

# AIR NOSTRUM

N.12 JULIO / JULY  
2018

INFLIGHT MAGAZINE

## Burgos

Entre historia  
y modernidad  
*Between history  
and modernity*

PENÉLOPE CRUZ, ENTREVISTA · INTERVIEW

LLEIDA, TURISMO ACTIVO Y NATURALEZA EXHUBERANTE · ACTIVE TOURISM AND LUSHY NATURE



# GP MOVISTAR DE ARAGÓN

21 al 23 SEPTIEMBRE 2018



-14 AÑOS  
+65 AÑOS  
**ACCESO GRATUITO**  
GRADAS 4 Y 6

+Info y entradas  
[motorlandaragon.com](#)

**[motoGP.com](#)**  
official website



**MOTORLAND**  
ARAGÓN

**GOBIERNO**  
DE ARAGÓN

# AIR NOSTRUM

INFLIGHT MAGAZINE

**EDITA/PUBLISHER**  
Air Nostrum Líneas Aéreas

**DIRECTOR COMUNICACIÓN/COMMUNICATIONS DIRECTOR**  
Antonio de Nò

**COORDINADOR**  
Francisco Romero  
prensa@airnostrum.es

**PRODUCE/CONTRACT PUBLISHER**  
Key Publishing Spain

**PRESIDENTE Y EDITOR/PRESIDENT AND PUBLISHER**  
Adrian Cox

**DIRECTOR EJECUTIVO/CHIEF EDITOR**  
Jorge Penalba  
director@nostrum.global

**REDACTORES/CONTRIBUTORS**  
Paz Ferrer  
Javier Marquerie  
Jesús Martínez  
Eva Muñoz  
Manolo Muñoz  
Javier Ortega  
Rafa Rodríguez

**TRADUCCIÓN**  
Fernando Carrero

**ILUSTRACIONES/ILLUSTRATIONS**  
José Javier Espinosa

**DISEÑO Y MAQUETACIÓN/DESIGN AND LAYOUT**  
estiu.eu

**PUBLICIDAD/ADVERTISING**  
Directora Comercial/Commercial Director  
Ann Saundry

**España**  
Ediciones de Publicaciones y Publicidad SL  
alvaro.lopez@nostrum.global  
ignacio.nebot@nostrum.global  
Tel. 616 29 04 22

**Barcelona**  
Juana Torres  
juana.torres@nostrum.global  
Tel/Fax 931 863 656  
Tel. 618 773 833

**Madrid**  
Agustina Torchia  
agustina.torchia@nostrum.global  
Tel. 660 855 386

**IMPRESIÓN/PRINTER**  
Rivadeneyra S.A.  
Torneros 16. 28900 Getafe (Madrid).  
Tel: 91 208 91 50

Impreso en España (Printed in Spain)  
Depósito Legal V1978-2017

Para descargar una versión electrónica de Air Nostrum Inflight Magazine, para consultas publicitarias, descargar el mediakit o para colaborar en la revista, por favor, visite nuestra web: [www.nostrum.global](http://www.nostrum.global)

To download an electronic version of Air Nostrum Inflight Magazine or to find out how to advertise, download the mediakit or contribute to the magazine, please visit our website: [www.nostrum.global](http://www.nostrum.global)

**IBERIA** AIR NOSTRUM



# N.12

JULIO / JULY  
2018

**Destino / Destination**

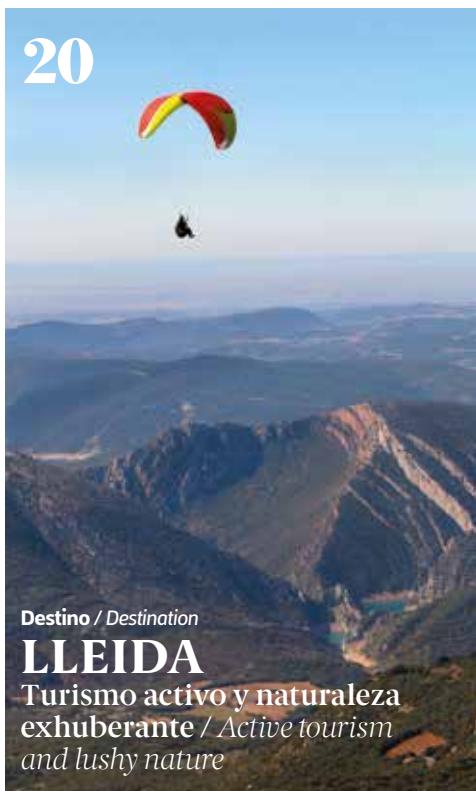
## BURGOS

Planes para disfrutar en 72 horas  
Plans for a 72-hour trip



**Entrevista / Interview**

## Penélope Cruz



**Destino / Destination**

## LLEIDA

Turismo activo y naturaleza exuberante / Active tourism and lushy nature

**26 Aprendiendo a dormir / Learning to sleep**  
Hotel Finca Cortesín

**28 Mesa reservada / Reserved table**  
Mil Grullas

**30 Moda / Fashion**  
En la maleta de... Carla Fuentes / In the suitcase of ...

**32 Belleza / Beauty**  
¡Por los pelos! /  
Don't let the summer escape your hair!

**34 Tercetos con historia / Trios with history**  
Los coches restaurantes del Orient Express /  
The Orient Express restaurant-cars

**36 Agenda / Events**  
Propuestas culturales / Cultural suggestions

**40 Motor / Motoring**  
Kia Ceed, Peugeot 508, BMW X4, Citroën Berlingo

**44 Noticias Air Nostrum / Air Nostrum news**  
**46 Mapas de destinos / Destinations maps**  
**50 Puerta de embarque / Boarding gate**

# NUESTROS PUERTOS SON PUERTAS

Porque vivir en una isla no significa vivir aislado



Ports de Balears

PALMA • ALCÚDIA • MAÓ

EIVISSA • LA SAVINA



Autoritat Portuària de Balears

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

PUERTOS son PUERTAS



En Illes Balears sabemos que nuestros puertos son las puertas de entrada y salida para dinamizar nuestra economía y nuestra sociedad. Prácticamente todo lo que necesitamos llega a nosotros a través de nuestros puertos y también son puertas de salida al sol, al mar, a la diversión, al ocio... al mundo. Nuestros puertos son puertas.

**D**ear passengers,  
It's summer time!  
After a strange spring  
(meteorology speaking), I am  
sure you are ready for a change,  
aren't you? Some of you will be  
packing your things ready to go,  
whilst others are still planning  
holidays. Whatever your  
situation, Air Nostrum offers a  
wide range of holiday flights for  
this summer.

New international tourist  
destinations, the Canary and  
Balearic Islands and the Spanish  
Mediterranean coast are  
just some of the places on the  
50-destination list. Air Nostrum  
will be flying to most of these  
between the months of July and  
September and will join the  
company's regular routes.

If you are looking to travel  
abroad, the exotic Portuguese  
region of Madeira will  
be connected to Bilbao, Madrid and Santiago de  
Compostela. The company will fly to cities like London  
or Paris from Vigo. The Italian emerald coast is also  
available thanks to the Madrid-Olbia route. These are  
some of the special international destinations we offer  
this summer season.

The Balearic and the Canary Islands are once again  
the main Spanish holiday destinations. Air Nostrum flies  
to both archipelagos from various Spanish peninsular  
cities. This way, passengers don't have to travel to Madrid  
or Barcelona in order to reach these islands. What else  
can I say? It is a treat!

This month's magazine shows you two unique and very  
different summer destinations in the form of articles.  
We dedicate a couple of pages to Lleida's active tourism  
and lush nature. Those of you who usually read my  
letters know how fond I am of this place.

We also take a special look at Burgos, a historic city  
with incredible landscapes and delicious gastronomy:  
the perfect alternative to the coast. I was there not long  
ago presenting our new route and I can assure you  
that food and wine are this land's religion. I still am  
awestruck by this city's majestic cathedral (and I promise  
you, I go there quite often!) and can't wait to discover  
everything it has to offer!

Have a nice flight,



CARLOS BERTOMEU  
Presidente de Air Nostrum President of Air Nostrum

## Bienvenido a bordo

### Welcome aboard

**E**stimados pasajeros,  
¡Verano! Tras una primavera rara  
en lo meteorológico, no sé ustedes  
pero yo lo cojo con ganas. Julio es un mes  
que ya huele a vacaciones. Algunos de  
ustedes hacen preparativos para su mar-  
cha, otros están todavía programando su  
viaje. A todos les presentamos un catá-  
logo de vuelos de carácter vacacional para  
las semanas centrales del verano. Nuevos  
destinos internacionales que son grandes  
receptores de turismo, los archipiélagos  
canario y balear, y la costa mediterránea  
peninsular componen esta lista de medio  
centenar de rutas que, en su mayor parte,  
Air Nostrum solo operará entre mediados  
de julio y primeros de septiembre, y que  
vienen a unirse a los enlaces regulares  
que se prolongan durante todo el año.

Fuera de nuestras fronteras, la exótica  
región ultraperiférica portuguesa de Ma-  
deira contará con rutas desde Bilbao, Ma-  
drid y Santiago de Compostela. Desde Vigo  
se podrá viajar a Londres o a París. La costa  
esmeralda italiana se puede visitar toman-  
do el vuelo Madrid-Olbia. Estas son algunas de las rutas interna-  
cionales especiales en este periodo.

Baleares y las islas Canarias vuelven a ser las grandes protagonistas nacionales. El programa de Air Nostrum permite lle-  
gar a los dos archipiélagos desde multitud de puntos de la geo-  
grafía peninsular cuyos habitantes, de otra forma, tendrían que  
desplazarse a Madrid o Barcelona para hacer escala en su viaje  
a las islas. ¿Qué les voy a decir? Aprovéchenlo.

Nosotros en este número de la revista les ofrecemos artículos  
que son dos propuestas de destinos muy diferentes, que tam-  
bién pueden considerar para una escapada de vacaciones.

Dedicamos unas páginas al turismo activo y la naturaleza  
exuberante de las comarcas de Lleida. Quienes acostumbran a  
leer estas cartas del presidente saben de anteriores comenta-  
rios míos que es una tierra a la que le tengo especial afición y  
admiración.

Y también tenemos un apartado especial para Burgos, una  
ciudad preñada de historia que atrapa a quien la visita y que  
puede ser una alternativa gastronómica y cultural al turismo  
de playa. Estuve allí hace muy poco tiempo en la presentación  
de nuestros nuevos vuelos. Les aseguro que "el buen beber y co-  
mer" es en esa tierra una religión y que, al menos, yo no me can-  
so (y créanme que no voy poco) de sobrecogerme cada vez que en-  
tro en su impresionante plaza catedralicia y pienso... ¡lo que me  
queda por callejear en esta ciudad única!

Disfruten

# BURGOS

Planes para disfrutar en 72 horas  
*Plans for a 72-hour trip*



**Burgos queda en el recuerdo del que la visita. Muchos repiten siempre que tienen la oportunidad, señal de que cuanto más se descubre la ciudad más atrapa.**

**E**stos planes de tres días hacen que el viajero se sienta un burgalés más recorriendo calles, plazas y paseos, costumbre local que no se abandona ni siquiera en los meses más fríos. Burgos es una urbe moderna, pero sin agobios y sin prisas, cuajada de paseos, parques y jardines verdes y coloridos. Una ciudad que apuesta por la cultura y en la que todavía



Casa del Cubo. Albergue de peregrinos.  
Casa del Cubo. Pilgrim Hostel.

reina la escala humana con la que fue concebida. Orgullosa de El Cid Campeador, el personaje más famoso de su historia, en Burgos también es palpable la huella de la principal ruta europea de peregrinación: el Camino de Santiago.

## Día 1

### MAÑANA

#### *Peregrino por un día*

El paso de esta vía de peregrinación marcó la historia de la ciudad durante cientos de años. En Burgos se puede realizar uno de los tramos urbanos más interesantes de todo el trazado jacobeo.

El lugar ideal para comenzar es la plaza de **San Juan**, amplio espacio urbano al que se abren el monasterio de San Juan y la recuperada biblioteca pública. Protagoniza la plaza la iglesia de **San Lesmes**, clérigo de origen francés que se dedicó a atender peregrinos. El templo conserva intactas sus características góticas.



Puerta de Sarmental. Catedral de Burgos. Sarmental Gate, Burgos Cathedral.

Burgos leaves an everlasting impression on those who visit it, with many people coming back whenever they get the chance: a clear sign of this city's captivating power.

This three-day plan will make you feel like a Burgos' citizen yourself whilst you stroll down the city's streets, squares and promenades, something very common even in the cold, harsh winter months. Burgos is a modern yet relaxing city filled with promenades and lush, colourful parks and gardens. A city conceived on a human scale, committed to culture and proud of the legendary *Cid Campeador*. Last but not least, there's also Europe's most important pilgrimage route: St. James Way, *El Camino de Santiago*.

## Day-1

### MORNING

#### **Pilgrim for a day**

For hundreds of years, pilgrimage has left its mark on the history of the city. Burgos is home to one of the most interesting Jacobean urban routes. **The Plaza de San Juan** is the best place to start. This impressive urban space includes buildings like the Monastery of San Juan and a recently refurbished 19<sup>th</sup> Century public library. To top it all off, there's also the Gothic church of **San Lesmes**, named after a French cleric.

On your way through the city, you'll find the original pilgrimage route alongside a large cultural and gastronomic offering, especially in the Avellanos and Fernán González streets. If you follow the last street it will take you – as it has done for the last 900 years – to one of the city's most beautiful and breathtaking buildings:

**The Cathedral of Saint Mary of Burgos.** Entering this church is a unique aesthetical experience. Due to the work carried out over the last few years, its interior looks spectacular: the perfect combination of architectonical structures and decorative elements.

Declared a UNESCO's World Heritage Site back in 1984, it is considered one of the

En el camino por la ciudad aún se puede disfrutar del recorrido original repleto de atractivos culturales y gastronómicos, principalmente en las calles Avellanos y Fernán González. Por esta última, hoy como hace 800 años, los peregrinos descubren una de las más atractivas vistas de la **catedral de Burgos**. Entrar en la catedral supone una gozosa experiencia estética. Gracias a las restauraciones de los últimos años, el interior luce esplendoroso debido a la armoniosa combinación de estructuras arquitectónicas y elementos decorativos incorporados a lo largo del tiempo.

La catedral está considerada como una de las cumbres del arte gótico europeo. Declarada Patrimonio Mundial por la Unesco, su construcción sigue los modelos artísticos de las catedrales francesas de Reims, Amiens o Notre Dame de París. En 2021 celebrará su 800 aniversario.

Tras la visita a la catedral más famosa de España se puede hacer un receso para degustar la gastronomía tradicional, en la que destacan el lechazo, la morcilla y el queso con apellido burgalés. Muchos mesones y restaurantes conservan su receta original que algunos han reinventado con acierto.



Escultura ecuestre en la plaza del Cid.  
Equestrian sculpture in the Plaza del Cid.

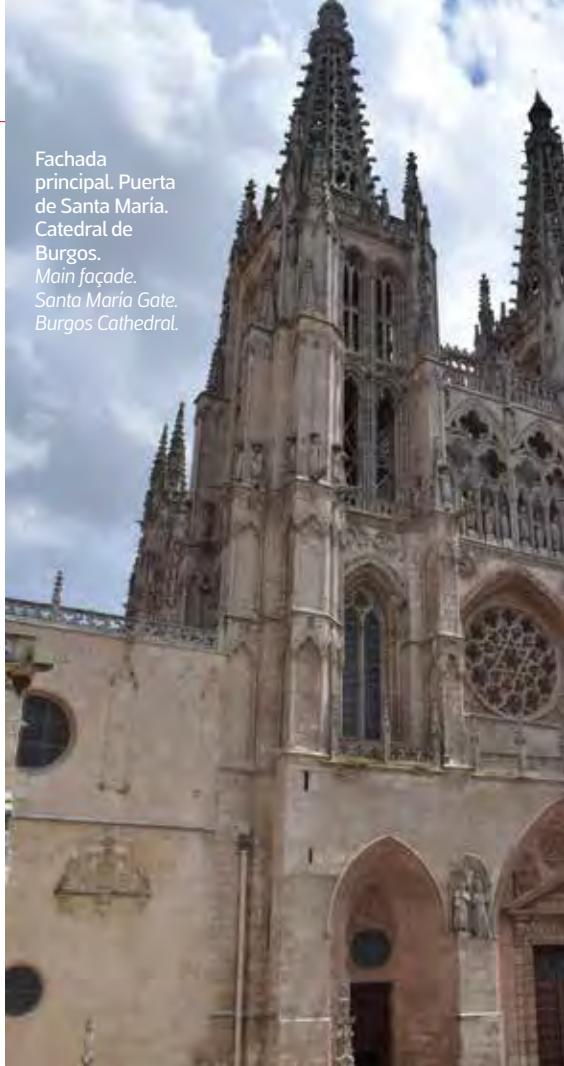
## TARDE - SENTIRSE BURGALÉS:

### De compras por el centro

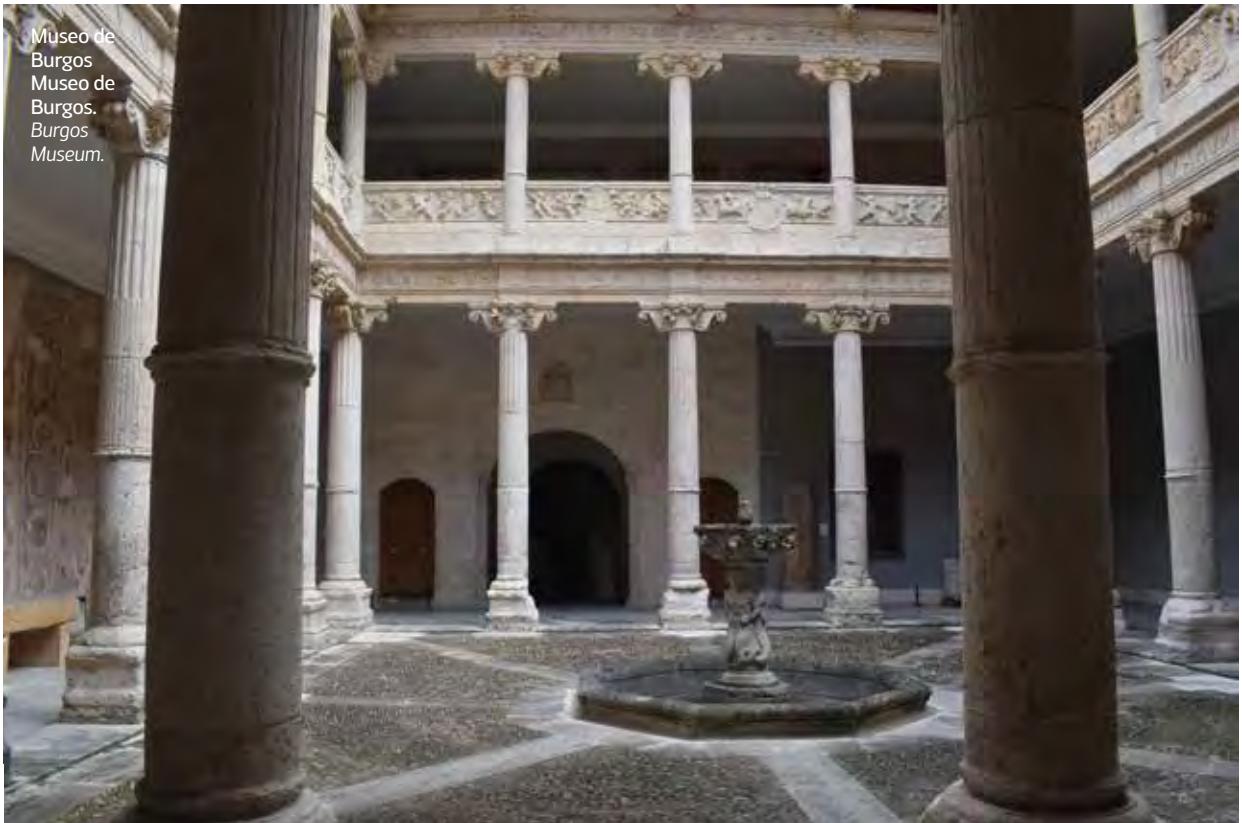
El **arco de Santa María** podría ser el inicio del recorrido. Construido hacia 1540 quiso ser un homenaje al emperador Carlos I. En su interior puede visitarse gratuitamente la mudéjar sala de Poridad y una bella sala adaptada como museo de farmacia.

La mejor manera de sentirse borgoñón en Burgos es pasear por **El Espolón**. Hay que saber demorarse entre las hileras de entrelazados plátanos de sombra que festonean su andén principal y mirar y dejarse ver, como se ha venido haciendo ininterrumpidamente en sus 200 años de historia. A través de sus elegantes arcos se des-

Fachada principal. Puerta de Santa María. Catedral de Burgos. Main façade. Santa María Gate. Burgos Cathedral.



Paseo del Espolón. Espolón promenade.



**Morcilla de Burgos.** Burgos' black pudding.



**Queso de Burgos.** Burgos' cheese.

best Gothic buildings in the world, with an architecture reminiscent of the French Reims, Amiens and Notre Dame de Paris cathedrals. 2021 will mark the 800th anniversary of this sacred building.

Once you have paid a visit to Spain's most beautiful cathedral, take a break and taste some of Burgos' rich traditional cuisine such as its famous lamb, black pudding and cheese. Many restaurants and inns still offer the original recipe, some even offering their own reinventions.

### AFTERNOON FEEL LIKE A BURGOS CITIZEN

#### *Shopping downtown*

The Arco de Santa María will mark the beginning of your afternoon walk. Dating back to the year 1540, it was built in honour of Emperor Charles V. We encourage you to visit its Mudéjar style Poridad room and the Pharmacy Museum located in one of its rooms.

But the best way of experiencing this city is by strolling down the two-century old promenade known as El Espolón. Take a walk under the shadows casted by its trees and cross its elegant arcs while witnessing the beauty of this Castilian

city. The promenade will take you to the Plaza Mayor presided over with a bronze statue of King Charles III. Behold the city's Neoclassical city hall and buy some local products in its century-old businesses.

Our day ends in the Plaza del Cid and the Puente de San Pablo (St. Paul's bridge) decorated with 8 enormous statues of the characters from *El cantar del mio Cid*, Spain's oldest epic poem. This has become the neuralgic centre of the city and the starting point of many shopping streets, with the pedestrianisation of this area having turned it into an open-air shopping centre (<http://centroburgos.com/es>).

## Day 2

### MORNING

#### *Royal Monasteries in the Middle of Nature*

Connected by the leafy, large parks of La Isla, La Quinta and Fuente del Prior – which run alongside the Arlazón River – we find two of Burgos' most important monumental treasures: the **Las Huelgas Reales** and **La Cartuja de Miraflores** monasteries. Las Huelgas Reales is especially well-known by the inhabitants



Monasterio de las Huelgas. Las Huelgas Monastery.

cubre la **plaza Mayor** con el neoclásico ayuntamiento, presidida por una estatua en bronce de Carlos III, sus soportales aún cobijan interesantes negocios decimonónicos.

El paseo culmina en la **plaza del Cid** y el puente de San Pablo, decorado por ocho grandes esculturas relacionadas con El Cantar de Mío Cid. Este lugar se ha convertido en el centro neurálgico de la ciudad: desde aquí parten las calles más comerciales. Gracias a la peatonalización de los últimos años, estas zona se han convertido en un auténtico centro comercial al aire libre (centroburgos.com/es)

## Día 2

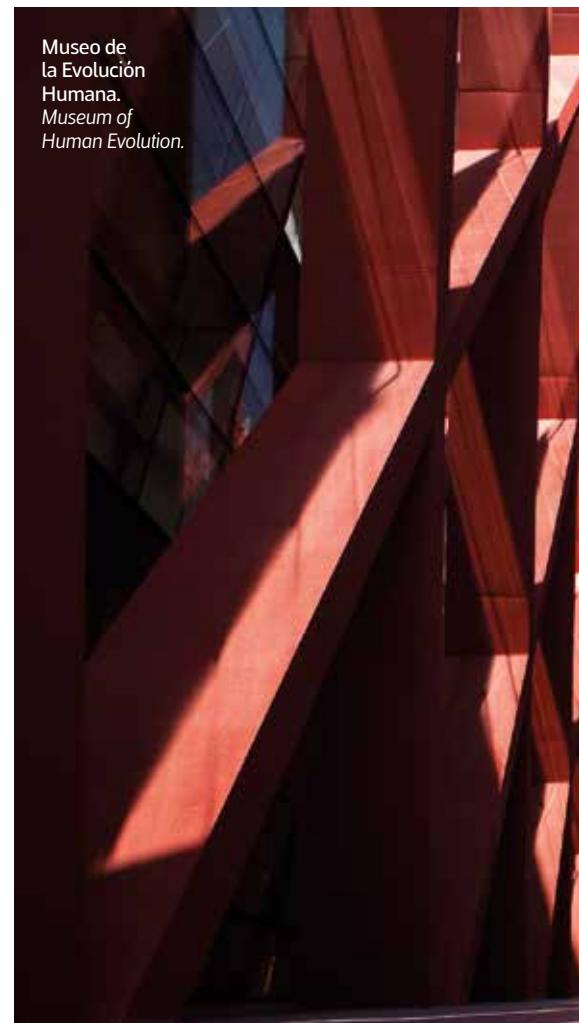
### MAÑANA.

#### Monasterios reales en plena naturaleza

Unidos entre sí por los frondosos y longitudinales parques de La Isla, La Quinta y Fuente del Prior, que escoltan el tramo del río Arlanzón, se alzan los otros dos monumentos imprescindibles: el monasterio de **Las Huelgas Reales** y la **cartuja de Miraflores**. El primero es conocido por todos los burgaleses, además de por su historia y arte, por la fiesta más querida en la ciudad, El Curpillos, que congrega el primer viernes después del Corpus Christi a la sociedad burgalesa para contemplar el Pendón de las Navas de Tolosa, tela del siglo XIII.



Palacio de Congresos.  
Congress Hall.



Museo de la Evolución Humana.  
Museum of Human Evolution.

### TARDE

#### Las mejores vistas de la ciudad

Continuando la visita, podremos disfrutar de las mejores vistas en el ascenso al **mirador del castillo**. Fundado en el 884, el acceso a las almenas permite tomar las mejores instantáneas de la ciudad. En el descenso nos encontraremos con dos singulares y contrapuestos edificios: el CAB (Centro de Arte de Burgos) o el museo del Retablo en el interior de la iglesia de San Esteban, del siglo XIII.

## Día 3

### MAÑANA - MUSEO DE BURGOS

#### "Tesoros escondidos"

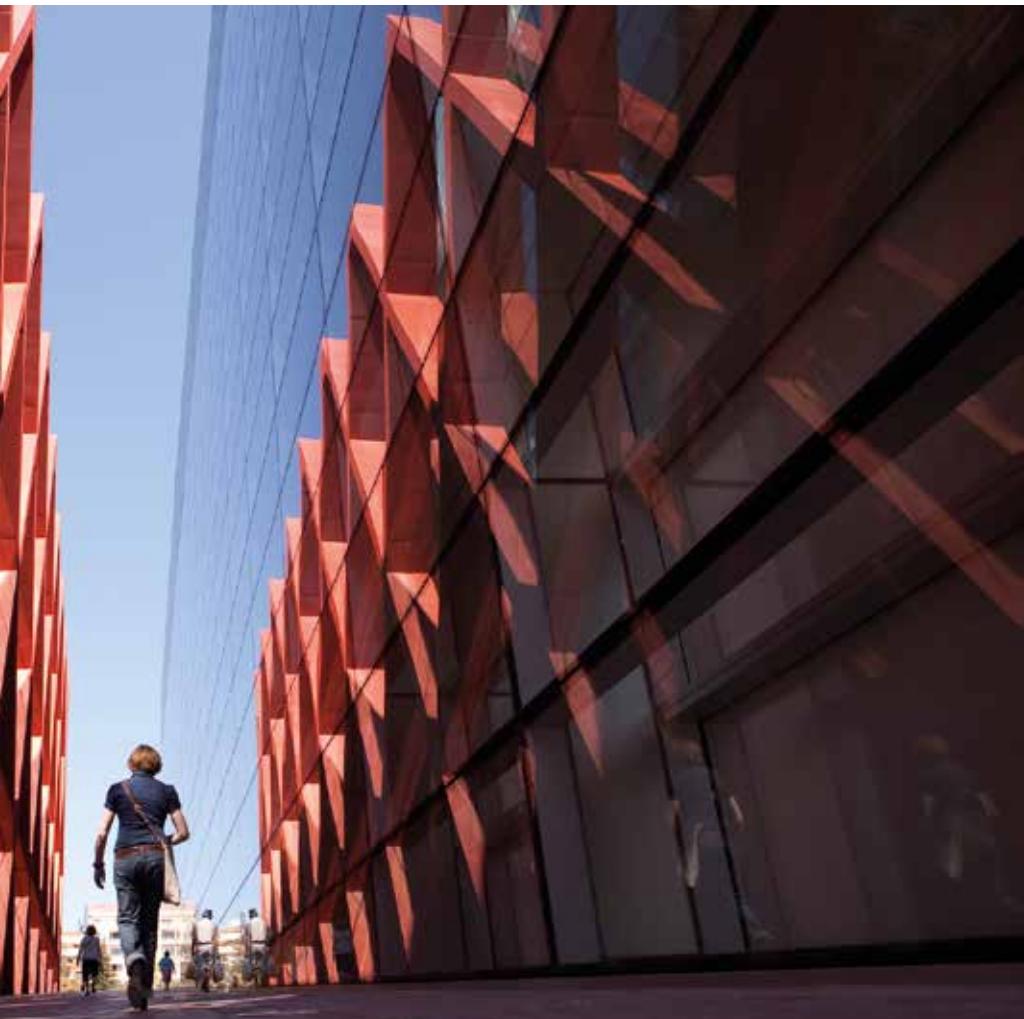
A pocos metros de la estación de autobuses se encuentra una de las casas renacen-

tistas que hoy albergan parte del esplendoroso pasado de la ciudad, el **Museo de Burgos**. Merece la visita solo por su patio interior de cuyos rincones emana el classicismo de la época. Sus salas tienen un aire moderno y didáctico donde se exponen piezas como el frontal de Silos, hallazgos arqueológicos de la ciudad romana de Clunia o la espada Tizona del Cid

### TARDE

#### Inmersión en la prehistoria

Al salir del Museo de Burgos, podemos recuperar fuerzas con productos del mercado y retomar la visita para conocer a nuestros antepasados más lejanos: el **Museo de la Evolución Humana de Burgos (MEH)**, referente científico y turístico de relieve internacional, que en lugar destacado recrea la magia de los yacimientos y expone los fósiles originales de homínidos encontrados en Atapuerca.



Iglesia de San  
Esteban. Museo  
del Retablo.  
*San Esteban*  
church. Altarpiece  
museum.

of the city not only for its rich history and highly artistic value, but also for *El Curpillos*, Burgos' most beloved local celebration. Taking place the first Friday after the Corpus Christi, this festivity brings the whole city together to pay tribute to the *Pendón de las Navas de Tolosa*, a 13<sup>th</sup> Century banner.

## AFTERNOON

### The Best Sights of the City

Your trip continues in the **Mirador del Castillo** (The Castle's Viewpoint). Built back in the year 884, the castle's battlements offer some of the best sights of the city. Once you get off, you'll find another two singular buildings in front of one another: the CAB (Centro de Arte de Burgos) and the Altarpiece Museum, located inside the 13th Century San Esteban church.

## Day 3

### MORNING – BURGOS MUSEUM

#### "Hidden Treasures"

Very close to the local bus station there is a Renaissance-style building which nowadays houses part of the city's glorious past: the **Burgos Museum**. Just seeing its historic inner courtyard is well-worth paying a visit. It has a modern, didactic feel and exhibits various interesting art pieces like the *frontal de Silos*, the remains of the Roman city of Clunia and Tizona, the Cid's sword.

## AFTERNOON

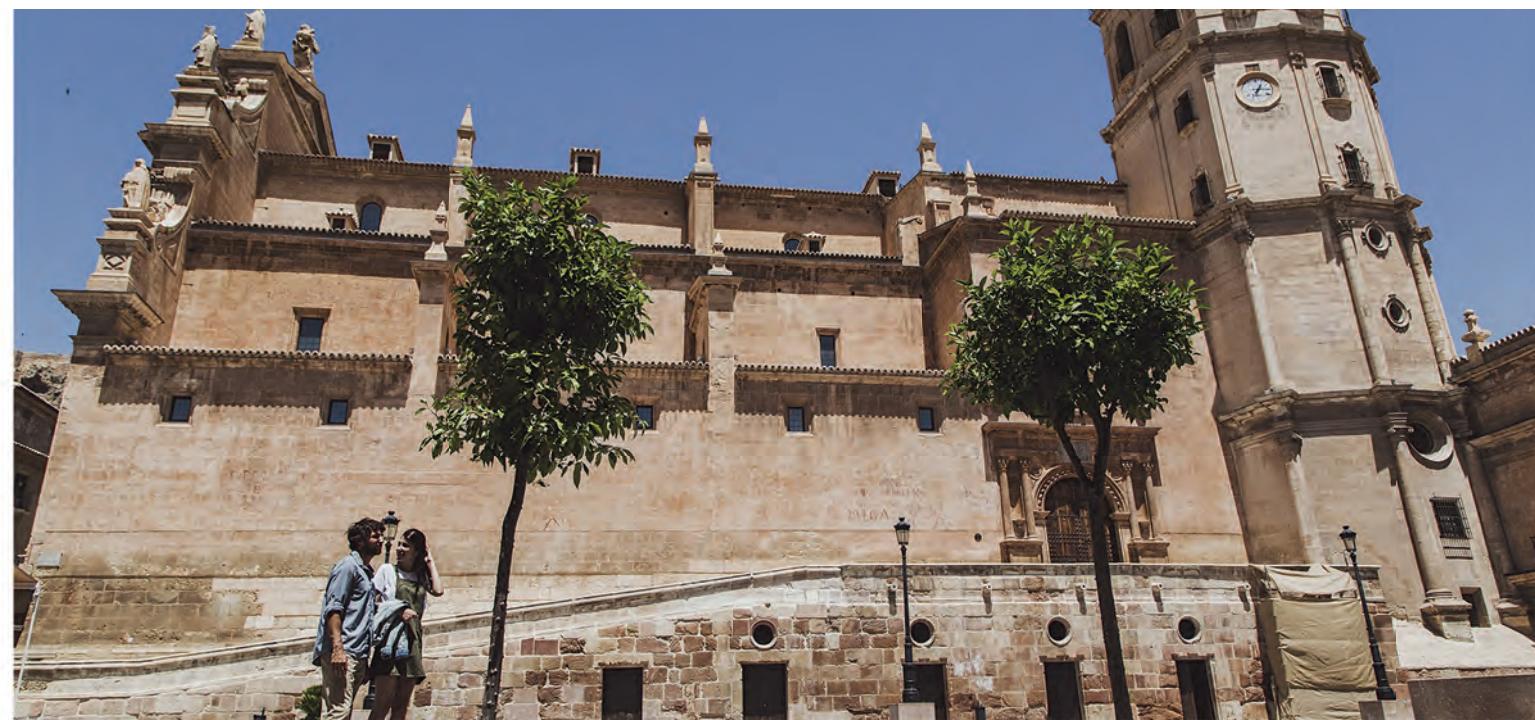
### Prehistoric immersion

Take a rest after visiting the city's museum and buy some products in the local market. When you are done, you can continue learning about our distant ancestors in the **Museo de la Evolución Humana de Burgos** (MEH, Burgos' Museum of Human Evolution). This museum is both an international tourist attraction and scientific benchmark, exhibiting original hominid fossils from Atapuerca and carefully made recreations of archeological sites.

**LORCA**  
en Verano  
in Summer

lorcaturismo.es

Costa  
Cálida  
Región  
de Murcia





lorcaturismo.es



Visitas  
guiadas y  
teatralizadas por el  
casco histórico  
A wide variety of guided  
visits or with actors

Actividades para  
toda la familia y  
todos los públicos  
en el Castillo de  
Lorca

Activities for the  
whole family and for  
every kind of visitor in  
the Castle of Lorca

Descubre el Legado  
Histórico de Lorca:  
Lorca Judía, Cristiana  
y Califal  
Discover the Historical  
Legacy of Lorca

Y te enamorarás de  
nuestra Pasión  
Diferente con los  
Museos de Semana  
Santa

And you will love the  
opportunity of enjoying a  
Different Passion with our  
Easter Week Museums

Abono  
especial  
“Lorca a tu  
ritmo”  
Special ticket  
Lorca “At your  
own pace”



# Penélope Cruz

**E**l pasado mes de mayo, Penélope Cruz visitó el Festival de Cannes para promocionar su última película *Todos lo saben*. El filme —dirigido por el iraní Asghar Farhadi— trata sobre una mujer española que vive en Buenos Aires y regresa a su pueblo natal, a las afueras de Madrid, junto a su marido argentino y sus hijos. Sin embargo, todo cambia cuando una serie de eventos inesperados sacan a la luz secretos que cambiarán la vida de los protagonistas.

Penélope empezó la entrevista contándonos más sobre la película, sobre su deseo de convertirse algún día en directora, sobre sus raíces españolas y sobre su vida en el extranjero hasta que, de pronto, la entrevista dio un giro de 180º y la actriz desveló una experiencia que ocurrió hace muchos años. Algo que nunca antes había contado y que podría haber cambiado su vida para siempre de no haber dado los primeros pasos para convertirse en la mujer que es hoy.

— **Lo que pasa en la película es la pesadilla de todo progenitor. Tú misma tienes una hija. ¿Te afectó eso de alguna manera durante la grabación?**

— Asghar y yo hablamos sobre varios casos que conocíamos por artículos y entrevistas. Fue desgarrador. En esta vida hay cosas que son sagradas. Para mí, una son los niños. Ver el dolor que epidemias, guerras o situaciones como las que se ven en la película causan en madres y padres me hizo querer hacerles justicia. Espero que la película sirva para demostrar la capacidad de inspirar que tiene el cine, algo que a Asghar se le da muy bien. Tengo la esperanza de que nada está perdido en este mundo.

— **¿Fue difícil para ti hacer la escena de la crisis nerviosa en el coche?**

— Sí que lo fue, sí. Tenía que sufrir un ataque de

pánico. Después de varias tomas, me bajé del coche. Notaba que me faltaba oxígeno en el cerebro. Me hicieron pruebas en la ambulancia que teníamos en el set y me dijeron que me había subido mucho el azúcar y bajado la tensión. No quiero que suene como si hubiera habido un riesgo real ni nada por el estilo, pero son cosas que pueden pasar cuando interpretas este tipo de personaje. Cuando bajé de la ambulancia, Asghar y yo nos miramos a los ojos. Entonces me abrazó y, cuando comprobó que estaba bien, me dijo: «¿Hacemos otra?». Yo le dije que lo estaba deseando. (Ríe) Así de loco puede llegar a ser nuestro trabajo.

— **Estamos en un buen momento para las mujeres en la industria del cine no solo porque se está avanzando en temas como la equiparación salarial, sino también porque se está peleando por una mayor representación de la mujer tanto frente a como detrás de las cámaras. Pero, al mismo tiempo, ¿no crees que esta situación podría resultar en la contratación de mujeres por el mero hecho de ser mujeres? ¿No deberían estar ahí por méritos propios?**

— Pero es que sí que están por méritos propios. Si miras los datos, hay lugares en los que solo el 7% de los directores son mujeres. No hay ninguna razón para que haya una desigualdad tan ridículamente grande, no es un trabajo que requiera más fuerza ni nada por el estilo. Hay muchas cosas que tienen que cambiar. Esta situación es un insulto a la industria. En Francia, el porcentaje es un poco más alto, pero aun así está lejos de ser 50%-50%. Y en otros países como en EE. UU., los números son una vergüenza.

— **¿Estás interesada en dirigir?**

— Es un sueño que tengo desde que era pequeña. Cuando tenía 16 años le pregunté a Pedro: «¿Me das tu bendición? ¿Debería intentarlo?». Y él me respondió: «Si sientes que quieras hacerlo, enton-





**«Cuando confías en tu instinto estás siguiendo tu corazón. Así todo termina saliendo bien».**

*'When you follow your gut, you follow your heart.  
And good things will come your way'*

ces tienes que hacerlo». Así que me dije a mí misma que lo haría cuando estuviera preparada. Hasta ahora he dirigido anuncios, cortos publicitarios y un documental sobre niños con leucemia.

— **¿Qué tipo de historias te gustaría contar?**

No quiero dirigir una película de acción, de suspense o de terror. Quiero contar historias íntimas sobre lo que para mí es el tema más importante: las relaciones humanas.

— **Y ¿por qué no lo has hecho aún?**

— Porque aún no he encontrado la historia o el momento adecuado. Y cuando lo haga, me llevará al menos dos o tres años.

— **La película que estrenas ahora trata sobre una mujer que abandona su país y todo lo que ha pasado desde que se fue. ¿Te sientes identificada?**

— No, porque nunca abandoné ni mi país ni mi familia. Por suerte, nunca me he visto en esa situación. A pesar de que empecé a trabajar en el extranjero, siempre tenía el billete de vuelta en la maleta. Estuve unos años viviendo en EE. UU., pero fue porque me gustaba la idea de vivir ahí durante una temporada. Ahora paso más tiempo en Europa porque así puedo ver más a mi familia.

— **¿Los años que pasaste en EE. UU. cambiaron tu idea de España de alguna manera?**

— No, porque nunca me fui del todo. Vivía ahí, sí, pero volvía a España cada pocos meses, leía las noticias todos los días, hablaba con mi familia... Simplemente echaba de menos muchas cosas. Pero me encantó la experiencia de vivir en Nueva York, Los Ángeles y Londres. He vivido en varios lugares porque me encanta descubrir otras culturas, pero nunca he dejado mi país.

— **Tras grabar *Jamón, jamón*, cuando aún eras muy joven, un estudio americano te ofreció un contrato, pero quería incluir un desnudo y tú fuiste una de las pocas valientes que dijo: «por ahí no paso». ¿Es esto cierto?**

— Quién te ha contado eso?

— **Un compañero tuyo de profesión...**

— Ya veo... porque es algo que no he contado a nadie. Hoy es muy normal que te pregunten: «¿te has visto alguna vez en una situación de abuso de poder?». Y la respuesta es sí, todas hemos estado en esas situaciones. Y no hablo solo de nuestra industria. Es algo que pasa en todas partes y en todos los oficios.

Lo que pasó fue esto —no voy a revelar quién estuvo implicado—: había pasado muchísimas pruebas para participar en una película muy importante. Era mi primera vez trabajando en los EE. UU.

Me pasaron el guion, pero al llegar querían que firmase unos papeles que incluían un desnudo. Les pregunté por qué no me lo habían dicho 24 horas antes para poder decidir si quería hacerlo antes de subir al avión y el tipo me soltó: «porque no querías hacer ningún desnudo y preferíramos decírtelo en persona». En la habitación estaban cuatro ejecu-

tivos del estudio, además del director de la película, y les dije: «no pienso firmar». Me respondieron que me habían traído hasta allí desde España y que no podía hacer la prueba si no firmaba. Entonces me planté y les dije que no iba a firmar nada, pero sí que iba a hacer la prueba. Entonces llamé a todo aquel que conocía —básicamente mi agente y otros trabajadores del estudio— para hacerles saber el trato tan injusto e irrespetuoso al que me estaban sometiendo. Por supuesto no firmé nada y me volví a España. Nunca llegué a hacer esa película y es mejor así, porque en esa reunión dejaron claro cómo me iban a tratar. Era muy joven —tenía unos veintipocos—, pero la sensación que sentí cuando me subí al avión fue que, aunque no iba a hacer la película por no haber firmado ese papel, tenía mi dignidad. Era un momento de mi vida en el que no quería hacer desnudos por motivos personales. No estaba preparada para ello. Al mirar por la ventanilla del avión sentí que había hecho algo que recordaría el resto de mi vida. Estaba orgullosa. En esta vida pueden pasarte muchas cosas, pero esta era la primera vez que me pasaba a mí. Era mi primera prueba. A la larga me ha dado muchas cosas positivas. Me hizo ser más fuerte.

— **¿Fue tu educación la razón por la que dijiste que no?**

— Fue por mi familia. Dije: «¿Sabéis qué? Me importa una mierda. Vuelvo con mi familia. No quiero pasar aquí seis meses si me vais a tratar así». Y lo dije en inglés. Ni siquiera hablaba inglés por aquel entonces. Hablaba algo de francés, pero de inglés solo sabía lo que había aprendido del guion. Era frustrante. Pero ese día al fin conseguí hablar en inglés. Fue como un milagro (Ríe). Sentía tanta rabia, era tan injusto... Nunca antes lo había contado.

— **Es una historia muy inspiradora...**

— Es un poco largo de contar, pero creo que es muy positiva tanto para mí como para las chicas que están empezando y que seguramente se encontrarán con situaciones similares.

— **— ¿Crees que fue una decisión positiva o negativa para tu carrera?**

— Me ayudó. Me ayudó en mi vida. Es una experiencia que no tiene precio. Nunca he pensado en si perdí una oportunidad. Gané mucha confianza en mí misma. Cuando confías en tu instinto estás siguiendo tu corazón. Así todo termina saliendo bien. Es lo que saco de lo que pasó. Estoy segura de ello.

— **Así que nunca necesitaste un movimiento que te empoderara: lo hiciste por ti misma.**

— No, no, no. Fueron las personas y mujeres que me criaron quienes me empoderaron. Mi madre nunca ha trabajado en el mundo del cine, pero la admiro muchísimo. Es sincera a más no poder y tiene mucho respeto tanto por sí misma como por los demás. Y esa es la lección más importante de esta vida.





**P**enélope Cruz is in Cannes to promote her new film "Everybody Knows", by Iranian director Asghar Farhadi, about a Spanish woman living in Buenos Aires, who returns to her hometown outside Madrid with her Argentinian husband and children. However, the trip takes a downward turn because of unexpected events that bring secrets out into the open.

The interview started with us talking about the film, her aspirations to become a director herself, her Spanish roots and living abroad, when suddenly the interview took an awkward turn, and Penélope Cruz opened up about an experience in the industry some years ago – something that she has not shared so far- when her whole life could have taken a totally different turn, if she hadn't started to become the person she is now.

**– What happens in the film is every parents' nightmare. Being a mother yourself, did that affect you in any way?**

– Asghar and I talked about some cases we read about, interviews that we saw, and it was heart-breaking, because some things in life should be sacred. I believe children are. And to see the pain of mothers and fathers, or anyone that receives a threat, through illness, war, through a situation like the one in the movie, secretly I wished my character to honor all of them. And hopefully to shine some

light into what movies can inspire, something that Asghar can do with cinema. I have hope that things will improve in the world.

**– Was it hard to do the breakdown scene in the car?**

– Yes, it was. He asked me to do a panic attack. After a few takes I really lacked oxygen in my brain when I got out of the car. The ambulance was there, my blood sugar had gone really high, and my blood pressure went very low. I don't want it to sound like I was in danger, but those things can happen when you have to do this kind of character. When I got out of the ambulance, Asghar and I looked at each other, first he hugged me, and made sure I was OK and then asked, "Shall we do one more?" And I said, "I'd love to" (laughs) This is the craziness of our job.

**– Is it a good time for women in the business, not only because they are going to get equal pay, but also because they are fighting for more space, not just on screen but behind the camera as well. But at the same time, it could become dangerous because women can be over-appreciated, just because they are women, like "they have to be there because they deserve it"?**

– But they deserve it, because if you look at some of the percentages, in some territories only 7 percent of directors are female, and there is no reason for this ridiculous percentage difference. It's not a job where we need more muscles, nothing. There is a lot of things that need to change. It's outrageous that in our industry, in France the percentage is a little higher, but it's far away from being fifty-fifty. But in other territories, including the US, it's just embarrassing.

**– Do you have any plans for directing maybe?**

– That has been one of my dreams since I was a little girl. When I was 16 I asked Pedro "Would you ever give me your blessing, do you think I should try?" And he said, "If you feel you want to, then you need to do it." And I said, "OK one day when I'm ready." I have directed commercials, short publicity adverts, and a short documentary on children with leukemia.

**– What kind of stories would you like to tell?**

– It would be small stories in Spanish about the bigger things for me, which is a human relationship. I would not be interested in directing an action film, a thriller or a horror film.

**– Why haven't you tried so far?**

– Because I haven't found the right story, or the right time. When I do it, it will take two or three years to do.

**– This film is also about a woman who left her country and then came back and all the things that happen in between, is that also something you feel connected to?**

– No, because I never left my country or my family. Fortunately, I wasn't in that situation. I started to work in other countries also, but always had



a return ticket. And then I stayed in America a few years, because I liked the experience of living there for a few years. But now I'm more in Europe, because it's where I see myself more with my family.

**—Did your American years change your idea of Spain in some way?**

—No, because I was never far. I was there, and I would go back every few months. Everyday I was reading about it, and I was talking to my family. I was just missing lots of things when I was there. But I liked the experience of living in New York, LA and in London. I've lived in different places, and I love discovering other cultures. So I never really left my country.

**—Is it true, that after Jamon, Jamon, when you were very young, you were offered a deal with American pictures and they wanted to include nude scenes and you were one of the brave ones who said, I'm not going there...?**

—How do you know this story?

**—I was told from a colleague...**

—Ah...because I thought that I had never shared this, but whenever they ask now they ask the question "Have you ever been in a situation of abusive power?" And we all have been, not just in our industry. This is everyday somewhere in any industry around the world.

That situation was – I'm not going to say with whom- I had done so many tests for a huge film, and I had not worked in America before. But I had read one script, and when I got there they gave me some papers to sign and a nude scene that was included. And I said why didn't you send me this 24 hours ago, so I could decide before getting on the plane? And the guy said: no, because you said you didn't want to do a nude scene in this film and I preferred to tell you about it in person. It was like four people from the studio and this director, and I said, "I'm not signing this paper". And they said to me

"We brought you all the way here, you cannot do a screen test unless you sign it." And so I said, "I'm not going to sign it, and I'm going to do a screen test". I called everybody that I knew, which was my agent and more people from the studio, so that they could see, what they were doing was really disrespectful and unfair. But I never signed it, and I got on the plane and I can tell you – of course I didn't do the movie and it is great that I didn't do it, because the way that I was going to be treated was clear from those meetings – and the feeling - I was very young...20...20something - the feeling I got when I was on the plane knowing that I wasn't going to get it, because I didn't sign the paper but I had my dignity, because I didn't feel like I didn't want to do it in that moment in my life for personal reasons, I didn't feel ready for it in that moment. And that feeling is one of those moments where you're looking out of the window of the plane knowing that I will have that proud feeling for the rest of my life. You can encounter many things like this. But that was my first major test. And that brought me a lot of good things in my life. It gave me strength.

**—What was the reason for you to say No, the way you were raised..?**

—My family. I said "You know what? I don't give a fuck, I'm going to get back on that plane, go back to my family, because I'm not going to be here for six months with you treating me like this" And I don't know why I spoke English that day. I didn't speak English. I have studied French before, and then my English was very like, hmm, I was learning the dialogue, so it was very hard and difficult in the meetings, because I didn't get everything they were saying. I hated that. That day I spoke English, it was like a miracle (laughs) I was so in rage, because it was so unfair. I haven't shared this so far...

**—It's a very inspiring story...**

—Yes, it's a long story but it's a good thing, also for girls that are starting out in the same job because I'm sure they encounter similar situations sometimes.

**—Do you think it hurt or helped your career further down the line?**

—It helped ME, so it helped my life. That feeling is priceless. So I cannot ask myself "Did I lose an opportunity?" No, I gained a lot of trust in myself, when you follow your gut, you follow your heart and good things come your way. This is what I gained through that, I'm convinced.

**—So you never needed a movement to be empowered, you were empowered by your personality?**

No, no, no, I was empowered by the people and women that raised me. Because my mother doesn't have a job related to any of this. But the way that she is, is something I really admire, very full of truth, she respects herself, and everybody. And for me that's the main school in life.





La España  
de los 50 y 60  
a través de  
200 fotografías

MUSEO NACIONAL  
CENTRO DE ARTE  
**REINA SOFIA**



GOBIERNO  
DE ESPAÑA



MINISTERIO  
DE CULTURA  
Y DEPORTE

Del 13 de junio al 19 de noviembre de 2018  
**Una aproximación a Afal**  
**Donación Autric-Tamayo**

Gonzalo Juanes. El Álbum de Isabel/ Isabel's Album, 1956 / Copia de época (Detalle)  
Gelatinobromuro de plata sobre papel 18 x 24 cm. Museo Nacional Centro de Arte Reina Sofía. Donación de la familia Autric-Tamayo, 2018



Excursión por el Parc Natural de l'Alt Pirineu.  
A trip through Alt Pirineu Natural Park.  
FOTO: ORIOL CLAVERA.

# LLEIDA

Turismo activo y  
naturaleza exuberante  
*Lleida, active tourism  
and lushy nature*



El verano invita a disfrutar de las actividades al aire libre, y las comarcas leridanas se erigen como un destino ideal para ello. De norte a sur y de oeste a este, Lleida ofrece al visitante ávido de naturaleza un sinfín de paisajes, experiencias y sensaciones para todos los gustos, tanto para quien persigue emociones fuertes como para el que simplemente busca la quietud de la naturaleza. O una combinación de ambas, ya que, especialmente en el Pirineo, se pueden intercalar los deportes de aventura con el placer de recorrer paisajes incomparables. Un escenario perfecto para gozar del senderismo, el turismo activo y los deportes de aventura.

Summer is the best time of the year for outdoor activities, and the Lleida region is the perfect holiday destination for this. North, South, East and West: Wherever you go, Lleida offers nature lovers an infinite amount of landscapes, experiences and sensations. If you are looking for strong emotions or you simply want to enjoy the quietness of nature – or even both –, the Lleidan Pyrenees offer adventure sports as well as unique, breathtaking landscapes. From hiking to active tourism, this is the place to go.

**U**n de los principales referentes de este inmenso escenario natural es el Parque Nacional de Aigüestortes i Estany de Sant Maurici –el único parque nacional de Cataluña–, que esconde más de 200 lagos y cimas con altitudes cercanas a los 3.000 metros. También en la zona de los Pirineos se encuentran los parques naturales del Alt Pirineu –el más extenso de Cataluña, con casi 70.000 hectáreas– y del Cadí-Moixeró, el espacio protegido catalán con el mayor número de especies de flora y fauna de interés europeo.

En el Pre-pirineo encontramos otra barrera orográfica imponente, que ejerce de colosal frontera natural entre las comarcas de montaña y las del llano: es la sierra del Montsec. Se trata de una zona que atesora destacadísimos recursos naturales, lo que la ha hecho acreedora a varias distinciones otorgadas por la Unesco, como la de destino turístico y reserva Starlight, por las excepcionales condiciones de observación astronómica de su cielo, avaladas por el funcionamiento del parque astronómico Montsec, ubicado en Àger, y recientemente con la declaración de geoparque mundial de la Unesco a la Cuenca de Tremp-Montsec, que se denominará Geoparque Orígenes-Pirineos Catalanes. Una excursión tan emblemática como inolvidable es la travesía, a pie o en piragua, del desfiladero de Mont-rebei, un tramo donde el río Noguera Ribagorçana discurre encajonado entre las altísimas paredes de Cataluña y Aragón, separando el Montsec de Estall del Montsec de Ares.

El llano leridano es un territorio ideal para el turismo ornitológico. El lago de Ivars y Vilasana, con una superficie de 126 hectáreas, es la mayor zona inundable de la Cataluña interior y concentra más de 210 especies de aves. El Camino natural de Utxesa, el Aiguabarreig (confluencia) del Segre, el Cinca y el Ebro, y el parque natural de la Mitjana de Lleida son asimismo otras zonas naturales de gran valor para los amantes de la fauna y la flora.

Mención aparte merece la Val d'Aran como primer destino de montaña del mundo que ha sido distinguido con la certificación de turismo sostenible Biosphere Destination, que concede el Instituto de Turismo Responsable, entidad asociada a la Unesco.

## TURISMO ACTIVO

Año tras año, el Pirineo y las Tierras de Lleida consolidan su liderazgo en oferta de turismo activo y deportes de aventura. Unas 230 empresas ofrecen sus servicios en más de 50 actividades de tierra, de aire y de agua. Los deportes



En bicicleta en el embalse Segre Rialb.

Biking at the Segre Rialb Reservoir.

FOTO: LLUIS VIDAL



Rafting en la Noguera Pallaresa.

Rafting at Noguera Pallaresa.

FOTO: ORIOL CLAVERA



Parc Nacional d'Aigüestortes i Estany de Sant Maurici. Aigüestortes i Estany de Sant Maurici Natural Park. FOTO: ORIOL CLAVERA



One of the main attractions of this immense natural setting is the Aigüestortes i Estany de Sant Maurici Natural Park. With over 200 lakes and peaks up to 3,000 meters, this is Catalonia's only national park. In the Pyrenees area there are also the Natural Parks of Alt Pirineu (Catalonia's largest natural park with nearly 70,000 hectares) and Cadí-Moixeró (the protected area with the highest number of interesting flora and fauna in the region).

In the Pre-Pyrenees, we find another imposing orographic barrier: the Montsec Mountains, a colossal natural border dividing the region's plain and mountainous districts. Due to its highly valuable natural heritage, the area has been awarded with various UNESCO's distinctions, including Starlight tourist destination – which guarantees excellent night sky viewing quality thanks to the work of Àger's Montsec Astronomy Park – and, most recently, the declaration of the Conca de Tremp-Montsec as Global Geopark, changing its name to Orígenes-Pirineos Catalanes Geopark.

The route through the Mont-rebei gorge – both on foot or canoe – is another unforgettable, one of a kind experience. Here, the Noguera Ribagorçana River flows between the Montsec de Estall and the Montsec de Ares, the natural border between Catalonia and Aragón.

Lleida's plains are a wonderful location for practicing ornithological tourism. The Ivars y Vila-sana lake – with a total of 126 hectares – is the largest floodable zone in Catalonia and home to over 210 species of birds. The Utxesa Nature Trail, the confluence of the Segre, Cinca and Ebro rivers and the Mitjana de Lleida Natural Park are other must-see locations for nature lovers.

But the Val d'Aran deserves a mention of its own. This is the world's first mountainous tourist destination awarded with the distinguished Biosphere Destination certification given by the Responsible Tourism Institute, a UNESCO's collaborator entity.

#### ACTIVE TOURISM

Year after year, Lleida and the Pyrenees continue to be the leading destinations in the active tourism and adventure sports sector, with up to 230 companies offering more than 50 mountain, air and water-related activities. Water sports are without a doubt the most popular of the three, with rafting being the star activity followed by caving, hydroseed and





Geoparc mundial de la Unesco, vista por el desfiladero de Mont-rebei. UNESCO Global Geopark. Sight from the Mont-rebei Gorge view. FOTO: JORDI PERÓ



acuáticos siguen siendo los más solicitados. El *rafting* es la actividad estrella, seguida del descenso de barrancos, el *hidrospeed* y el *kayak*. En los deportes de tierra mantiene su hegemonía el BTT, aunque con un incremento del *trekking* y las rutas a caballo y en 4x4. También sobresalen los deportes de aire, con el parapente como producto estrella, y con los valles de Àger y Organyà como principales polos de atracción para los amantes de las alturas.

Los ríos Segre, Garona, Noguera Ribagorçana y Noguera Pallaresa se han consolidado, junto con los pantanos que jalonen sus cauces, como espacios privilegiados para la práctica de más de una veintena de disciplinas de todo tipo. Un pequeño paraíso para los amantes de la naturaleza, tanto para los fans de las emociones fuertes como para los que prefieren la tranquilidad y la relajación.

El Noguera Pallaresa, a su paso por la comarca del Pallars Sobirà, es considerado uno de los mejores ríos de Europa para la práctica del *rafting*. Este año ofrece una novedad importante: el río Noguera Pallaresa amplía sus "prestaciones" y tendrá un recorrido sin interrupciones (es decir, sin que haya ningún obstáculo que lo impida, como presas o saltos de agua) de unos 50 kilómetros para la naveabilidad de barcas

de *rafting* y *kayak*, entre otras embarcaciones. Se trata del tramo comprendido entre la zona de Escaló (en la comarca del Pallars Sobirà) y la Fíguereta de La Pobla de Segur (en el Pallars Jussà). Otras zonas donde se pueden practicar deportes náuticos son el embalse de Rialb, el parque olímpico del Segre en La Seu d'Urgell, dos tramos del río Segre en Ponts y Camarasa y el parque del Segre de Ponts.

Dejarse envolver por la magia de unos paisajes majestuosos y exuberantes a ritmo lento, paso a paso, es posible en las comarcas del Pirineo de Lleida gracias a la práctica del senderismo. En los últimos años se han creado más de una decena de itinerarios de *trekking*, como Carros de Foc, que recorre los nueve refugios guardados del parque nacional de Aigüestortes, o las rutas Encantats, Setau Sagèth, El Quinto Lago o la Vía Calda, entre otros.

A parte del senderismo, el deporte terrestre con mayor demanda es el BTT. De mayo a octubre se desarrolla la temporada de las grandes rutas circulares de montaña en BTT por el Pirineo de Lleida.

En deportes de tierra, también es interesante destacar que Sant Llorenç de Montgai, Vilanova de Meià, Oliana y el desfiladero de Terradets son zonas ideales para la escalada.



Centro de Observación del Universo del Montsec. Àger (La Noguera). Center for Universe Observation. Ger (La Noguera). FOTO: CLAVERA ORIOL

Cal Sinen. Lago de Ivars i Vila-sana.  
*Cal Sinen. Ivars i Vila-sana Lake.*  
 FOTO: ROC LLIMARGAS LLOP



kayaking. Mountain biking is the most popular activity on land, with trekking, horse riding and 4x4 also being extremely popular. In regard to air sports, paragliding is the most practiced one, with the Ager and the Organyà valleys being the most visited locations.

The Segre, Garona, Noguera Ribagorçana and Noguera Pallaresa rivers – along with the reservoirs lying on their channels – have become privileged spots for the practice of more than 20 activities. This is a small paradise for nature lovers of all kinds: those who seek strong emotions and those who prefer peace and quiet.

The Noguera Pallaresa – which crosses the Pallars Sobirà district – is considered one of Europe's best rivers for practicing rafting. This

year, it offers a novelty: It will have a new, uninterrupted 50-kilometer route (that is, with no dams nor water jumps) destined for rafting and kayaking as well as other activities. The route will be located between the Escaló (in Pallars Sobirà) and the Figuereta de La Pobla de Segur (in Pallars Jussà) areas.

The Rialb Reservoir, the Parque Olímpico del Segre in La Seu d'Urgell, the Segre River (which crosses the Ponts and Camarasa municipalities) and the Segure de Ponts Park are other spots where visitors can practice water sports.

Hiking is another excellent way of discovering the breathtaking, majestic landscapes of the Lleidan Pyrenees. Over the last years, over ten trekking trails (such as the Carros de Foc trail, which goes through the 9 shelters hidden in Aigüestortes National Park) and the Encantats, Setau Sagèth, El Quinto Lago or La Via Calda routes have been created.

Besides trekking, mountain biking is the most popular activity in the region. From May to October, many routes crossing the mountain experience their peak season. Sant Llorenç de Montgai, Vilanova de Meià, Oliana and the Terradets gorge are also ideal climbing areas perfect for mountain activities.



# Hotel Finca Cortesín

**B**las Infante Pérez de Vargas es uno de los grandes personajes de la historia de Andalucía: fue notario, ensayista, político y el padre del andalucismo, un movimiento con el que reconstruyendo la región, se regeneraba una España fuerte y federal. Infante nació en Casares, un pueblito de 6.000 habitantes y casas blancas en la cima de una colina donde Málaga casi se convierte en Cádiz y viceversa.

La hermosa carretera MA800 une Casares con el Mediterráneo. A la altura del kilómetro 2, una zona rodeada de impecables campos y algunos muros blancos cubiertos por buganvillas está la Finca Cortesín, un conjunto de villas privadas, campo de golf y hotel, que este 2018 cumplirá su décimo aniversario. La finca, que suma 44.000 metros cuadrados tiene unos jardines diseñados por Gerald Huggan, un nombre que quizás no diga mucho a los no versados en el sector, aunque él fue responsable durante años del paisajismo del palacio de Buckingham.

Con una premisa así es fácil imaginar la impecabilidad del resto del conjunto, con un hotel primorosamente encalado, lleno de luz natural, una decoración nada recargada y, por tanto, elegante que cuida con esmero a sus huéspedes, que se alojan en 67 suites que van desde los 50 a los 200 m<sup>2</sup> de superficie. El Hotel Cortesín es uno de esos lugares que son destinos en sí mismos y en los que no abandonar el establecimiento en días no produce ningún remordimiento. Su oferta gastronómica está cubierta por cuatro restaurantes de cocina española, italiana y japonesa, algunos de ellos galardonados por varias guías reconocidas, mientras que el relax está garantizado gracias a un spa muy singular de temática oriental. Como complemento a lo anterior, también se puede disfrutar de tres tranquilas piscinas y de un club de playa propio sobre el mar, a muy poca distancia del establecimiento, que se encarga del transporte de cortesía para los clientes de la casa.



📍 Carretera Casares, s/n, 29690 Casares, Málaga

Web: [www.fincacortesin.com](http://www.fincacortesin.com)

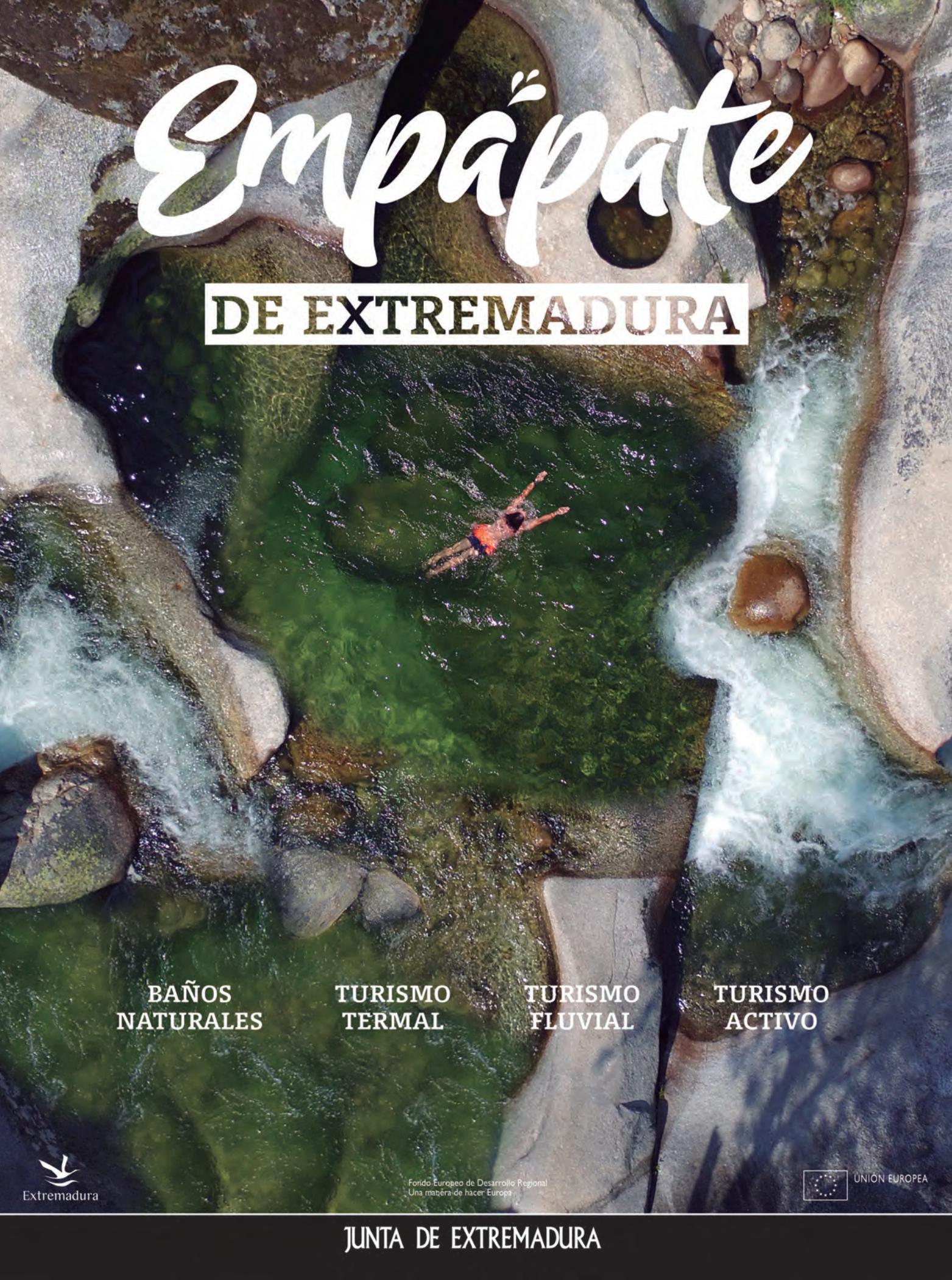
E-mail: [reservas@hotelcortesin.com](mailto:reservas@hotelcortesin.com)



**B**las Infante Pérez de Vargas es uno de los grandes personajes de Andalucía: fue notario, ensayista, político y el padre del andalucismo, un movimiento con el que reconstruyendo la región, se regeneraba una España fuerte y federal. Infante nació en Casares, un pueblito de 6.000 habitantes y casas blancas en la cima de una colina donde Málaga casi se convierte en Cádiz y viceversa.

The beautiful MA800 road links Casares with the Mediterranean Sea. Around the km nº 2 and near an area surrounded by impeccable fields and white walls covered with bougainvillea, there is the Finca Cortesín: a complex of private villas, golf courses and a hotel. This year marks the 10<sup>th</sup> anniversary of this complex. This 44,000 square metre estate's gardens were designed by Gerald Huggan, a name which may not ring a bell for those not familiar with the sector, but who was responsible for gardening and landscaping at Buckingham Palace for several years.

It is easy to imagine how impeccable the rest of the complex is, a carefully whitewashed, luminous hotel, decorated elegantly with polite staff delivering excellent service to customers. Speaking of customers, there are over 67 suites ranging from 50 to 200 m<sup>2</sup>. The Cortesín Hotel is one of those places that is a destination in itself and choosing not to leave the complex during your stay will not leave you with any regret. The hotel's gastronomic offer is composed of four Spanish, Italian and Japanese restaurants, some of them have even been awarded with various well-known guides. Relaxation is guaranteed thanks to the hotel's very singular, Oriental themed spa. To top it all off, there are also three quiet swimming pools and a beach club just a few meters away from the hotel, which takes care of courtesy transportation for the guests.



# Empápate

## DE EXTREMADURA

BAÑOS  
NATURALES

TURISMO  
TERMAL

TURISMO  
FLUVIAL

TURISMO  
ACTIVO



Fondo Europeo de Desarrollo Regional  
Una manera de hacer Europa



UNIÓN EUROPEA

JUNTA DE EXTREMADURA

# Mesa reservada

## Reserved table

**E**l fenómeno de abrirnos a otras culturas y a sus comidas populares, la llamada comida callejera exquisita, es un hecho normalizado en nuestra sociedad que incluso tuvo hasta hace poco su propia biblia, la revista "Lucky Peach", creada por el chef de los célebres restaurantes Momofuku (melocotón de la suerte).

En Valencia, **Mil Grullas** hace una deliciosa comida de tapas asiáticas... (Japón, China, Corea...) con calidad milimétrica. No es de extrañar, pues la chef y docente gastronómica Vanessa Lledó es la cabeza pensante detrás de este paladar que toma el nombre de un cuento infantil de amistad y solidaridad. Los pilares de esta casa: compartir y celebrar. Desde un crujiente pollo *karaage* (marinado con jengibre, soja...), hasta un bao de panceta, haciendo una parada en el *kimchi* para atemperar el estómago, y seguir con las gambas crujientes, o las *gyozas* que se derriten en boca. Mil sabores que le transportarán a Asia.

### Mil Grullas

► Calle Emilio Gascó Contell, 16.  
46022 València

Instagram: @milgrullasvalencia



### LA BAGUETTE VIETNAMITA

#### LA BAGUETTE VIETNAMITA

El *bánh mì* (con opción también vegetariana) merece un capítulo aparte. Este irresistible bocadillo le hará amar aun más la magia de los emparedados, con su punto picante por la salsa *sriracha* (no la agite en demasia), y la amalgama de ingredientes: cerdo, vegetales encurtidos, cilantro. The *banh mi* (also available in a vegetarian version) deserves a mention of its own. This delicious baguette will make you fall in love again with sandwiches. Its *sriracha* sauce—don't scatter it too much!—and its various ingredients —pork, pickled vegetables, coriander, etc.— give it a tasty, spicy punch.

**B**efore it ceased production, the Lucky Peach magazine —created by the chef of the famous Momofuku (which translates to Lucky Peach) restaurants— was the gastronomic bible for street food lovers. Nowadays, discovering other cultures and cuisines is nothing new in our society. The best example is **Mil Grullas**, a restaurant serving delicious, carefully made Asian (Japanese, Chinese, Korean...) tapas. This is no surprise, as the mind behind this restaurant with the name of a child's story about friendship and sharing is none other than the famous chef and gastronomic professor Vanessa Lledó. The foundations of this restaurant are sharing and celebrating. From the crispy *karaage* chicken (marinated with ginger and soya), to the bacon *bao*, as well as the tempered *kimchi*, the crunchy prawns and the mouthwatering *gyozas*. One thousand flavours that will take you to Asia itself.

## ESCUELA EUROPEA DE COACHING (EEC)

# Personas ágiles para metodologías ágiles

*Agile people for agile methodologies*

**Habilidades de coaching para la adaptación empresarial y personal.** *How coaching skills help us adapt to this new reality*



■ Las metodologías ágiles están generando cambios que organización, líderes y equipos debemos integrar en tiempo récord. Esto es lo que hemos aprendido y lo que facilitamos en Escuela Europea de Coaching (EEC) para que empresas y personas logren adaptar su modo de pensar y de hacer a las metodologías ágiles:

- No son ágiles las metodologías, son ágiles las personas
- La ventaja competitiva está en la conversación permanente
- La inteligencia colectiva se genera con el feedback constante

#### El reto de las organizaciones hoy es cómo

- implantar esta nueva forma de trabajar y de pensar
- achatar las pirámides jerárquicas y aplanar las estructuras organizativas
- facilitar que los profesionales construyan relaciones de confianza en poco tiempo

#### Escuchar, conversar y vuelta a empezar

Para aprender de los errores, los equipos deben incorporar herramientas conversacionales que favorezcan el desarrollo de una nueva forma de generar inteligencia colectiva, así como habilidades para maximizar el rendimiento del equipo.

El feedback nutritivo y de calidad permite que:

- la comunicación se convierta en una ventaja competitiva
- el equipo multiplique su capacidad de aprender y mejorar
- se gane en velocidad y en desarrollo



#### ¿Y qué pasa con el liderazgo?

Las metodologías ágiles necesitan menos jefes y más liderazgos compartidos, colaborativos y participativos. Unos líderes que ponen su liderazgo al servicio del equipo y saben dejar que este se regule con autoeficacia, es decir, que asumen que sí lideran unos proyectos pero otros no y que esto no es lo mismo que perder poder.

Con el agilismo desaparecen comportamientos improductivos como el individualismo, la competitividad, el perfeccionismo y el miedo a la incertidumbre y se instala, por contra, un entorno seguro y de confianza en el que se trabaja por el interés colectivo, en colaboración y entre conversaciones de vulnerabilidad y de aprendizaje.

#### Habilidades de coaching para la adaptación

- Abrazar el error: entender el error como una oportunidad de aprendizaje pues cada equivocación permite mejorar el producto.
- Entrenarnos en feedback: necesitamos recibir mucho feedback y aprender a aceptarlo.
- Consciencia sistémica: sin perder de vista el producto, mirar a la organización y al equipo como un sistema que se autorregula en relación al objetivo.

■ What mind set helps adapt to agile methodologies? What has to change in companies and in our teams?

- Methodologies are not agile, people are agile
- Permanent conversation is the competitive advantage
- Constant feedback generates collective intelligence

#### The challenge for organizations today is

- implementing this new way of working and thinking
- flattening hierarchical pyramids and organizational structures
- facilitating professionals to build trusting relationships in record time

#### And what about leadership?

Agile methodologies need fewer leaders and more shared, collaborative and participatory leaderships. Leaders that are at the service of the team and let the team regulate with self-efficacy, leaders who assume they lead some projects and not others and that this is not the same as losing power.

In an Agile environment, unproductive behaviors such as individualism, competitiveness, perfectionism, and fear of uncertainty disappear, and a secure environment of trust is established in which we work for the collective interest, in collaboration and among conversations about vulnerabilities and learnings.

#### 3 Coaching skills to help you adapt

- Embracing mistakes: understanding error as a learning opportunity, every mistake is an improvement for the product.
- Training in feedback: we need to receive a lot of feedback and learn to accept it.
- Systemic Consciousness: without losing sight of the product, look at the organization and the team as a system that self-regulates in relation to the objective.

#### +INFO

**ESCUELA EUROPEA DE COACHING (EEC)**

info@escuelacoaching.com

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

EN LA MALETA DE... | IN THE SUITCASE OF...

# CARLA FUENTES

**I**lustradora desde 2007. Amante del arte desde que tiene uso de razón. Entre sus pintores favoritos, Eduardo Arroyo o David Hockney. De pequeña quería ser sastre y confeccionar elegantes trajes pero acabó dedicándose a la pintura. Hacemos la maleta con ella con el mismo pulso que los boxeadores que le inspiran. O con la puntería de los vaqueros del *far west* que ha retratado... Porque hay muchas vidas en Carla y ella disecciona las personalidades con pinceles y lápices, y una inquietante belleza.

Working as an illustrator since 2007, Carla has been an art lover since she was a child, with Eduardo Arroyo and David Hockney being among her favourite artists. She originally wanted to become a tailor and make elegant suits, but ended up becoming a painter instead. She packs her suitcase with the same pulse of the boxers she admires and with the aim of the far west cowboys she portraits... Because Carla has many lives, and she dissects them with brushes, pencils and unsettling beauty.

## UN LIBRO PARA LLEVARSE DE VACACIONES / A BOOK TO READ THIS SUMMER

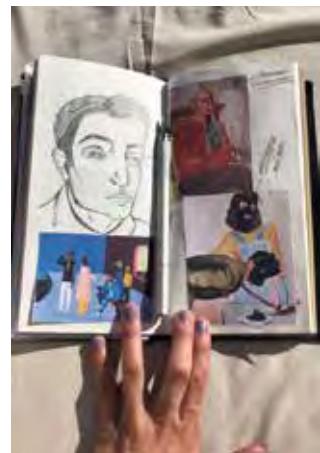
«El nuevo de Daniel Pennac que he ilustrado y que tengo muchas ganas de leer: *El Caso Malaussènne*».

“The new Daniel Pennac book I’ve illustrated: *Le Cas Malaussènne*. I can’t wait to read it.”



## UNA PREnda DE ROPA/A PIECE OF CLOTHING

«Unos vaqueros. 501 imprescindibles. De color claro». “Indispensable, clear colour 501 jeans.”



## UN OBJETO DEL QUE NO SE SEPARA EN SUS VIAJES/ AN OBJECT YOU ALWAYS TAKE WITH YOU ON YOUR TRIPS

“Una pluma y un lápiz junto con mi cuaderno. Siempre lo llevo conmigo». “A brush, a pencil and a notebook. They are always by my side.”



## UN COMPLEMENTO PARA EL TIEMPO LIBRE/ AN ACCESSORY FOR YOUR FREE TIME

«Sin duda unas gafas de sol. Las de Moscot o Mouet son unas de mis favoritas». “A pair of sunglasses. Moscot and Mouet’s are my favourites.”



FOTO: CC CREATIVE COMMONS

## UN LUGAR PARA QUEDARSE / A PLACE TO STAY

«El restaurante Casa Sa Miranda de un amigo. O también Es Roquissar. Ambos en Valldemossa,

Mallorca. ¡Paraisos!». “My friend’s restaurant Casa Sa Miranda! Or maybe Es Roquissar. Both in Valldemossa, Mallorca. A true paradise!”



FOTO: CASA SA MIRANDA

## UN DESTINO AIR NOSTRUM PARA EL VERANO / A SUMMER AIR NOSTRUM DESTINATION

«Oporto. Me parece una ciudad maravillosa y hasta hace poco desconocida para mí. Lugares auténticos de esos que quedan pocos, bonitas tiendas, buena comida... Creo que en los últimos años he estado más de cinco veces allí». “Porto. I recently discovered it and have been there at least five times in the last few years. The places, the beautiful stores, the food... It is an authentic, fantastic city”.

# DISFRUTA del MAR y de la MEJOR Paella en Sa Calobra

En Barcos Azules te llevamos, cada día y desde el Port de Sóller, hasta Sa Calobra para que puedas disfrutar del mar, de una auténtica paella mediterránea en el Restaurante La Calobra y vivir, así, la otra cara de la Serra de Tramuntana.



Tarifas Residentes  
en Baleares



PAQUETE BARCO + PAELLA: 41,00€  
IDA Y VUELTA (SALIDA DESDE EL PORT DE SÓLLER)

PAQUETE TREN + TRANVÍA + BARCO + PAELLA: 63,00€  
IDA Y VUELTA (SALIDA DESDE PALMA)



Consulta nuestros horarios y precios en [www.barcosazules.com](http://www.barcosazules.com)

# ¡Por los pelos!

## *Don't let the summer escape your hair!*

■ Ya estamos en julio, para muchos en plenas vacaciones, para otros a punto de... En la época de nuestras madres el cuidado y protección del cabello del sol, los cloros de las piscinas o el salitre del mar era meramente anecdótico, pero ahora somos conscientes de que el verano es la época del año en la que más debemos proteger nuestro pelo, ya que es cuando está más seco y quebradizo; por ello es importante llevar un cuidado extra para llegar a septiembre con una melena en condiciones. Estas son las pautas a seguir. ■ July. If you are not on holiday by now, you probably will be in a matter of weeks. Many years ago, taking care and protecting our hair from the sun, the swimming pool's chlorine and the sea's salt was no big deal. Nowadays, though, we are fully aware of the importance of protecting it during the harsh summer months, when it is the driest and most fragile. And here are five beauty tips to take extra-care of your hair until the end of summer!

**1 HIDRATACIÓN MOISTURISE IT**

Debemos usar mascarillas al menos dos o tres veces por semana. Aprovechemos la noche con las nuevas mascarillas de pelo nocturnas, que ya están en el mercado. Apply a hair mask to it at least 2 or 3 times a week. Use one of the new overnight hair masks currently on the market!

**2 LAVADO WASH IT**

Hay que lavar con frecuencia para eliminar el cloro y el salitre, con un champú sin sulfatos, ya que estos quitan la hidratación del cabello. Y no olvidemos aclararlo bien, eliminando cualquier residuo. In order to eliminate chlorine and salt from our hair we need to wash it frequently with a sulfate-free shampoo, as they don't dry out our hair. Rinse it thoroughly to eliminate any remains.



### 3 ACEITES Y SÉRUMS USE OILS AND SERUMS

Hay que aplicarse el aceite solo por la noche, ya que, si lo usamos por la mañana, al contacto con el sol acabará fríéndonos el pelo literalmente. Remember to use them at night. If you apply them during the day, the sun might literally fry your hair!

### 5 SECADO AL AIRE AIR-DRY YOUR HAIR

Conviene aprovechar esta época del año para que el pelo descance de secadores y planchas. Verás como lo agradece; de hecho, los peluqueros siempre insisten en que es el mejor tratamiento que se puede hacer por la melena. Use mascarilla para lucir un bonito efecto mojado o aproveche y peinese con trenzas y moños absolutamente desenfadados a lo Megan Markle, no solo irá actual, sino que le estará haciendo un favor a su melena. Let your hair take a rest from hair dryers and straighteners. It will thank you. In fact, hair dressers always say that this is best beauty treatment for your hair. So, use a hair mask to get a wet hair look and braid it Megan Markle style!

The trendiest, healthiest option for your hair.

**4 PROTECCIÓN SOLAR USE SUN CARE PRODUCTS**

Al igual que utilizamos productos para proteger nuestra piel, debemos de usar productos para proteger nuestro pelo. Our hair needs protection from the sun the same way our skin does.





# EL BARRANCO PERDIDO

# AVVENTURA EN EL BARRANCO PERDIDO

CONTINÚA LA AVENTURA desde tu ordenador, smartphone y tablet. [www.barrancoperdido.com/juego](http://www.barrancoperdido.com/juego)

# Los coches restaurantes del Orient Express

Por lo que es y por lo que evoca, el Orient Express, servicio de ferrocarril internacional nacido hace 135 años, es uno de los medios de transporte más conocidos del mundo. Fue creado como producto de altas prestaciones, desarrollado por la legendaria *Compagnie Internationale des Wagons-Lits* bajo la batuta del belga Georges Lambert Casimir Nagelmackers. Inicialmente el tren viajaba desde París hasta Rumanía. Desde 1889, gracias al desarrollo de nuevas vías y puentes, sus pasajeros pudieron llegar sin cambios de tren hasta Constantinopla (actual Estambul), la puerta de Asia.

Nagelmackers fue quien introdujo en Europa la idea de los coches cama, tras conocer ese servicio en un largo viaje por Estados Unidos. Aprovechar los viajes de noche para dormir a bordo fue un cambio notable en el transporte ferroviario europeo al que se le dio un brillo especial con el servicio París-Estambul, que acabó teniendo un sobrenombre muy sonoro: "El tren de los reyes y el rey de los trenes". Lo cierto es que en aquellos tiempos, comparados con la actualidad, eran pocas las personas que viajaban y mucho menos las que podían hacerlo en un tren de lujo como ese, que vio incrementada su fama gracias a una novela publicada en 1934: "Asesinato en el Orient Express".

Su autora, Agatha Christie, se inspiró en sus viajes a bordo del tren y redactó el texto del libro en una habitación del Hotel Pera Palace de Estambul, establecimiento creado por la compañía a modo de hotel término o de referencia para los viajeros que llegaban desde París o iban a tomar el ferrocarril de regreso con destino a Europa desde Turquía, país nacido en 1923 tras la caída del imperio otomano.

Salvo fuerza mayor, como etapas concretas durante las dos guerras mundiales, el Orient Express circuló ininterrumpidamente hasta el 19 de mayo de 1977, pues el servicio, como en el caso de los antiguos transatlánticos, se vio superado por los cambios en la sociedad, los gustos viajeros y la expansión de las rutas aéreas entre las grandes capitales a las que servía este tren.

Sin embargo, en cuanto supo de la desaparición del tren, James B. Sherwood, un empresario estadounidense propietario del un pequeño imperio del transporte marítimo, quiso resucitar este servicio para devolverle todo el glamour y estilo que le hizo célebre, sobre todo durante el



primer tercio del siglo XX. Recuperó viejos vagones de Wagons Lits abandonados por toda Europa y acudió a curiosas subastas para comprar otros hasta sumar 18 coches de entre 1927 y 1949. Estos fueron restaurados con tiempo y mimo para devolverles su aspecto original. Cinco años después del cierre del servicio se volvió a abrir la línea, con Venecia como centro de operaciones, y Liza Minelli fue la madrina de esa nueva iniciativa.

Para Sherwood, el tren fue un complemento para su aventura hotelera, pues ya había adquirido el Hotel Cipriani de Venecia. Entre este y el nuevo servicio de ferrocarril, nació la cadena hotelera Orient Express, actualmente rebauti-

En la composición del tren, al margen de los coches de servicio y los de camas, hay tres vagones «públicos»: Cote d'Azur, Etoile Du Nord y L'Oriental.

*In the composition of the train, apart from the service carriages and those with beds, there are three «public» wagons: Cote d'Azur, Etoile Du Nord and L'Oriental.*





zada como Belmond, con hoteles, trenes y barcos en 45 maravillosos lugares de todo el mundo.

El Venice Simplon Orient-Express circula cada año desde marzo a noviembre realizando diferentes trayectos. El más frecuente es Londres-París-Innsbruck-Venecia y aunque cada año se añaden nuevos recorridos, siempre se respeta escrupulosamente el origen, pues se realiza siempre el viaje París-Estambul, recordando los orígenes del tren.

Viajar en él es de ensueño: la pluscuamperfección hecha viaje y en la composición del tren, además de los coches-cama y coches-suites hay un animado y elegante coche-bar y tres coches-restaurante con nombre propio: L'Oriental, Etoile du Nord y Côte d'Azur. Los dos primeros son de 1927 y su decoración está acorde con el nombre. El tercero es de 1929, lo diseñó René Lalique y además de ser un elegante salón-comedor en movimiento también es un delicioso champagne bar.

## The Orient Express restaurant-cars

For what it is and what it represents, the Orient Express – an international passenger train service founded 135 years ago – is one of the most famous transportation systems in the world. It was built by the legendary Compagnie Internationale des Wagons-Lits – under the direction of Belgian Georges Lambert Casimir Nagelmackers – as a luxurious, high-performance product. Originally, the train travelled from Paris to Romania. Since 1889, and thanks to the development of new railways and bridges, passengers could travel to Constantinople – the gateway to Asia currently known as Istanbul – without changing train.

It was Nagelmackers himself who introduced the idea of sleeper carriages in Europe after discovering this service during a long trip across the U.S. Overnight trips changed the European railroad transport scene drastically. Because of this, the Paris-Istanbul route became a household name. It even started being referred to as "The King of Trains, the Train of Kings". Back then, not



many people travelled, and even less so in a luxury train such as this one. It became even more famous after the publication of the 1934's classic *Murder on the Orient Express*.

Author Agatha Christie was inspired by her travels on board the train and wrote the book in a room of Istanbul's Pera Palace Hotel. This hotel had been built by the company as a resting place for travellers coming from Paris or people about to travel to Europe from Turkey, the country born after the fall of the Ottoman Empire back in 1923.

Besides very particular periods of time – like World War I and World War II – the Orient Express kept operating uninterruptedly until 19<sup>th</sup> May 1977. As with the old transatlantic vessels, the Orient Express was a victim of the changes of society, the preferences of travellers and the expansion of flight routes connecting the main European capitals.

But when James B. Sherwood – an American entrepreneur owner of a small sea transport empire – heard about the disappearance of the famous train, he decided to bring it back to life with all the luxury and style that made it famous during the first decades of the 20th century. He brought back the old Wagons Lits' cars, which were abandoned and scattered all throughout Europe. He even bought some of them in very curious auctions. He recovered 18 cars built between 1927 and 1949 and then proceed to carefully restore them. Just five years after the cease of activity, a new train line was opened, with the city of Venice serving as the operation centre. Liza Minelli sponsored the project.

For Sherwood, the train was a complement to its hospitality venture, as he had already bought the Cipriani Hotel in Venice. Both the hotel and the train were the foundations of what would eventually become the Orient Express hotel chain – nowadays known as Belmond –, which offers hotels, trains and ships in up to 45 wonderful locations all around the world.

Every year, the Venice Simplon Orient-Express travels across different routes all throughout Europe from March to November. The most frequent one is the London-Paris-Innsbruck-Venice route. Although new routes keep being added, the train keeps faithful to its roots, with the Paris-Istanbul route being travelled on every year.

This train is a dream come true: it is perfection made travel. Not only has it sleeping cars and suites, but also an elegant, vibrant bar carriage and three restaurant cars, each one with its own name: L'Oriental, Etoile du Nord, and the Côte d'Azur. The first two date back to year 1927 and are decorated according to their name. The third one – designed by René Lalique – was built in 1929 and serves both as an elegant dining room and as a champagne bar.

# Propuestas culturales

## Cultural Suggestions

Julio/July 2018



MARCEL DUCHAMP WAISTCOAT FOR BENJAMIN PERET (1958) JTF

### MADRID

#### DUCHAMP, MAGRITTE, DALÍ, REVOLUCIONARIOS DEL SIGLO XX *DUCHAMP, MAGRITTE, DALÍ: REVOLUTIONARY ARTISTS FROM THE 20TH CENTURY*

Hasta/Until 15-07-2018

##### ► Palacio de Gaviria

El dadaísmo y el surrealismo son los protagonistas de esta muestra que recoge casi 280 piezas del Museo de Israel en Jerusalén. Aunque Duchamp, Magritte y Dalí aparezcan en el título de la exposición, no son los únicos presentes. También hay obras de Ernst, Tanguy, Man Ray, Calder, Picabia, Schwitters, Höch, Blumenfeld o Jancó, entre otros. Visita obligada.

Dadaism and Surrealism are the main protagonists of this exhibition featuring over 280 pieces of artwork from Jerusalem's Israel Museum. Although appearing in the title, Duchamp, Magritte, and Dalí are not the only artists in the exhibition: Ernst, Tanguy, Man Ray, Calder, Picabia, Schwitters, Höch, Blumenfeld, Jancó... are a must-see.

### SEVILLA

#### GYMKANA DE MURILLO *GYMKANA DE MURILLO*

11-07-2018

##### ► Barrio de Santa Cruz

Pocas cosas hay más eficientes para desacralizar la cultura que divertirse con ella y sacarla de su zona de confort. Aprovechar el Año Murillo, que se le dedica en Sevilla, para montar una *gymkana* en torno al pintor andaluz es una idea magnífica. Un sinfín de pruebas para conocer las anécdotas y los datos más curiosos sobre el artista y su época.

The best way to bring culture to the people is by making it fun and accessible. To celebrate the Año Murillo (which celebrates the artist's 400 anniversary), the city of Sevilla has organised a series of games revolving around this famous Andalusian artist: learn more about his life and times through multiple questions and games!



CAETANO VELOSO. FOTO: @MOOVIMENT

### VALÈNCIA

#### CAETANO VELOSO

19-07-2018

##### ► Jardines de Viveros

El concierto de Caetano Veloso es uno de los platos fuertes de la Gran Fira de València del mes de julio, en la que también se han programado propuestas como las de Rubén Blades o The Waterboys. Para el músico brasileño será una cita muy especial porque estará acompañado en el escenario, únicamente, por sus hijos Moreno, Zeca y Tom.

Caetano Veloso is one of the highlights of Valencia's Gran Fira festival, which takes place in July and features other renowned artists such as Rubén Blades or The Waterboys. This will be a special occasion for this Brazilian singer though, as he will be stepping onto the stage alongside his sons Moreno, Zeca and Tom.

### MALLORCA

#### RASTRO DE CONSELL *CONSELL STREET MARKET*

Todos los domingos. Every Sunday.

##### ► Polígono Industrial de Consell

Son muchos los planes que se pueden realizar en Mallorca más allá de bañarse en sus playas o disfrutar con su gastronomía. Los numerosos mercaditos que se montan son una estupenda opción, además, para conocer mejor la isla. El de Consell,

posiblemente el más completo, fue creado en 1994 por el australiano John Douglas, y reúne cada domingo a 300 vendedores. Mallorca is much more than just breath-taking beaches and delicious gastronomy. Visiting one of its many street markets is a fantastic way to discover the island. Consell's street market is probably the best one. Created back in 1994 by Australian John Douglas, it gathers up to 300 traders every Sunday.



PARKET COURTS. FOTO: EBRU YILDIZ

### BIARRITZ

#### BIARRITZ EN ÉTÉ!

20-07-2018 > 22-07-2018

##### ► Cité de l'Ocean

Cualquier excusa es buena para viajar a Biarritz. Si, además, se celebra un nuevo festival de música en primera línea de playa, con la garantía de los organizadores del normando Cabourg Mon Amour, mucho mejor. Y si en el cartel coinciden Parquet Courts, The Limiñanas, Etienne Daho, The Black Madonna o los maravillosos Cigarettes After Sex, la cita se convierte en imprescindible.

Any reason is a good reason to visit Biarritz. If that reason is a new music festival on the beachfront organised by the same people responsible of the famous *Cabourg, Mon Amour*, then it is an even better reason. If the line up includes artists such as Parquet Courts, The Limiñanas, Etienne Daho, The Black Madonna or the always incredible Cigarettes After Sex, then there's no excuse not to go.

**VIGO****JULIO VERNE,  
LOS LÍMITES DE  
LA IMAGINACIÓN**  
*JULES VERNE. THE  
BOUNDARIES OF  
IMAGINATION*

Hasta / Until 16-09-2018

**MARCO**

Este año se celebran dos efemérides que unen al escritor Julio Verne con la ciudad de Vigo. Por un lado, se cumplen 140 años de su visita. Y, por otro, 150 de la entrada del Nautilus en la ría de Vigo en la novela "Veinte mil leguas de viaje submarino". Para festejarlo, nada mejor que esta exposición que se adentra en su imaginario. This year marks the anniversary of two notable events regarding Jules Verne and the city of Vigo. On the one hand, it's the 140th anniversary of the visit of the writer to the city. On the other hand, it has been 150 years since the Nautilus entered through Vigo's estuary in the novel *Twenty Thousand Leagues Under the Sea*. And what better way to celebrate it than with an exhibition about the writer's imagination?

PABLO PICASSO. CERÁMICA CON TRAMPAINTING. © SUCESIÓN PABLO PICASSO. VEGAR MADRID. 2018. PG

**BARCELONA**  
**LA COCINA DE  
PICASSO**  
**PICASSO'S KITCHEN**

Hasta / Until 30-09-2018

**Museu Picasso**

Es esta una muestra sobre la relación de Picasso con la comida, pero no es una exposición sobre la gastronomía en su obra. Son la cocina y los restaurantes como espacios cotidianos en la vida del pintor. Utensilios y alimentos que le conectaban, desde la distancia, con su país. Más de 200 obras que recorren cronológicamente la trayectoria artística del genio malagueño.



This exhibition focusses on the relationship between Picasso and food, but it isn't a study of gastronomy in his work: it is about kitchen and restaurants as everyday settings in the artist's life. Food and utensils which helped him keep it touch with a country to which he could not return. Over 200 pieces of work following Picasso's artistic career in chronological order.

**Nuestra estantería**  
**Our Shelves****Boarding House Reach**

Jack White / Third Man-XL-Popstock!



El último disco de Jack White es una apisonadora en todos los sentidos. Tritura aquello con lo que se cruza en su camino, melódicamente hablando. Avanza hacia adelante sin importarle lo que va derribando por los lados. Hay ritmos muy negros, hay *hard rock*, hay *rap*, hay *spoken word*, pero sobre todo hay mucho Jack White.

Jack White's new album is a powerhouse in every meaning of the word. It crushes everything that stands in its way – always from a musical point of view – and moves forward oblivious to its path of destruction. With a mix of black rhythms, hard rock, rap and spoken word, this is Jack White at his finest.

**Marisol. Pepa Flores.****Corazón rebelde**

Marisol. Pepa Flores.

**A Rebellious Heart**

Luis García Gil / Editorial Milenio



De niña prodigo a literatura y poema. El recorrido artístico de Marisol / Pepa Flores bien merecía un libro tan documentado y analítico como este, lejos del panegírico o del derribo sin concesiones del mito. Se trata de un volumen que, además, acertadamente, contextualiza histórica y musicalmente todo aquello que narra.

From prodigy child to literature and poetry. The career of Pepa Flores (better known as Marisol) deserved a book as well-documented and analytical as this one. A volume which puts eulogies and deconstructions aside whilst perfectly capturing the historical and musical context of the artist's career.

**Shadow people**

The Limiñanas / Because - Karonte



Los franceses The Limiñanas han trufado su nuevo álbum de invitados de lujo (Peter Hook, Emmanuelle Seigner, Anton Newcombe, Bertrand Belin), pero la verdadera noticia es que siguen afiliados a los sonidos pantanosos y subterráneos, al garage, que nunca hizo la Velvet o a la psicodelia más ye-yé que se puede encontrar hoy en día.

The Limiñanas have spiced their latest album up with guest stars such as Peter Hook, Emmanuelle Seigner, Anton Newcombe or Bertrand Belin. But more importantly, this French duet stays truthful to its underground, swampy routes, to the garage music Velvet never did and to psychedelic, ye-yé music.

# Lugares y rincones Nooks and crannies

## RESTAURANTE ABADÍA D'ESPÍ VALENCIA

**Plaza del Arzobispo, 5 46003 Valencia. Tel: +34 963 512 077**

■ Está situado en pleno corazón histórico de Valencia, en la plaza del Arzobispo, 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 hojaldra 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 Caren 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

**Paseo Neptuno, 32 • Playa de las Arenas • 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 buffet 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 has only 22 bedrooms, all facing 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 and fish dishes. In addition, the privileged site on the promenade, overlooking the Mediterranean Sea makes 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.



## Su espacio en AIR NOSTRUM INFLIGHT MAGAZINE

Your space in  
AIR NOSTRUM  
INFLIGHT MAGAZINE

### CONTACTO COMERCIAL

**España**  
Ediciones de Publicaciones  
y Publicidad SL  
alvaro.lopez@nostrum.global  
ignacio.nebot@nostrum.global  
Tel. 616 29 04 22

**Barcelona**  
Juana Torres  
juana.torres@nostrum.global  
Tel/Fax 931 863 656  
Tel. 618 773 833

**Madrid**  
Agustina Torchía  
agustina.torchia@nostrum.global  
Tel. 660 855 386

## BISBE GASTRO TABERNA VALENCIA

**Plaza Arzobispo, 6. 46003 València. Tel.:+34 96 392 25 27**

■ En la coqueta plaza del Arzobispo (una de las más bonitas de Valencia), Bisbe Gastro Taberna se ha propuesto instaurar el verbo "terrcear" como parte del ADN de una ciudad con una luz idónea para comer "al fresco". La propuesta se recrea en arroces y en sus célebres "puntas" rellenas de morcilla o *esgarrat*. Pero es el menú degustación la opción favorita de la clientela. Una representación en seis actos más postre que transita por el mar y la montaña con alegría: buñuelo de ahumados, bollito de cabrales, brocheta de pulpo y langostino, tulipa de corderito lechal y costillas estofadas de recebo. En el histórico barrio de "La Seu" este rincón gastronómico ofrece una cocina non stop. ■ Located in the Plaza del Arzobispado (one of the nicest squares in the city of Valencia), Bisbe Gastro has decided to introduce the word *terracing* in the vocabulary of this luminous city's inhabitants, the perfect place to eat outdoors. The menu of this establishment consists of a wide variety of rice dishes as well as his celebrated *puntas* (the pointy end of a baguette) filled with black pudding or *esgarrat* (a traditional Valencian dish made with red pepper, cod, garlic and olive oil). But the perfect choice for all customers is without doubt the restaurant's tasting menu, a six-course dinner (plus dessert) with meat and fish dishes: fritters, blue cheese rolls, octopus and prawn skewers, stewed lamb meat, corn and cereal fed pork ribs and more... Right in the historical quarter known as La Seu, this small restaurant offers food all day.





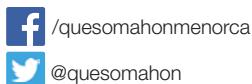
## EL SABOR DE MENORCA | QUESO MAHÓN MENORCA D.O.P.

THE FLAVOUR OF MINORCA | MAHÓN MENORCA CHEESE PDO (Protected Designation of Origin)

**UN QUESO ÚNICO.** Elaborado con leche de vacas que se alimentan de pastos de la Isla. La brisa salina del Mediterráneo impregna los pastos, factor importante para el sabor de la leche. Una elaboración y maduración con métodos ancestrales, el sol, la humedad de Menorca, su peculiar forma cuadrada y color anaranjado, hacen que sea inconfundible. **D.O.P. Sello de garantía de calidad y autenticidad.**

**A UNIQUE CHEESE.** Made from the milk of cows that graze on the island's pastures, the salty Mediterranean breeze permeates the pastures, giving the milk its characteristic taste. The cheese is made and matured according to age-old methods, and the sun, the humidity of Minorca and its peculiar square shape and orange colour all make this an unmistakable cheese. **PDO, a mark of quality and authenticity.**

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



G CONSELLER  
O MEDI AMBIENT,  
I AGRICULTURA  
B I PESCA



FONDO EUROPEO  
AGRICOLA DE  
DESARROLLO  
RURAL: EUROPA  
INVIERTE EN  
LAS ZONAS  
RURALES





# PEUGEOT 508

Una berlina con carácter · *A saloon with personality*

**E**l segmento de las berlinas medias ha experimentado un claro giro hacia un concepto de automóvil marcado por un evidente carácter deportivo. Una nueva visión que mezcla a la perfección la tradicional silueta de estos modelos eminentemente familiares con la nueva generación de coupés de cuatro puertas.

A esta tendencia se han sumado la práctica totalidad de firmas generalistas de la industria del motor, y Peugeot ha sabido plasmar con certeza esta tendencia en su nueva generación 508.

En este sentido, el nuevo 508 se perfila como uno de los componentes más atractivos de este renacido segmento. Con 4,75 metros de longitud, cuenta con un más que personalizado diseño con detalles como su agresiva calandra delantera con luces de día verticales, llantas de 18 y 19 pulgadas, o una estilizada línea remarcada en su lateral por el ajustado espacio que queda para las ventanillas y en las formas afiladas de su trasera equipada con pilotos con tecnología led tridimensional.

El interior del 508 cuenta con una nueva evolución del concepto Peugeot i-cockpit, con un cuadro de instrumentos de TFT de 12,3 pulgadas y una pantalla táctil central de ocho o diez pulgadas, según el nivel de acabado. La gama de lanzamiento del 508 dispone de dos alternativas diésel Blue HDI de 130 y 180 CV, junto a otras dos de gasolina PureTech de 180 y 225 CV. Todos los propulsores están asociados a un cambio automático de ocho velocidades, aunque el diésel de menor potencia puede montar uno manual de seis marchas.



▶ Los precios de la nueva gama 508 parten desde los 27.250 euros de la versión BlueHDi 130 Manual. The initial price of the new 508 range starts at €27,250 in the BlueHDi 130 manual engine version.

## PEUGEOT 508

Berlina/Station Wagon  
Saloon/Station Wagon

**L**ongitud/Length: 4,75 m

**M**otores/Engines: 2 Gasolina/2 Diésel  
2 Petrol/2 Diesel

**P**otencia/Length: 130-225 CV/PS

**C**ambio/Gearbox: Manual /Automático.  
Manual/Automatic

**T**racción/Drive: Delantera / Front-wheel

**M**aletero/Boot Capacity: 487 l

**V**ersiones/Versions: Active, Bussines,  
Allure, GT Line, GT

**P**recios (desde) / Initial price:  
27.250 euros

**T**he current saloon trend has shifted towards a more obvious sporty concept. A new vision perfectly combining the traditional family car's silhouette with next-generation four-door coupé vehicles. Almost every single one of the automobile sector's biggest firms have tapped into this trend. Peugeot's

new 508 is the best example. The new 508 is one of the most attractive assets in the now reawakening saloon segment. With a length of 4.75m, this car has a unique design with details such as its new aggressive vertically oriented front grille, its 18 and 19-inch alloy wheels or its sleek roof line further sharpened by the car's low glazed surfaces and its rear end shape with three-dimensional Full LED lights.

The 508's technological equipment includes the next generation Peugeot i-Cockpit – with 12.3-inch TFT display – and an 8/10-inch central touchscreen, depending on the trim level. The 508's powertrain options currently consist of the 130 and 180 hp Blue HDI diesel engines and the 180 and 225 hp PureTech petrol engines. Although these engines are equipped with an 8-speed automatic gearbox by default, a six-speed manual gearbox can be connected to the 130 hp diesel engine.

# KIA Ceed

## Genes europeos · European genes

La consolidación de las firmas coreanas en el mercado europeo se basa en varias claves. A lo largo de sus ya más de dos décadas plenamente instalados en el Viejo Continente, estos fabricantes han sido capaces de evolucionar su catálogo de producto, hasta el punto de situarlo entre lo más destacado entre las firmas generalistas. Y un claro ejemplo de esto es el ofrecido por Kia.

Tras la llegada de la última generación del todoterreno compacto Sportage, de la variante híbrida e híbrida enchufable del Niro o de la más reciente del SUV-B Stonic, Kia asesta el golpe definitivo con la presentación del nuevo Ceed. Un modelo que llegará a nuestras carreteras a finales del verano y que viene a confirmar el proceso de europeización que ha experimentado la totalidad de su gama.

El Ceed se presenta de esta manera bajo un rediseño total perfectamente ajustado a las necesidades y gustos de los conductores europeos. Si bien la longitud total de 4,31 metros se mantiene respecto al modelo anterior, el compacto coreano gana en anchura a la vez que reduce en 23 milímetros su altura. El resultado, una imagen más sólida, consistente y deportiva que se completa con detalles como la ya tradicional parrilla *tiger nose*, unos afilados faros con luces led, así como por su mayor voladizo posterior que le proporciona una capacidad de carga al maletero de 395 litros.

El habitáculo también ha sido objeto de una profunda renovación, tanto en lo que a la calidad percibida de los materiales empleados como en sus distribución y equipamiento. El salpicadero, ligeramente orientado hacia el conductor, puede acoger una pantalla táctil de siete u ocho pulgadas, según el nivel de acabado, y disfruta de un más que acertado reparto de accionamiento de las diversas funciones de confort y entretenimiento entre este dispositivo digital y las diferentes botoneras.

Por lo que a la oferta de motorizaciones se refiere, Kia mantiene su apuesta por las ya conocidas versiones de gasolina T-GDI y diésel CRDI que montan en gran parte de modelos de su gama. En este sentido, el catálogo inicial contará con el gasolina 1.0 de tres cilindros y 120 CV y el 1.4 de 140 CV, mientras que el 1.6 CRDI en sus variantes de 115 CV y 136 CV conformará la oferta de gasóleo.

### KIA Ceed

Turismo compacto/  
*Compact Family Hatchback Car*

**Longitud/Length:** 4,31 m

**Motores/Engines:** 2 Gasolina/2 Diésel

2 Petrol/2 Diesel

**Potencia/Length:** 116-140 CV/PS

**Cambio/Gearbox:** Manual /

Automático. Manual/Automatic

**Tracción/Drive:** Delantera / Front-wheel

**Maletero/Boot Capacity:** 395 l

**Versiónes/Versions:** Concept, Drive, GT-Line

**Lanzamiento / Launch date:**

Septiembre de 2018 / September 2018

There are many reasons behind the consolidation of Korean car manufacturers in the European market. Over the last two decades, these firms have reinvented their catalogue and are nowadays able to compete against long-established generalist companies in the sector. Kia is one of them.

After the arrival of the next-generation compact SUV Sportage, the hybrid/electric Niro and the recent SUV-B Stonic, Kia has gone one step further with the introduction of its new Ceed. Kia's latest car will hit the road at the end of the summer, confirming the Europeanisation carried out in its catalogue.

The Ceed has been redesigned to meet the needs and preferences of European users. Even though the car is 4.31 meters long (not far from the previous model), this Korean compact vehicle is wider and, at the same time, 23mm shorter. The result is a more solid, sporty, consistent look with small touches such as Kia's traditional tiger nose front grille, its sharp LED headlights and an extended rear overhang which boosts the car's boot capacity to 395 litres.

The Ceed's interior has also been completely renewed in terms of equipment, distribution and quality. Depending on the trim level, the dashboard can be equipped with a 7/8-inch touchscreen as well as a wide variety of comfort and entertainment options.

The new Kia Ceed's engine ranges consist of the well-established T-GDI petrol and CRDi diesel engines. Kia's signature powertrain. The initial range of vehicles include the 1.0 three-cylinder 120 hp and 140 hp T-GDI petrol engines and the 115 hp and 136 hp 1.6 CRDi diesel engines.



# CITROËN Berlingo

## Una apuesta por la polivalencia

An investment in Versatility

**E**l mercado de los furgones de tamaño compacto es el más claro ejemplo de cómo un automóvil se puede reconvertir para ofrecer una más amplia opción de movilidad y transporte dirigida a todo tipo de usuarios. Este es el caso del nuevo Berlingo, un modelo con el que Citroën ofrece una alternativa de transporte perfectamente adaptada, tanto a las necesidades profesionales como a las derivadas de un uso familiar, ya sea laboral o para fin de semana. Para ello, la marca francesa ha desarrollado un amplio abanico de combinaciones que incluyen dos tamaños de carrocería –M y XL, de 4,40 y 4,75 metros de longitud–, dos configuraciones interiores de cinco y siete plazas, hasta 24 combinaciones de colores para personalizar su exterior y una amplia gama de motorizaciones gasolina PureTech y diésel BlueHDI, con potencias que van desde los 75 CV y hasta los 130 CV. Con motivo del lanzamiento del nuevo Berlingo, Citroën ha lanzado la serie especial #Top1 caracterizada por un destacado nivel de equipamiento, que incluye el color exclusivo Aqua Green, barras de techo, el sistema de tracción Grip Control o el navegador 3D Citroën Connect NAV, entre otros elementos.



The compact van vehicle sector is the best example of how a car can be reinvented in order to increase its mobility and transport capabilities. This is the case of the new Berlingo. Citroën's new transport alternative perfectly meets both the everyday and sporadic professional and family needs. The French manufacturer has developed a wide personalisation offering, including two lengths: the standard M (4.40 meters long) and the XL (4.75 meters long). The Berlingo can carry five to seven passengers, has up to 24 different colours to choose from and has a powertrain offering consisting of the PureTech petrol and the BlueHDI diesel engines, which go from 75 hp up to 130 hp. In order to celebrate the launch of the new Berlingo, Citroën has introduced the new special #Top1 series, with notable technological equipment, exclusive Aqua Green colour, roof bars, Grip Control drive system, 3D Citroën Connect Navigator, and more.



# BMW X4

## Deportividad en clave todoterreno

SUV Sportiness

**S**i la X muestra la cara más todoterreno de BMW, los números pares se asocian a la oferta más deportiva de la firma alemana. Un catálogo que se acaba de reforzar con la llegada del nuevo X4, la propuesta más *sport* de la serie SUV de BMW. En su segunda generación, el X4 hereda toda la carga tecnológica y de imagen del compacto X3, a la que añade ese genuino carácter *coupé* que le dota una alargada longitud hasta los 4,75 metros, junto a su particular caída de techo posterior. Una línea de marcado carácter deportivo que a su vez incrementa la versatilidad del X4, cuya capacidad del maletero se aumenta ahora hasta los 525 litros.

Ya a la venta en el mercado español, el renovado componente de la serie X cuenta con las versiones de gasolina 20i y 30i de 184 y 252 CV, respectivamente, además de las alternativas diésel 20d (190 CV), 25d (231 CV) y la espectacular M40d de seis cilindros y 326 CV de potencia. Todas ellas asociadas a la tracción integral xDrive, han reforzado de manera notable su equipamiento de serie, el cual se puede completar con diferentes paquetes de personalización, incluido el nuevo M Sport X que refuerza su carácter *off-road*.

If the X represents BMW's crossover spirit, even numbers are associated with the German manufacturer's most sporty products. A catalogue now welcoming the new X4, BMW's most sporty SUV vehicle. This second generation X4 carries on the X3's technological equipment and look, but adds a unique coupé character, with 4,75 meters of length and a sleek falling roofline. A sporty look further reinforcing the X4's versatility, with a boot capacity of 525 litres.

Already available in Spain, this refurbished member of the X-series comes with an engine range composed of the 20i and 30i petrol engines (184 hp and 252 hp, respectively), the 20d and 25d diesel engines (190 hp and 231 hp) and the spectacular 326 hp six-cylinder M40d with the all-wheel drive xDrive system. A significant improvement over other members of the series. Not only that, the X4 has different customization packages, including the new M Sport X, which further establishes the car's off-road character.



**IBERIA  PLUS**

Cada vez que  
vuelas es una  
oportunidad  
de disfrutar  
con Iberia Plus

Si eres socio Iberia Plus, ya sabes que cada vez que vuelas con Iberia, British Airways, American Airlines, o cualquier aerolínea de la Alianza oneworld, consigues Avios que luego podrás canjear por vuelos, descuentos en billetes, reserva de asiento, equipaje adicional y experiencias de ocio.



**¿Aún no has incluido el número de este vuelo o de un vuelo que ya has realizado?**

¡Estás a tiempo! Tienes hasta 6 meses para solicitar los Avios de los vuelos que ya has realizado. Solo tienes que entrar en **Iberia.com** y acceder con tu número de socio a "**Mi Iberia / Avios / Avios no anotados**". En un plazo máximo de 45 días tendrás los Avios en tu cuenta.



**¿No has incluido tu número Iberia Plus en un vuelo reservado a futuro?**

Accede a tu área personal de Iberia Plus en Iberia.com, entra en "**Gestión de Reserva**" e introduce tu número de socio. Una vez realices el vuelo, se te anotarán los Avios correspondientes en tu cuenta.



# Arrancó la ruta Burgos-Barcelona

## The Burgos-Barcelona route takes off



**U**n avión vinilado con motivos dedicados a Burgos realizó el vuelo inaugural de la ruta Burgos-Barcelona con la que Air Nostrum vuelve al aeropuerto burgalés. Un CRJ1000 decorado con logos de Burgos y referencia al octavo centenario de su catedral pintados en el morro del avión y en las partes delantera y central del fuselaje aterrizó el 1 de julio en el aeropuerto de Villafría poniendo fin a tres años sin operación regular. La conexión, que dispone de tres vuelos por semana, facilita estancias de dos días o escapadas vacacionales y culturales de mayor duración en ambos destinos.

An aircraft wrapped with Burgos logos performed its maiden flight of the new Burgos-Barcelona route. This marks the return of Air Nostrum to the city's airport.

A CRJ100 decorated with the city's logo and a tribute to the 800<sup>th</sup> anniversary of the city's cathedral on the nose and on the front and central fuselage landed at Villafría Airport on 1<sup>st</sup> July, putting an end to three years with no regular operations in the airport. This route – with flights available three times per week – will facilitate leisure and cultural trips both to Barcelona and Burgos.

# Galardón solidario

## A solidarity prize

■ Air Nostrum ha sido galardonada por la ONG Aviación Sin Fronteras (ASF) con el premio Solidaridad a la Entidad Colaboradora. La junta directiva de la organización decidió que este año entregaba uno de sus premios bienales a Air Nostrum por la colaboración que la compañía le presta en los diferentes proyectos en los que está inmerso este colectivo de voluntarios. La gala de entrega de galardones tuvo lugar en una gala celebrada en el Consulado de Italia en Madrid. El presidente de ASF, Carlos de Sandoval, fue el encargado de entregar los galardones que, además de a Air Nostrum, se concedieron al Ministerio de Defensa, Dordatol, Fundación Abracadabra, Elisa Mingo y Fernando García (diseñador del muñeco mascota de la organización). El premio consistía en una figura simulando un avión papiroflexia que han modelado los chicos del Centro Ocupacional Juan de Austria de la Comunidad de Madrid. En la colaboración de Air Nostrum con diferentes oenegés ASF tiene un lugar destacado puesto que uno de los aviones de la compañía luce en el fuselaje los colores y anagramas de esta organización altruista.

Declarada bien social y apoyaba fundamentalmente en voluntarios, esta entidad sin ánimo de lucro tiene un marcado carácter aeronáutico, como podría colegirse de su nombre, y son numerosos los miembros de la plantilla de Air Nostrum que colaboran activamente con ella.

■ Air Nostrum has been awarded by the NGO Aviación Sin Fronteras (ASF, Aviation Without Borders) the Collaborating Entity Solidarity Prize. The NGO's board of directors awarded Air Nostrum with one of its biennial prizes due to the company's collaboration in various projects.

The award ceremony took place in the Italian consulate of Madrid. ASF president Carlos de Sandoval delivered the awards not only to Air Nostrum, but to the Ministry of Defence, Dordatol, Fundación Abracadabra, Elisa Mingo and Fernando García (who designed the organisation's logo).

The award consists on a small figure resembling an origami aircraft modelled by children from Madrid's Juan de Austria occupational centre.

Air Nostrum's collaboration with ASF is different from other NGOs, with one of the company's aircraft displaying the organisation's logo on its fuselage. This non-profit, social organisation is mostly composed of volunteers and –as its name clearly says– has a strong relation with aeronautics. Many members of Air Nostrum's staff actively collaborate with it.



## PREMIO, MEJOR EMPRESARIO BEST BUSINESSMAN AWARD

■ El presidente de Air Nostrum, Carlos Bertomeu, ha sido galardonado como mejor empresario en la Comunidad Valenciana por el semanario Actualidad Económica. El jurado valoró su dinamismo emprendedor y su compromiso personal con la compañía. En la imagen, Bertomeu, junto con el conseller de Hacienda de la Generalitat Valenciana, Vicente Soler; el director de la publicación, Miguel Ángel Bellosio; y el resto de premiados en otras categorías. ■ Air Nostrum's President Carlos Bertomeu has received the Valencian Community Best Businessman Award from the *Actualidad Económica* weekly newspaper. His dynamism, entrepreneurial spirit and commitment to the company were highly considered by the jury. In the picture, we see Carlos Bertomeu alongside Vicente Soler (the Valencian Community Treasury cabinet minister), Miguel Ángel Bellosio (the newspaper's director) and the rest of the awardees.

## Terapia musical Terapia musical

■ La iniciativa Músicos por la salud, en la que colabora activamente Air Nostrum, ha extendido su actuación al hospital de Manises, en Valencia. El primer acto de esta intervención tuvo lugar este mes de junio con un pequeño concierto del cantautor valenciano Juanjo Pérez en el área de Diálisis y en la UCI del centro hospitalario. Con esta actuación el hospital de Manises se adscribe al conjunto de actividades regulares que mediante músicos voluntarios pretenden hacer más llevadera la estancia en el hospital de los pacientes, acompañantes y personal del centro con la realización de microconciertos participativos.

■ The *Músicos por la salud* initiative, in which Air Nostrum is an active collaborator, organised a performance in Manises Hospital, in Valencia. The first act of this performance took place last June with a small concert in which Valencian singer Juanjo Pérez performed in the hospital's dialysis and ICU departments. This hospital subscribes to a series of regular activities in which musicians volunteer to perform participatory micro-concerts in order to improve the patients and family members' quality of life.

**ACESO GRATUITO / FREE ACCESS**

### ¡Despega Regional Play!

Durante este mes, Air Nostrum empezará a ofrecer **Regional Play, su nuevo sistema de entretenimiento digital a bordo**.

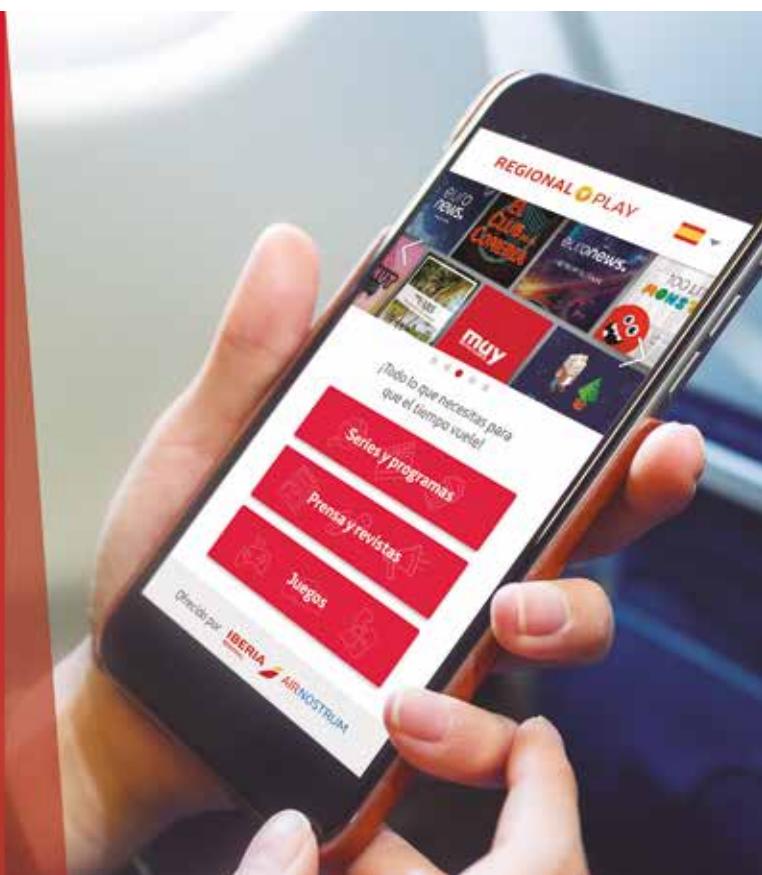
La plataforma permitirá que los pasajeros tengan a su alcance prensa diaria, revistas, documentales, juegos y programas a los que podrán acceder a través de sus propios dispositivos electrónicos (móviles, tablets y ordenadores).

### Regional Play takes off!

During this month, Air Nostrum will start offering **Regional Play, the new onboard digital entertainment platform**.

The platform will provide **press, magazines, documentaries, games and TV shows** available at passenger's fingertips and easily accessed through their own smart devices (phones, tablets, and PCs).

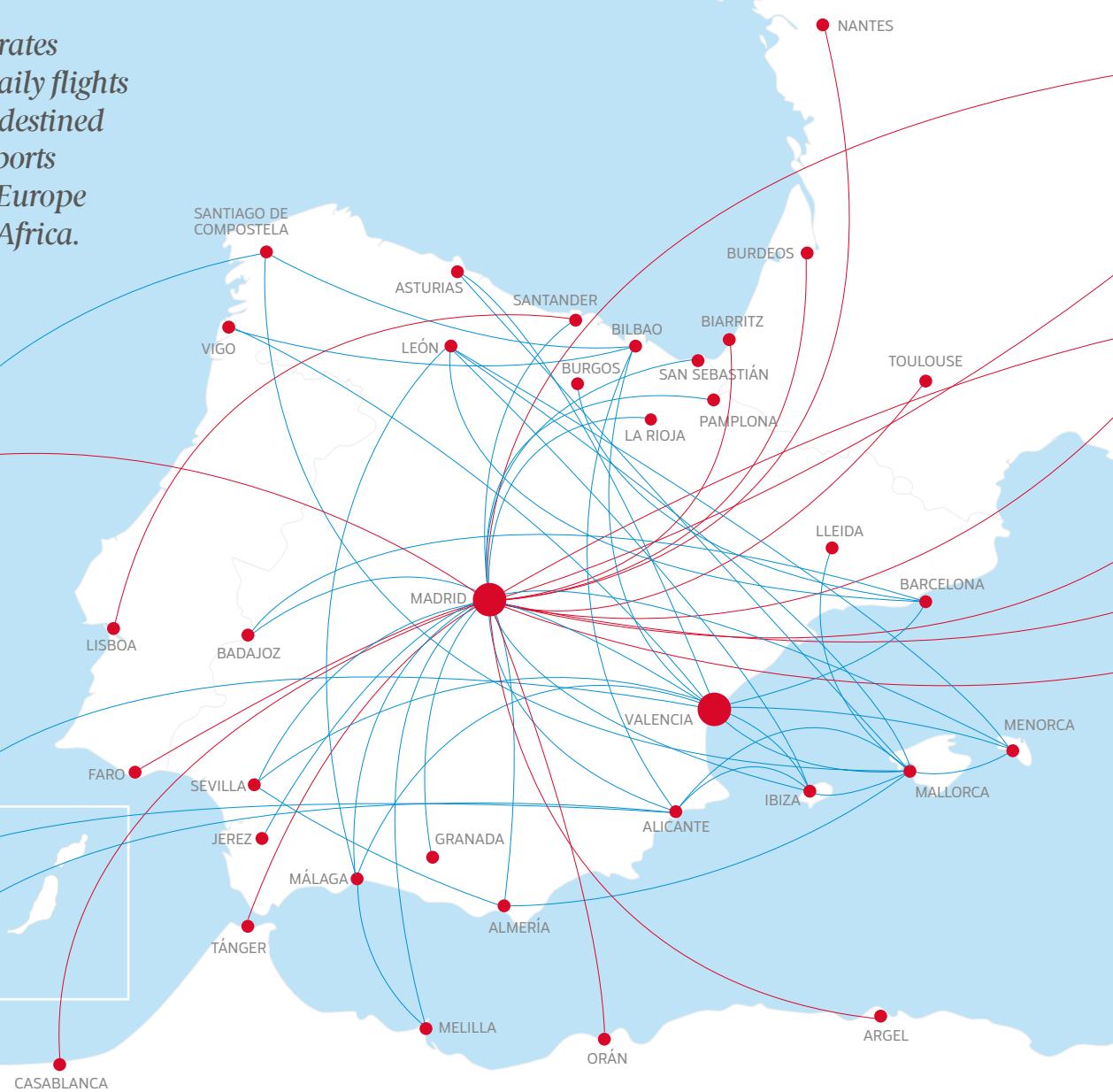
Operado por / Powered by  IMFLY



# Destinos Destinations

Air Nostrum opera más de 200 vuelos diarios con origen o destino a cerca de 50 aeropuertos en 7 países de Europa y el norte de África.

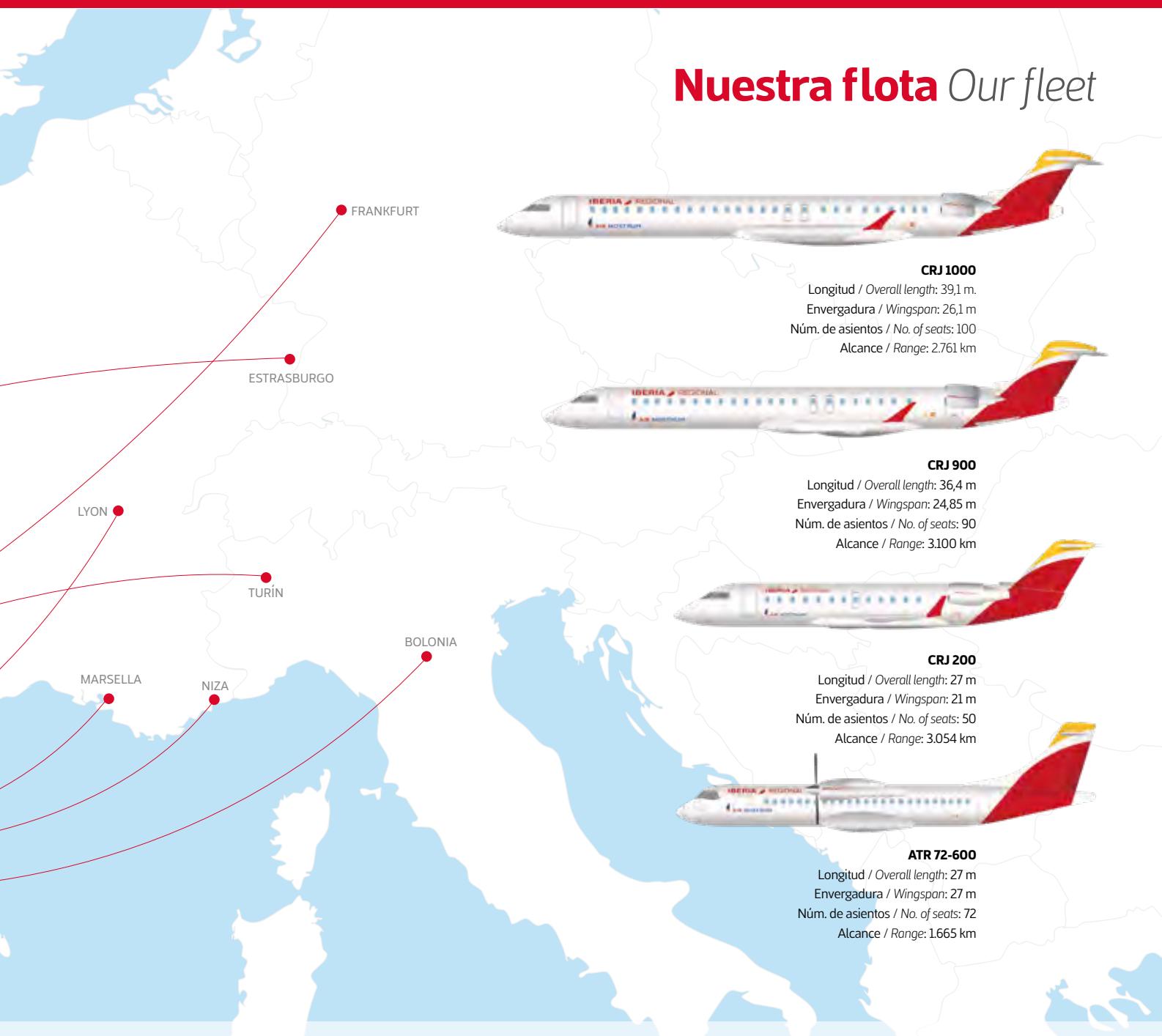
Air Nostrum operates more than 200 daily flights originating in or destined for nearly 50 airports in 7 countries in Europe and the north of Africa.



— RUTAS NACIONALES / NATIONAL ROUTES  
— RUTAS INTERNACIONALES / INTERNATIONAL ROUTES

+INFO SOBRE RESERVAS Y DESTINOS: Serviberia: 901.111.500 | [www.iberia.com](http://www.iberia.com)

## Nuestra flota Our fleet



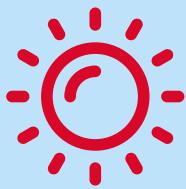
## Destino del mes Destination of the month

### GRANADA

■ Granada y las localidades de la provincia ofrecen múltiples atractivos que hacen recomendable la visita al antiguo reino nazarí. Los pueblos del interior se encuentran entre los que disfrutan de los mejores paisajes del mundo y de la capital (la Alhambra, el Albaicín, el Sacromonte) no hay palabras que le hagan justicia.

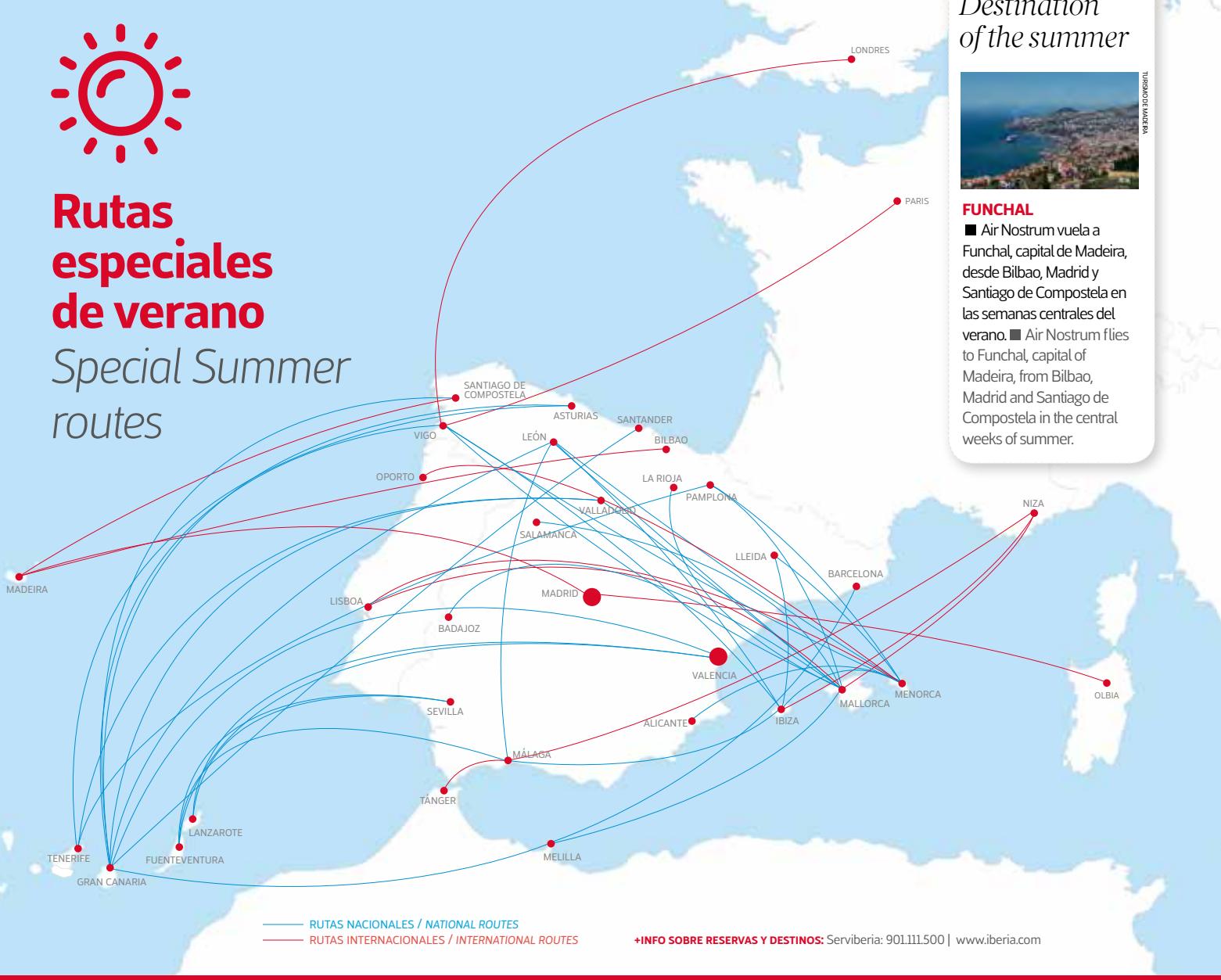


■ Granada and its surrounding villages offer multiple attractions which make it well worth a visit to the ancient Nasrid Kingdom. Witness some of the world's most beautiful and breathtaking landscapes and discover the province's many villages and its capital's monumental treasures: The Alhambra, the Albaicín and the Sacromonte.



## Rutas especiales de verano

Special Summer routes



Air Nostrum refuerza en verano sus operaciones con el litoral peninsular y con los archipiélagos canario y balear

In summer Air Nostrum reinforces its operations with the coast of the Peninsula and the Canarias and Baleares islands

### NACIONAL

Alicante-Menorca	Málaga-Fuerteventura	Valencia-Lanzarote	Málaga-Tánger
Asturias-Gran Canaria	Málaga-Ibiza	Valladolid-Gran Canaria	Mallorca-Lisboa
Asturias-Tenerife	Melilla-Gran Canaria	Valladolid-Mallorca	Mallorca-Niza
Badajoz-Mallorca	Melilla-Mallorca	Valladolid-Tenerife	Menorca-Lisboa
Barcelona-Melilla	Pamplona-Mallorca	Vigo-Gran Canaria	Menorca-Oporto
Ibiza-Menorca	Pamplona-Menorca	Vigo-Ibiza	Santiago de Compostela-Madeira
La Rioja-Mallorca	Pamplona-Tenerife	Vigo-Mallorca	Vigo-Londres
León-Gran Canaria	Salamanca-Mallorca	Vigo-Menorca	Vigo-París
León-Ibiza	Santander-Gran Canaria		
León-Málaga	Santiago de Compostela-Gran Canaria		
León-Mallorca	Sevilla-Fuerteventura		
León-Menorca	Sevilla-Lanzarote		
Lleida-Ibiza	Valencia-Fuerteventura		
Lleida-Menorca	Valencia-Gran Canaria		

### INTERNACIONAL

Bilbao-Madeira
Ibiza-Niza
Madrid-Madeira
Madrid-Olbia
Málaga-Niza

Destino de verano  
Destination of the summer



### FUNCHAL

■ Air Nostrum vuela a Funchal, capital de Madeira, desde Bilbao, Madrid y Santiago de Compostela en las semanas centrales del verano. ■ Air Nostrum flies to Funchal, capital of Madeira, from Bilbao, Madrid and Santiago de Compostela in the central weeks of summer.



30,00€  
CK One Summer  
100 ml



16,00€  
TOUS Parfum  
30 ml



10,00€  
CK Poket  
20 ml



29,00€  
Reloj Neckmarine  
azul  
*Blue Neckmarine watch*



25,00€  
Trio  
Red Addiction L'OREAL  
Pintalabios  
*Lipstick*



10,00€  
Duo bálsamo labial  
fresa-kiwi y  
arándanos acai  
*Strawberry-kiwi  
& blueberry-acai  
lip balm*



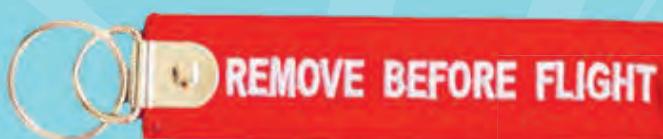
6,00€ Adaptador USB  
iPhone / Android  
*USB adapter for  
iPhone or Android*



2,50€  
Auriculares  
*Headphones*



29,00€  
Altavoz inalámbrico  
JBL Go  
*Wireless JBL  
Go Speaker*



5,00€  
Llavero solidario de  
Aviación Sin Fronteras\*  
*Aviación Sin Fronteras  
solidarity keyring\**

\*El total recaudado se destina íntegramente a proyectos solidarios  
\*The total raised goes entirely to charity projects

#### MÉTODOS DE PAGO

La divisa aceptada es el Euro. No se admitirán billetes de valor superior a 20€. Se recomienda el pago con tarjeta. 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 Restaurante (solo cheques emitidos en España). Si el valor de la compra supera al importe del cheque, la diferencia será abonada por el titular. No se devolverá la diferencia en caso de que el valor del cheque sea superior al de la compra. Si desea comprar alguna cosa más tras el desarrollo del servicio, no dude en solicitarlo a nuestro personal de cabina. Si ocasionalmente un producto de los que aparecen en la carta no se encontrara disponible a bordo, la tripulación le sugerirá un producto alternativo. Rogamos disculpe si puntualmente su elección no pudiera ser atendida. Las fotografías de esta carta muestran sugerencias de presentación. Para cualquier información sobre su compra puede dirigirse a: [atencionclientes@tre3.eu](mailto:atencionclientes@tre3.eu)

Servicio prestado por **TRE<sup>3</sup>**, compañía de Newrest Group

#### METHODS OF PAYMENT

We only accept Euro, in small notes up to €20. Credit card payment recommended. We accept Visa, Mastercard and American Express credit cards. A maximum purchase of €100 per card is allowed. We also accepted Cheque Gourmet, Sodexo Pass and Ticket Restaurant Spanish issued food vouchers are also accepted. Voucher holders will be responsible for any price difference between the product and voucher value. Should you decide to purchase something once the trolley has passed, please do not hesitate to call a flight attendant. We would apologise, in advance, for any inconvenience caused in the unlikely case of a product being unavailable. Should this happen, our staff will be pleased to suggest an alternative product. The menu photographs include serving suggestions. For any further information regarding purchases please contact us at: [atencionclientes@tre3.eu](mailto:atencionclientes@tre3.eu)

Service provided by **TRE<sup>3</sup>**, a Newrest Group Company





**JOSEP BAGUR**

Director del Diario de Menorca / Director of Diari Menorca newspaper.

## Regreso al paraíso

**E**stoy convencido de que cada uno de nosotros tiene su paraíso, real o soñado, pero ahí está, siempre esperándonos. A cualquiera de mi tierra, de Menorca, si se le pregunta por su paraíso, no tiene dudas, es su isla, es uno de los privilegiados que ha conseguido unir lo cotidiano con los sueños. Por eso a los menorquines quizás les cuesta salir de sus 702 kilómetros cuadrados de tierra rodeados por el mar Mediterráneo, el que sabe a la canción de Serrat. Pero yo les animo a que viajen con un argumento que alguna vez les convence: hay que salir para comparar y para poder regresar al paraíso. Los sueños no son una foto fija, necesitan alimentarse, y para ello hay que enriquecer el corazón con las experiencias, y la mente con el conocimiento. Y los viajes son el instrumento más sabroso y saludable para conseguirlo. Se trata de recuperar el espíritu de Kapuściński en sus "Viajes con Herodoto", obsesionado con la idea de cruzar la frontera.

Salir de una isla es a menudo una aventura, no siempre placentera. En Menorca contamos con un buen hospital, con el nombre de nuestro ilustre Mateu Orfila, el padre de la toxicología científica. En casos especialmente graves los enfermos menorquines necesitamos ser trasladados de urgencia a nuestro hospital de referencia, Son Espases en Palma. Para ello contamos con un avión ambulancia siempre a punto para cuando haga falta. Muchos hemos embarcado en ese pequeño avión vital y hemos apreciado el esfuerzo del médico y la enfermera que nos acompañan o de los dos pilotos que colaboran en un casi siempre complicado embarque. A pesar de su profesionalidad y buen trato, casi nunca es un vuelo agradable. No puedes desprenderte de la angustia por tu futuro. O el de un familiar próximo.

Mi madre ha necesitado de este servicio en dos ocasiones. Estoy convencido que gracias a los dos vuelos de hospital a hospital ha conseguido una prórroga vital de 20 años. Y los que le quedan. Por eso creo que el mejor viaje es el que la ida se hace en avión-ambulancia y la vuelta en línea regular. Cuando cruzas la puerta de la aeronave de Air Nostrum, que cubre la ruta interinsular, y la azafata te recibe con una enorme sonrisa, sientes que has dado un gran paso en el viaje de vuelta.

El regreso al paraíso tiene en ese vuelo un sentido especial. El avión se abre paso entre las nubes blancas para devolver a su tierra a quien la ama. Los viajes de ida son siempre emocionantes y los de regreso, serenos y agradables, porque algo hemos aprendido de lo que hemos vivido.

## Return to paradise

I am very sure that every single one of us has our own idea of what paradise is – either real or imagined –. A place waiting for us somewhere. Any one from my hometown will tell you that paradise is without doubt Menorca itself, a privileged location which combines everyday life with the stuff of dreams.

That might be the reason why its residents resist to leave its 702 square meters. A land surrounded by the Mediterranean Sea, to which Spanish singer Joan Manuel Serrat dedicated a song to many years ago.

With that being said, I encourage you to travel there for one important reason: you must discover unexplored places in order to return to paradise. Dreams are not frozen pictures: they need to be fueled, and the only way to do it is by feeding your heart and mind with experiences and knowledge. Travelling is the healthiest, most entertaining way to do this, just like Kapuściński did in his book *Travels with Herodotus*, he was always obsessed by the frontier.

Departing from an island is not always pleasant. Menorca has a nice hospital named after the illustrious Mateu Orfila, the Father of scientific toxicology. In case of serious illness, the island's inhabitants need to be carried to Son Espases, our primary hospital, in Palma. Patients are carried in an air ambulance. Many of us have entered that small, vital plane grateful to the doctor or nurse accompanying us as well as to the two pilots collaborating in these troublesome situations.

Although they are very professional, it is never a nice flight, as you can't help but to worry about your future or the one of your love ones.

My Mother has used this service two times now and I am convinced it has resulted in 20 years of extra life for her, maybe even more. That's why I think that the best way to return after this experience is by taking a regular passenger flight. Getting onto an Air Nostrum aircraft –which connects the two islands– and seeing the flight attendant's smile gives you that precious feeling that you are going back home.

It is a special flight, with the aircraft crossing the sky to bring you back to your beloved island. Leaving home is always exciting but returning is nice and relaxing. An opportunity to reflect on your experiences.

## SEA CUAL SEA TU PLAN

NO MATTER WHAT  
YOUR PLAN IS



## DESTINOS DESTINATIONS

A Coruña  
Alicante  
Asturias  
Badajoz  
Barcelona  
Formentera  
Granada  
Ibiza  
Madrid  
Málaga  
Mallorca  
Melilla  
Menorca  
Murcia  
San Sebastián  
Santander  
Santiago de Compostela  
Sevilla  
Valencia  
Valladolid  
Zaragoza

Disfruta de los mejores descuentos usando este **CÓDIGO PROMOCIONAL**  
Enjoy the best discounts using this **PROMO CODE**

**OKairSUMMER18** ◀

Haz tu reserva en [OKRENTACAR.ES](http://OKRENTACAR.ES)  
o contáctanos a través del e-mail a:  
[info@OKrentacar.es](mailto:info@OKrentacar.es) o llamando al +34 902 360 636  
OK Rent a Car se reserva el derecho a modificar, suspender temporalmente o finalizar en cualquier momento esta promoción sin previo aviso.

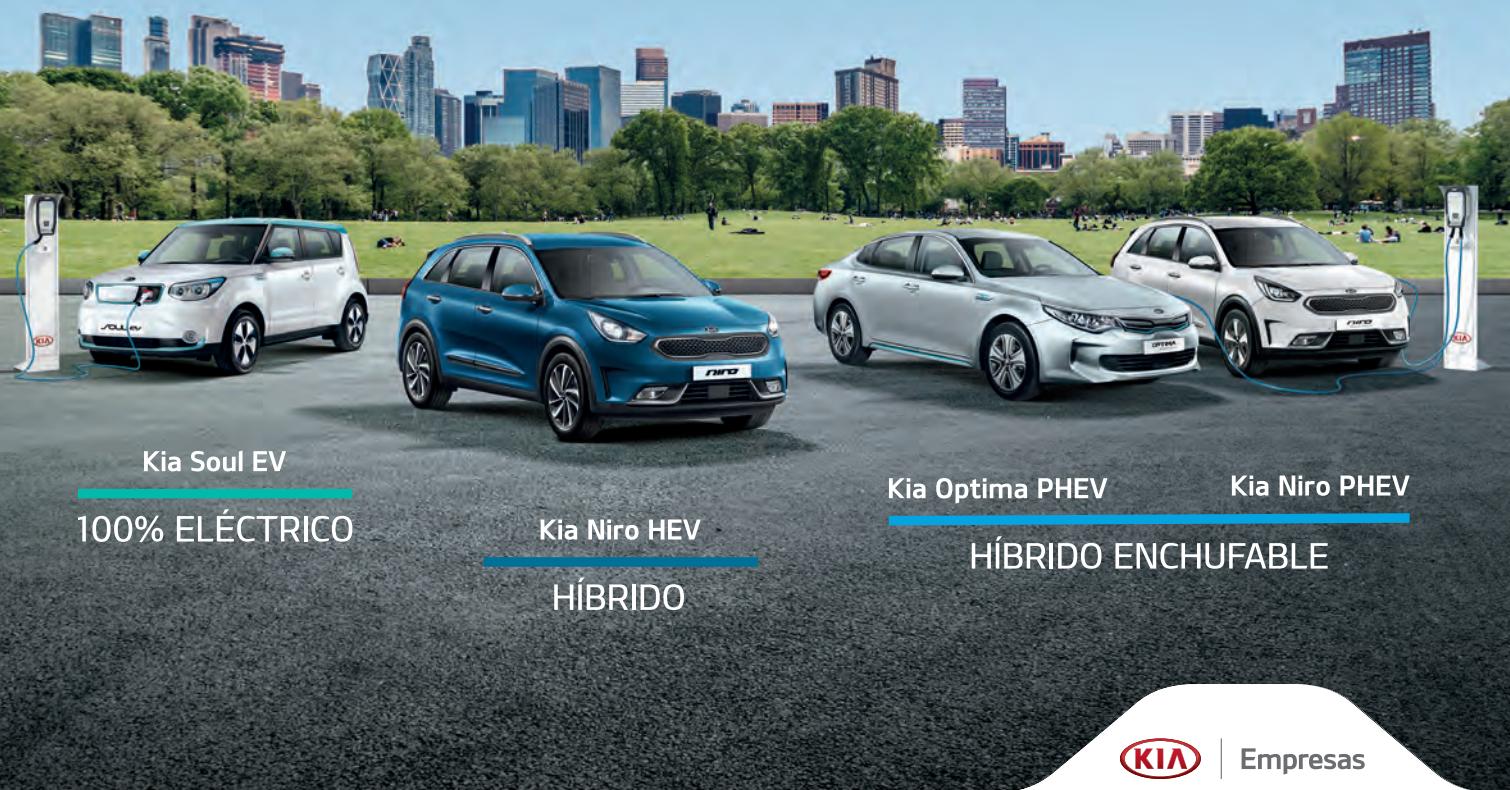
Book on [OKRENTACAR.ES](http://OKRENTACAR.ES)  
or contact us via e-mail:  
[info@OKrentacar.es](mailto:info@OKrentacar.es) or dialing +34 902 360 636  
OK Rent a Car reserves the right to amend, stop temporarily or end this promo at any time without prior notice.

**OKRENTACAR.ES**



# Gama Eco de Kia

Prepara tu empresa para el futuro.



Kia Soul EV

100% ELÉCTRICO

Kia Niro HEV

HÍBRIDO

Kia Optima PHEV

HÍBRIDO ENCHUFABLE

Kia Niro PHEV



Empresas

**La gama Eco de Kia ofrece múltiples ventajas para tu empresa.**

Desde el ahorro en combustible al usar energía eléctrica, hasta la libertad para acceder y estacionar en el centro de las grandes ciudades. A su vez, el compromiso con el cuidado del medio ambiente orientará tu empresa hacia el futuro. Es la opción perfecta para optimizar costes en tu flota mientras respetas el planeta.

Kia Niro HEV: Consumo combinado (l/100km): 3,8-4,4. Emisiones CO<sub>2</sub> (g/km): 88-101.

Kia Niro PHEV: Consumo combinado (l/100km): 1,3. Emisiones CO<sub>2</sub> (g/km): 29.

Kia Optima PHEV: Consumo combinado (l/100km): 1,6. Emisiones CO<sub>2</sub> (g/km): 37.

Kia Soul EV: Consumo combinado (l/100km): 0. Emisiones CO<sub>2</sub> (g/km): 0.

\*Consultar manual de garantía Kia.