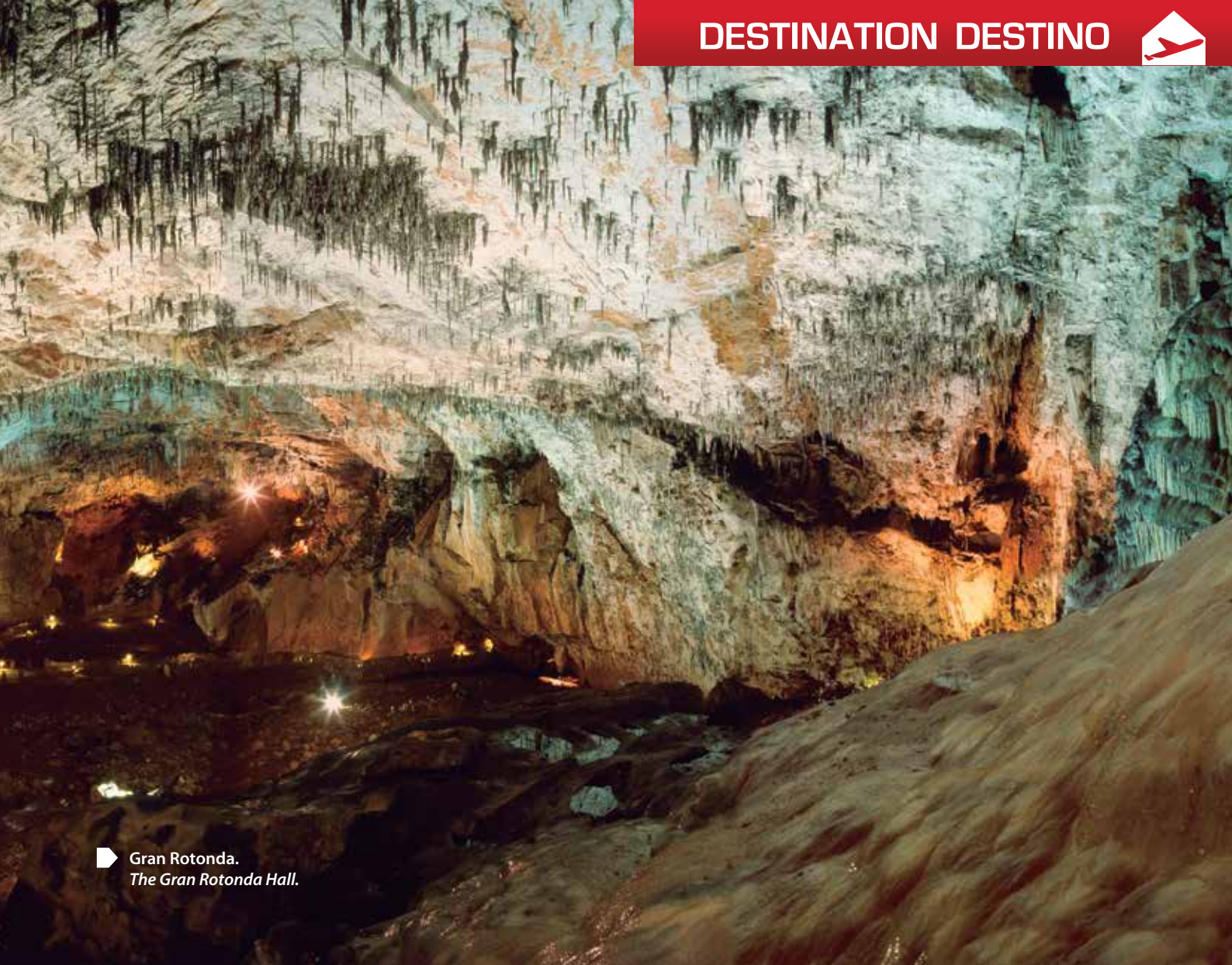
Valporquero, un tesoro geológico en León

Traducción / Translation: Jane Singleton.

Uno de los enclaves naturales más importantes con los que cuenta la provincia de León es, sin duda, la Cueva de Valporquero. Situada en la Cordillera Cantábrica, se encuentra enclavada en una de las siete reservas de biosfera declaradas por la Unesco con las que cuenta León, la de Los Argüellos.

El calendario oficial de la temporada 2016 de la cueva ha establecido que Valporquero, que abrió sus puertas el pasado 5 de marzo, podrá visitarse hasta el 18 de diciembre. Un total de 242 días en los que, como cada año, pasarán miles de turistas.

Además, el 2016 se celebra una efeméride muy importante, ya que la cueva cumple su 50 aniversario de apertura al público, después de que la Diputación de León acondicionara y dotara de los servicios necesarios a este enclave por el que la pasada temporada pasaron 61.950 personas. Para conmemorar esta efeméride, la institución provincial está organizando diferentes actividades que se desarrollarán durante todo el año.



► Gran Rotonda.
The Gran Rotonda Hall.

Valporquero, Geological treasure in Leon

The Valporquero Cave is, without a doubt, one of the province of Leon's most beautiful natural treasures. Situated in the heart of the Cantabrian mountain range, it can be found in the Los Argüellos Biosphere Reserve, one of the seven areas that have been declared biosphere reserves by the Unesco.

This year, the magnificent Valporquero Cave will be open to the public from 5th March to 18th December and, as in previous years, will most likely be visited by thousands of visitors. Close to the village of Valporquero de Torio in the municipality of Vegacervera, just 47 km from Leon, the provincial capital, access to the cave will be permitted during a total 242 days this season.

In addition, the Valporquero Cave celebrates its 50th anniversary this year. The provincial government took responsibility for the rehabilitation works carried out on the cave and its surroundings. According to the number of registered visits, this beautiful tourist attraction received a total of 61,950 visitors. As part of this year's 50th anniversary celebrations, the provincial government will be organising an important number of activities and events programmed to take place throughout the season.



LA CUEVA

El acceso a la cueva está excavado en la montaña y ya desde ese punto se puede disfrutar del sonido de las frías y cristalinas aguas del arroyo Valporquero. Cuenta con diferentes salas, cada una de ellas repleta de singularidades.

La sala Pequeñas Maravillas destaca por las formas creadas por la piedra durante siglos que evocan figuras en las que se puede reconocer a la Virgen y el Niño, La Torre de Pisa o Las Gemelas; la Gran Rotonda es la sala que cuenta con mayores dimensiones con más de 100.000 metros cúbicos de vacío subterráneo; Las Hadas está coronada en época de lluvias por una cascada de más de 15 metros; y la Sala Maravillas, en la que existen miles de puntiagudas y coloridas estalactitas. Estos son solo algunos de los atractivos que hacen de ella una singular cueva en lo que a este tipo de formaciones se refiere.

THE VALPORQUERO CAVE

The entrance to the cave can be located on one of the local mountain sides. As visitors enter, they will be treated to the haunting sound of the ice-cold crystalline waters of the Valporquero Stream. The cave was formed during the Pleistocene, when the icy waters of the above-mentioned stream trickled silently down between the limestone rocks. Visitors to the cave will find here a number of singular halls.

Amongst these, we would mention the Pequeñas Maravillas Hall with its unusual formations evoking figures such as Our Lady and the Child, the Tower of Pisa and the Twins. Also worth mentioning is the Gran Rotonda Hall, with a subterranean surface area of 100,000 cubic meters, the largest hall in the Valporquero Cave. Finally, we would mention the beautiful Hadas Hall topped with a 15 meter high waterfall during certain times of the year and the Maravillas Hall, home of thousands of colourful stalactites.





EL ACCESO A LA CUEVA ESTÁ EXCAVADO
EN LA MONTAÑA

THE ENTRANCE TO THE CAVE IS
LOCATED ON THE MOUNTAINSIDE

Lago Pequeñas Maravillas.
Safety raiting in the cave.



► PÁGINA WEB

Valporquero cuenta también con una moderna página web, www.cuevadevalporquero.es, que busca difundir los atractivos de la cueva, ampliando la información, incluso, con contenido multimedia. Así, los usuarios pueden dar su opinión, hacer preguntas o sugerencias, conocer el estado de las instalaciones y la climatología o las novedades. Tiene también visitas con fotos panorámicas de 360° para explorar las diferentes estancias.

Cuenta con una cámara web exterior e interior de la cueva, un mapa interactivo para que se pueda planificar el viaje y la llegada, indicación de las coordenadas por GPS, rutas de montaña y promoción de turismo activo, además de información turística de la zona, como las fiestas y tradiciones.

► WEB PAGE

The Valporquero Cave also has its own web page, www.cuevadevalporquero.es, where visitors will find all kinds of interesting information. This modern website includes a variety of multimedia content that enables visitors to give their opinion, ask questions or make suggestions. Visitors can also see the cave, check the weather and keep up-to-date with regard to novelties. The webpage also includes a number of 360° panoramic views of the cave's halls.

Access to the exterior and interior short circuit cameras, an interactive map for planning, GPS coordinates, mountain trail and active tourism information and information regarding festivals and traditions is also available.





Lago Pequeñas Maravillas.
The Pequeñas Maravillas lake.

RESULTA MUY VISTOSA LA
ESPELEOLOGÍA A TRAVÉS DEL CURSO
DE LAS AGUAS

POTHOLING ALONG THE CAVE'S
WATERCOURSE

ACTIVIDADES

Desde la Diputación Provincial se ponen en marcha servicios de los que pueden disfrutar los usuarios, como el Punto de Información Provincial, una herramienta desde la que se informa sobre los recursos turísticos de toda la provincia, contando con las nuevas tecnologías, o una muestra de trabajos de artesanos leoneses.

Además, se puede disfrutar de la Ruta del Exocarts, para contemplar las diversas formaciones que crea el agua en el exterior. La dificultad de esta ruta de senderismo es media-baja, con una duración de 75 minutos, con lo que la pueden recorrer todos los visitantes.

Otro de los atractivos de Valporquero son los deportes de naturaleza, tanto dentro como en el entorno de las instalaciones. Destaca la práctica de senderismo, bicicleta de montaña, escalada o barranquismo y es sobre todo atractiva la espeleología, a través de su impresionante curso de aguas.

Dentro de las rutas de montaña destacan la Ruta de Valporquero y Coladilla, de 11 kilómetros de longitud, donde se puede disfrutar de la naturaleza y de algunos restos

del ramal del Camino de San Salvador a Oviedo, como lo demuestran las conchas jacobeanas labradas en su iglesia románica del siglo XII, o la Ruta de los Sierros Negros y el Cardayal, de 5 kilómetros, que conserva restos de castros prerrománicos o edificaciones medievales.

ENTORNO, CULTURA Y TRADICIONES

La cueva de Valporquero se encuentra ubicada en un entorno privilegiado, en la Reserva de los Argüellos entre la naturaleza salvaje y los pueblos de montaña, en el que tampoco faltan las tradiciones, el patrimonio cultural y las gentes acogedoras de esta zona de la provincia de León. Tampoco una flora interesante y varias especies animales, entre las que destaca el oso.

Sobresalen en este enclave las Hoces de Vegacervera, un entramado paredes de roca verticales esculpidas por el río Torío y rodeado por bosques de hayas, robles y enebros, donde se puede disfrutar de las formas creadas en las piedras por el efecto del agua y otros fenómenos. Además, en el hayedo de Valporquero, entre espinos, albares y acebos, se pueden observar especies como el corzo, entre otras.





HORARIO 2016

Del 5 de marzo al 30 de abril y del 1 de octubre al 18 de diciembre: de jueves a domingo, festivos nacionales, autonómicos y puentes (incluidos todos los días de Semana Santa y el Lunes de Pascua).

Del 1 de mayo al 30 de septiembre: todos los días de la semana.

ACTIVITIES

The provincial authorities have also organised a variety of services here. These include the Provincial Information Point, a service where visitors are able to obtain, through the use of up-to-date technology, information regarding tourist activities in the entire province of Leon. Activities include, amongst others, local handcraft exhibitions.

While here, visitors should look out for the Exocarts Tourist Route where they will be able to enjoy the sight of a number of unusual rock formations. The level of difficulty for this route is medium to low and takes approximately 75 minutes to complete. It is considered appropriate for all kinds of public.

The Valporquero Cave and its surroundings are also suitable for practising adventure sports. Amongst these, we would mention hiking, mountain biking, rock climbing, canyoning and, of course, potholing. Potholers are invited to follow the 'course of the waters' route here guaranteed to surprise and delight.

Amongst the different hiking routes, we would mention the 11-kilometre long Valporquero and Coladilla Route where visitors will enjoy superb natural surroundings while discovering the remains of a branch of the Way of San Salvador along with a 12th century Romanesque church, famous amongst other things, for its Jacobean shell adornments. Alternatively, visitors might prefer the 5-kilometre long Sierras Negros and Cardayal Route with its Pre-Romanesque fort and medieval building remains.

ENVIRONMENT, CULTURE AND TRADITIONS

As mentioned previously, this popular tourist site is situated in the impressive Argüellos Biosphere Reserve. It is located between wild nature and picturesque mountain villages well-known for their ancient traditions, cultural heritage and friendly inhabitants. It is also home of a wide variety of interesting flora and fauna that includes the brown bear.

The Hoces de Vegacervera, with its maze of vertical rock walls sculpted by the River Torio and oak, beech and juniper trees, is also worth a visit. Meanwhile, the Valporquero Beech Grove provides visitors with the opportunity of spotting, amongst hawthorn, *albares* and holly bushes, the odd roe deer.

Horarios de taquilla:

- Meses de marzo, abril, octubre, noviembre y diciembre: de 10.00 a 17.00 horas ininterrumpidamente.

- Meses de mayo, junio, julio, agosto y septiembre: de 10.00 a 18.00 horas de forma ininterrumpida.

Horarios de visita especial:

- Meses de marzo, abril, octubre, noviembre y diciembre: laboral. A las 12.30 y a las 15.45 horas. Fines de semana, festivos y puentes. A las 11.30, 13.15 y 15.45 horas.

- Meses de mayo, junio, julio y septiembre: Laboral: a las 12.30 y a las 16.30 horas.

fines de semana, festivos y puentes: A las 11.30, 13.00, 15.00 y 16.30 horas.

- Mes de agosto: todos los días a las 11.30, 15.00 y 16.30 horas.

TIMETABLE 2016

The Valporquero Cave will be open to the public this season during the following periods:

- From 5th March to 30th April and 1st October to 18th December, from Thursday to Sunday during national, regional and bank holidays (including Easter Week).

- From 1st May to 30th September, Monday to Sunday. Ticket office.

Entrance tickets may be purchased from the ticket office as follows:

- During March, April, October, November and December from 10.00 hours to 17.00 hours.

- During May, June, July, August and September from 10.00 hours to 18.00 hours.

Special visits:

Special visits are available as follows:

- March, April, October, November & December: Workdays at 12.30 hours and 15.45 hours.

Weekends, holidays and long weekends at 11.30, 13.15 and 15.45 hours.

- May, June, July and September:

Workdays at 12.30 hours and 16.30 hours.

Weekends, holidays and long weekends at 11.30, 13.00, 15.00 and 16.30 hours.

- August: Monday to Sunday at 11.30, 15.00 and 16.30 hours.





HYUNDAI i20 ACTIVE

Un toque aventurero

Texto / Text: Manuel Muñoz.

El todoterreno está de moda. Así lo confirma la continua llegada de nuevos modelos al mercado del automóvil caracterizados por una imagen y comportamiento de marcado enfoque *off-road*. Este es el caso del nuevo Hyundai i20 Active. La firma coreana ha decidido ampliar su catálogo *crossover* con esta nueva variante realizada sobre la base de su utilitario compacto i20. Aprovechando la carrocería de cinco puertas se ha elaborado un más que atractivo trabajo para dotarle a esta versión Active de un toque de lo más aventurero.

Para ello se ha aumentado en dos centímetros la altura libre del suelo a la vez que se le han añadido diversos elementos estéticos para conseguir esa diferenciación estética respecto al resto de la gama. Entre ellos destacan las protecciones situadas en los paragolpes delanteros y traseros, los faldones y protecciones laterales, los más prominentes pasos de rueda o las barras portaequipajes de techo plateadas. Un nuevo diseño de sus llantas de 17 pulgadas o el exclusivo color *morning blue* también contribuyen a distinguir al i20 Active.

Pero una de las principales novedades de esta oferta i20 es el estreno del motor T-GDI de 1.0 litros, un propulsor turboalimentado de inyección directa y tres cilindros que se ofrece en dos versiones de potencia de 100 y 120 CV. Al igual que en las versiones i20 de cinco puertas e i20 Coupé, el motor diésel de 1.4 litros y 90 CV, es la alternativa al motor de gasolina en el i20 Active. Todas estas plantas motrices recurren a cajas de cambio manuales. Ya a la venta en España, el catálogo se estructura además en torno a los niveles de acabado Klass, Tecno y Style.

An adventurous touch

All-wheel-drives are in. This is confirmed by the continuous arrival of new models in the car market characterised by their off-road image and performance. This is the case of the Hyundai i20 Active. The Korean firm decided to further its crossover catalogue with this new version based on the i20 compact utility car. Taking advantage of the five-door bodywork, a more attractive design has been achieved to give this Active version a more adventurous touch.

To do so the ride height has been increased by two centimetres, whilst other more aesthetic items have been added to differentiate this version from the rest of the models in the range. These included the protectors fitted to the front and rear fenders, the side skirts and side protectors, the more prominent wheel arches and silver coloured roof bars. The new design of the 17 inch wheels or the exclusive "Morning Blue" colour also contributes to distinguishing the i20 Active.

But one of the main novelties in this version of the i20 is the new 1-0 litre T-GDI engine, a turbo-charged, direct injection, three cylinder engine available in two versions producing 100 or 120 hp. As is the case with the five door i20 and i20 Coupé, the 1.4 litre, 90 hp diesel engine is the alternative to the petrol engine in the i20 Active. All these power trains resort to manual gearboxes. Already available in Spain, the catalogue is structured around the Klass, Tecno and Style levels of finish.



AUDI RS Q3

Puras prestaciones

Con la incorporación de las carismáticas siglas RS de Audi a la gama Q3, el escalón de acceso a la oferta todoterreno alemana se refuerza con esta versión de altas prestaciones. Todo un alarde de tecnología y estética que hace de este SUV compacto un auténtico pura sangre.

Para ello los responsables del equipo del desarrollo de este Q3 RS han elegido el motor de cinco cilindros y 2.5 litros de cilindrada, 340 CV y 450 Nm de par máximo. Un despliegue de potencia que hace que necesite tan sólo 4,8 segundos para pasar de 0 a 100 kilómetros a la hora y alcanzar una velocidad punta, limitada electrónicamente, de 250 kilómetros a la hora. Todo ello gestionado a través de una caja de cambios automática secuencial S-tronic de siete velocidades, y el sistema de tracción total *quattro*. El consumo medio de combustible anunciado por la marca alemana es de 8,4 litros cada 100/km, que se corresponde con unas emisiones de 198 g/km de CO₂.

El Q3 RS también demuestra todo su carácter gracias a una distintiva imagen y un nivel de equipamiento específico. En su carrocería destacan de manera especial los llamativos paragolpes, mientras que en el interior predomina el color negro. Los asientos deportivos están disponibles opcionalmente en cuero napa fina con guateado de rombos, mientras que en el cuadro de instrumentos, las esferas de color gris incorporan agujas rojas y el sistema de información al conductor ofrece un menú RS especial con *lap timer* e indicación de la temperatura del aceite y de la presión de sobrealimentación. Una auténtica atmósfera de competición para uno de los todoterrenos más explosivos del mercado.

Pure performance

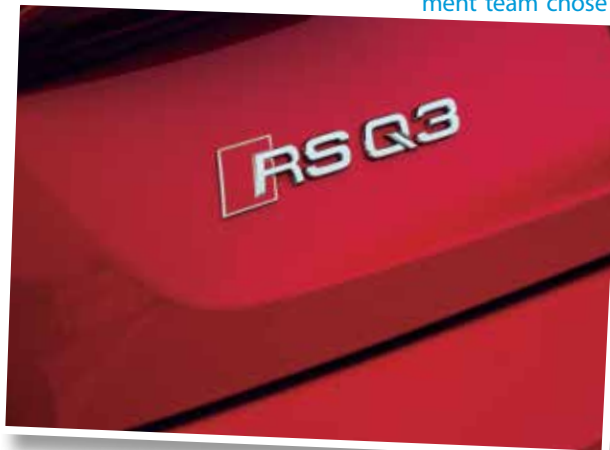
With the inclusion of the charismatic initials "RS" by Audi to the Q3 range, the first rung on the German all terrain vehicle range is reinforced with this high performance version. This is a show of force in technology and aesthetics making this compact SUV an authentic thoroughbred.

To achieve this the people in charge of the Q3 RS development team chose the five cylinder 2.5 litre engine

producing 340 hp and 450 Nm of maximum torque. This show of strength means that it only takes 4.8 seconds to accelerate from 0 to 100 kilometres per hour reaching an electronically limited top speed of 250 kilometres per hour. This is all managed through an automatic S-tronic sequential gearbox with seven gears, and the quattro all wheel drive system. Average consumption reported by the

German manufacturer is 8.4 litres per 100 km, with CO₂ emissions of 198 g/km.

The Q3 RS shows off its personality with a distinctive image and specific level of equipment. The striking fenders are particularly noticeable, whereas on the inside, the predominant colour is black. The sports seats are available in fine nappa, quilted leather upholstery, whereas the instrument panel, the grey clocks feature red needles and the driver information system has a special RS menu with lap timer and oil temperature, and supercharger pressure. The environment is pure competition for one of the most explosive all-wheel-drives on the market.





EL HYUNDAI TUCSON RECIBE EL PREMIO MEJOR COCHE DEL AÑO EN ESPAÑA 2016

El Hyundai Tucson ha sido galardonado con el premio al Mejor Coche del Año 2016. La entrega de esta distinción se realizaba en la Casa de ABC en un acto presidido por el presidente del Gobierno en funciones, Mariano Rajoy. Dong Huwy Park y Leopoldo Satrústegui, presidente y director general de Hyundai Motor España, respectivamente, recogían el galardón que otorga anualmente el diario ABC gracias al apoyo masivo de los periodistas de las diferentes cabeceras nacionales que conforman el jurado. Esta es la tercera vez que un modelo de Hyundai es reconocido con el premio más prestigioso de la industria del automóvil en España, después de que el i30 lo fuera en 2008 y el ix35 en el 2011. Un nuevo logro para la marca asiática en nuestro país, que demuestra el avance tanto tecnológico como de calidad y diseño que ha experimentado Hyundai desde su llegada a nuestro país.

THE HYUNDAI TUCSON AWARDED BEST CAR OF THE YEAR 2016 IN SPAIN

The Hyundai Tucson has been named Car of the Year 2016. This prize-giving ceremony took place at Casa de ABC at an act presided by the President in Functions of the Government, Mariano Rajoy. Doug Huwy Park and Leopoldo Satrústegui, Chairman and Managing Director of Hyundai Motors Spain respectively, collected the prize awarded annually by the newspaper ABC thanks to massive support by journalists from the different press comprising the panel of judges. This is the third time that a Hyundai vehicle has been awarded the most prestigious prize in the automobile industry in Spain, after successes by the i30 in 2008 and the ix35 in 2011. This new achievement by the Asian brand in our country just proves the technological progress it has made, and the quality and design improvements Hyundai have implemented since they started marketing their vehicles in our country.



Ford completa su gama SUV con el nuevo Edge

La firma del óvalo ya tiene todo listo para el lanzamiento del Edge en el mercado europeo. Se trata de la tercera alternativa de su gama todoterreno que hasta ahora estaba compuesta por los modelos EcoSport y Kuga. Esta variante se sitúa en lo más alto de su catálogo para consolidar la apuesta *crossover* de la firma americana. El elegante Edge se presenta en dos versiones diésel TDCi; un 2.0 de 180 CV con transmisión manual de seis velocidades junto a una segunda alternativa biturbo de 210 CV con transmisión automática PowerShift. Asimismo, el máximo exponente *off-road* de Ford incorpora innovadoras tecnologías como el sistema de tracción total inteligente de Ford (AWD), la dirección adaptativa o el asistente precolisión con detección de peatones, pionero en su segmento. Disponible en las terminaciones de acabado Trend, Titanium y Sport, la gama Edge saldrá al mercado con precios desde 43.425 euros.

Ford completes its SUV range with the new Edge

The oval badge firm is ready to launch the Edge in the European market. It is the third alternative in its all-wheel-drive range, to date consisting of the EcoSport and Kuga models. This version is positioned at the top end of the catalogue to consolidate the American brand's commitment crossovers. The elegant Edge is available in two diesel TDCi versions: a 2.0 litre producing 180 hp with six-speed manual gear shift and a second, twin-turbo model yielding 210 hp with automatic PowerShift transmission. Likewise, this top off-road exponent by Ford features innovative technologies such as the smart all-wheel-drive system by Ford (AWD), adaptive steering or the Pre-Collision Assist to detect pedestrians, a pioneer in this market segment. It is available in the Trend, Titanium and Sport finishes, and will be available on the market at prices starting from 43,425 euros.

Semana Santa de Huércal-Overa

Declarada de Interés Turístico Nacional



Semana de
Pasión en el
municipio
del levante
almeriense



Concejalía
de Cultura
Huércal-Overa



Semana Santa VIVEIRO

DECLARADA DE INTERÉS TURÍSTICO INTERNACIONAL



MÁS INFORMACIÓN:

- www.semanasantadeviveiro.com
- Oficina Municipal de Turismo: 982 560 879
- e-mail: oficinaturismo@viveiro.es
- www.viveiro.es
- <https://www.facebook.com/turismoviveiro>

MORE INFORMATION:

- www.semanasantadeviveiro.com
- Viveiro Tourist Office: 982 560 879
- e-mail: oficinaturismo@viveiro.es
- www.viveiro.es
- <https://www.facebook.com/turismoviveiro>



Available on the
App Store

Available on the
Google Play

VIVEIRO (Spain)
43° 39' 41" N
7° 35' 40" W



Semana Santa grande en una ciudad pequeña

Desde el siglo XIII

La Semana Santa de Viveiro declarada de Interés Turístico Internacional desde el año 2013 es considerada la mejor del norte de España tanto por la riqueza y grandiosidad de sus imágenes como por su antigüedad, ya que se remonta al siglo XIII con el asentamiento en la ciudad de las órdenes mendicantes de franciscanos y dominicos que al objeto de divulgar la pasión de Cristo entre el pueblo llano, idearon una serie de actos litúrgicos y representaciones procesionales (algunas con imágenes articuladas, que siguen utilizándose actualmente).

Todo ello dio lugar a la aparición de cofradías. Las más antiguas, la Venerable Orden Tercera Franciscana y la Ilustre Cofradía del Santísimo Rosario, encargándose de los dos actos principales de la Semana Mayor, el día de Viernes Santo. El Encuentro por la mañana y El Descendimiento por la tarde (ambas con imágenes articuladas).

En 1944 se crea la Cofradía del Santísimo Cristo de la Piedad, en 1947 la Hermandad del Prendimiento, en 1951 la Hermandad de las Siete Palabras, en

1953 la Hermandad de la Santa Cruz, en 1989 la Cofradía do Nazareno dos de Fora y por último en el año 2006 la Cofradía de la Misericordia.

El visitante se encontrará un completo programa de procesiones (que con unos pasos majestuosos desfilan por las estrechas calles, por las que pasan a duras penas), actos litúrgicos, exposiciones de imaginería y fotografía y conciertos, desde el Viernes de Dolores hasta el Domingo de Resurrección. También pueden contemplarse las imágenes procesionales en las dos iglesias parroquiales, en el pazo da Misericordia y (en una enorme carpa) en la exposición "Antesala de un Museo".

La implicación de la ciudad es total pues son más de 3.000 los vivarienses que forman parte de las ocho cofradías existentes y muy pocos los que de una u otra forma no participan de esta celebración. Téngase en cuenta que en alguna procesión participan más de mil personas, en un municipio de poco más de 16.000 habitantes.

Holy Week in Viveiro, declared of International Tourist Interest since 2013, is considered the best in the North of Spain, both for the richness of its imagery and its age, its beginnings go back to the 13th century with the settlement in the city of two mendicant orders, Franciscans and Dominicans.

From these two congregations come the two oldest guilds, the Venerable Third Order Franciscan and Illustrious Rosario Brotherhood, responsible for carrying out since time immemorial the two main events of Holy Week (The Encounter and The Descent).

In our Easter comes together tradition and innovation, over the centuries it has had a continuous improvement process, new processions, incorporation of images, but always retaining the simplicity and humility of such orders. Last century with the creation of new fraternities Easter received the final boost to continue to this day.

The involvement of the city is total, and more than three thousand people are on one of the eight confraternities and many involved in one way or another in this celebration. Visitors will find a complete program (processions, liturgical acts, exhibitions, concerts...) from Friday of the Sorrows until Easter Sunday.



IBERIA PLUS

Viena.
El vals de
la felicidad.

25%
dto. en Avios

Air Nostrum:
Para vuelos
A/desde Madrid - Badajoz.
A/desde Barcelona - Badajoz.

25%
dto. en Avios

Iberia:
Para vuelos
A/desde Madrid - Roma.
A/desde Madrid - Viena.

NUEVO

Nuevos partners para vivir experiencias memorables por todo el mundo.

Con los nuevos partners Iberia Plus: **Fiesta Rewards en México, Love Theatre en Reino Unido y Direct Ferries, en todo el mundo**, esta primavera disfrutarás de grandes planes.



Conseguir Avios es tan sencillo como disfrutarlos.



Porque cada vez que **compres, regales o transfieras Avios** estarás obteniendo mucho más: vuelos, noches de hotel... y grandes experiencias para disfrutar donde y con quien quieras.



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





RESTAURANTE ABADÍA D'ESPÍ | VALENCIA

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

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



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

HOTEL MIRAMAR | VALENCIA

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



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

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

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



FRYDA | VALENCIA

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

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

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

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

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



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

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

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

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

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



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

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

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

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

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

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

Business Class



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

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

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

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

Regalos
& Gifts..



TOMMY HILFIGER
Tommy 100 ml EDC spray

◆ 30'00€ ◆ EU 34'00€



NUXE DRY OIL
NUXE aceite no graso 100ml

◆ 26'00€ ◆ EU 30'00€



TOUS EXCLUSIVE COLLECTION
Set de miniaturas

◆ 37'00€ ◆ EU 42'00€



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

◆ 24'00€
◆ EU 30'00€



RELOJ HIPPIY CHIC
Hippy Chic Watch

◆ 15'00€
◆ EU 18'00€



RELOJ PRECISION TIME
Precision Time Watch (Unisex)

◆ 20'00€
◆ EU 24'00€



6 sabores diferentes
6 different flavours

**SET LABIAL
COCA-COLA**
Lip Smacker

◆ 12'00€
◆ EU 14'00€



BATERÍA PORTÁTIL
Portable battery

◆ 30'00€ ◆ EU 36'00€

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



**LLAVERO SOLIDARIO
AVIACIÓN SIN FRONTERAS**

Aviation Without Borders
solidarity keyring

5'00€ unidad / each



**CARTERA DE ALUMINIO
ÖGON**

Anodized aluminium card case

◆ 20'00€ ◆ EU 24'00€

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

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



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

EXPOSICIONES
Y EVENTOS CULTURALES

IBERIA REGIONAL AIR NOSTRUM

EXPOSITIONS
AND CULTURAL EVENTS

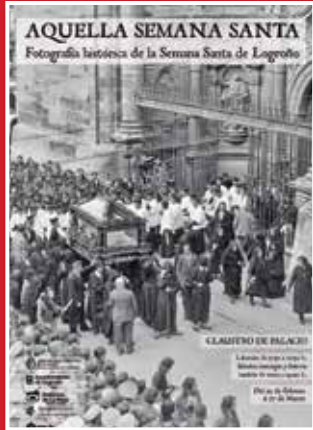
LOGROÑO

"AQUELLA SEMANA SANTA"

La Hermandad de Cofradías de la Pasión de la ciudad de Logroño, con la colaboración de la Casa de la Imagen, ofrecen esta exposición en la que —por primera vez— se recopilan fotografías antiguas de las procesiones y pasos, que abarcan el periodo comprendido desde los felices años veinte hasta la irrupción de la fotografía en color, es decir, hasta los años setenta del pasado siglo.

"THAT HOLY WEEK"

Brotherhoods of the Passion of Logroño, in collaboration with the Casa de la Imagen, organise this exhibition in which —for the first time— old photographs of the processions and paces, covering the period from the the twenties until the seventies of the last century.



GRANADA

PARQUE DE LAS CIENCIAS DE GRANADA

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

GRANADA SCIENCE PARK

History lovers will find their place in "Titanic."

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



MUSEO DE ARQUEOLOGÍA E HISTORIA

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

MELILLA'S HISTORY AND ARCHEOLOGY MUSEUM

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

PALMA DE MALLORCA

MUSEO DE MALLORCA MAJORCA MUSEUM

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

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



MÁLAGA

CAC MÁLAGA

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

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

TENERIFE

MUSEO DE LA CIENCIA Y EL COSMOS

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

THE MUSEUM OF SCIENCE AND THE COSMOS

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

MELILLA



SEVILLA

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.

AIR NOSTRUM VUELVE A DESPEGAR DESDE BADAJOZ

Un CRJ 200 procedente de Barcelona con 42 pasajeros a bordo fue el primer aterrizaje de un avión de AIR NOSTRUM en esta nueva etapa en el aeropuerto de Badajoz. AIR NOSTRUM, que estuvo operando durante una década en Extremadura, ha vuelto con una oferta que incluye vuelos a Barcelona y Madrid a lo largo de todo el año y a Mallorca e Ibiza durante las semanas centrales del verano.

Recibieron el vuelo inaugural José González, director general de Transportes de la Junta de Extremadura; Francisco Martín, director general de Turismo; Víctor Moneo, director de Ventas España de Iberia; y Juan Corral, director comercial de AIR NOSTRUM. La operación arranca con buenos datos de reservas para los próximos meses. A la fecha de inicio de operaciones, el pasado 18 de febrero, ya se habían registrado 2.900 reservas para volar a Madrid y Barcelona hasta octubre, lo que supone un crecimiento de casi 1.000 en apenas un mes, por lo que Juan Corral consideró que son cifras muy positivas.



El CRJ 200 de AIR NOSTRUM con el fuselaje adornado para la ocasión, a su llegada al aeropuerto.
The AIR NOSTRUM CRJ 200 regional jet at the airport with its fuselage decorated for the occasion.

AIR NOSTRUM RENEWS ITS FLIGHT SERVICE TO BADAJOZ

A CRJ 200 regional jet that took off recently from Barcelona with 42 passengers aboard was the first AIR NOSTRUM flight to land at Badajoz Airport following the reintroduction of flight operations after previously operating here for over a decade. This new service includes all-year-round flights from Badajoz to Barcelona and Madrid and a high summer season flight service to Majorca and Ibiza.

This inaugural flight was met at the airport by Mr. Jose Gonzalez, General Director of Transport of the Autonomous Government of Extremadura; Mr. Francisco Martin, General Director of Tourism; Mr. Victor Moneo, Sales Director of Iberia Spain, and Mr. Juan Corral, Commercial Director of AIR NOSTRUM. The new flight service

has got off to a good start with a large number of reservations being made. Following the inaugural flight which took place on 18th February, some 2,900 reservations have been registered on flights from Badajoz to Madrid and Barcelona. This figure represents nearly 1,000 reservations per month which Juan Corral considered a very positive growth rate in such a short time



El presidente de AIR NOSTRUM, Carlos Bertomeu, el presidente de Cantabria, Miguel Ángel Revilla y el consejero de Innovación, Industria, Turismo y Comercio, Francisco Martín.

The President of AIR NOSTRUM, Mr. Carlos Bertomeu, the President of the Autonomous Government of Cantabria, Mr. Miguel Angel Revilla, and the Minister of Innovation, Industry, Tourism and Commerce, Mr. Francisco Martin.

INAUGURATION OF THE SANTANDER-LISBON FLIGHT ROUTE

AIR NOSTRUM inaugurates this month its new Santander-Lisbon flight route. This new flight service will be available from 27th March to 29th October, 2016, and will provide two weekly Thursday and Sunday flights allowing passengers to stay for periods of three, five or seven days. The service has been designed to cover the demands of passengers from both Lisbon and Santander. According to Carlos Bertomeu, President of AIR NOSTRUM, there could also be a demand for health tourism due to Portuguese citizens having been detected journeying to the Valdecilla Hospital.

An agreement was made with the Autonomous Government of Cantabria to christen two of AIR NOSTRUM's aircraft with the names "Santo Toribio de Liébana" and "Año Jubilar Lebaniego".

INAUGURACIÓN DE LA RUTA SANTANDER-LISBOA

AIR NOSTRUM inaugura este mes la ruta Santander-Lisboa. Esta conexión que estará operativa desde el 27 de marzo hasta el 29 de octubre dispondrá de dos vuelos semanales, los jueves y domingos, lo que favorece estancias de tres, cinco o siete días. Con esta operación, se pretende atender la demanda vacacional, familiar y cultural con origen tanto en Lisboa, como en Santander, un público al que, según Carlos Bertomeu, presidente de AIR NOSTRUM, podría sumarse el del "tráfico sanitario", porque se ha detectado una bolsa de ciudadanos portugueses que son tratados en el Hospital Valdecilla.

El acuerdo suscrito con el Gobierno cántabro incluye que dos aviones de AIR NOSTRUM serán bautizados con los nombres "Santo Toribio de Liébana" y "Año Jubilar Lebaniego".

PRESENTACIÓN DEL ENLACE MADRID-BIARRITZ

Los responsables de las áreas de Comercial y Comunicación de AIR NOSTRUM, Juan Corral y Antonio de Nó, respectivamente, presentaron en Biarritz la nueva ruta que unirá la localidad vascofrancesa con Madrid. Esta conexión, que sólo opera AIR NOSTRUM, se inicia el 29 de marzo y dispondrá de un vuelo diario de domingos a viernes.

PRESENTATION OF THE MADRID-BIARRITZ FLIGHT ROUTE

The AIR NOSTRUM Commercial and Communication directors, Mr. Juan Corral and Mr. Antonio de No respectively, recently presented the new Madrid-Biarritz flight route in Biarritz. This flight route, operated solely by AIR NOSTRUM, will begin operating on 29th March and provide daily Sunday to Friday flights.



CÓMO SUPERÉ MI MIEDO A VOLAR

HOW I OVERCAME MY FEAR OF FLYING

Texto / Text: **Charo Hierro.**

Coordinadora de preferente.com.

Coordinator of www.preferente.com.

Traducción / Translation: **Jane Singleton.**

Cuando uno vive en una isla y es de fuera (*foraster*, como nos llaman no muy cariñosamente aquí en Mallorca a los peninsulares) coger un avión no es un placer, es una necesidad.

Casualidades de la vida, la primera vez que me monté en uno fue con destino a la que lleva siendo mi casa desde hace diez años. Fueron mis primeras vacaciones sin vigilancia paterna y con un noviete al lado. ¡Ya se pueden imaginar! Recuerdo que me subí a aquel aparato con una mezcla de excitación, por lo que aventuraba que ocurriría en la isla de la calma, y miedo. Mucho miedo. Bastaba cualquier ruido para sobresaltarme.

Esa sensación de canguelo siguió repitiéndose en mis siguientes vuelos, especialmente durante los despegues. Para mi estómago ese momento era igual que estar en lo alto de la montaña rusa esperando a oír el *click* que precede a un descenso vertiginoso. Incapaz de mirar por la ventanilla mantenía mis ojos cerrados fijos en el asiento delantero rezando para que aquello volviera pronto a una posición horizontal.

El aterrizaje tampoco era mi momento favorito del viaje, ¡para qué voy a negarlo! Mi reacción, como la de cualquier conductor en el asiento del copiloto, era —y aún hoy es— frenar con el pie cuando pensaba que al piloto se le había ido la mano metiendo gas y descendía a una velocidad endiablada hacia el aeropuerto de turno.

A superar mis miedos me ayudó sin duda un novio piloto que me eché y que, con paciencia y cierto aire de superioridad, se encargaba sistemáticamente de desmontar cada una de mis teorías funestas sobre tal o cual ruido. ‘Tranquila, eso solo son los *flaps*’ o ‘No hay de qué preocuparse, lo que has oído es cómo el piloto ha metido la reversa’, me decía muy serio. Yo no entendía ni papa, pero funcionaba.

A esos primeros vuelos les han sucedido muchos más. La mayoría han sido por placer, pero alguno también por trabajo. Recuerdo especialmente el de inauguración de la ruta Palma-Asturias, que acabó en Santiago de Compostela. El mal tiempo nos impidió aterrizar en Asturias y ser recibidos, a pie de pista y con sidra, por el presidente de la comunidad y un grupo de gaiteros. Nos desviaron a la capital gallega para regocijo de los ‘plumillas’, que ya teníamos algo que contar en nuestras crónicas. A los pasajeros, claro, no les hizo tanta gracia y a punto estuvieron de amotinarse.

Bajaron del avión acordándose de la madre del piloto. Y allí nos quedamos solos, periodistas y jefes de la aerolínea, esperando autorización para despegar. Mis intentos por aprovechar el desvío e irnos a comer una mariscada no surtieron efecto y dos horas después poníamos rumbo a Palma. Eso sí, para compensarnos por lo sufrido y, sobre todo, para evitar la mala prensa, nos dieron barra libre de cacahuetes y cerveza y hasta nos dejaron fumar. ¡Eran otros tiempos!

When you are a stranger (*foraster* or *outsider* as the Majorcans affectionately call us) living on an island, flying is not really a pleasure, rather a necessity.

By chance, the first flight I took was to what has been my home for the past ten years. It was the first time I had gone on holiday without my parents and was with a boyfriend. Can you imagine! I remember boarding the plane with a mixture of excitement, anticipating the adventure I was about to have, and fear, a lot of fear, jumping at the slightest noise.

I had the jitters every time I flew, especially during take-off. I felt as if I was at the top of a roller-coaster just waiting to hear the ‘click’ that comes before a vertiginous descent. I could not even look out through the cabin window, I sat with my eyes tightly shut, praying the ordeal would soon be over and I could return to a normal sitting position.

I did not like the landing procedure either, why am I going to deny it! My reaction was, and still is today, the same as a driver sitting in the passenger seat. I usually press down hard on an imaginary brake whenever the pilot seems to be going faster than he or she should, descending at a diabolical speed.

I was able to overcome my fear with the help of a pilot boyfriend who, with a lot of patience and a certain air of superiority, would systematically dismantle my numerous theories about this or that noise. “Calm down, it is only the flaps” or “Don’t worry, what you just heard was the pilot putting the engines into reverse”, he would assure me with a serious look on his face. I did not understand a word, but his explanations worked.

After those first flights came many more. The majority were for pleasure, but some were business flights. I especially remember the inaugural flight between Palma and Oviedo which actually ended up in Santiago de Compostela. Bad weather prevented us from landing at Oviedo Airport and enjoying the welcome by the President of the Autonomous Government with a pipe band and a glass of cider. We were diverted to Santiago de Compostela much to the delight of the journalists on board who now had something to write about. Of course, the passengers were not so pleased, seemingly about to mutiny at one point.

They were still fuming as they got off the plane, leaving us, journalists and airline officials, behind waiting for permission to take off. My attempt to use the diversion as an excuse for enjoying a platter of seafood was not successful. Two hours later, we were finally on our way back to Palma. To compensate for the inconvenience and to avoid any bad press, we were allowed as much beer and peanuts as we liked. They even let us smoke. Different times then!



VEN Y VIVE TU SEMANA DE PASIÓN: PROCESIONES, TAPAS, PLAYAS, CINE Y UN SOL RADIANTE

Almería, encrucijada de culturas, es una tierra orgullosa de su espléndido pasado, que forja su presente a partes iguales entre historia y modernidad. Su Semana Santa, declarada Fiesta de Interés Turístico Nacional de Andalucía en 2004, es un ejemplo de esa tradición arraigada y que continúa viva hoy en día.

Si algo hace a Almería diferente de cualquier otra ciudad en esta semana del año es el abanico de posibilidades que ofrece. En ningún otro lugar del mundo se puede combinar el olor a incienso y las marchas procesionales con la mejor gastronomía, la naturaleza y el deporte, las rutas de cine o un sol cálido que invita a los primeros paseos y baños en la playa.

La Semana Santa de Almería tiene su origen en la cristianización de la ciudad tras la Reconquista de los Reyes Católicos en 1489. Desde entonces, la historia del movimiento cofrade y de la ciudad corren paralelas y se entrelazan continuamente, no solo como expresión religiosa, sino también artística y cultural.

Esta fiesta está viva, como demuestra su evolución en los últimos tiempos, tanto en patrimonio como en el cuidado del cortejo en la calle, en ornamentación, imágenes y enseres.

Para conocer palmo a palmo cada monumento, desde la Catedral-fortaleza de Almería hasta los conventos que salpican su centro histórico, así como para vivir al máximo sus procesiones, el Ayuntamiento Almería ofrece un completo programa de visitas turísticas guiadas.

Desde el viernes 18 hasta el domingo 27 de marzo, 12 visitas guiadas desentrañarán los entresijos de la ciudad en su Semana Santa.

Almería abre sus puertas a un mundo de opciones en el que lo importante es hacer sentir a sus visitantes como en casa, en sus bares, monumentos, museos o escenarios de cine. En todas partes. Una tierra en la que no se vive una Semana Santa cualquiera, sino la Semana de Pasión de cada uno.

Más allá de las marchas procesionales que se extienden por Almería a lo largo de su Semana Santa, las opciones para disfrutar de unos días de descanso y diversión en esta capital son infinitas. Los amantes del deporte descubrirán un paraíso para los deportes náuticos, gracias a sus 16 playas y 40 kilómetros de línea de costa. El Parque Natural Cabo de Gata, el gran enclave natural de la ciudad, abre su corazón al deporte y al relax. A pocos kilómetros, en El Toyo, el Campo de Golf Alborán luce su brillante césped bajo el sol mediterráneo.

Una tierra de cine en la que escenarios de grandes superproducciones, como Indiana Jones, Lawrence de Arabia, Patton, la película Resucitado y próximamente la serie Juego de Tronos dejarán sin aliento a los visitantes de esos rincones por los que han paseado grandes estrellas. Y para brindar por todo ello, qué mejor que disfrutar de la gastronomía de una ciudad en la que lo pequeño se hace grande gracias a sus tapas, que con lo mejor del mar y de la huerta dan sabor a Almería.



OFICINA MUNICIPAL DE TURISMO
950.21.05.38.
oficinadeturismo@aytoalmeria.es

Más información
www.turismodealmeria.org
Campo de golf Alborán
www.alborangolf.com



Nuevo Hyundai Tucson. Mejor coche del año en España 2016.

Cambiar es una actitud. Ganar, una satisfacción.



#changeisgood

MEJOR COCHE
ABC 2016

Apostamos por el cambio y ganamos. Hemos conseguido un gran premio: ser el Mejor Coche del Año en España 2016. Un premio a un gran coche pero sobre todo a una actitud. Gracias a todos los que han visto en el Nuevo Hyundai Tucson una apuesta diferente.

Experimenta el poder del cambio en www.hyundai.es

Nuevo Tucson desde **18.900€**



HYUNDAI

NEW THINKING.
NEW POSSIBILITIES.



Gama Hyundai Tucson: Emisiones CO₂ (gr/km): 119-175. Consumo mixto (l/100km): 4,6-7,5.

PVP recomendado en Península y Baleares para Tucson 1.5 Eci (131CV) 4X2 BD ESSENCE (18.900€). Incl. IVA, transporte, impto. Matriculación, descuento promocional, aportación de concesionario, oferta de mantenimiento y Plan PIVE del Gobierno (Sujeto al cumplimiento de las condiciones del Plan PIVE del Gobierno). Oferta aplicable para clientes particulares que financien a través de Santander Consumer EFC S.A un importe mínimo de 13.000€ a un plazo mínimo de 60 meses. Financiación sujeta a estudio y aprobación de la entidad financiera. Oferta válida hasta 31/03/2016. Modelo visualizado: Tucson Style. Mantenimiento vinculado a la financiación del vehículo. Consulta las condiciones completas de oferta y de mantenimiento en la red oficial de concesionarios Hyundai o en hyundai.es.