

Paco Nadal — Playa de La Aldea
Bosque del Cedro — Esauira, ciudad de lazos — *Granada*
Madrid — Sabores asturianos — Triunfo o fracaso
Canarias nos observa desde el espacio

Paco Nadal — La Aldea Beach
The Cedar Forest — Essaouira, a city with ties — *Granada*
Madrid — Flavours of Asturias — Success or failure
The Canaries are observing us from Space



Hecho en Canarias
Produced in the Canary Islands

DIRECTOR – DIRECTOR

Juan Manuel Pardellas — director@barabaracomunicacion.com

COORDINACIÓN EDITORIAL – EDITORIAL COORDINATOR

Beneharo Mesa — redaccion@barabaracomunicacion.com

CORRECCIÓN DE TEXTOS EN ESPAÑOL – EDITING IN SPANISH

Lavadora de textos

TRADUCCIÓN – TRANSLATION

Karl McLaughlin

COLABORADORES EN ESTE NÚMERO – CONTRIBUTORS TO THIS ISSUE

Beneharo Mesa, Carla Rivero, Raquel Álvarez, José María Pérez Baso, José María Gil, Amanda Hernández, Saioa Arellano, Francisco Belín, Rayco Suárez Marrero, Verónica Martín, Andrés Martín.

DIRECCIÓN CREATIVA Y MAQUETACIÓN – CREATIVE DIRECTION AND LAYOUT

great - greatttt.com — estudio@greatttt.com

ILUSTRACIÓN DE PORTADA – COVER ILLUSTRATION

Ilustre Mario

FOTOGRAFÍAS – PHOTOGRAPHS

Carlos Novella, Rocío Eslava, Alberto Brito, Saioa Arellano, Pixabay y Adobe Stock.

ILUSTRACIONES – ILLUSTRATIONS

David Ferrer, Ilustre Mario.

PUBLICIDAD – ADVERTISING

publicidad@barabaracomunicacion.com — 922 897 517

BINTER

Rodolfo Núñez – **Presidente** – President

Alfredo Morales – **Vicepresidente** – Vice-president

Noelia Curbelo – **Relaciones Institucionales y Comunicación** – Institutional Relations and Communications

SÍGUENOS – FOLLOW US

revistabinter.com | bintercanarias.com | Facebook | X | Instagram

¿Tienes alguna sugerencia? **Escribenos en revistabinter.com/buzon** – Visit us at revistabinter.com/buzon and share your thoughts and suggestions with us.

IMPRIME – PRINTED BY

Gráficas Sabater S. L.

Con la asistencia técnica de 2informática. Depósito legal TF 582-2019

With technical assistance from 2informática. Legal Deposit TF 582-2019

En la revista *NT* se ha utilizado papel obtenido a partir de bosques gestionados de forma sostenible certificada.

NT es una producción de BARA-BARA 3.0 S. L. exclusiva para BINTER. Escribenos a buzon@barabaracomunicacion.com. BINTER y BARA-BARA 3.0 S. L. no se hacen responsables de los contenidos publicitarios ni de las opiniones vertidas por los colaboradores en sus artículos. Reservados todos los derechos. Prohibida su reproducción, edición o transmisión total o parcial por cualquier medio o soporte, sin autorización por escrito de BARA-BARA 3.0 S. L.

NT magazine has used paper obtained from certified sustainably managed forests.

NT is produced exclusively by BARA-BARA 3.0 S. L. for BINTER. Write to us at buzon@barabaracomunicacion.com. Neither BINTER or BARA-BARA 3.0 S. L. are responsible for the content of advertising or the opinions expressed by contributors in their articles. All rights reserved. No part of this publication may be reproduced, edited or transmitted by any means or in any form without the express written approval of BARA-BARA 3.0 S. L.



LORO PARQUE

ANIMAL EMBASSY

Puerto de la Cruz - loroparque.com



IMMERSIVE

COORAL KINGDOM

NEW ATTRACTION



TICKET
ON-LINE

Editorial

Binter, mucho más que volar

Binter: much more
than just flying



Santiago Guerra
Coordinador general / General Coordinator

Acabamos de cumplir treinta y cinco años llenos de energía e ilusión para continuar dando lo mejor cada día, afrontando nuevos retos para cumplir nuestro compromiso con Canarias.

El 1 de febrero iniciamos nuestra ruta con Madrid, dieciséis vuelos diarios para unir las islas capitalinas canarias, Tenerife y Gran Canaria, con la capital del Estado. Los resultados obtenidos en este tiempo y observar que nuestros clientes nos agradecen el servicio recibido nos llena de satisfacción. Tras el tiempo transcurrido desde el inicio de esta nueva ruta, podemos confirmar que el índice medio de puntualidad es del 98 %, lo que refleja nuestro compromiso por ofrecer el mejor servicio.

La vinculación con la sociedad de los destinos a los que volamos, organizando o participando en actos de diversa índole, es una de las señas de identidad de Binter. Buena muestra es Locos por la Música, primer concierto que se celebra en el Estadio Santiago Bernabéu, que tendrá lugar el 26 de abril y del que somos patrocinador principal. Serán siete horas de música en directo, una magnífica ocasión para coger un Binter a Madrid y disfrutar de la capital. También somos uno de los patrocinadores, por tercer año consecutivo, del Granca Live Fest 2024, evento musical que cada año reúne en Gran Canaria a artistas de talla internacional.

Por otro lado, hemos cerrado un acuerdo de colaboración con la Casa de Canarias en Madrid con el fin de apoyar su labor en el fomento del encuentro y la promoción de la cultura canaria. Así, colaboraremos con la VII Romería Canaria en Madrid, que se celebrará a finales de mayo con motivo del Día de Canarias y a la que queremos invitarles a participar.

Este mes comienza la Binter NightRun, el mayor circuito de carreras nocturnas de España. Las pruebas empiezan en Santa Cruz de Tenerife el 6 de abril, para continuar en San Sebastián el 18 de mayo, Palma el 8 de junio, Zaragoza el 28 de septiembre, Santander el 5 de octubre y acabar en Las Palmas de Gran Canaria el 2 de noviembre.

Además, este año hemos vuelto a participar en la feria Aeroempleo de la Universidad Politécnica en Madrid, tras la buena experiencia del año pasado, por la que muchos de los asistentes ya han podido empezar a trabajar o hacer prácticas con nosotros.

Gracias por elegirnos. Esperamos seguir contando con ustedes en nuestros aviones.

We have just turned thirty-five years of age; years in which we have been full of energy and enthusiasm to continue doing our best every day and take up new challenges to make good our commitment to the Canary Islands.

On 1 February we commenced our new Madrid route on which we operate sixteen daily flights between the capital islands of the Canaries (Tenerife and Gran Canaria) and the nation's capital. Both the results achieved to date and the appreciation expressed by customers at the service received are a source of great satisfaction to us. We are pleased to report that average punctuality on the new route since its launch has been 98%, a reflection of our airline's commitment to offering the best possible service.

One of the Binter's hallmark traits is our links with the community in the destinations we fly to, and this sees us organise and participate in a variety of events. A good example is Locos por la Música, the first concert ever to be staged in the Santiago Bernabéu Stadium, which takes place on 26 April with Binter as a main sponsor. The seven hours of live music are a wonderful opportunity to catch a Binter flight to Madrid and enjoy the capital. For the third consecutive year, we are also one of the sponsors of the Granca Live Fest 2024, a musical event that attracts top international artists to Gran Canaria.

We have also concluded a collaboration agreement with the Casa de Canarias in Madrid to support its work in organising events promoting Canarian culture. As a result, we will be collaborating with the 7th Canarian Romería festivities in Madrid, held at the end of May to commemorate Canary Islands Day, and you are cordially invited to take part.

On the sporting front, this month marks the start of Binter NightRun, Spain's biggest night race circuit. The first race takes place in Santa Cruz de Tenerife on 6 April and will be followed by others in San Sebastián on 18 May, Palma on 8 June, Zaragoza on 28 September, Santander on 5 October, before finishing in Las Palmas de Gran Canaria on 2 November.

Moreover, following last year's positive experience, we have taken part again this year in the Aviation Employment Fair organised by Madrid Polytechnic University, with many attendees having already started working or doing internships with us.

Thank you for choosing us. We look forward to continuing to welcome you on board our flights.

10

Paco Nadal

Entrevista
Interview



16

La Aldea

Viajar. Lugares. Gran Canaria. Playas
Travel. Places. Gran Canaria. Beaches



34

Granada

Viajar. Destinos. España
Travel. Destinations. Spain



40

Madrid

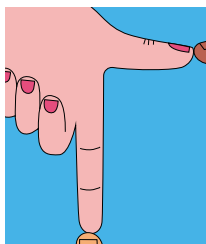
Viajar. Destinos. España
Travel. Destinations. Spain



56

Triunfo o fracaso Success or failure

Psicología
Psychology



60

Eventos Events

Agenda
What's on



24

Lanzarote, un lugar para orbitar Lanzarote, a place to orbit

Viajar. Escapadas. 48h en Lanzarote
Travel. Breaks. 48 hours in Lanzarote



26

Bosque del Cedro The Cedar Forest

Viajar. Lugares. La Gomera. Senderos
Travel. Places. La Gomera. Walks



44

Esauira Essaouira

Viajar. Lugares. Marrakech
Travel. Places. Marrakech



52

Sabores asturianos Flavours of Asturias

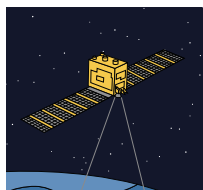
Gastronomía
Gastronomy



66

Proyectos y tecnología Projects and technology

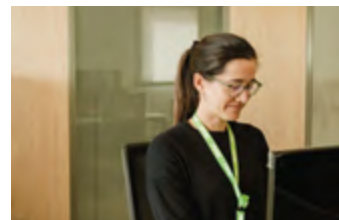
Ciencia
Science



90

La unión hace la fuerza Strength in unity

Binter Inside
Binter Inside



NT para Loro Parque

Loro Parque acoge el Simposio Anual de la Asociación Europea de Mamíferos Acuáticos

NT for Loro Parque

Loro Parque hosts the Annual Symposium of the European Association of Aquatic Mammals



Loro Parque fue anfitrión del Simposio Anual de la Asociación Europea de Mamíferos Acuáticos (EAAM, por sus siglas en inglés). El evento, que contó con el apoyo de Turismo de Tenerife y el Gobierno de Canarias, reunió a expertos de gran relevancia en los diferentes ámbitos que afectan a estos animales y fue la ocasión perfecta para que personas provenientes de todos los rincones del Viejo Continente pudieran intercambiar conocimientos, establecer redes colaborativas y contribuir al avance de sus respectivos campos de especialización.

El programa incluyó una amplia variedad de actividades, desde ponencias de expertos hasta eventos sociales y visitas guiadas por Loro Parque.

Los conocimientos obtenidos a lo largo del simposio serán clave para proteger a los animales de las múltiples amenazas a las que se enfrentan en el medio natural. Por ejemplo, se abordaron los exitosos esfuerzos de conservación en delfines mediante la combinación de estudios en la naturaleza y bajo cuidado humano.

Loro Parque hosted the Annual Symposium of the European Association of Aquatic Mammals (EAAM). The event, supported by Turismo de Tenerife and the Government of the Canary Islands, brought together leading experts in the different fields that affect these animals, and was the perfect opportunity for people from all corners of the old continent to exchange knowledge, establish collaborative networks, and contribute to the advancement of their respective fields of expertise.

The programme included a wide variety of activities, from expert presentations, to social events and guided tours of Loro Parque.

The knowledge gained during the symposium will be key to protecting animals from the many threats they face in the natural environment. For example, successful conservation efforts on dolphins will be addressed by combining studies in the wild and under human care.





TICKET
ON-LINE

The water kingdom SIAM PARK


Costa Adeje - siampark.net



NEW SAIFA

Grupo:
El "señor" de las Canarias
LORO PARQUE
ANIMAL EMBASSY



Tripadvisor  WINNER #1 IN THE WORLD

Entrevista
Paco Nadal. Periodista de viajes

«Viajar es vivir en
el perpetuo estado
de aprendizaje»

Interview
Paco Nadal. Travel Journalist

“Travel for me is
to live in a perpetual
state of learning”



Texto Text — **Beneharo Mesa**
Imagen Picture — **David Ferrer**

Paco Nadal (1960, Murcia) es uno de los periodistas de viajes más conocidos de España y ha sabido adaptarse al cambio de paradigma que ha supuesto en el oficio informativo la llegada de internet. Pero Paco es ante todo alguien que adora viajar, que ya desde pequeño tuvo la llamada de la aventura y que pretende seguir con ello el resto de su vida.

¿Cómo ve la evolución que ha tenido el periodismo de viajes? Internet lo dinamitó todo. Este mundo mío ha sido uno de los más afectados, para bien y para mal. Si ahora piensas que lo que más triunfa para comunicar viajes son vídeos de treinta segundos y formato vertical, pues alucinas. A mí me dicen eso hace diez años y me río de lo imposible que parece. Y ahora vivo de eso.

¿Cree que hay demasiada información? Creo que es perjudicial la incapacidad de concentrarse en nada. Hemos pasado de que un vídeo de un documental de viaje duraba una hora y te lo «tragabas» a que luego durasen ocho, diez, quince minutos en YouTube y los «aguantabas» y ahora no aguantas más de un minuto y medio. La incapacidad de concentrarnos también impide que tengamos capacidad de valorar qué estamos consumiendo. Lo bueno es que hay para todos. Tú puedes buscar ese tipo de entretenimiento y puedes buscar información más veraz.

A veces, lo que a uno le gusta cansa. ¿Le cansa viajar? [Ríe] Todo cansa. Hasta comer caviar a cucharadas cansa. Lo digo muchas veces: tengo el mejor trabajo del mundo. Me pagan, no por viajar, sino por hacer el turista, que es mejor todavía. Pagan por viajar a un camionero también o a un piloto de aviones o a un representante de una marca comercial. A mí es que me pagan por hacer lo que hacen los turistas e ir a los sitios de turistas. En ese sentido, tengo el mejor trabajo del mundo y todas las mañanas me pellizco para ver que es verdad, que no lo he soñado.

¿Qué destinos recomienda para hacer una vez en la vida? ¿Estaría Canarias entre ellos? A Canarias tardé mucho en ir. La primera vez fue hace veinte años, posiblemente. Porque tenía aquella imagen

Paco Nadal (1960, Murcia) is one of Spain's best-known travel journalists and has adapted successfully to the shift in paradigm which the advent of Internet has meant for journalism. Paco is above all else a person who just loves to travel. He was smitten by the adventure bug as a child and intends to continue with it for the rest of his life.

What is your view of the evolution undergone by travel writing? Internet was like a hand grenade being tossed in and this world that I work in has been one of the most affected, for better and for worse. Just to think that the most popular format for putting travel information across today are 30-second vertical videos is simply mind-boggling. If you had told me that ten years ago, I would have laughed it off as impossible, yet that is how I make my living today.

Do you think there is too much information now? I think what is harmful is our inability to concentrate on anything. We have moved on from a situation where a travel documentary lasted an hour, and you put up with it, to it being reduced to eight, ten or fifteen minutes on YouTube and you more or less managed. We don't put up with anything more than a minute and a half nowadays. The inability to concentrate also stops us from having the ability to critically evaluate what we are consuming. However, the good thing is that there is something to suit everyone. You can go in for this form of entertainment and you can also look for more reliable information.

“Antarctica is the trip of all trips because it is so different from everything else”

The things we like can prove tiring at times. Do you get tired of travelling? [Laughter] You can get tired of everything, even eating caviar by the spoonful. I often say that I have the best job in the world. I get paid not to travel but to be a tourist, which is even better. A lorry driver is paid to travel, as is an airline pilot or a travelling salesman. But I get paid to do what tourists do and visit a tourist location. In that

de sol y playa de turismo ramplón. Una imagen que se había transmitido desde Canarias de un turismo bueno, sol y playa. Y la primera vez fue a la isla de El Hierro. Cuando yo conocí aquel paraíso, aquella isla en medio de la nada que parecía –por el bosque de laurisilva y el Malpaso– que estabas en Parque Jurásico..., dije: «Esto no es las Canarias que yo imaginaba». A raíz de ahí, he ido mucho. He visitado todas las Islas y todos los rincones y me fascinan. Recomendando Canarias, pero no para ir al sol y a la playa; para ir a caminar, por ejemplo, para disfrutar de la gastronomía, esas ciudades de las medianías. Esa palabra preciosa, la medianía. Esos pueblos de Canarias son fascinantes y se los recomendaría a cualquiera, en lugar de ir a estar una semana en la playa. Si me preguntas por el viaje de mi vida, estoy seguro de que es la Antártida. Generalmente uno va a la Antártida una vez o ninguna en su vida. Es carísimo. Está muy lejos. La Antártida me parece el viaje de los viajes porque es diferente a todo. Es un resto de la última glaciación, catorce millones de kilómetros cuadrados. Es lo mismo que Europa, Rusia y toda la parte siberiana, sin habitantes, sin pueblos, sin nada.

«La Antártida me parece
el viaje de los viajes,
porque es diferente a todo»

¿Qué es para usted viajar? Para mí viajar es vivir en el perpetuo estado de aprendizaje. Yo viajo para aprender, para descubrir, para conocer, no viajo para poner el sello en mi pasaporte ni para poder decir «he estado en tantos países». Jamás he contado el número de países en los que he estado, que es lo primero que mucha gente cuenta y pone en su currículum... ¿Qué has visto? ¿Te han enseñado algo? ¿Eres mejor persona? Yo viajo por una innata necesidad de conocer el mundo en primera persona. Creo que esa es la grandeza de viajar y lo que más te aporta.

¿Viajará hasta que el cuerpo aguante? Sí, eso te lo puedo asegurar. No me voy a jubilar porque... ¿para qué me voy a jubilar? ¿Para hacer lo que hacen los jubilados, que es viajar? Ya lo hago [ríe].

sense, I have the best job in the world and I pinch myself every morning to check that it is actually true and I am not just dreaming.

What places would you recommend for a once in a lifetime trip? Would the Canaries be one? It took me a long time to visit the Canary Islands. I think my first trip was probably twenty years ago. It was because the image I had of the Canaries was one of a tacky sun and beach tourist destination. The image conveyed by the Islands was sun and beach tourism. My first trip was to El Hierro. When I discovered that paradise, that island in the middle of nowhere that – thanks to its laurel forest and Malpaso – made you feel that you were in Jurassic Park..., I said to myself “these are not the Canary Islands I imagined”. I have been a frequent visitor ever since. I have been to all the Islands and all their different corners; they fascinate me. I recommend the Canaries not for the sun and beach but rather for walking, to enjoy the gastronomy, the towns in the foothills. What a lovely word, foothills. These Canarian towns are fascinating and I would recommend them to anyone instead of spending a week lying on a beach. As far as the trip of a lifetime is concerned, that would definitely be Antarctica. People usually go to Antarctica once or not at all in their life. It’s very expensive and is a long way away. It is the trip of all trips because it is so different from everything else. It is a remnant of the last ice age, 14 million km². The same size as Europe, Russia and the whole of Siberia, but with no inhabitants, no towns, nothing.

What does travel mean to you? Travel for me is to live in a perpetual state of learning. I travel to learn, to discover, to find out things, not to get a stamp in my passport or to be able to say “I’ve been to x number of countries”.

Will you carry on travelling as long as your body can take it? Yes, absolutely. I am not going to retire because... why would I retire? To do what people who have retired do, i.e. travel? I do that already [laughter].



Accede a la entrevista completa en vídeo en revistabinter.com

For the video and full interview, see revistabinter.com



DREAMS®
Lanzarote Playa Dorada
RESORT & SPA



DISCOVER

UNLIMITED-LUXURY®

Dreams® Lanzarote Playa Dorada Resort & Spa, ubicado frente al mar en la ciudad de Playa Blanca, Islas Canarias, es perfecto para unas vacaciones en familia. Instalaciones para los más pequeños, nueve piscinas, cinco experiencias gastronómicas y un completo spa son garantía de una experiencia inolvidable. Y para disfrutar de un nivel superior de lujo, únete al Preferred Club.

Dreams® Lanzarote Playa Dorada Resort & Spa, located by the sea in the city of Playa Blanca, Canary Islands, is perfect for a family vacation. Facilities for children and teens, nine pools, five gastronomic experiences, and a complete spa ensure a memorable experience. And for a higher level of luxury, join our Preferred Club.



WORLD
OF
HYATT. *Inclusive*
COLLECTION

Consultas y reservas / Inquiries and bookings: +34 928 51 71 20
Disponibilidad y precios / Availability and prices: Reservations.drepd@dreamsresorts.com
Dreamsresorts.com

NT para
Iberostar Heritage Grand Mencey

NT for
Iberostar Heritage Grand Mencey

Iberostar Heritage Grand Mencey, un oasis en el centro de la ciudad

Iberostar Heritage Grand Mencey, an
oasis in the heart of the city



El Iberostar Heritage Grand Mencey siempre ha sido considerado el hotel más prestigioso de Tenerife por su majestuoso edificio patrimonial, su arquitectura tradicional canaria, su encanto, su elegancia y su extraordinario servicio. Es el único hotel de cinco estrellas de la ciudad de Santa Cruz de Tenerife.

The Iberostar Heritage Grand Mencey has always been considered Tenerife's most prestigious hotel due to its majestic heritage building and traditional Canarian architecture, as well as its charm, elegance and extraordinary service. It is the only 5* hotel in the city.



Este emblemático establecimiento de estilo colonial ha sido lugar de encuentro y referencia de numerosas personalidades de la vida social y cultural de Santa Cruz. Por sus puertas han pasado algunos de los personajes más importantes de los siglos XX y XXI.

Está considerado como un hotel de paso para muchos turistas que viajan a Tenerife con el objetivo de conocer la Isla. Además, gracias a sus jardines y amplias salas, es uno de los lugares más privilegiados para celebrar bodas, actos sociales, reuniones e incentivos.

El Mencey, además, es un hotel que abre sus instalaciones, historia viva de la ciudad, a los santacruceños que también quieren disfrutar de experiencias de primer nivel y relajarse en pleno centro urbano. Iberostar logra proyectar la imagen de que lugares tan icónicos como el Iberostar Heritage Grand Mencey son elegantes enclaves urbanos pensados para el disfrute de la ciudad. Con una serie de iniciativas, eventos y actividades de distinta naturaleza que van desde una variedad de membresías para el uso y disfrute del gimnasio al aire libre con máquinas renovadas y de última tecnología, el acceso al Spa Sensations, así como los cursos de cocina impartidos en la prestigiosa Aula de Cocina del hotel y los Mencey Lounge Nights que se celebran cada jueves bajo la modalidad de *afterworks*.

Todo, eso sí, aplicando una visión característica de esta histórica cadena hotelera española, que es su cuidado por el medioambiente. Sin plásticos desechables y una política de maximización y reutilización de recursos.



This iconic colonial-style hotel has been a meeting place and focal point for numerous personalities from Santa Cruz's social and cultural life. It has welcomed some of the most important figures of the 20th and 21st centuries.

Many tourists who travel to Tenerife to get to know the island consider it their stay-over hotel. Furthermore, its gardens and spacious function rooms make it one of the most privileged venues for weddings, social gatherings, meetings and incentives.

The Mencey symbolises the living history of Santa Cruz and its facilities are open to local residents who would also like to enjoy first-rate experiences and relax in the heart of the city. Iberostar conveys the message that landmarks such as the Iberostar Heritage Grand Mencey are elegant urban settings designed to be enjoyed by the city. This is achieved through a range of initiatives, events and activities that include different membership formats for using its outdoor gym and state-of-the-art equipment, access to its Spa Sensations, cookery courses in the hotel's prestigious Cookery School, and the Mencey Lounge Nights afterwork events held every Thursday.

In all its activities, the Mencey puts into practice the historic Spanish hotel chain's hallmark vision of environmental care, under which no disposable plastics are used and a policy of maximisation and reuse of resources is implemented.

Viajar. Lugares.
Gran Canaria. Playa de La Aldea

Travel. Places.
Gran Canaria. La Aldea Beach

La playa de La Aldea, donde los días son eternos

Playa de La Aldea, where the days are eternal



Texto Text — Carla Rivero
Imagen Picture — Carlos Novella

Cuando era pequeña, le preguntaba a mi madre qué día iríamos a La Aldea. Era un misterio, una sorpresa del destino, ¡un acertijo!, pero un día desvelé el rostro de este pueblo bañado por el mar que amanece entre riscos endiablados y barrancos agrestes, cuyo litoral descansa solo al alcance de los que, atrevidos, se internan más allá de lo conocido.

Este paraje está especialmente protegido, ya que lo circundan el Parque Rural del Roque Nublo, el Parque Natural de Tamadaba, la Reserva Natural Integral de Inagua y la Reserva Natural Especial de Güi-Güi.

Así que sus mareas permiten contemplar el fondo marino, rico en biodiversidad, donde algún que otro angelote asoma el cogote; también las mantelinas y los chuchos negros, o los bancos de peces, en los que abundan las viejas y las sardinas, y los tapaculos se escapan por la bahía. A lo lejos, el muelle cuenta la historia de este municipio que fue dándose a conocer al mundo a partir de la producción de tomates durante el siglo XIX en un intento

El sol se resiste a abandonar este rincón y, poco a poco, desaparece, intentando no perturbar la calma

por diversificar la economía de la zona y, si bien el paseante llega hasta su extremo, también encontrará otros puntos de interés cerca, como el Parque Cultural Los Caserones, uno de los yacimientos arqueológicos más importantes de la Isla, que muestra la historia de los aborígenes, y otros lugares, como El Roque, El Humedal de La Marciega o el parque Rubén Díaz.

A lo largo de sus setecientos metros de longitud, hay quien lleva su hamaca a los solárium de

When I was little, I used to ask my mother when we would go to La Aldea. It was a mystery, a surprise in wait, a riddle! However, the day came when I eventually discovered this seaside town that emerges at sunrise between brutal bluffs and rugged ravines and whose coastline is within reach only of those willing to venture into the unknown.

The area enjoys a special level of conservation protection as it is surrounded by the Roque Nublo Rural Park, Tamadaba Natural Park, Inagua Natural Reserve and Güi-Güi Special Natural Reserve.

Thanks to the tides, the seabed is brimming with biodiversity, including the occasional angel shark,



butterfly ray and common stingray, along with shoals of fish that include many parrot fish and sardines, and wide-eyed flounders that make their escape out through the bay. In the distance, the jetty reflects the history of a town that came to the world's attention thanks to its tomatoes, grown from the 19th century onwards in a bid to diversify the local economy. Although you can walk to its far end, there are other points of interest nearby, including the Los Caserones Cultural Park, which illustrates the history of

madera que, como islotes, están desperdigados entre las piedras, y se relaja bajo este tiempo primaveral, lee y pasa las páginas al toque de la brisa, o queda con sus amistades para contarse de qué va esto que llaman vida. Los visitantes, que miran la quietud, apenas pueden imaginar el bullicio que esperan cada año los lugareños por su día grande: las Fiestas del Charco. Cada 11 de septiembre, un bolardo da rienda suelta al bullicio y miles de personas se reúnen para recordar una tradición ancestral que tiene su origen en la pesca de peces con las manos.

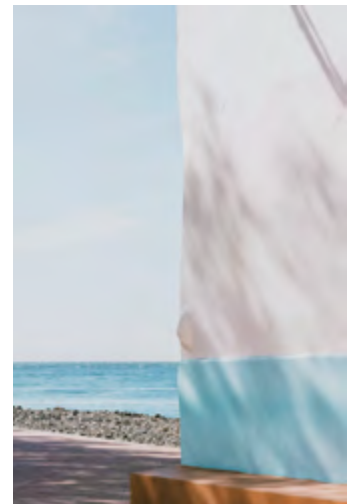
El sol se resiste a abandonar este rincón y, poco a poco, desaparece, intentando no perturbar la calma mientras deja sobre el lomo de las olas los escarpines con los que ha coronado la orilla.—NT

the aboriginal population and is one of Gran Canaria's most important archaeological sites, and other places such as El Roque, the La Marciiega wetlands and the Rubén Díaz park.

Along this 700-metre beach, you will find people taking their sunbeds to the wooden solariums that are scattered like secluded little islands among the stones. They can relax here in the spring weather, reading and turning the pages in the gentle breeze, or meet up with friends to share with each other the ins and outs of this thing called life. On seeing such

Reluctant to leave this spot,
the sun disappears gradually,
trying not to disturb the calm

peace and quiet, visitors would find it hard to imagine the bedlam the locals look forward to every year on their big day: the Charco Festival. Every 11 September, a rocket is set off to start the celebrations for which thousands of people gather to recall the age-old tradition of fishing by hand.



Reluctant to leave this spot, the sun disappears gradually, trying not to disturb the calm as it casts on the backs of the waves the sandals left by a walker on the shore.—NT



AQUARIUM

Poema del Mar



Las Palmas de Gran Canaria poema-del-mar.com



TICKET
ON-LINE

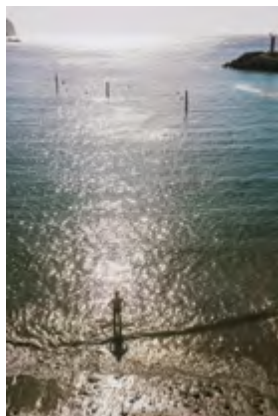
Grupo:

El "mar" de las Canarias

LORO PARQUE

ANIMAL EMBASSY





Ubicación: municipio de La Aldea, en el noroeste de Gran Canaria; entrada norte por GC-2 hasta Agaete, continuar por GC-200 y volver a GC-2 hasta llegar al destino.

Socorristas: sí, en verano.

Playa surfista: no.

Restaurantes: sí.

Baños: sí, con servicio ostomizado.

Sombrillas y hamacas: no.

Adaptada para personas con discapacidad: sí.

Aparcamientos: sí.

Transporte público: la línea 101 de Global, desde la estación de Gáldar.

Perros: no.



Location: in La Aldea, northwest Gran Canaria. To get there from the north, take the GC-2 road as far as Agaete, carry on along the GC-200 and then take the GC-2 once again.

Lifeguards: yes, in summer.

Surfing beach: yes.

Restaurants: yes.

Toilets: yes, including one adapted for stoma patients.

Sunbeds and umbrellas: no.

Adapted for the disabled: yes.

Parking: yes.

Public transport: bus 101 (Global company) from Gáldar Station.

Dogs: no.





HOTEL BOTÁNICO
& The Oriental Spa Garden

A MEMBER OF
THE LEADING HOTELS
OF THE WORLD

Info aquí



Eterna Primavera

Disfrute **15% de descuento**
hasta el 30 de abril

Puerto de la Cruz - Tenerife



Brunelli's
STEAKHOUSE

American  Style



BOOKING
ON-LINE

Todos los días: 13:00 - 15:30 h / 19:00 - 23:00 h
Reservas: +34 922 062 600 - brunellis.com
Calle Bencomo, 42, 38400 Puerto de la Cruz, Tenerife

NT para Gran Canaria Natural & Active

Gran Canaria cobra vida en La Vega de San Mateo

NT for Gran Canaria Natural & Active

Gran Canaria comes to life in La Vega de San Mateo



Hotel Rural Las Calas – Las Calas Rural Hotel

En el corazón de Gran Canaria, el municipio de La Vega de San Mateo emerge como un destino lleno de encanto, que con su pintoresco entorno y rica herencia cultural invita a una experiencia turística inolvidable. Esta búsqueda de tranquilidad y autenticidad encuentra su reflejo perfecto en los alojamientos de la zona. En el Hotel Rural Las Calas, una joya del siglo XVII, los visitantes disfrutan de una estancia donde el confort se mezcla con la historia. Cada habitación cuenta una parte del rico pasado de la Isla, brindando una experiencia única en medio de un ambiente relajante.

The municipality of La Vega de San Mateo in the heart of Gran Canaria is a destination full of charm whose picturesque surroundings and rich cultural heritage make for an unforgettable tourist experience. The quest for tranquility and authenticity is mirrored to perfection in local accommodation options. At the Hotel Rural Las Calas, a 17th century jewel, visitors will enjoy a stay combining comfort and history. Every room narrates a piece of the Island's rich past, providing a unique experience in a relaxing environment.



Casa Rural Tres Almendros – Tres Almendros Rural House

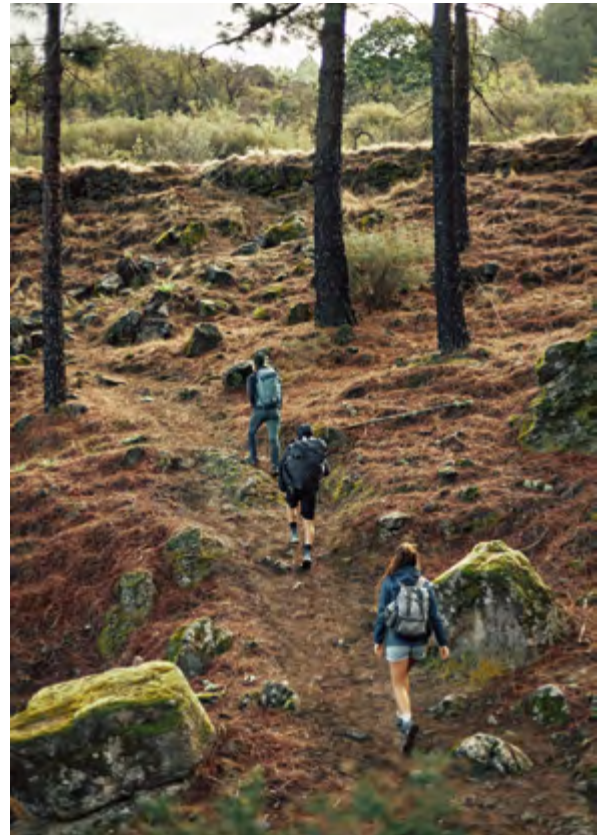


Casa Rural la Casa del Moral – La Casa del Moral Rural House

Casa Rural La Casa del Moral ofrece un oasis de paz. Rodeada de un paisaje natural impresionante, esta casa rural es el lugar ideal para aquellos que buscan una conexión más íntima con la naturaleza. Por su parte, Casa Rural Tres Almendros combina la belleza rústica con vistas panorámicas, ofreciendo un retiro delicioso.

Para quienes buscan aventuras al aire libre, San Mateo ofrece el escenario perfecto para comenzar una travesía de senderismo. Las experiencias guiadas, como las que Climbo puede proporcionar, invitan a descubrir los tesoros ocultos de Gran Canaria, partiendo desde este municipio lleno de encanto y posibilidades.

Descubrir San Mateo es disfrutar de sus mercados, de sus sabores, su artesanía y su gastronomía, en la que se refleja la rica herencia culinaria de Gran Canaria. La Vega de San Mateo es más que un destino, es un lugar para ser sentido a cada paso.



Senderismo en San Mateo – Hiking in San Mateo

Casa Rural La Casa del Moral is an oasis of peace. Set in a stunning natural landscape, this rural house is the ideal place for those seeking a more intimate connection with nature. For its part, Casa Rural Tres Almendros offers a delightful retreat combining rustic beauty and panoramic views,

For those seeking outdoor adventure, San Mateo is the perfect setting as the starting point for a hike. Guided experiences such as those offered by Climbo invite you to discover Gran Canaria's hidden treasures, beginning with this municipality full of charm and possibilities.

To discover San Mateo is to enjoy its markets, flavours, crafts and gastronomy, which reflects Gran Canaria's rich culinary heritage. La Vega de San Mateo is more than a destination: it is a place to be experienced at every step.

grancanarianaturalandactive.com

Viajar

Escapadas. 48 horas en Lanzarote

Lanzarote, un lugar para orbitar la Luna y el Sol

Texto Text — Raquel Álvarez

Lanzarote es un destino idílico para amantes de los senderos, las playas, los volcanes o la naturaleza en general. Quienes se acercan a conocer Lanzarote también deben aproximarse al Parque Nacional de Timanfaya, con sus cráteres y coladas milenarias, y al Parque Natural de Los Volcanes, un paraíso que parece de otro planeta. No en balde, la Agencia Espacial Europea (ESA) y la NASA han enviado a astronautas a hacer aquí sus entrenamientos, por la similitud del terreno con el paisaje lunar, por ejemplo.



Acerquémonos ahora a la costa y, si vamos a darnos un chapuzón, una buena opción podría ser la playa de Famara, con aproximadamente seis kilómetros de longitud. Destaca por su arena dorada y fina, sus imponentes acantilados y sus aguas atlánticas agitadas. Es un destino muy popular para los amantes de los deportes acuáticos, especialmente el surf, el kitesurf y el windsurf, gracias a sus fuertes vientos.

Desde la playa se contemplan vistas panorámicas impresionantes. Además de las



actividades acuáticas, los visitantes pueden relajarse en la orilla, tomar el sol y explorar los alrededores. La playa de Famara ofrece un ambiente tranquilo y relajado, alejado del bullicio turístico, y cuenta con restaurantes y bares que permiten disfrutar de la gastronomía local con vistas al mar. Es sin duda un tesoro natural que combina belleza, deportes acuáticos y tranquilidad en un entorno único.

OTRAS VISITAS RECOMENDADAS SON:
Jameos del Agua,
Costa Teguise.

DÓNDE COMER:
El Bocado, cocina española y carnes muy sabrosas.
Restaurante Brisa Marina, indispensable pedir pescado, con mucha frescura y variedad, así como las frituras y las papas que acompañan.
La Bodega de Santiago, imprescindible probar su tarta de queso.

Travel

Breaks. 48 hours in Lanzarote

Lanzarote, a place to orbit the Moon and Sun

Lanzarote is an idyllic destination for those who like walking, beaches, volcanoes and nature in general. Anyone going to Lanzarote should also visit the Timanfaya National Park on account of its craters and age-old lava flows, and the Los Volcanes Natural Park, which seems as if it belongs to another planet. It is no coincidence that the European Space Agency (ESA) and NASA have sent astronauts here for training due to the similarities with lunar landscape, for example.

If we head to the coast for a swim, a good option is Famara beach, which is around six kilometres long and is renowned for its fine golden sand, imposing cliffs and choppy Atlantic waters. The strong winds make this a very popular spot for fans of water sports, particularly surfing, kitesurfing and windsurfing.



The beach has stunning panoramic views. In addition to activities in the water, visitors can relax on the shore, sunbathe and explore the surrounding area. Famara offers a quiet and relaxed atmosphere, away from the bustle of tourism, and has restaurants and bars where you can enjoy local cuisine overlooking the sea. It is without doubt a natural treasure that combines beauty, water sports and tranquility in a unique setting.



OTHER RECOMMENDED VISITS:
Jameos del Agua,
Costa Teguise.

WHERE TO EAT:
El Bocado: Spanish cuisine and very tasty meats.
Restaurante Brisa Marina: a must-try here is the fish, which is very varied and fresh, and also the fried dishes served with potatoes.
La Bodega de Santiago: the cheesecake is not to be missed.

Compra tu entrada
online en nuestra web.

Tú ahorras tiempo.
El planeta, árboles.

Conecta

con la Naturaleza.



Centros de Arte,
Cultura y Turismo
LANZAROTE

Fácil. Seguro. Sostenible
cactlanzarote.com

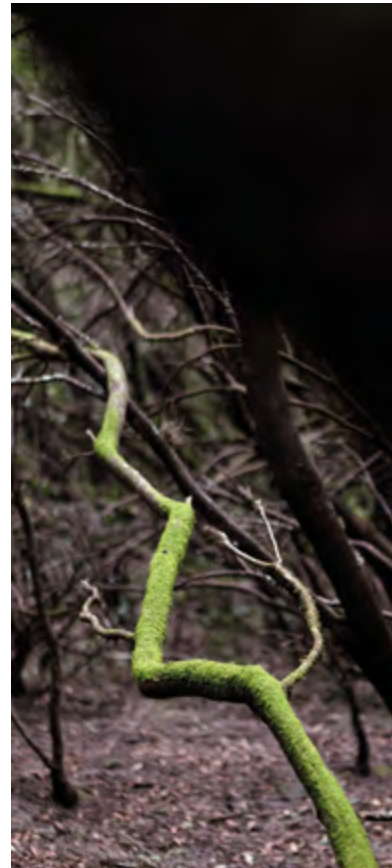
Viajar. Senderos.
La Gomera. Bosque del Cedro

Travel. Walks.
La Gomera. The Cedar Forest

Bosque del Cedro, un remanso de paz

The Cedar Forest, a haven of peace

Texto Text — José M. Pérez Baso
Imagen Picture — Rocío Eslava



El punto donde comienza este sendero lleva el peculiar nombre de El Contadero, ya que, según dicen, era este el lugar elegido por los vecinos gomeros para contar sus rebaños a su paso, o bien sus ganancias del día.

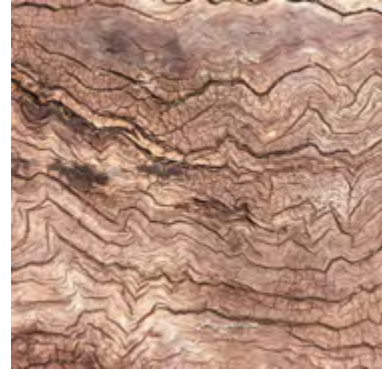
Nada más comenzar nuestro recorrido, acotado en su primer tramo por una baranda de maderas, un túnel vegetal de fayal-brezal nos acompaña; esta masa es la causante de la captación de la afamada lluvia horizontal. La alta humedad, la incidencia de la bruma, gracias al aliso, y lo tupido del bosque de laurisilva (del latín, 'selva de laureles') hacen de este recorrido un auténtico viaje en el tiempo, a las épocas del terciario.

La alta humedad, la incidencia de la bruma, gracias al aliso, y lo tupido del bosque de laurisilva (del latín, 'selva de laureles') hacen de este recorrido un auténtico viaje en el tiempo, a las épocas del terciario

De acusada pendiente durante los primeros sesenta minutos, con algunos miradores que nos ubican dentro de la espesura del bosque, esta empieza a suavizarse a medida que disminuye la inclinación de la ladera. Es este el momento en el que comenzamos a escuchar el agradable sonido del agua del riachuelo del Cedro, el más importante del Parque Nacional de Garajonay. Nos encontramos primero con un viejo castaño (señal inequívoca de la llegada a cercanas poblaciones) para alcanzar a continuación una bifurcación de caminos: tomaremos el ramal de la derecha para cruzar la corriente del agua de piedra en piedra...; pero, alto, este lugar requiere un receso, una pausa, levantar la cabeza, escuchar

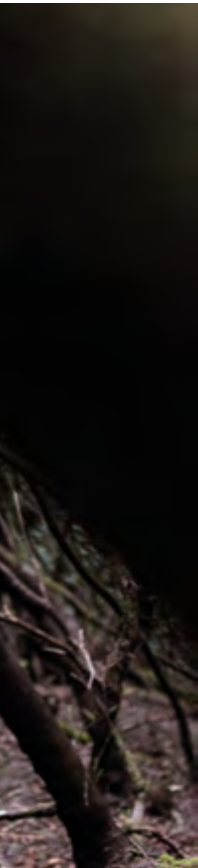
The starting point of this trail goes by the curious name of El Contadero ('the accountant') because apparently it was the spot chosen by locals in La Gomera to count their herds and flocks as they passed through here or to count their day's earnings.

As soon as we start out on our walk, the first part of which has a wooden handrail running alongside, we enter a tunnel of *fayal-brezal* woodland vegetation. This forest covering is the cause of the famous horizontal rain collected here. The high level of humidity, the fog produced by the trade winds and the lush laurel forest make the walk a veritable journey back in time to the days of the Tertiary period.



The high level of humidity, the fog produced by the trade winds and the lush laurel forest make the walk a veritable journey back in time to the days of the Tertiary period

The climb is quite steep for the first hour, with some viewpoints nestled deep in the thick forest, but things become more gentle as the slope eases. This is when we begin to hear the lovely sound of the water of the El Cedro stream, the most important in Garajonay National Park. We come first to an old chestnut tree (an unmistakable sign that we are nearing some villages) and then reach a fork in the path: we take the branch to the right and cross the stream by stepping on the stones.... A stop here is a must as the spot warrants a recess, a pause, to look up and listen to the forest, and to seize the opportunity to take wonderful photos of such a unique place.



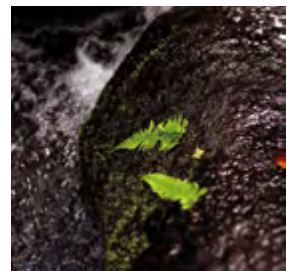
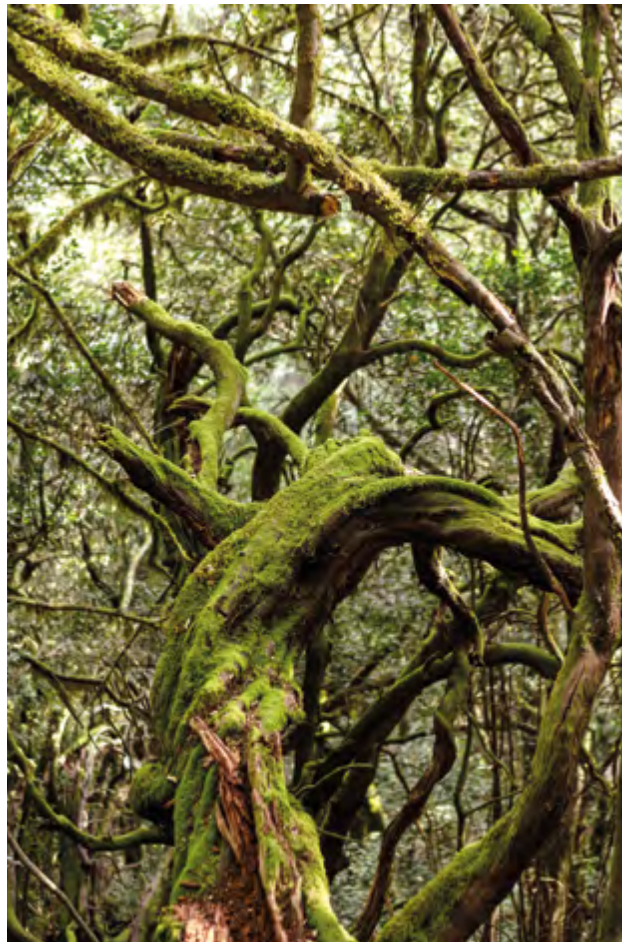
el bosque, aprovechar para tomar nuestras espléndidas fotos de un sitio tan peculiar.

Siempre entre espesa vegetación y bajando, volveremos a cruzar el barranquillo, esta vez gracias a un pequeño puente que nos acerca a una pista forestal con la que alcanzamos otra pista de tierra más amplia y rodada, que evitaremos cruzando justo enfrente para continuar por el sendero, esta vez convertido en escalera que cruza a través de otro puente de madera. Preciosa esta nueva y suave travesía de camino, hasta llegar otra vez al cauce del riachuelo que continúa hacia la pequeña ermita de Nuestra Señora de Lourdes (cerrada). Este es el final de nuestro recorrido, en el que coincidiremos con más senderistas, al tratarse de un cruce de varios caminos.

En este claro del bosque podremos descansar, sentarnos (hay mesas y bancos), aprovechar para comer e incluso lavarnos las manos en el peculiar chorro que sale de «un árbol», para luego regresar (de manera pausada) exactamente por el mismo camino de ida a la cumbre. –NT

We continue downhill through dense vegetation, crossing the small ravine again but this time using a small bridge that leads to a forest track that takes us to a wider and better conditioned pathway. However, instead of following this we cross straight ahead and carry on along the trail, which now takes the form of steps, and cross the same stream via another wooden bridge. This gentle section of the walk is beautiful and takes us once more to the stream that continues on to the small church of Our Lady of Lourdes (closed), the end of our walk and where we will encounter other hikers given that several trails converge at this point.

Once in the forest clearing, we can have a rest, sit down (there are tables and benches), grab the chance for something to eat and even wash our hands using the peculiar “tap in the tree” before heading (slowly) back up to the top along the way we came. –NT

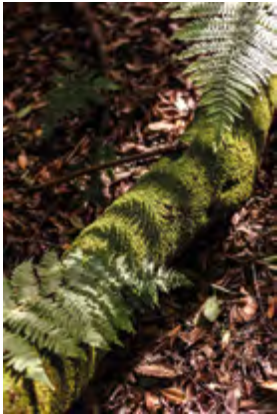


ART DIR: PAUL MARCIANO PH: TATIANA GERUSOVA © GUESS, INC. 2024



GEORGINA
for
GUESS

TENERIFE GRAN CANARIA LANZAROTE FUERTEVENTURA



Localización: municipio de Hermigua. Parque Nacional de Garajonay.

Cómo llegar: tomar la GM-2 en dirección a Valle Gran Rey.

Lugar de partida: pasado el punto kilométrico 23, está el aparcamiento de El Contadero.

Duración: 2 h aprox. (solo ida).

Distancia: 6,3 km (ida y vuelta).

Dificultad: media.

Consejos: recomendamos llevar teléfono móvil con la batería cargada, agua, calzado deportivo con buen dibujo en la suela, mochila, chubasquero, ligero abrigo, bastón de andar (ayuda mucho), gorra y algo de comida. Es aconsejable empezar pronto para encontrar aparcamiento.

Location: municipality of Hermigua. Garajonay National Park.

Getting there: take the GM-2 road towards Valle Gran Rey.

Starting point: just past the 23 km mark, El Contadero car park.

Duration: 2 hours approx. (outward leg).

Distance: 6.3 km (out and back).

Difficulty: medium.

Advice: we recommend you take a mobile phone with fully-charged battery, water, footwear with good grip, backpack, cagoule, light coat, walking pole (very useful), hat and something to eat. It is best to set off early in order to find a parking spot.

COMIENZA EL PROYECTO DÍSAFÍO

Impulsado por el Gobierno de Canarias a través de la Fundación CD Tenerife y Fundación UD Las Palmas



DÍSAFÍO
FUTBOL CANARIO POR LA INCLUSIÓN



La Ciudad Deportiva 'Javier Pérez' albergará la 3ª fase de la Temporada de

LALIGA GENUINE

TEMPORADA 23-24

LA LIGA GENUINE: Liga de Fútbol para personas con Discapacidad Intelectual

12, 13 Y 14 DE ABRIL DE 2024

CIUDAD DEPORTIVA 'JAVIER PÉREZ'



NT para Turismo LPA

Primavera en plena naturaleza en Las Palmas de Gran Canaria

Las Palmas de Gran Canaria ofrece diferentes opciones para hacer senderismo en plena naturaleza. Esta urbe, capital de Gran Canaria, presume de dinamismo, multiculturalidad y una vida muy activa, pero también de un paisaje envidiable alejado de ruidos y atascos.

NT for Turismo LPA

Spring in the heart of nature in Las Palmas de Gran Canaria

Las Palmas de Gran Canaria offers a range of options to hike in nature. Gran Canaria's capital city boasts not just dynamism, multiculturalism and a bustling life but also enviable scenery far away from the noise and traffic jams.



El comienzo de la primavera es un tiempo ideal para adentrarse en entornos naturales, con la tierra estrenando colores y con la ventaja de encontrarte a pocos minutos de la gran urbe. Una ciudad que guarda rincones sosegados donde practicar el bienestar, como la bahía de El Confital, el paisaje volcánico de Bandama, el barranco de Guinguada o el Jardín Canario.

Los valores naturales de Las Palmas de Gran Canaria son un atractivo turístico latente y el barranco de Guinguada es uno de sus patrimonios naturales. Esta ruta te lleva desde el entorno del casco histórico, Vegueta y Triana, hasta el Jardín Botánico Canario Viera y Clavijo. El camino, de unos 7,5 kilómetros y tres metros de ancho, para peatones y ciclistas, transcurre a través de explotaciones agrícolas, antiguas redes de distribución de agua, cuevas aborígenes y algunos de los elementos vegetales más relevantes de su ecosistema.

El Jardín Botánico Canario Viera y Clavijo, de veintisiete hectáreas en pleno Guinguada, guarda buena parte de la riqueza botánica de la Macaronesia y una amplia muestra de los cinco continentes, entre 3000 y 4000 especies de todo el mundo.



Otro recorrido a pie, si te gusta el senderismo, es la caldera de Bandama. Puedes bordearla siguiendo un sendero de unos tres kilómetros o descender hasta el fondo. En ambos casos, este monumento natural te sorprenderá.

Para quienes prefieren caminar cerca del mar, la ciudad guarda una sorpresa: el sendero de la bahía de El Confital y sus dos playas, desde el Monumento al Atlante, pasando el Auditorio Alfredo Kraus hasta el espacio protegido de El Confital.

Early spring is an ideal time to venture into natural surroundings when the earth shows off its new colours and there is the added bonus of being just a few minutes from the big city. A city that offers placid spots to practise wellbeing in El Confital Bay, the Bandama volcanic landscape, the Guinguada Ravine and the Canarian Botanical Gardens.



Las Palmas de Gran Canaria's natural features are an untapped tourist attraction, the Guinguada Ravine being one element of its natural heritage. This walk takes you from Vegueta and Triana in the city's old part to the Viera y Clavijo Canarian Botanical Gardens. The path is three metres wide and roughly 7.5 kilometres long and is suitable for pedestrians and cyclists. Along the way you will see farms, old waterworks, aboriginal caves and some of the most important types of vegetation in the local ecosystem.

The Viera y Clavijo Canarian Botanical Gardens occupy 27 hectares in the heart of Guinguada and house a considerable number of the botanical treasures of Macaronesia, as well as a comprehensive selection of flora from the five continents, with between 3000 and 4000 species from all over the world.

If you like hiking, another walk is the Caldera de Bandama volcanic crater, which you can either go around by following a trail of approximately three kilometres or take the path down to the bottom. Either way, this natural monument will surprise you.

For those who prefer walking near the sea, the city has a surprise in store: the path along El Confital Bay and its two beaches, from the El Atlante monumental sculpture, past the Alfredo Kraus Auditorium and ending at El Confital, which is a special conservation area.



ROSA
- HESPERIS

ROSA
- HESPERIS

ROSA
- HESPERIS

ROSA
- HESPERIS

ROSA
- HESPERIS

El color y el olor tiñen Granada con la llegada de la primavera

Granada becomes bathed
in colour and scents with
the arrival of spring

Texto Text — José María Gil
Imagen Picture — Alberto Brito

Llega la época primaveral y Granada invita a pasear por sus calles coloridas, oler su ambiente y probar su excelente gastronomía, la cual no deja indiferente a nadie con su más que conocida «bebida y tapa». Muchos son los que la eligen como destino para viajar en los próximos meses. Ya sea la primera vez o repitiendo, nunca defrauda a los turistas que pasean por ella. No dejes pasar la oportunidad y acude a la llamada de una de las localidades que más te harán recordar tu visita.

Spring is here and Granada beckons you to walk through its colourful streets, savour its atmosphere and try its excellent gastronomy, including its famous and beloved “drink and tapa” custom. Many choose Granada as a destination during these months. The city never disappoints tourists, whether they are first-timers or repeat visitors. Don't pass up on the chance to heed the call of a city that guarantees you a most unforgettable visit.

Alhambra y Darro

La joya de la corona. Uno de los monumentos más visitados de nuestro país. No deja indiferente a nadie, desde que se comienza por la subida hacia su entrada y se pasea por su entorno ajardinado hasta que se llega al patio de los Leones, todo lo envuelve pura magia árabe. Sin olvidarnos del Generalife y la Alcazaba, desde donde podemos observar unas vistas imperiales de toda la ciudad, incluyendo el barrio del Albaicín y el Sacromonte.

Te encantará pasear por la
carrera del Darro, junto al
río que le da su nombre

No solo verla por dentro o su proximidad es suficiente. Te encantará pasear por la carrera del Darro, junto al río que le da su nombre. Es un camino sin igual que desemboca en el paseo de los Tristes, desde donde se goza de unas vistas envidiables del monumento nazarí. Sentarse en uno de sus bancos y contemplarla es algo sin igual.



The Alhambra and Darro

The jewel in the crown. One of Spain's most popular tourist attractions. No-one can fail to be in awe on seeing it. From the moment you begin the walk up to the entrance and walk through its gardens until you reach its centrepiece Courtyard of the Lions, everything is swathed in pure Arab magic. Mention should be made also of the Generalife summer palace and Alcazaba fortress, which offers stunning views over the city, including the Albaicín and Sacromonte districts.

You will love strolling along the
Carrera del Darro, next to the
river from which it takes its name

Visiting the interior and surroundings is not enough. You will love strolling along Carrera del Darro, next to the river from which it takes its name. It is a walk like no other and leads onto the Paseo de los Tristes, from where you can enjoy stunning views of the Alhambra. There is nothing quite like sitting on a bench here to contemplate it.



Casco histórico y catedral

No se queda atrás el centro histórico de la ciudad, el cual enroca a la catedral entre sus callejuelas: podemos verla desde una zona lejana y elevada o quedar impresionados de cerca y sentirnos hormiga junto a ella.

Deberás pasar por la Alcaicería, el zoco situado en el centro, que te sorprenderá por su gran cercanía con la cultura árabe, además de poder adquirir productos de calidad singulares y difíciles de encontrar en nuestro país.

Siguiendo por sus calles llenas de gente y de felicidad llegarás a encontrarte con otros sitios que conocer, como el real monasterio de los Jerónimos o la basílica de San Juan de Dios, los cuales son visitas obligadas.

Old part and cathedral

Equally impressive is the city's old part, with its cathedral nestled among the narrow streets: you can view it from afar and high up or be awed close up, feeling tiny alongside it.

A walk around the Alcaicería market is also a must. This souk located in the centre will surprise you due to its many similarities with Arab culture. You will be also able to buy unique quality products which are difficult to find in Spain.

Continuing along the cheerful streets thronged with people, you will come to other interesting places to discover, including the royal monastery of St Jerome and the basilica named after St John of God, both of which should definitely be visited.





Rica gastronomía

Pasar por Granada lleva consigo conocer su gastronomía. No habrá persona que la visite y no comente a la vuelta lo magnífica que es su comida. El simple hecho de poder pedir una bebida a la cual acompaña una tapa –en ocasiones un plato– es algo inusual y que permite que comer en sus bares sea algo bastante económico.

No solo que sea barato es llamativo; su variedad y su calidad son dignas de reseñar. Podemos encontrar lugares con solo tres opciones, pero de mucha calidad, u otros que optan por una carta completa en la que elegir.

Junto con los lugares anteriormente mencionados, tendrás la opción de deleitarte con manjares típicos de la zona como la tortilla del Sacromonte, la olla de San Antón, las habas con jamón, el remojón, las quisquillas de Motril o el más que famoso plato alpujarreño, solo apto para los amantes de la carne.

Tras cualquiera de esos platos, un pionono sienta de maravilla, cerrando así la comida con uno de los dulces más sabrosos del oriente andaluz. –NT

Wonderful food

A trip to Granada necessarily means getting to know its gastronomy. Nobody who has visited the city has failed to praise its wonderful food. Ordering a drink and to be served a free tapa with it –even a whole dish at times– is a rare occurrence elsewhere and makes eating out in the local bars a very affordable option.

It is not just the fact that it is cheap: the variety and quality are very impressive. Some places offer just three choices of dish but they are of the highest quality, while others have a full menu to choose from.

In addition to the above, you will also be able to savour typical Granada foods including Sacromonte omelette, the stew known as *olla de San Antón*, beans with ham, *remojón* salad, Motril shrimps (*quisquillas*), and the hugely famous *plato alpujarreño*, a feast for meat lovers.

After any of these dishes and to round off your meal, nothing beats a *pionono*, one of the most delicious pastries in eastern Andalusia. –NT

For more information, see Canariasviaja.com

Talento eficaz en comunicación

Somos la agencia de referencia en Canarias con más de cincuenta años de experiencia.

Profesionales de la planificación en medios, de la creatividad, de la producción publicitaria y de la comunicación on y offline. Entendemos y damos respuestas eficaces a las necesidades de los anunciantes.

Nuestros valores son la eficiencia y la creatividad. La satisfacción del cliente, nuestra máxima motivación.

**TELEVISIÓN, RADIO, PRENSA,
MEDIOS DIGITALES, SOCIAL MEDIA,
EXTERIOR, EVENTOS.**

**CREATIVIDAD Y
PRODUCCIÓN AUDIOVISUAL.**



www.bc-publicidad.com

922 276 262 | info@bc-publicidad.com



Madrid, una ciudad para todos los viajeros

Madrid, a city for all visitors

Texto Text — Amanda Hernández
Imagen Picture — Saioa Arellano

Madrid es una ciudad capaz de cautivar a cualquier viajero, tanto el que está de escala o de paso, con vistas a otro destino, como quien pretende tener una larga estadía. Lo bueno es que la oferta de la capital madrileña es tal que hay donde elegir, desde el Museo del Prado hasta la acogedora Gran Vía.

Madrid is a city that can captivate all types of visitor, whether they are on a stopover, passing through on their way elsewhere, or planning to stay for a long time. The good news is that the capital has so much to offer that you are spoilt for choice, from the Prado Museum to the friendly Gran Vía.



Museo del Prado

Considerado no solo como la primera pinacoteca de España, sino también como una de las más destacadas del mundo, el Museo del Prado es un lugar de visita casi obligada, tanto si se tiene afinidad por el arte como si no.

Su galería cuenta con unas treinta y cuatro mil piezas de arte, entre las que destaca su colección de pintura con ocho mil obras que incluyen los mayores conjuntos del Bosco, Tiziano, el Greco, Rubens, Velázquez o Goya. Todo ello abarcando diferentes épocas y estilos artísticos que han dejado su huella en la historia del arte español y mundial.



Prado Museum

Considered not just the finest art museum in Spain but one of the leading ones anywhere in the world, the Prado is a near-obligatory visit whether or not you have a fondness for art. It boasts around 34,000 pieces of art, among them a holding of 8000 paintings that include the biggest collections of Bosch, Titian, El Greco, Rubens, Velázquez and Goya. The works cover different periods and artistic styles that have left their mark on the history of Spanish and world art.

Puerta del Sol

The festive atmosphere of this square beckons visitors to stroll through and discover what is on offer in terms of food in its wide variety of outlets with exquisite dishes to delight the palate. The square is also steeped in history as it was the scenario for events such as the Esquilache mutiny in 1766 and the uprising against the occupying Napoleonic troops on 2 May 1808. The Puerta del Sol is also Spain's "ground zero", the starting point for the country's major national roads.

Puerta del Sol

El ambiente festivo que se respira en esta plaza invita al viajero a transitarla y a aventurarse a conocer qué se cuece entre la oferta gastronómica, con una gran variedad de negocios y platos exquisitos para deleitar al paladar.

La historia envuelve también este enclave, pues aquí han tenido lugar eventos como el motín de Esquilache en 1766 o la resistencia contra las tropas de Napoleón el 2 de mayo de 1808. Asimismo, este lugar es también el «punto cero» desde el que parten las carreteras nacionales.

Ya sea en el cine,
en el teatro, en tiendas
o en restauración, el viajero
va a tener elección

Plaza Mayor

Inaugurada en el siglo XVII, concretamente en el año 1620, con la intención de servir como escenario para eventos oficiales, festividades populares y corridas de toros, la plaza Mayor es una prueba latente de la historia y la cultura de Madrid.

Dominada por la imponente estatua ecuestre de Felipe III, destacan también los edificios de la Casa de la Panadería y la Casa de la Carnicería. Ni que decir tiene que si vamos a tomarnos un aperitivo, el mítico bocadillo de calamares no puede faltar en nuestro menú.

Gran Vía

La Gran Vía es todo un ejemplo del urbanismo de Madrid. Como si de Moisés abriendo las aguas se tratase, la oferta cultural y de ocio se agrupa hacia ambos lados de esta gran calle.

Desde la calle de Alcalá hasta la plaza de España podremos divisar algunos edificios emblemáticos como el Capitol, el Grassy o el Carrión. Desde luego es un lugar en el que no falta actividad para hacer; ya sea en el cine, en el teatro, en tiendas o en restauración, el viajero va a tener elección, pues «la vía está servida». —NT



Plaza Mayor

Inaugurated in the 17th century (1620) as a venue to stage official events, popular festivities and bullfights, the Plaza Mayor is living proof of Madrid's history and culture. It is dominated by the imposing statue of Philip III on horseback and is home to impressive buildings such as the Casa de la Panadería and Casa de la Carnicería. Needless to say, if we are going to have an aperitif, the legendary fried squid sandwich is a must on our menu.

Whether in the cinemas,
theatres, shops or
restaurants, visitors will find
much to choose from

Gran Vía

The Gran Vía is a wonderful example of Madrid's urban planning. Almost as if Moses had parted the sea, the city's cultural and leisure provision straddles both sides of this giant avenue. From the Calle de Alcalá to the Plaza de España, we will see iconic buildings such as the Capitol, the Grassy and the Carrión. There is certainly no shortage of things to do here; whether in the cinemas, theatres, shops or restaurants, visitors will find much to choose from as "the Vía is well served". —NT



Fly to LIVVO



LIVVO

VOLCÁN LANZAROTE

HOTEL

★★★★★

@livvohotelvolcanlanzarote #livvo #LiveTheWorld

hotelvolcanlanzarote.com



CAPSIM
HOTEL
TERRASSE
RUE PANDRAGON



Viajar.
Lugares. Marrakech. Esauira

Travel.
Places. Marrakesh. Essaouira

Esauira, ciudad de lazos

Essaouira, a city with ties

Texto e imagen Text and picture — Saioa Arellano



Sobrevolábamos el continente africano y desde la ventana del avión no podía parar de pensar que aquella costa era como estar en las de nuestras queridas islas. Las playas infinitas de arena blanca que nada tienen que envidiar a las del Caribe o el paisaje árido ya me hacían presagiar desde aquellas alturas que, nada más pisar tierra, habría muchas cosas que me recordarían a mi querido archipiélago. Y así fue.

Looking out the plane window as we were flying over Africa, I couldn't help thinking that the coastline was like that of our beloved Canaries. From high up in the sky, the endless white-sand beaches that are a match for anything in the Caribbean and the arid landscape led me to anticipate that I would see on landing many things that would remind me of my much loved islands. And so it turned out.

Desde que pisé esta ciudad costera de puertas azules en muchos casos, todo era atractivo a mis ojos, todo llamaba mi atención. Aquella mezcla entre modernidad, paso del tiempo y una ciudad aún por construir me parecía de lo más bello –artísticamente hablando– que he visto en mucho tiempo. Una ciudad llena de historia y cultura que bien merece ser escuchada y conocida.

Lo primero que visité fue la Delegación Provincial de Turismo, un lugar donde conocer parte de esa cultura desconocida para la mayoría de personas y en el que sobre todo la música está muy presente. Hassan, nuestro guía, nos cuenta que el primer festival que se celebró en la ciudad fue el de Gnaoua en 1998, año de su na-

Podrás hacer un
viaje a través de
la coexistencia,
la convivencia
y la memoria
judeomarroquíes,
que no deben pasar
desapercibidas
si visitas la ciudad

cimiento. Este tipo de música responde a un momento en el que esclavos que regresaban a su ciudad natal cantaban sus propias vivencias porque no sabían leer ni escribir y con el propósito de no olvidar aquello que habían vivido, porque, como bien nos dijo Hassan: «Aquel que ignora su pasado llega ciego a su futuro». Se toca con una especie de castañuelas que se llaman qraqab, hechas de hierro y cuyo ritmo se toca al son de dos y tres compases. La lengua en la que se canta es el dariya, que, además, es el dialecto comúnmente hablado en Marruecos y que tiene la particularidad de transmitirse de generación en generación mediante el habla, pues no se escribe.

No sooner had I set foot in this coastal city with its many blue doors than everything drew my gaze and grabbed my attention. Artistically speaking, the blend of modernity, passage of time and unfinished city was the most beautiful thing I had seen for a long time. A city steeped in history and culture that deserves to be heard and known.

My first port of call was the Provincial Tourism Headquarters, where you can find out about this largely unknown culture in which music plays a particularly prominent part. Hassan, our guide, tells us



that the first music festival held in Essaouira was the Gnawa festival in 1998, the year he was born. Gnawa music originated in the days when slaves who returned to their hometown used songs to narrate their experiences because they could neither read nor write. They did this so as not to forget what they had experienced because, as Hassan rightly noted, “anyone who ignores their past is blind to their future”. The music is played with iron castanet-like instruments called qraqab, which provide the two and three-beat rhythm. The songs are sung in Darija, the



Meeting **Happiness**

Spain · Greece · Bulgaria



ALUA

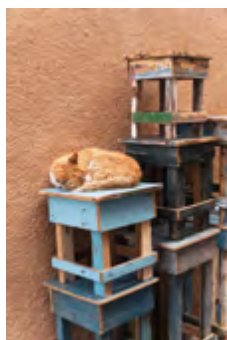
ALUASOUL

ALUASUN

aluahotels.com



Además de los festivales ya nombrados, existen otros como el de las Andalucías Atlánticas, creado en 2003 y que pone en valor la música cristiana, judía y musulmana. Culturas que, por cierto, conviven y están muy representadas en la ciudad. Otro lugar con mucho interés histórico y cultural es el Bayt Dakira, el Museo de la Memoria Judía en Essaïra. Este proyecto está enmarcado dentro de diferentes programas que pretenden conservar y restaurar los lugares judíos existentes. Allí podrás hacer un viaje a través de la coexistencia, la convivencia y la memoria judeomarroquíes, que no deben pasar desapercibidas si visitas la ciudad.



Actualmente la economía depende del turismo y de la pesca, por eso no puedes dejar de visitar el puerto, uno de los atractivos de la ciudad y que alberga la esencia del día a día. La técnica más utilizada para esta práctica es la del arrastre, con la que utilizan un tipo de red roja cuando faenan de noche. De ahí y pasando por la Puerta de Belén, construida en 1509, podemos acceder de nuevo a la medina, desde una vista distinta, desde una zona más abierta al mar.

Esta ciudad costera es curiosa. Curioso el abrazo que sientes. Curioso pasear por sus calles observando cómo parte de su historia y su cultura está vinculada con la nuestra, especialmente con los que vivimos en Canarias. Curiosa la sensación de sentir que estás en tu casa porque los locales, en parte, hacen posible que así sea. Contemplar la belleza de una ciudad que está por hacer, pero con una historia de lazos tan fuertes que todos deberíamos visitarla, al menos, una vez en la vida. —NT

dialectal form of Arabic commonly spoken in Morocco and transmitted orally from generation to generation as it is not written.

In addition to the above festival, there are others such as the Atlantic Andalusias Festival, first held in 2003, which showcases Christian, Jewish and Muslim music, cultures that live side by side and are well represented in the city. Another place of great historical and cultural interest is Bayt Dakira, Essaouira's museum of Jewish memory and part of a series of programmes to preserve and restore Jewish sites. Here you can take a journey through coexistence, harmony and Judeo-Moroccan memory, which is unmissable if you visit the city.

Tourism and fishing are the mainstays of Essaouira's economy nowadays and a visit to the port is a must as it is one of the attractions of the city and encapsulates the essence of its day to day life. Trawling is the most common form of fishing practised, with red fishing nets used at night. From the port we can walk through the Bab Sbaa gate (1509) and re-enter the Medina, enjoying the different perspective offered by this more seaward-facing part of the city.

Essaouira is a curious coastal city. Its embrace is curious. Walking through its streets and observing how its history and culture are in part linked to our own, es-

Here you can take a journey through coexistence, harmony and Judeo-Moroccan memory, which is unmissable if you visit the city

pecially if you are from the Canary Islands, is also curious. You have the curious feeling of being at home here, largely because the locals make it possible. Curious too is contemplating the beauty of a city that is still incomplete but has a history with such strong ties that we should all visit it at least once in our lifetime. —NT

LAS TENTACIONES

12-22 ABRIL

PRECIOS MUY SEDUCTORES SOBRE LA NUEVA COLECCIÓN



Foto: Flavien Dubot, no contractad. Arquitecto Ramón Esteve

LAS PALMAS DE GRAN CANARIA - Pilarillo Seco, 8

rochebobois
PARIS

NT para HD Properties

Paseo LASAL, un paseo por la vida

NT for HD Properties

Paseo LASAL, a walk through life



Nace Paseo LASAL, un espacio diferente pensado para disfrutar de Lanzarote como nunca. Paseo LASAL es una experiencia única en todos los sentidos, en un lugar privilegiado de Lanzarote, en Playa Blanca, en primera línea de mar. Un paseo donde las personas disfrutan de una forma nueva del mar, de la naturaleza, de la tranquilidad, de la diversión, en una construcción integrada en el entorno.

Welcome to Paseo LASAL, a different space designed to enable you to enjoy Lanzarote like never before. Paseo LASAL is a unique experience in every sense, in a privileged setting in Lanzarote: the seafront in Playa Blanca. It is a walkway where people can enjoy the sea, nature, tranquility and fun in a new way thanks to a construction that blends into its surroundings.

PASEO
LASAL



Pasear por LASAL es un pequeño viaje para toda la familia. No es un espacio comercial, es un espacio abierto a los sentidos donde encontrarás prestigiosas marcas de moda y una magnífica oferta gastronómica. Un lugar distinto donde disfrutar de la vida.

Tiendas

Descubre las mejores marcas de moda, joyería, perfumería, belleza, complementos y alimentación, con una propuesta de calidad, mientras respiras la brisa fresca del mar. Encontrarás marcas como Hugo Boss, Polo Ralph Lauren, TAG Heuer, Hublot, Santos, Salina, Arteguise, Fund Grube, La Playa, Bellísima, El Velero Blanco, HiperDino Express y Pharma.

Restaurantes

Disfruta de la mejor restauración con amplias terrazas y vistas espectaculares que no dejan indiferente a nadie. Comida italiana con Roma Italia, asiática con La GangNan, sabores de la India con Namasté, comida mediterránea y una heladería artesanal, con Amorino.

La restauración de los molinos de las salinas de Berrugo en Paseo LASAL

En Paseo LASAL, la conservación y valorización del patrimonio arquitectónico y cultural de Lanzarote adquiere un papel relevante. La rehabilitación de dos antiguos molinos de las salinas de Berrugo, ubicados en este complejo arquitectónico de vanguardia, es un homenaje a la historia de la Isla y a su tradición salinera.

A stroll around LASAL is like a little journey for the whole family. It is not a shopping area but rather a space open to the senses where you will find top fashion brands and a magnificent range of eating options. A different space to let you enjoy life.

Shops

Discover high-quality products by leading names in fashion, jewellery, perfume, beauty, accessories and food while you take in the cool sea breeze.

Brands you will find here include Hugo Boss, Polo Ralph Lauren, TAG Heuer, Hublot, Santos, Salina, Arteguise, Fund Grube, La Playa, Bellísima, El Velero Blanco, HiperDino Express and Pharma.

Restaurants

Enjoy top restaurants with spacious terraces and stunning views that are guaranteed to impress. From Italian food at Roma Italia, Asian cooking at La GangNan and Indian cuisine at Namasté to Mediterranean dishes and even an artisanal ice-cream shop, Amorino.

Restoration of the Berrugo salt-flat mills in Paseo LASAL

Preserving and enhancing Lanzarote's architectural and cultural heritage play a major part in Paseo LASAL. The restoration of two old mills which formed part of the Berrugo salt flats and are situated in this state of the art architectural complex is a way of paying tribute to the island's history and salt-producing tradition.



Gastronomía.
Sabores asturianos

Asturias y Canarias, patrias queridas gastronómicas

Texto Text — Francisco Belín
Imagen Picture — Ilustre Mario

Revisemos el equipaje antes de cerrar la maleta. No hará falta tanta ropa de abrigo y sí ganas de acudir al destino gastronómico, Gijón, con un recetario tan clásico como rotundo. La facilidad y las comodidades se sirven ya desde el mismo desplazamiento, y los iconos de la fabada y el compango, entre otros, justificarán el afán por redescubrir esos formidables terruños del norte.

En clave telegráfica aparece en el listado: «Gijón y Luanco». Vista la amplitud de frecuencias entre Canarias y los horizontes asturianos, bien vale centrarse para luego volver a por renovadas latitudes astures. «Pote asturiano, fabada y compango, sidrina natural bien escanciada, huevos y papas fritas con picadillo, frixuelo...».

Se antoja el cambio de aires y esos sabores regios de un producto intachable, con acento especial en las prodigiosas fabes y sus regios acompañantes: chorizo, panceta-lacón y morcilla. «Esta tiene que ser asturiana», subraya el crítico nacional gijonés Eufasio Sánchez, enamorado de Canarias y nombrado hace algún tiempo embajador de Tenerife.

Nada de remilgos, pues, ante este festín (en Luanco aguardan unas parrochitas riquísimas). Después de pasear por la playa de Poniente y acercarnos al casco viejo, entraremos en cualquiera de las sidrerías de la ciudad marinera y procederemos a la liturgia del buen yantar. Dejar de probar la tarta gijonesa sería un error de bulto. —NT

Lee el artículo completo en revistabinter.com

Gastronomy.
Flavours of Asturias

Asturias and the Canary Islands, beloved gastronomic homelands

A final check before closing the suitcase. We don't need many warm clothes, just a strong desire to visit Gijón, a gastronomic destination that boasts dishes that are as classical as they are substantial. Comfort and ease are served up on the journey itself and the iconic Asturian *fabada* stew and *compango* meats, among others, justify the urge to rediscover these wonderful lands in northern Spain.

“Gijón and Luanco” appear as a brief note on our list. Given the number of flights between the Canary Islands and Asturias, it is better to focus on a few things and then return another time to these reinvigorated Asturian parts. “Bean stew, fabada and compango, properly-poured natural cider, eggs and chips with hash, Asturian crepes, ...”.

You crave a change of surroundings and the magnificent flavours of an impeccable product, particularly the remarkable *fabes* beans and their majestic companions: chorizo, pancetta bacon, cured *lacón* ham and blood sausage. “This last one needs to be from Asturias,” insists food critic Eufasio Sánchez, a native of Gijón who is enamoured of the Canary Islands and was appointed a Tenerife Ambassador long ago.

No complaints whatsoever about such a feast (delicious little sardines await us in Luanco). After a stroll on the Poniente beach, we make our way to the old part of the coastal city and into one of the many cider houses to engage in the liturgical act of eating good food. It would be a massive mistake not to try the local Gijonesa cake for dessert. —NT

Read the full article at revistabinter.com

NT para Hospiten

Técnica WAL, liposucción asistida por chorro de agua: más amable, segura y precisa

NT for Hospiten

Water-jet assisted liposuction (WAL): friendlier, safer and more precise

También conocida como liposucción hidroasistida, es una técnica avanzada que se utiliza para la eliminación focalizada de grasa y el contorneado corporal. El doctor Oliver Doebler, cirujano plástico y estético de los Hospitales Universitarios Hospiten Bellevue y Hospiten Rambla, explica que este procedimiento mínimamente invasivo implica la aplicación suave de un chorro de agua, controlado para desalojar y aflojar las células de grasa de los tejidos circundantes, facilitando su eliminación y logrando así el resultado estético deseado.

El doctor Doebler afirma que esta técnica se puede utilizar en varias áreas del cuerpo, incluidas regiones delicadas como la cara, el cuello y los tobillos, donde los métodos tradicionales podrían ser menos adecuados.

La precisión de WAL contribuye a resultados más suaves y ofrece una apariencia más natural después del procedimiento. Además, el periodo de recuperación es más rápido, debido a la naturaleza mínimamente invasiva del procedimiento y la reducción de traumatismo en los tejidos circundantes.



Dr. Oliver Doebler, cirujano plástico y estético de los Hospitales Bellevue y Hospiten Rambla — Dr Oliver Doebler, a plastic and cosmetic surgeon at the Hospiten Bellevue and Hospiten Rambla University Hospitals

Also known as water-assisted liposuction, this advanced technique is used for localised fat removal and body contouring. Dr Oliver Doebler, a plastic and cosmetic surgeon at the Hospiten Bellevue and Hospiten Rambla University Hospitals, explains that the minimally invasive procedure involves applying a gentle water jet to dislodge and loosen fat cells from surrounding tissue to facilitate removal and thus achieve the desired aesthetic outcome.

According to Dr Doebler, the technique can be used on various parts of the body, including delicate areas such as the face, neck and ankles, where conventional methods may be less appropriate.

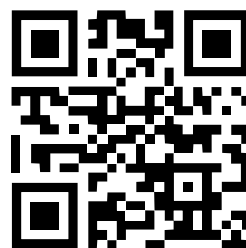
WAL's precision leads to more gentle results and a more natural appearance post-procedure. In addition, recovery is quicker as the procedure is minimally invasive and damage to surrounding tissues is reduced.



MISMA, ENERGÍA, DIFERENTE LUGAR

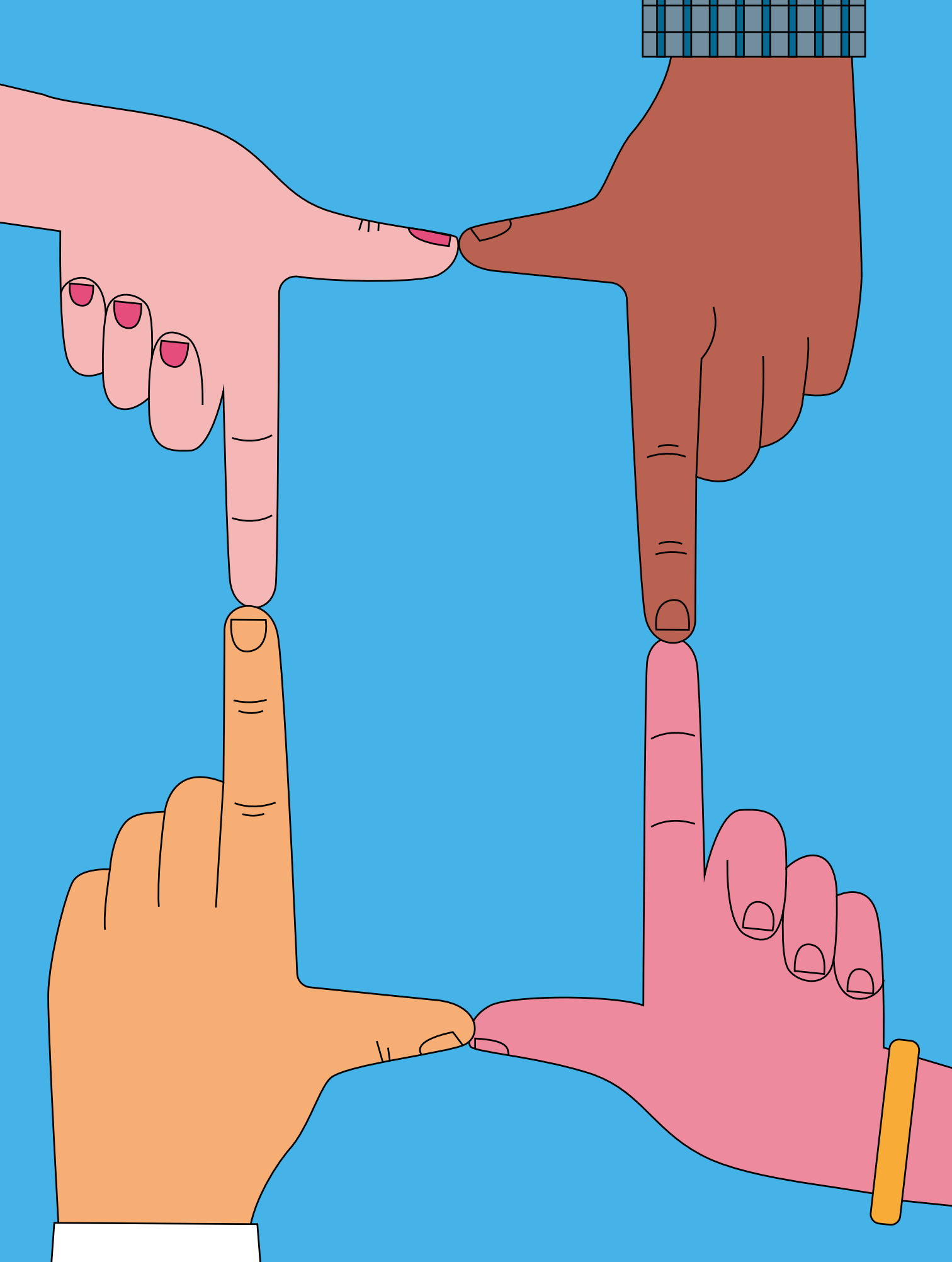
Accede a todos nuestros
centros al mismo precio

Escanea y encuentra
tu centro más cercano



www.macrofit.es





Psicología.
Triunfo o fracaso

Fundamentos psicológicos en equipos de trabajo

Texto Text — Rayco Suárez Marrero
Imagen Picture — Ilustre Mario

La dinámica dentro de equipos de trabajo es una interacción compleja de elementos psicológicos que influyen en la eficacia y el bienestar de las personas. Uno de los conceptos para entender este fenómeno es el del cerebro triuno. Según esta teoría (Paul D. MacLean, 1990), el cerebro está compuesto por tres partes principales: *el cerebro de supervivencia, el cerebro emocional y el cerebro pensante*.

El deseo (*cerebro de supervivencia*), una fuerza motivadora inherente al humano, también influye en la dinámica. El deseo de progreso, reconocimiento y pertenencia puede impulsar la colaboración y la innovación dentro del grupo, pero también puede dar lugar a competencias destructivas y conflictos de intereses si no se maneja adecuadamente.

La importancia de la gestión emocional (*cerebro emocional*) se hace evidente en este contexto. Los equipos de trabajo eficaces son aquellos que pueden reconocer y manejar adecuadamente las emociones a nivel individual y colectivo. La falta de dicha gestión puede llevar a conflictos internos, disminución de la productividad y deterioro del clima laboral.

Los procesos de pensamiento (*cerebro pensante*) pueden afectar a la dinámica de los equipos. La presencia de *alteraciones* en estos elementos puede obstaculizar la toma de decisiones, generar malentendidos y provocar tensiones entre los miembros. Es crucial fomentar la conciencia y la comprensión de estos para promover un ambiente de trabajo saludable y productivo.—NT

Psychology.
Success or failure

Fundamentals of work team psychology

Work team dynamics are a complex interaction of psychological elements that influence people's effectiveness and wellbeing. One concept that assists us in understanding this phenomenon is the triune brain. According to this theory (Paul D. MacLean, 1990), the brain is made up of three main parts: the survival brain, the emotional brain, and the thinking brain.

Desire (*survival brain*), a motivating force inherent to humans, also influences the aforementioned dynamics. The desire for progress, recognition and belonging can spur collaboration and innovation within the group although, if not managed properly, it can also lead to unhealthy competition and conflicts of interest.

The importance of emotional management (*emotional brain*) becomes clear in this context. Effective work teams are those that are able to recognise and adequately manage emotions at an individual and collective level. If such management is lacking, it can lead to internal conflicts, lower productivity and a deterioration of the working environment.

Thought processes (*thinking brain*) can affect team dynamics. The presence of alterations in these components can hinder decision-making, generate misunderstandings, and cause tension among team members. Raising awareness and understanding of these is crucial to promoting a healthy and productive working environment.—NT

NT para Quirónsalud

Máxima seguridad y precisión en el tratamiento del cáncer de próstata gracias a la cirugía robótica



NT for Quirónsalud

Maximum safety and precision in prostate cancer treatment thanks to robotic surgery

En España el cáncer de próstata es el tumor más frecuente en varones. Se calcula que uno de cada ocho hombres padecerá cáncer de próstata. Su detección temprana puede marcar la diferencia en la tasa de supervivencia y la calidad de vida de los pacientes.

En opinión del doctor Guillermo Conde, jefe del Servicio de Urología del Hospital Quirónsalud Tenerife y del Hospital Quirónsalud Costa Adeje, estas cifras hacen importante que toda la sociedad se implique en aumentar la conciencia y la educación sobre esta enfermedad para así mejorar la salud y el bienestar de la población. Realizar una prueba de antígeno prostático específico (PSA) a tiempo es una medida básica que puede cambiar el pronóstico de la enfermedad.

El Hospital Quirónsalud Tenerife no solo apuesta por la detección temprana y el diagnóstico precoz, sino también por ofrecer a todos los canarios la mejor opción terapéutica: la prostatectomía radical robótica, pues es el único centro privado de las Islas que cuenta con la plataforma quirúrgica Da Vinci.

Prostate cancer is the most common tumour in men in Spain. An estimated one in eight men will suffer from prostate cancer. Early detection can make a difference to the survival rate and quality of life of patients.

In the opinion of Dr Guillermo Conde, head of the Urology Service at the Quirónsalud Tenerife and Quirónsalud Costa Adeje Hospitals, this figure means it is vital that the whole of society engages in raising awareness and education about the disease in order to improve the health and the wellbeing of the population. Timely prostate-specific antigen (PSA) screening is a basic measure that can change the prognosis of the disease.

The Quirónsalud Tenerife Hospital is not only committed to early detection and diagnosis but also to offering all men in the Canaries the best treatment option: robot-assisted radical prostatectomy. It is the only private hospital in the Islands equipped with the Da Vinci surgical system.



SEASIDE COLLECTION

HOTELS



★★★★★ GL

GRAND HOTEL RESIDENCIA

Maspalomas, Gran Canaria



★★★★★

PALM BEACH

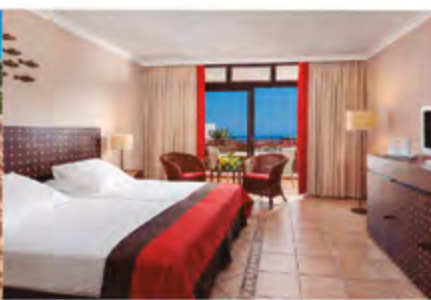
Maspalomas, Gran Canaria



SEASIDE COLLECTION ...

¿POR QUÉ CONFORMARSE CON MENOS?

La mejor gastronomía y servicio, cada uno con identidad propia, todos a solo unos pasos de la playa. Descuentos especiales para residentes canarios.



★★★★

SEASIDE SANDY BEACH

Playa del Inglés,
Gran Canaria



★★★★

SEASIDE LOS JAMEOS

Playa de los Pocillos,
Lanzarote



Seaside Hotels S.L. , Avda. de Moya 8, E-35100 Playa del Inglés, Gran Canaria
Tel.: +34928 063200, reservas@seaside-collection.es, www.seaside-collection.com



28/04/2024

MARTITA DE GRANÁ

GRAN CANARIA

Sala Sinfónica Auditorio Alfredo Kraus
Symphony Hall, Alfredo Kraus Auditorium

¡Martita sea! es el nuevo show de Martita de Graná, en el que nos muestra cómo le ha cambiado la vida en los últimos años, tanto en lo profesional como en lo personal, y reivindica asuntos como la soltería, la edad, la importancia de la salud mental...

¡Martita sea! is the title of Martita de Graná's new show in which she tells us how her life has changed professionally and personally in recent years and tackles issues such as being single, age, the importance of mental health...

04/05/2024

SERGIO BERNAL

TENERIFE
Teatro Leal
Leal Theatre

Una noche con Sergio Bernal es un recorrido por las coreografías y músicas más importantes de su repertorio. Este espectáculo combina la fuerza del flamenco, el acento y el carácter de la danza española y el virtuosismo y la brillantez de la danza clásica.



An evening with Sergio Bernal is a journey through the most important choreographies and music in his repertoire. His show combines the force of flamenco, the accent and character of Spanish dance, and the virtuosity and brilliance of classical dance.



04-11/05/2024

FERIA DEL CABALLO HORSE FAIR

JEREZ DE LA FRONTERA

La Feria del Caballo de Jerez es alegría, diversión y animales de pura raza. De origen muy antiguo (1284), fue en un principio mercado ganadero, y evolucionó a través de los siglos hasta convertirse en la actual suma de festejos.

The Jerez Horse Fair is synonymous with cheer, fun and pure-bred horses. Dating back many centuries (1284), it began as a livestock market and has evolved down the ages to become the present-day celebrations.

10/05/2024

DARHA. 2010-2022

TENERIFE
Galería Agencia de Tránsitos Culturales
Agencia de Tránsitos Culturales Gallery



La exposición reúne una selección de obras sobre lienzo y sobre papel y cartón, producidas entre 2010 y 2022. Paco Sánchez invita a disfrutar de estéticas que no defraudan, frescas, estimulantes, de maneras siempre inesperadas, a través de algunas de las obras de su colección personal.

The exhibition brings together a selection of works on canvas and on paper and cardboard, which were produced between 2010 and 2022. Paco Sánchez invites you to enjoy aesthetics that are fresh and do not disappoint, while also stimulating the senses in unexpected ways.



A SEA OF ADVENTURE, AN OCEAN OF EXPERIENCES!
UN MAR DE AVENTURAS, ¡UN OCÉANO DE EXPERIENCIAS!

TURISMO · MÚSICA · MODA · GASTRONOMÍA

SAVE THE DATE
GUARDA LA FECHA

13 | 14 | 15 DE JUNIO

PLAZA CENTRAL YUMBO CENTRUM

PLAYA DEL INGLÉS



Ayuntamiento de la Villa de San Bartolomé de Tiraján

Patrocina



Organiza





05/06/2024

RAMMSTEIN

SAN SEBASTIÁN
Estadio de Anoeta
Anoeta Stadium

El atractivo espectáculo de la formación alemana aterrizará en Europa el próximo junio, con una gira bautizada como *Europe Stadium Tour* que estará llena de dramatismo, fuego y llamas.

The German group's attractive show comes to Europe in June as part of their *Europe Stadium Tour*, which is full of dramatic effect, fire and flames.

PREMIOS CAJACANARIAS 2024

CAJACANARIAS AWARDS 2024

TENERIFE

La Fundación CajaCanarias pone en marcha la edición 2024 de sus tradicionales Premios, un certamen con convocatorias a distintos galardones en las categorías de novela, poesía, relato corto, investigación, artes plásticas y música. Más información en cajacanarias.com.



The CajaCanarias Foundation has launched the 2024 edition of its annual Awards and invites entries for the different award categories, which include novel, poetry, short story, research, plastic arts and music. Full information at cajacanarias.com.

14/06/2024

EVANESCENCE

MADRID
Parque Enrique Tierno Galván
Enrique Tierno Galván Park

Liderada por Amy Lee, la banda sigue actuando por el mundo con una presencia en el escenario poderosa y ofreciendo directos memorables, así como demostrando su relevancia en la escena mundial actual. Actuarán en el festival Alma.

Fronted by Amy Lee, the band still perform around the world with a powerful stage presence and memorable live shows that demonstrate their importance on today's international scene. On this occasion, they perform at the Alma Festival.



15/06/2024

FIRENZE ROCKS

FLORENCIA
Parque delle Cascine



Entre los conciertos en la programación de cada año, no te pierdas el Firenze Rocks, un festival que trae a la ciudad del Renacimiento a los mejores artistas y grupos internacionales.

Among the concerts that form part of the programme every year, don't miss Firenze Rocks, a festival that attracts top international artists and groups to the Renaissance city.

¡Olé!

Flamenco Show

¡Vive el flamenco
a través de todos tus sentidos!

15%
Residentes

CÓDIGO
RESIDENTE



GF
HOTELES

VICTORIA
★★★★★

Las Olas
SHOWROOM

www.lasolasshowroom.com





17/06/2024
JUDAS PRIEST
MADRID
 Palacio Vistalegre Arena

La legendaria banda de heavy metal Judas Priest ofrece un concierto en el que presenta su nuevo disco, *Invincible Shield*, y hace un repaso de su extensa carrera profesional.

Legendary heavy metal band Judas Priest are in concert to present their new album *Invincible Shield* and look back at their lengthy career.

19/06/2024
MANÁ
GRANADA
 Plaza de Toros de Granada
 Granada Bull Ring

Considerado el grupo de rock en español más influyente del mundo, Maná lleva casi cuarenta años trascendiendo generaciones con su música, tal y como demuestra una vez más con *México lindo y querido* tour.

Considered the most influential Spanish-language rock group in the world, Maná have transcended generations with their music for almost 40 years, as they demonstrate once again with their *México lindo y querido* Tour.



21-22/06/2024
CAMILO
MADRID
 WiZink Center

Camilo se embarca en su gira española más ambiciosa hasta la fecha durante el verano de 2024. El cantante colombiano visitará el WiZink Center, donde interpretará su más reciente trabajo, *De adentro pa fuera*, así como lo mejor de su repertorio como *Vida de rico*, *Desconocido*, *Alaska*, *Bebé* o *Índigo*.

Camilo embarks on his most ambitious Spanish tour to date in summer 2024. The Colombian singer will visit the WiZink Center to perform his most recent album, *De adentro pa fuera*, as well as hits from his repertoire including *Vida de Rico*, *Desconocido*, *Alaska*, *Bebé* and *Índigo*.

TODO EL AÑO / ALL YEAR
CASA
MUSEO DEL
CAMPESINO
LANZAROTE
 San Bartolomé

Situada en el centro geográfico de Lanzarote, en el municipio de San Bartolomé, la Casa Museo del Campesino es la obra con la que César Manrique reconoce el esfuerzo de los campesinos de Lanzarote, que se enfrentaron a las condiciones más adversas para dar vida al territorio.



Located in the municipality of San Bartolomé in Lanzarote's geographical centre, the Casa Museo del Campesino was created by César Manrique as a tribute to the labours of the island's farmers, who braved the most adverse conditions to bring the land to life.



Del 05 al 27 julio 2024
canariasjazz.com

**CHUCHO VALDÉS,
"IRAKERE 50"**

DAVE DOUGLAS

KNOWER

**JOHNATHAN
KREISBERG**

THEO CROKER

ADEDEJI

ALEPH

**JAVIER INFANTE
/ ALEXIS LEMES /
JAVIER COLINA**

**POTTER, MEHLDAU,
PATITUCCI, BLAKE**

**ESTRELLAS DE
BUENA VISTA**

ANA POPOVIC

ANTONIO LIZANA

**LONDON AFROBEAT
COLLECTIVE**

ALTO FOR TWO

DAINIUS PULAUSKAS

YUL BALLESTEROS

**CÉCILE McLORIN
SALVANT**

VERONICA SWIFT

**HAROLD
LÓPEZ-NUSSA**

ROXANA AMED

POLO ORTÍ

LORIS TILS

GERMÁN LÓPEZ

& más
MÚSICAS CREATIVAS



Ciencia.
Proyectos y tecnología

Canarias nos observa desde el espacio

Texto Text — Verónica Martín
Imagen Picture — Ilustre Mario

La Tierra se observa desde el espacio desde hace décadas. La humanidad lleva desde los años sesenta del siglo XX en una carrera espacial constante.

En esa carrera tecnológica por vernos y estudiarnos desde fuera, Canarias ha participado muy activamente y ahora da un impulso con el lanzamiento de sus primeros satélites *Made in Canarias* y acogiendo importantes proyectos. Además, destacadas empresas del sector ven en Canarias un magnífico lugar para instalarse, como es el caso de la española Arquimea o la israelí BeetleSat, atraídas también por las ventajas fiscales de la ZEC.

Desde Tenerife, el Instituto de Astrofísica de Canarias (IAC), a través del equipo de IACTEC-Espacio, ha liderado la creación y el lanzamiento del primer satélite propio: *ALISIO-1*, que orbita alrededor de la Tierra y proporciona datos para el control y el seguimiento de, entre otros aspectos, la masa forestal. El satélite fue lanzado el pasado 1 de diciembre desde California (Estados Unidos) a bordo de un cohete de SpaceX. Para el desarrollo de *ALISIO-1*, el IAC ha colaborado con la empresa Open Cosmos, encargada del diseño y fabricación de la plataforma satelital. En la misión también han participado Deimos y D-Orbit, responsables de la puesta en órbita.

Tenemos un pasado aeroespacial, un presente que ya sobrevuela nuestras cabezas y un futuro prometedor en cuanto a proyectos de investigación, tecnológicos y económicos que se complementarían si Canarias entrara en el PERTE Aeroespacial del Ministerio de Ciencia. —NT

Science.
Projects and technology

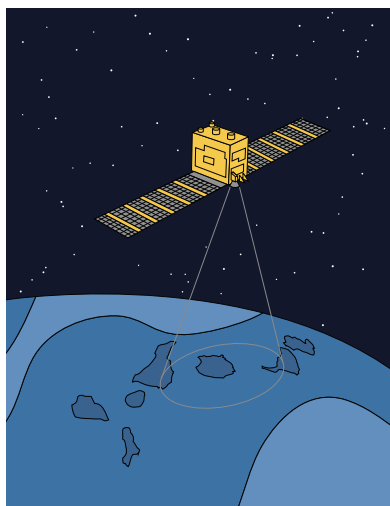
The Canaries are observing us from Space

Earth has been observed from space for decades. Humankind has been engaged in a constant space race since the 1960s.

The Canary Islands have played a very active part in this technology race to observe and study us from afar and is now providing a further boost by launching the first Made-in-the-Canaries satellites and hosting important projects. In addition, top international companies in the sector view the Islands as a magnificent place to set up, among them the Spanish firm Arquimea and Israel's BeetleSat, which have been attracted also by the fiscal advantages of the Canaries' ZEC low-tax zone.

In Tenerife, the Canary Island Astrophysics Institute (IAC), via the IACTEC-Space team, has spearheaded the creation and launch of *ALISIO-1*. This first ever Canarian satellite orbits the Earth and supplies data for surveillance and monitoring of forest cover among other aspects. The satellite was launched from California (USA) on 1 December on board a SpaceX rocket. To develop the satellite, the IAC has collaborated with Open Cosmos, the firm entrusted with designing and manufacturing the satellite platform. Other mission participants were Deimos and D-Orbit, who were responsible for putting the satellite into orbit.

We have an aerospace past, a present that is already flying high above, and a promising future in research, technological and economic projects that would be added to further if the Canary Islands were included in the Ministry of Science's PERTE Aerospace strategic plan, through which Spain promotes the sector using European funds. —NT



EBLOne



Un nuevo estándar en los sistemas de detección de incendios de un lazo

DESCUBRE MÁS

Panasonic



ENAIRGY
clima eco-industrial

DISTRIBUIDOR OFICIAL AUTORIZADO
928 480 804 - www.enaigy.es

Tirma: uniendo moda y sabor en la Mercedes Fashion Week de Madrid

Tirma brings fashion and taste together at Mercedes-Benz Fashion Week Madrid



En la 79.ª MFWM, Tirma, la marca canaria de cafés y chocolates, se unió al diseñador Hannibal Laguna para deslumbrar en la pasarela. Este evento reforzó la presencia de las ambrosías Tirma y los chocolates Mini al 85 % de cacao a nivel nacional e internacional. La colección MOONGLOW, inspirada en la luna, cautivó a los asistentes, culminando con la aparición

de la modelo Valeria Mazza. Entre los invitados destacados estaban Jaydy Michel y Boris Izaguirre.

Tirma, fundada en 1941, ha logrado consolidarse como una empresa líder en la fabricación y distribución de productos alimentarios derivados del cacao y del café. Comprometida con la innovación, expande su presencia a través de alianzas estratégicas.

Canarian coffee and chocolate brand Tirma teamed up with designer Hannibal Laguna to dazzle the catwalk at the 79th MFWM. The event raised the profile of Tirma's Ambrosía chocolate wafer biscuits and 85% Cocoa Mini Chocolates both in Spain and internationally. The MOONGLOW collection captivated the audience and culminated in the appearance of mod-

el Valeria Mazza. VIP guests included Jaydy Michel and Boris Izaguirre.

Founded in 1941, Tirma has become firmly established as a leading manufacturer and distributor of chocolate and cocoa-based food products. A firm committed to innovation, it expands its presence through strategic alliances to earn recognition beyond the Canaries.

Sin prevención no hay paraíso


 Prevención de Riesgos Laborales

 Formación a Medida

 Reconocimientos Médicos

 Reconocimientos Aeronáuticos

 Prevención contra Legionelosis

 Seguridad & Emergencias



www.oceanocan.es

info@oceanocan.es +34 928 149 211 · +34 922 250 477

Centro Médico BascoVidales

BascoVidales Medical Centre

Nuestras instalaciones albergan una oferta de tratamiento integral de medicina y cirugía de cara y cuello con el control de un equipo médico formado por el doctor Jesús Manuel Basco López de Lerma, la doctora Marta Vidales Lombó y la doctora Irene Castaño.

- Medicina estética: una medicina preventiva utilizando técnicas innovadoras.

- Cirugía estética facial: corregimos las alteraciones estéticas para obtener una mayor armonía facial.
- Dermatología: cuidamos tu piel ofreciendo una atención integral en el pronóstico, el diagnóstico y el tratamiento.
- Cirugía maxilofacial: intervenimos las alteraciones dentocraneomaxilofaciales que presentan un problema estético.



Our Centre offers a range of comprehensive medical and surgical face and neck treatments under the supervision of a team of doctors comprising Dr Jesús Manuel Basco López de Lerma, Dr Marta Vidales Lombó and Dr Irene Castaño.

- Aesthetic medicine: preventive medicine using innovative techniques.
- Aesthetic facial surgery: we

correct aesthetic anomalies to enhance facial harmony.

- Dermatology: we look after your skin by providing comprehensive care covering prognosis, diagnosis and treatment.
- Maxillofacial surgery: we operate on mouth, face and jaw conditions that cause appearance problems.

Haz que este verano sea único Make this summer unique

Islas Canarias Canary Islands

**HASTA
UP TO
35%**

Gran Canaria

Mogán Princess & Beach Club ****
Gran Canaria Princess **** (+16)
TUI BLUE Suite Princess **** (+16)
Maspalomas Princess ****
Tabaiba Princess ****

Fuerteventura

Fuerteventura Princess ****
Esencia de Fuerteventura by Princess ****
Club Jandía Princess ****

La Palma

La Palma Princess ****
Esencia de La Palma by Princess **** (+16)

Tenerife

Princess Inspire Tenerife **** (+16)
Guayarmina Princess **** (+16)

*Plazas limitadas | Limited rooms

La Palma Princess (Vital & Fitness)



Reservas a través de
princess-hotels.com
o en tu agencia de viajes habitual

princess-hotels.com

 **Princess**
HOTELS&RESORTS

Objetivo de la ONU: reducir los plásticos drásticamente

UN aims to drastically reduce plastic pollution



La directora ejecutiva del PNUMA, Inger Andersen, ha denunciado que la forma de producción, utilización y desecho de los plásticos está contaminando los ecosistemas, creando riesgos para la salud humana y desestabilizando el clima, informa en su LinkedIn Carmen Nieves González, embajadora del Pacto Europeo por el Clima. Por ello, continúa esta portavoz,

Inger Andersen anima a seguir la hoja de ruta que plantea el PNUMA para reducir «drásticamente» estos riesgos adoptando un enfoque circular que mantenga los plásticos fuera de los ecosistemas, del cuerpo humano y de la economía.

En su receta, el PNUMA sugiere implementar las tres erres: reutilizar, reciclar y reorientar/diversificar productos.

UNEP Executive Director Inger Andersen has warned that the way we produce, use and dispose of plastics is polluting ecosystems, creating risks for human health and destabilising the climate, European Climate Pact ambassador Carmen Nieves González reports on her LinkedIn page. González adds that, for this reason, Inger Andersen urges people to follow the roadmap

proposed by UNEP to “drastically” reduce the risks by adopting a circular approach that keeps plastics out of ecosystems, the human body and the economy.

The UNEP recipe advocates implementing the three Rs: reuse, recycle and reorient/diversify products.

Salud integral en manos expertas

C.I.M.E - Centro de especialidades médicas



Especialidades:

- Cardiología
- Cirugía Menor
- Cirugía Vasculat
- Dermatología
- Endocrinología
- Enfermería
- Fisioterapia
- Genética Médica
- Ginecología
- Hematología
- Medicina Estética
- Medicina General
- Nefrología
- Neurocirugía
- Neurología
- Nutrición y Dietética
- Podología
- Psicología
- Psiquiatría
- Ecografías, Radiografías y Mamografías
- Psiquiatría
- Reumatología
- Urología

Atención personalizada y uso de tecnología avanzada



c/ Fernando Guanarteme, 28
Las Palmas de Gran Canaria



928 091 419
635 479 745



www.clinicacime.es



Info@clinicacime.es



CaixaBank acompaña a los deportistas paralímpicos en su 'Camino a París'

CaixaBank supports Paralympic athletes on 'Road to Paris'

CaixaBank, patrocinador oficial del Comité Paralímpico Español y entidad vinculada al plan ADOP, ha organizado en Canarias su primera parada del proyecto *Camino a París*, que simulará el camino de la llama paralímpica para acompañar a los deportistas de todo el país en la recta final de su preparación para los Juegos Paralímpicos de París 2024.

Gran Canaria acogió el primer acto de esta iniciativa, con el nadador Alejandro Rojas como protagonista. Rojas, que ya participó en Tokio 2020, estuvo arropado por representantes del mundo del deporte.



CaixaBank, official sponsor of the Spanish Paralympic Committee and partner of Spain's ADOP sports programme, chose the Canary Islands for the first stop of its *Road to Paris* project.

The project simulates the route followed by the Olympic Flame as a way of supporting athletes from across the country in the final stages of their preparations for

the Paris 2024 Paralympics. Gran Canaria hosted the first event, which featured Alejandro Rojas. The swimmer, who competed in Tokyo in 2020, was joined by representatives of the sporting world.



Restaurante Terraza Embarcadero

Especialidad en pescados a la brasa

¡Disfruta de nuestra amplia terraza!



Club Marítimo Varadero

Muelle Deportivo de Las Palmas de Gran Canaria · Telf.: 928 23 30 67 - info@restauranteembarcadero.com
www.restauranteembarcadero.com · 3 horas de parking gratis · Amplio Comedor para Eventos

EMBARCADERO
 Restaurante & Terraza

Ya brillan en Canarias cuarenta restaurantes con soles Repsol

Forty restaurants in the Canaries bask in Repsol Guide sun



La gastronomía se consolida como uno de los incentivos para disfrutar de las Islas. Canarias cuenta ya con cuarenta restaurantes galardonados con soles Repsol, de los que siete tienen dos soles y uno tres.

En la edición de este año de la famosa guía gastronómica se han sumado grandes referentes de la cocina en las Islas que resultan in-

teresantes para programar una buena escapada, a saber: Etéreo by Pedro Nel, La Cúpula, Kiki Japanese, Lajar de Bello, Il Bocconcino by Royal Hideaway, San Hô y Char, todos en Tenerife; SeBE, en Lanzarote; y 8Aborigen, en El Hierro.

Gastronomy is now firmly established as an incentive to visit the Canaries. The Islands now boast 40 restaurants which have been awarded Repsol Suns, including seven with two Suns and one with three.

Entries in this year's edition of the famous food guide include top names in the cuisine of the Canaries. Interesting names to help plan a

great break are Etéreo by Pedro Nel, La Cúpula, Kiki Japanese, Lajar de Bello, Il Bocconcino by Royal Hideaway, San Hô and Char (all in Tenerife). Other additions to the list this year are SeBE (Lanzarote) and 8Aborigen (El Hierro).

itv **Applus⁺**
iteuve
www.applusiteuve.com



Together
beyond
standards

Descubre nuestras condiciones especiales para tu flota de vehículos de empresa escribiéndonos a iteuve@applus.com

TENERIFE · GRAN CANARIA

Miller Bajo

Teide - Jinámar

Arinaga

Adeje

Las Chafiras II

San Miguel

Promoción
Apertura ITV
La Zamora - Realejos
HASTA

10€ dto.

Al realizar su pago Online con el código **BINTER24**

*No acumulable a otras promociones
*Descuento según tipología de vehículo

ITV en solo 3 pasos

1. Solicita cita previa en www.applusiteuve.com
2. Descuento por pago online
3. Directo a la línea de inspección, sin pasar por la oficina

Restaurante La Vaca Azul

La Vaca Azul Restaurant

Requena, 9. El Cotillo
Fuerteventura
T. 928 538 685

La zona de El Cotillo, en Fuerteventura, es un lugar ideal de campistas y un punto para anotar en rojo en todo buen cuaderno de viajero para pasar unas horas degustando los mejores productos del mar. Entre la variada propuesta gastronómica destaca, por tradición, la calidad de la materia prima y la amable atención de su personal, un rincón llamado La Vaca Azul.

Este establecimiento es una de las grandes referencias gastronómicas de la Isla y de Canarias en general, en un entorno inmejorable, con vistas al Atlántico y al viejo puerto de El Cotillo, para disfrutar de las mejores especialidades de pescado fresco y mariscos, así como también una amplia oferta de sopas, ensaladas, carnes, arroces y postres caseros.



El Cotillo in Fuerteventura is an ideal spot for campers and should be underlined in red in any decent travel notebook if the aim is to spend a few hours trying wonderful sea food. Of the wide range of places available to eat, one stands out by tradition for its quality ingredients and friendly service. La Vaca Azul is one of the top restaurants not just in Fuerteventura but

also in the entire Canary Islands. Set in a stunning location looking out over the Atlantic and the old harbour at El Cotillo, here you will enjoy excellent fresh fish and seafood dishes, along with an extensive selection of soups, salads, meats, rice dishes and home-made desserts.



TENERIFE

OPENING PARTY · SATURDAY 20 APR
HARD ROCK HOTEL

NACHA POP

DREAM TEAM · PURETAS PARTY
QUIQUE TEJADA · TONI PERET · JOSÉ MARÍA CASTELLS
LIVE SHOW BY GABO

FROM 7:30PM
DRESS CODE 80'S
INFO & ADVANCE TICKETS:
CHILDRENOFTHE80S.COM



Binter
informa

Sobrevolando las puertas de la Macaronesia



Conocemos como la Macaronesia al conjunto de cinco archipiélagos situados en el océano Atlántico y más o menos cercanos al continente africano: Azores, Cabo Verde, Canarias, Madeira y las Islas Salvajes.

La exposición *Las puertas de la Macaronesia* es una muestra fotográfica que hace un recorrido visual por la historia de los puertos y aeropuertos de estos archipiélagos y que se podrá visitar hasta el mes de mayo en La Casa Amarilla, un espacio divulgativo del Cabildo de Lanzarote ubicado en la calle León y Castillo de Arrecife, de lunes a viernes, de 10.00 a 14.00 horas y de 14.30 a 18.00 horas, y los sábados de 10.00 a 14.00 horas.

Se compone de más de cien imágenes que nos sumergen en la rica historia de los puertos y aeropuertos de la región, elementos que han desempeñado una función crucial en el desarrollo eco-

nómico, social y cultural de la Macaronesia, de tal modo que estas infraestructuras son las auténticas puertas de estos archipiélagos.

Las imágenes revelan un imaginario común y genuino de un área geográfica que comparte no solo características geológicas, climáticas y biológicas, sino también una serie de rasgos culturales peculiares que las diferencian de otras zonas del mundo.

La muestra, organizada por los cabildos de Gran Canaria y Lanzarote, está patrocinada por el Gobierno de Canarias y cuenta con la colaboración de Binter y de instituciones de los cuatro archipiélagos, como la Secretaría Regional de Turismo y Cultura de Madeira, el Museu de Fotografia da Madeira - Atelier Vicente's, la Biblioteca Pública e Arquivo Regional de Ponta Delgada (Azores), el Instituto do Arquivo Nacional de Cabo Verde y la Universidad de Las Palmas de Gran Canaria.

News
from Binter

Flying over the gateways of Macaronesia

The term Macaronesia is used collectively to refer to the five archipelagos situated in the Atlantic Ocean and relatively close to Africa: the Azores, Cape Verde, Canary Islands, Madeira and the Savage Islands.

"The Gateways of Macaronesia" is a photography exhibition that takes us on a visual journey through the history of the ports and airports of the archipelagos. It can be visited until May in La Casa Amarilla, an educational space belonging to Lanzarote's governing council (Cabildo) and located on calle León y Castillo in Arreci-

esia and are veritable "gateways" to these archipelagos.

The photos reflect the common and authentic mindset of a geographical area that has shared characteristics not only in terms of geology, climate and biology but also a series of specific cultural features that differentiates it from other parts of the world.

Organised by the Cabildos of Gran Canaria and Lanzarote, the exhibition is sponsored by the Government of the Canary Islands with the collaboration of Binter and institutions from four of the archipelagos: the Regional



fe. Visiting times are Monday to Friday from 10.00 to 14.00 and 14.30 to 18.00, and Saturdays from 10.00 to 14.00.

The exhibition consists of over one hundred photos that immerse us in the rich history of the region's ports and airports, infrastructures which have played a key role in the economic, social and cultural development of Macaron-

Department of Tourism and Culture of Madeira, the Madeira Photography Museum - Atelier Vicente's, the Ponta Delgada Public Library and Regional Archive (Azores), the Cape Verde National Archive Institute, and the University of Las Palmas de Gran Canaria.

Volamos por ti 

Binter



Vuela directo a
Direct flights to

A CORUÑA



A Coruña
CULTURA DE VIVIR

 Torre de Hércules
Hércules Tower

Binter recibe el Premio de la ULL al Mecenazgo



Binter recibió el Premio al Mecenazgo de la Universidad de la Laguna (ULL) en reconocimiento a su labor de colaboración académica, en un acto celebrado en el Paraninfo con motivo del 232 aniversario de la fundación del centro.

El rector de la ULL, Francisco García, entregó el galardón al presidente de la aerolínea, Rodolfo Núñez, y al director de Sistemas Binter, Héctor Rebozo, y destacó el compromiso de Binter con el desarrollo académico en el campo de la ciberseguridad dentro de la ULL. «Desde el año 2019, Binter ha demostrado un compromiso sin igual al estrechar su colaboración con la ULL para impulsar actividades de formación, investigación y divulgación en este campo crucial».

El Máster de Ciberseguridad e Inteligencia de Datos, fruto de la Cátedra Institucional en Ciberseguridad de Binter y la ULL, es una iniciativa que busca fomentar la formación avanzada de profesionales para trabajar en el ámbito de la seguridad de las

tecnologías de la información y las comunicaciones, impulsar la investigación en ciberseguridad y servir de marco para la divulgación al público general sobre esta materia. Un compromiso con la educación y la investigación que es una de las áreas que desde la aerolínea desarrollan a través de Binter Social.

El Máster ha triplicado el número de alumnos, lo que refleja el impacto positivo y la relevancia de la formación ofrecida. Además, se han organizado más de cuarenta *masterclasses* impartidas por profesionales externos, lo que ha enriquecido significativamente la experiencia educativa de los estudiantes.

El director de Sistemas Binter mostró su satisfacción por recibir este premio y por haber contribuido a que el Máster de Ciberseguridad e Inteligencia de Datos se haya consolidado en la actualidad como uno de los másteres de ciberseguridad de referencia a nivel nacional y europeo.

Binter receives ULL Patronage Award



Binter has received the University of La Laguna (ULL)'s Patronage Award in recognition of the airline's academic collaboration. The award was presented at an event held in the Paraninfo auditorium to mark the 232nd anniversary of the foundation of the university.

ULL vice-chancellor Francisco García made the presentation to the airline's president Rodolfo Núñez and the director of Binter Systems, Héctor Rebozo, and highlighted Binter's commitment to the academic development of cybersecurity in the university. "Since 2019, Binter has shown unparalleled commitment by stepping up its collaboration with the ULL to promote training, research and outreach activities in this crucial field."

The Master's Degree in Cybersecurity and Data Intelligence, delivered under the auspices of the Binter/ULL Institutional Chair in Cybersecurity, aims to provide advanced training of professionals to enable them to work in Information and Communica-

tions Technology security. It also aims to foster research in cybersecurity and serve as a framework for public outreach on the subject. It is part of Binter's commitment to education and research, which is one of the areas the airline carries forward through Binter Social.

The master's degree has tripled the number of enrolled students, which reflects the positive impact and relevance of the training provided. Moreover, more than 40 masterclasses by external professionals have been organised, thus significantly enriching the students' educational experience.

The director of Binter Systems expressed his satisfaction at receiving this award and at helping the Master in Cybersecurity and Data Intelligence become established as one of the leading master's programmes in cybersecurity in Spain and Europe.

Volamos ✈️
por ti

Binter

Vuelos diarios a
Daily flights to
MADRID

📍 Cuatro Torres
Cuatro Torres Business Area

Baleares te espera...

Verano con sabor mediterráneo

Menorca
Vuelo + hotel
Apartamentos Playa Parc 3*
8 días · Son Parc
Apto. en SA



Desde
370€
por persona
8 días



Desde
665€
por persona
9 días

Ibiza
Vuelo + hotel
Vibra S'Estanyol Hotel 3*
9 días · Bahía de San Antonio
Doble en SA



Desde
165€
por persona
3 días

Mallorca
Vuelo + hotel
R2 Verónica 3*
3 días · Cala Millor
Doble en AD

Por tu compra cada
3€ = 1 punto **BinterMás**

Viajar es Vivir

Nuestro blog de viajes y estilo de vida

Precio por persona residente en base a ocupación doble y régimen indicados. Sujeto a disponibilidad. Consulta resto de condiciones y salidas on-line.

Vuela con
Binter

canariasviaja.com

Y en tu agencia de viajes

Binter
NIGHTRUN
SERIES

0:00:03

**DONOSTIA
SAN SEBASTIÁN**

25 MAYO

5K, 10K
y Milla Verde

DJ's y música
en directo

Animación
en circuito

Milla Verde a beneficio de Etiopía Utopía



Binter



Aperitivo Gourmet incluido

en vuelos nacionales e internacionales



Aperitivo Gourmet Gourmet Snack

Ensalada de pasta, jamón ibérico, regañás, pan blanco o integral, paté de salmón, quesos canarios, chocolatina y bebida. Pasta salad, Iberian ham, breadsticks with soft cheese dip, white/brown bread, salmon pate, Canarian cheeses, chocolate wafer biscuit and drink.

Gourmet Snack included

on domestic and international flights



Desayuno Gourmet Gourmet Breakfast

Tarrina con fruta variada, queso crema, mermelada, mantequilla, pan de leche, pan blanco o integral, zumo natural de frutas, café o té y chocolatina. Fruit salad, cream cheese, jam, butter, brioche roll, white/brown bread, coffee or tea, chocolate wafer biscuit.



Aperitivo Focaccia Focaccia Snack

Selección de focaccias, bebida, café o té y chocolatina. Disponible sólo en aviones ATR y nocturnos de Embraer. Selection of focaccia bread, soft drink, coffee or tea and chocolate wafer biscuit. Only available on ATR aircraft and night-time Embraer aircraft.



Aperitivo Kids Kids Snack

Palitos con queso, mermelada, pan de leche, nocilla, galletas digestive, zumo y chocolatina. Breadsticks with soft cheese dip, jam, brioche roll, nocilla chocolate spread, digestive biscuit, juice and chocolate wafer biscuit.

Bar*

Embraer. Cerveza, vino, refrescos, café o té, zumo de fruta y agua. Beer, wine, soft drinks, coffee or tea, fruit juices and water.
ATR. Zumo de fruta y agua. Fruit juices and water.

Menús sujetos a modificación por cambios de la operativa.
Rotación de los productos frescos según la temporada.

* Por limitación de espacio del avión, la disponibilidad de bebidas puede verse afectada durante el servicio. Disculpen las molestias.

Menus subject to change for operational reasons. Fresh products are rotated according to season. *Space restrictions may affect the availability of drinks during the flight. We apologize for any inconvenience caused.



Descubre el menú completo
Discover the full menu

Binter

Este verano

Regálate ese viaje que sueñas

Isla de Sal

Vuelo + hotel

Meliá Dunas Beach Resort & Spa 5*

9 días · Sal

Doble deluxe en TI



Desde

858€

por persona

9 días



Desde

483€

por persona

3 días

Madeira

Vuelo + hotel

Porto Mare 4*

3 días · Funchal (São Martinho)

Doble en AD



Desde

959€

por persona

8 días

Florenia + Venecia

Vuelo + hoteles

4 noches · Florenia

Hotel 3* doble en AD

3 noches · Venecia

Hotel 3* doble en AD



Y descubre todas las ventajas gratuitas en los vuelos nacionales e internacionales



Bolso de mano



Equipaje de mano



Mañeta facturada



Aperitivo gourmet a bordo



Entretenimiento a bordo



Selección de asientos gratis



Mayor espacio entre asientos

Viajar es Vivir

Nuestro blog de viajes y estilo de vida

Precio por persona en base a ocupación doble y régimen indicados, salidas desde Canarias. Sujeto a disponibilidad. Consulta resto de condiciones y salidas on-line.

Vuela con
Binter



canariasviaja.com

Y en tu agencia de viajes



Lanzarote.

ARRECIFE GRAN HOTEL & SPA 5*

DESCUENTO DIRECTO + BENEFICIOS EXCLUSIVOS

Descubra una experiencia única en el corazón de Lanzarote. Benefíciense de un **descuento directo** al reservar en la web del hotel con el código **BINTERMAS10**. Además, los titulares BinterMás Oro y Plata disfrutarán de **beneficios exclusivos**.

Descuento directo

10% de descuento directo en habitación suite.

Beneficios exclusivos para titulares BinterMás Oro y Plata:

Entrada gratis por persona/estancia al spa*, 10% de descuento en todos los tratamientos del Wellness Center y una copa de bienvenida a la llegada.

Validez: abril (con estancias del 01/04/2024 al 31/10/2024). *Estancia mínima de 3 noches y solo adultos.

aghotelspa.com
928 800 000

DIRECT DISCOUNT + EXCLUSIVE BENEFITS

Discover a unique experience in the heart of Lanzarote. Enjoy a **direct discount** when you book on the hotel website quoting the code **BINTERMAS10**. In addition, BinterMás Oro and Plata card holders will receive **exclusive benefits**.

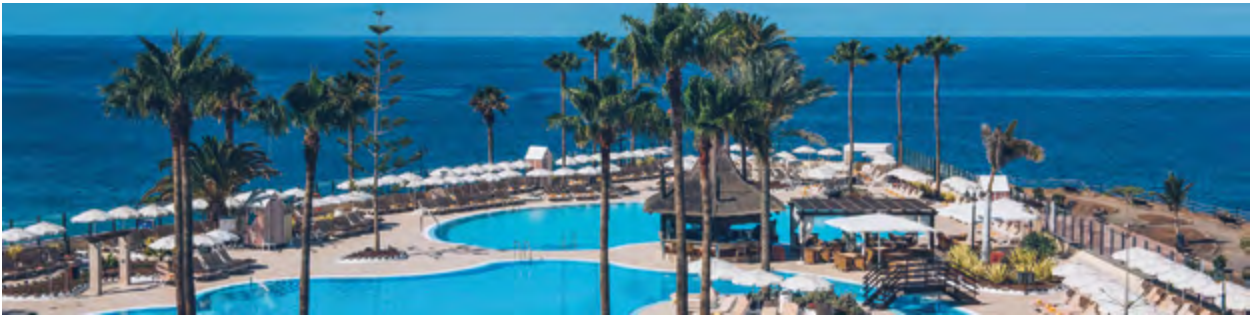
Direct discount

10% off stays in suites.

Exclusive benefits for BinterMás Oro and Plata card holders:

One free admission to spa, per person/stay*, 10% discount on all Wellness Center treatments and a welcome drink on arrival.

Valid: April (stays from 01/04/2024 to 31/10/2024). *Minimum stay 3 nights, adults only.



Iberostar Selection Antheia 5*, Tenerife.

IBEROSTAR HOTELS & RESORTS

SUME PUNTOS X2

Disfrute sumando el **doble de puntos** de un espacio de lujo para adultos en Costa Adeje. Experimente la elegancia cinco estrellas, una gastronomía variada y bienestar en un entorno minimalista junto al mar.

Hoteles

Iberostar Selection Sábila 5*
Iberostar Selection Antheia 5*

Sume x2

320 + 320 puntos/noche
320 + 320 puntos/noche

Validez: abril 2024. *Iberostar Selección Sábila solo para estancias del 15/03/2024 al 30/04/2024.

Iberostar.com
902 995 555

EARN X2 POINTS

Earn **double points** in a luxury adults-only location in Costa Adeje. Experience 5-star elegance, a varied range of food, and wellbeing in minimalist seafront surroundings.

Hotels

Iberostar Selection Sábila 5*
Iberostar Selection Antheia 5*

Earn x2

320 + 320 points/night
320 + 320 points/night

Valid: April 2024. *Iberostar Selection Sábila only for stays from 15/03/2024 to 30/04/2024.



Lopesan Villa del Conde Resort & Thalasso 5*, Gran Canaria.

SSP

DESCUENTO DIRECTO

Antes de despegar, visite **Pannus Café del aeropuerto Adolfo Suárez Madrid-Barajas** y obtenga hasta un **20% de descuento**. ¡Buen vuelo!

BinterMás Oro 20% descuento
BinterMás Plata 15% descuento
BinterMás Verde 10% descuento

Validez: hasta el 31/05/2024. Únicamente en Pannus. Es necesario acreditar la condición de titular BinterMás presentando su tarjeta.

bintercanarias.com
(922) o (928) 327 700

DIRECT DISCOUNT

Before take-off, visit **Pannus Café in Adolfo Suárez Madrid-Barajas airport** and receive up to **20% discount**. Have a good flight!

BinterMás Oro 20% discount
BinterMás Plata 15% discount
BinterMás Verde 10% discount

Valid: until 31/05/2024. Applicable only at Pannus. BinterMás card must be shown as proof of programme membership.

LOPESAN HOTEL GROUP

SUME PUNTOS x2

Sumérjase en la auténtica esencia canaria. Descubra un diseño tradicional, una gastronomía excepcional y las mejores comodidades, sumando el **doble de puntos**.

Sume x2
Lopesan Villa del Conde 5*
420 + 420 puntos/noche

Validez: abril 2024.

lopesan.com
928 402 418

EARN X2 POINTS

Immerse yourself in the true essence of the Canaries. Discover traditional design, exceptional food and top comforts while earning **double points**.

Earn x2
Lopesan Villa del Conde 5*
420 + 420 points/night

Valid: april 2024.



Gran Canaria.



Gran Canaria.

DUNAS HOTELS & RESORTS

SUME PUNTOS x2

Experimente el lujo y obtenga el **doble de puntos** en suites y villas rodeadas de vegetación autóctona, un oasis de tranquilidad junto a las dunas de Maspalomas.

Sume x2
Suite & Villas by Dunas 4*
500 + 500 puntos/noche

Validez: abril 2024.

hotelesdunas.com
902 142 828

EARN X2 POINTS

Experience luxury and earn **double points** in suites and villas surrounded by native vegetation, in an oasis of tranquility next to the Maspalomas dunes.

Earn x2
Suite & Villas by Dunas 4*
500 + 500 points/night

Valid: april 2024.

MARINA GRAN CANARIA

SUME PUNTOS x2

Disfrute de la serenidad sumando el **doble de puntos** en un refugio solo para adultos con vistas al Atlántico, una escapada inolvidable.

Sume x2
Marina Bayview 4*
215 + 215 puntos/noche

Validez: abril 2024.

marinagrancanaria.com
928 560 300

EARN X2 POINTS

Enjoy peace and quiet while earning **double points** in an adults-only haven overlooking the Atlantic. An unforgettable break.

Earn x2
Marina Bayview 4*
215 + 215 points/night

Valid: april 2024.



AVIS

DESCUENTO DIRECTO

Explore Madrid con Avis. Benefíciese de un **descuento directo** por ser titular BinterMás reservando en la web de Avis con el código **X103801** y ahorre en su viaje!

Descuento directo
En avis.es con el código X103801

Validez: del 01/04/2024 al 30/06/2024. Acceda de manera directa en avis.es/ofertas-alquiler-coches/colaboradores/otros/BINTER

avis.es
902 180 854

DIRECT DISCOUNT

Explore Madrid with Avis. Enjoy a **direct discount** as a BinterMás card holder when booking on the Avis website, quoting code **X103801**, and save money on your trip!

Direct discount
Book on avis.es quoting code X103801

Valid: from 01/04/2024 to 30/06/2024. For direct access, see avis.es/ofertas-alquiler-coches/colaboradores/otros/BINTER

Verano a la vista...
Menorca

Desde **3500 + 504€** por persona

Vuelo + Hotel

Occidental Menorca 4*
8 días / 7 noches
Doble en media pensión

BinterMás

Precio «desde» por persona residente canario. Válido para compras hasta el 30/04/24 y estancia hasta el 31/08/24. Plazas limitadas

Compra on-line o llama:
928 24 81 61 / 922 24 81 61

Acumule y use puntos **BinterMás** con:
canariasviaja.com

VUELOS
FLIGHTS



BINTER
(922) o (928) 327 700
bintercanarias.com
Obtención: de 50 hasta 1.800 puntos
Earn: from 50 to 1800 points



IBERIA
902 400 500
iberia.com
Obtención: de 10 hasta 1.650 puntos
Earn: from 10 to 1.650 points

ALQUILER DE COCHES
CAR HIRE



CICAR
928 822 900
cicar.com
Obtención: de 40 hasta 100 puntos
Earn: from 40 to 100 points



AVIS
902 135 531
avis.es
Obtención: de 50 hasta 75 puntos
Earn: from 50 to 75 points

VUELOS + HOTEL
FLIGHTS + HOTEL



CANARIASVIAJA
(922) o (928) 24 81 61
canariasviaja.com
Obtención: 1 Punto por 1 €
Earn: 1 point per 1 €

BIENESTAR
WELLBEING



TALASOTERAPIA LAS CANTERAS
928 271 170
talasoterapialascanteras.com
Obtención: 40 puntos/circuito
Earn: 40 points/circuit

ESTACIONES DE SERVICIO
PETROL STATIONS



DISA
900 818 411
disagrupo.es
Obtención: hasta 75 puntos
Earn: up to 75 points

COMPRAS
SHOPPING



CANARIENSIS
900 252 423
aldeasa.com
Obtención: 120 puntos por 30 €
Earn: 120 points per 30 €

GOLF
GOLF



SALOBRE GOLF RESORT
928 943 000
salobrehotel.com/golf/
Obtención: 100 puntos
Earn: 100 points

SOCIAL
SOCIAL



UNICEF
928 269 293
unicef.es
Donación de 300 hasta 500 puntos
Donation from 300 to 500 points

ALOJAMIENTOS
HOTELS



ARRECIFE GRAN HOTEL & SPA
928 800 000
aghotelspa.com
Obtención: de 240 hasta 330 puntos
Earn: from 240 to 330 points



BARCELÓ HOTEL GROUP
902 101 001
barcelo.com
Obtención: de 150 hasta 660 puntos
Earn: from 150 to 660 points



BUENDÍA CORRALEJO NOHOTEL
928 943 027
buenaiacorralejo.com
Obtención: 215 puntos
Earn: 215 points



CORAL HOTELS
928 327 700
coral-hotels.com
Obtención: de 160 hasta 560 puntos
Earn: from 160 to 560 points



DREAMPLACE HOTELS & RESORTS
902 210 902
dreamplacehotels.com
Obtención: de 200 hasta 600 puntos
Earn: from 200 to 600 points



DUNAS HOTELS & RESORTS
902 142 828
hotelesdunas.com
Obtención: de 300 hasta 500 puntos
Earn: from 300 to 500 points



GLORIA THALASSO & HOTELS
928 128 505
gloriapalaceth.com
Obtención: de 55 hasta 415 puntos
Earn: from 55 to 415 points



GOLD BY MARINA
928 948 555
goldbymarina.com
Obtención: 215 puntos
Earn: 215 points



H10 HOTELS
900 444 466
h10hotels.com
Obtención: de 250 hasta 420 puntos
Earn: from 250 to 420 points



HOTEL CORDIAL MOGÁN PLAYA
928 143 393
becordial.com
Obtención: 470 puntos
Earn: 470 points



HOTELES ELBA
902 172 182
hoteleselba.com
Obtención: de 140 hasta 800 puntos
Earn: from 140 to 800 points



HOTEL PARQUE TROPICAL
928 774 012
hotelparquetropical.com
Obtención: 200 puntos
Earn: 200 points



IBEROSTAR HOTELS & RESORTS
902 995 555
iberostar.com
Obtención: de 210 hasta 300 puntos
Earn: from 210 to 300 points



INCLUSIVE COLLECTION PART OF HYATT HOTELS & RESORTS
911 229 744
www.hyattinclusivecollection.com
Obtención: de 600 hasta 750 puntos
Earn: from 600 to 750 points



LOPELAN HOTEL GROUP
928 402 418
lopesan.com
Obtención: de 260 hasta 420 puntos
Earn: from 260 to 420 points



MARINA GRAN CANARIA
928 153 015
marinagrancanaria.com
Obtención: 215 puntos
Earn: 215 points



MELIÁ HOTELS INTERNATIONAL
912 764 747
melia.com
Obtención: de 100 hasta 200 puntos
Earn: from 100 to 200 points



R2 HOTELS
928 584 054
r2hotels.com
Obtención: de 200 hasta 300 puntos
Earn: from 200 to 300 points



SALOBRE HOTEL RESORT
928 943 000
salobrehotel.com
Obtención: 340 puntos
Earn: 340 points



SHERATON FUERTEVENTURA BEACH, GOLF & SPA RESORT
928 495 100
sheraton.com/fuerteventura
Obtención: 640 puntos
Earn: 640 points



VILA BALEIRA HOTELS & RESORTS
+351 291 980 800
vilabaleira.com
Obtención: 165 puntos
Earn: 165 points

Puede consultar las condiciones completas de obtención y utilización de puntos en bintermas.com o en el (922) o (928) 327 700.

For the full terms and conditions governing the award and use of points, see bintermas.com or call (922) or (928) 327 700

Entretenimiento a bordo

In-flight entertainment



Before Sunset



The Nice Guys



Call me Kat



Disfruta también de *You can also enjoy*



Prensa
Newspapers



Películas
Films



Series
Series



Infantil
Kids



Juegos
Games

Accede a nuestro servicio de entretenimiento a bordo siguiendo estos sencillos pasos:
Access our free onboard entertainment service by following these simple steps:



Activa el modo avión de tu smartphone o tablet
Activate airplane mode on your smartphone or tablet



Conéctate a la red wifi «Binter-Onboard»
Connect to the "Binter-Onboard" WiFi network



Entra en tu navegador y accede a airfi.aero
Log in to your browser and go to airfi.aero



Navega por las diferentes secciones
Browsw through the different sections

Binter

Volamos ✈️
por ti

Binter

Vuela directo a
Direct flights to

**REGIÓN DE
MURCIA**

**THE REGION
OF MURCIA**



Costa Cálida
Región de Murcia



Ciudad de Murcia
Murcia City

Binter

Líneas aéreas de Canarias

Interinsulares Inter island

ISLAS CANARIAS CANARY ISLANDS

EL HIERRO - LA PALMA - LA GOMERA - TENERIFE - GRAN CANARIA
FUERTEVENTURA - LANZAROTE - LA GRACIOSA

Nacionales Domestic

A CORUÑA — Jue. Dom. / Thu. Sun.

ASTURIAS — Mar. Mie. Jue. Vie. Sáb. Dom. / Tue. Wed. Thu. Fri. Sat. Sun.

GRANADA — Lun. Mie. Vie. / Mon. Wed. Fri.

JEREZ DE LA FRONTERA — Lun. Mar. Jue. Vie. / Mon. Tue. Thu. Fri.

MALLORCA — Lun. Mar. Mié. Jue. Vie. Dom. / Mon. Tue. Wed. Thu. Fri. Sun.

MADRID — De lunes a domingo / Monday to Sunday

MURCIA — Lun. Mar. Mié. Vie. / Mon. Tue. Wed. Fri.

PAMPLONA — Mié. Vie. Dom. / Wed. Fri. Sun.

SAN SEBASTIÁN — Jue. Dom. / Thu. Sun.

SANTANDER — Lun. Mié. Jue. Dom. / Mon. Wed. Thu. Sun.

VALLADOLID — Lun. Jue / Mon. Thu.

VIGO — De lunes a domingo / Monday to Sunday

ZARAGOZA — Lun. Mié. Vie. Dom. / Mon. Wed. Fri. Sun.

Internacional International

FIRENZE — Sáb. / Sat.

VENEZIA — Sáb. / Sat.

LILLE — Mar. / Tue.

SAL — Vie / Fri

FUNCHAL — Lun. Mar. Vie. Sab. / Mon. Tue. Fri. Sat.

PORTO SANTO (Desde / From Funchal) — De lunes a domingo / Monday to Sunday

PONTA DELGADA — Sáb. / Sat.

AGADIR — Dom. / Sun.

DAKHLA — Mar. Sáb. / Tue. Sat.

DAKAR — Mar. Sáb. / Tue. Sat.

EL AAIÚN — Mar. Sáb. / Tue. Sat.

GUELMIM — Mié. Sáb. / Wed. Sat.

MARRAKECH — Jue. Dom. / Thu. Sun.

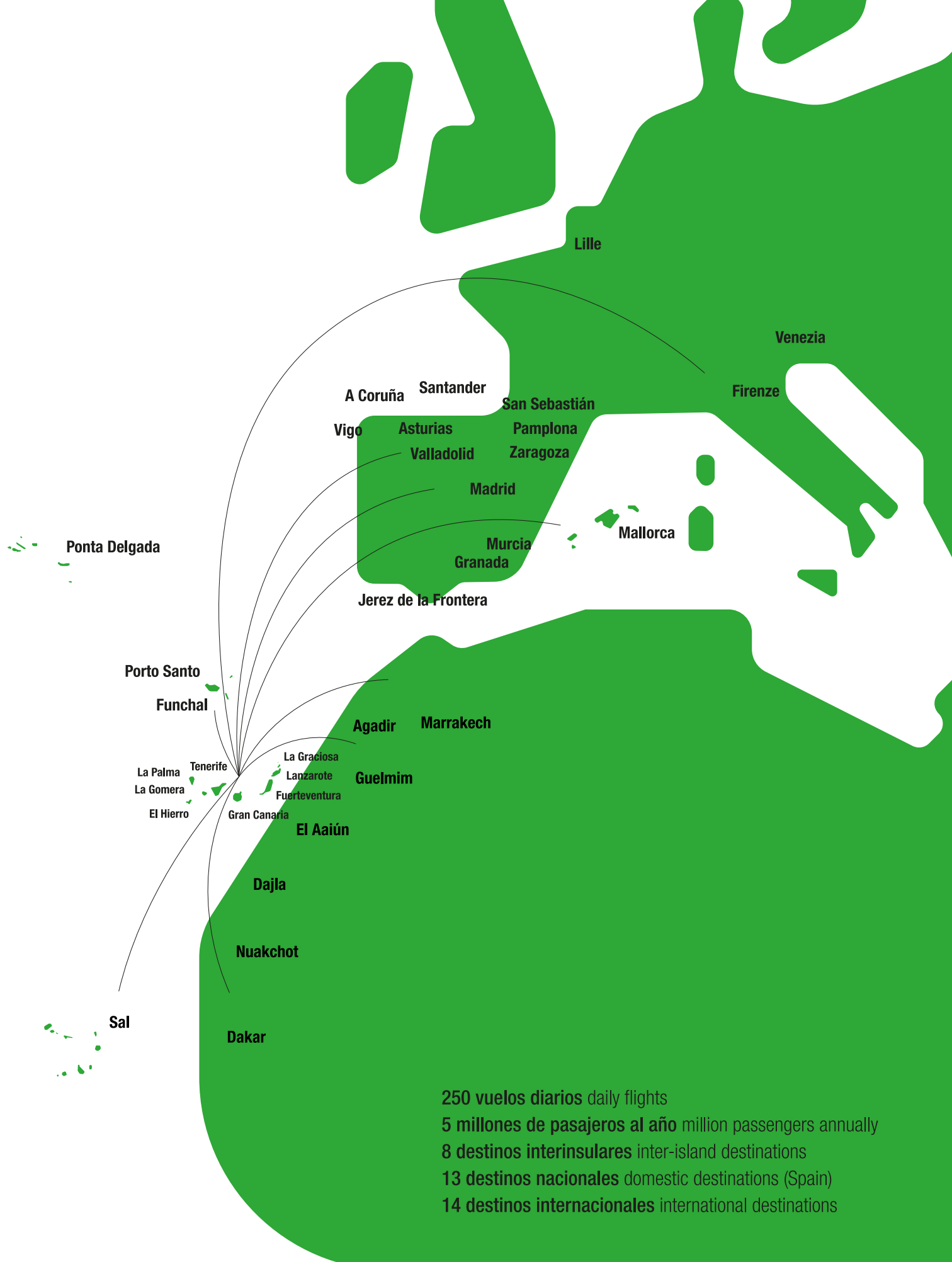
NUAKCHOT — Lun. Mié. Sáb. / Mon. Wed. Sat.

Consulta las últimas actualizaciones en nuestra web, APP y redes sociales.

For updates, see our website, APP and social media.

bintercanarias.com / 922 o 928 32 77 00 / Oficinas de venta aeropuertos / Agencias de viajes.

bintercanarias.com / 922 or 928 32 77 00 / Airport Sales Offices / Travel Agencies.



Lille

Venezia

Firenze

A Coruña
Santander
San Sebastián
Vigo
Asturias
Pamplona
Valladolid
Zaragoza
Madrid
Murcia
Granada
Jerez de la Frontera

Mallorca

Ponta Delgada

Porto Santo

Funchal

La Palma

Tenerife

La Gomera

El Hierro

Gran Canaria

El Aaiún

Agadir

Marrakech

Guelmim

Dajla

Nuakchot

Sal

Dakar

250 vuelos diarios daily flights
5 millones de pasajeros al año million passengers annually
8 destinos interinsulares inter-island destinations
13 destinos nacionales domestic destinations (Spain)
14 destinos internacionales international destinations

Binter Inside.
Cristina Navasa. Personal
de Atlantis Technology,
científica de datos

La unión hace la fuerza

Texto Text — Andrés Martín
Imagen Picture — Saioa Arellano

Alcanzar metas y logros es algo que nos llena y que nos lleva a la satisfacción personal. Pero si esos objetivos se alcanzan con ayuda de otras personas, pueden incluso tener mayor plenitud. Por eso es tan importante rodearse de personas que nos empujen con fuerza hacia adelante, como quien lanza un frisbi con la energía apropiada para surcar el aire de forma estable. Y es que el trabajo en equipo es un elemento fundamental en cualquier aspecto de la vida, pues, por lo general, si vamos acompañados, el camino siempre se hace más ameno.

Si alguien sabe de eso, tanto de trabajo en equipo como del propio símil anterior, es Cristina González, personal de Atlantis Technology, dentro del grupo de datos del Sistema Binter, que ha sido campeona de Europa en ultimate playa femenino y ultimate mixto en 2023 y 2022, respectivamente, así como en distintas modalidades y categorías con su club, Guayota Ultimate Tenerife, y también con la selección española, de la que forma parte desde 2013. Cristina, además, vincula su metodología de trabajo dentro de los sistemas de información de Binter con el deporte, ya que siempre trata de «ir paso a paso, trabajando las cosas poco a poco, sabiendo que no se consiguen de un día para otro, o por arte de magia» y de ir construyendo para alcanzar esas victorias.

Si quieres conocer más acerca del ultimate y la historia de Cristina, accede al contenido completo en revistabinter.com.

Binter Inside.
Cristina Navasa. Data
scientist at Atlantis
Technology

Strength in unity

Securing our goals and achievements is very fulfilling and brings us personal satisfaction. However, when these same goals are achieved with the help of others, they can be even more fulfilling. That is why it is so important to surround ourselves with people who push us forward strongly, like someone throwing a Frisbee with sufficient energy to ensure it flies smoothly through the air. Teamwork is also a key component in every facet of life given that, generally speaking, a journey is always more enjoyable in company.

If there is anyone who knows about teamwork and the above simile, it is Cristina González, an employee at Atlantis Technology (part of the Binter System data group), who was crowned European champion in women's Beach Ultimate and mixed Ultimate in 2023 and 2022, respectively. She has also earned honours in different modalities and categories of the sport with her club Guayota Ultimate Tenerife and the Spanish national team, which she has been part of since 2013. Cristina sees links between her approach to her work with Binter's IT systems and sport: she always tries to "take things step by step, working on things little by little, knowing that they are not achieved overnight or by magic" and to build gradually in order to achieve wins.

For more on Ultimate and Cristina's story, see the full piece on revistabinter.com.



Accede al contenido completo
en revistabinter.com
For the full content, see
revistabinter.com

HOTELES EMBLEMÁTICOS VEGUETA - TRIANA

LAS PALMAS DE GRAN CANARIA

historia | cultura | arquitectura | ocio | gastronomía

history | culture | architecture | leisure | gastronomy



BOUTIQUE HOTEL **CORDIAL LA NIÑA DE VEGUETA**



BOUTIQUE HOTEL **CORDIAL PLAZA MAYOR DE SANTA ANA**



BOUTIQUE HOTEL **CORDIAL LA PEREGRINA**



BOUTIQUE HOTEL **CORDIAL MALTESES**



Casa de Colón



Gabinete Literario



Catedral



Plaza del Espíritu Santo



+ info

Cordial
HOTELS & RESORTS

becordial.com

PROYECTOS **LLAVE EN MANO:**

DEJA TU INSTALACIÓN

FOTOVOLTAICA EN MANOS DE

PROFESIONALES

LEDTSE

FOTOVOLTAICA

Ingeniería e Instaladora Eléctrica
especializada en Energía Fotovoltaica
en las 8 islas Canarias

608.027.533

www.ledtse.com



Instalaciones fotovoltaicas
Puntos de recarga vehículos eléctricos
Asesoría energética
Instaladora eléctrica
Climatización

**¡Te conseguimos las mejores
subvenciones en cada momento!**



FINANCIACIÓN
AL **100%**

ledtse.com



GRAN CANARIA
Los Martínez de Escobar, 22 - local
Las Palmas de Gran Canaria



TENERIFE
Rambla de Pulido, 30 1º Ofc. 2
Santa Cruz de Tenerife

SAVE THE PLANET, SAVE YOUR MONEY