

MG 000° 00' 00"

MAGAZINE



Nº32 VERANO 2026 | EDITED ALSO IN ENGLISH

ENTREVISTAS
Xuso Jones
María de León

VIAJES
Seychelles

Con Firma
Pedro Piqueras

MODA
Iris Van Herpen

CLINICA DENTAL MASCARAT



Mirador de la Galera 1 | 03590 Altea | N332, Km 163,5
www.alteadental.com | info@alteadental.com



DENTISTRY

T. +34 966 880 080

Editorial

JAVIER DE CÉSPEDES | DIRECTOR MG MAGAZINE

Cada verano nos recuerda las razones por las que Marina Greenwich es mucho más que un puerto deportivo. Es un lugar donde confluyen el mar, las personas, la innovación y la ilusión por seguir creciendo.

Durante los últimos meses hemos dado un importante impulso a nuestras instalaciones. La remodelación integral de nuestra estación de servicio supone una mejora significativa tanto en tecnología como en comodidad y seguridad, incorporando un servicio disponible las 24 horas del día que garantiza atención permanente a nuestros usuarios, independientemente de la hora de arribada o de zarpar.

Al mismo tiempo, continuamos renovando la imagen del puerto, nuevos espacios y mejoras que refuerzan la identidad de Marina Greenwich como uno de los puertos deportivos de referencia del Mediterráneo.

Nuestras inversiones van mucho más allá de la obra visible. Invertimos en calidad, atención personalizada, innovación, sostenibilidad y en la confianza que depositan en nosotros miles de personas cada año. Cada proyecto responde a una misma filosofía: ofrecer un puerto más cómodo, seguro, atractivo y preparado para seguir evolucionando al ritmo de los retos y las nuevas demandas que surgen en el camino.

Queremos agradecer la confianza de nuestros clientes, colaboradores, empresas y amigos. Su apoyo nos impulsa a continuar mejorando día tras día.

El horizonte siempre pertenece a quienes se atreven a navegar hacia él. Y en Marina Greenwich seguiremos haciéndolo con el mismo compromiso, pasión e ilusión que nos han guiado desde el primer día. ✨



Every summer reminds us why Marina Greenwich is much more than a marina. It is a place where the sea, people, innovation, and the ambition to keep growing come together.

Over the past few months, we have made significant improvements to our facilities. The complete refurbishment of our fuel station represents a major upgrade in technology, convenience, and safety, including a 24-hour service that ensures continuous assistance for our customers, regardless of their arrival or departure time.

At the same time, we continue to enhance the marina's image, the creation of new spaces, and a range of upgrades that reinforce Marina Greenwich's position as one of the Mediterranean's leading marinas.

Our investments go far beyond what is immediately visible. We invest in quality, personalised service, innovation, sustainability, and in the trust that thousands of people place in us every year. Every project reflects the same philosophy: to provide a marina that is more comfortable, safer, more attractive, and fully prepared to evolve in step with the challenges and changing needs of the future.

We would like to thank our customers, partners, businesses, and friends for their continued trust. Their support inspires us to keep improving every single day.

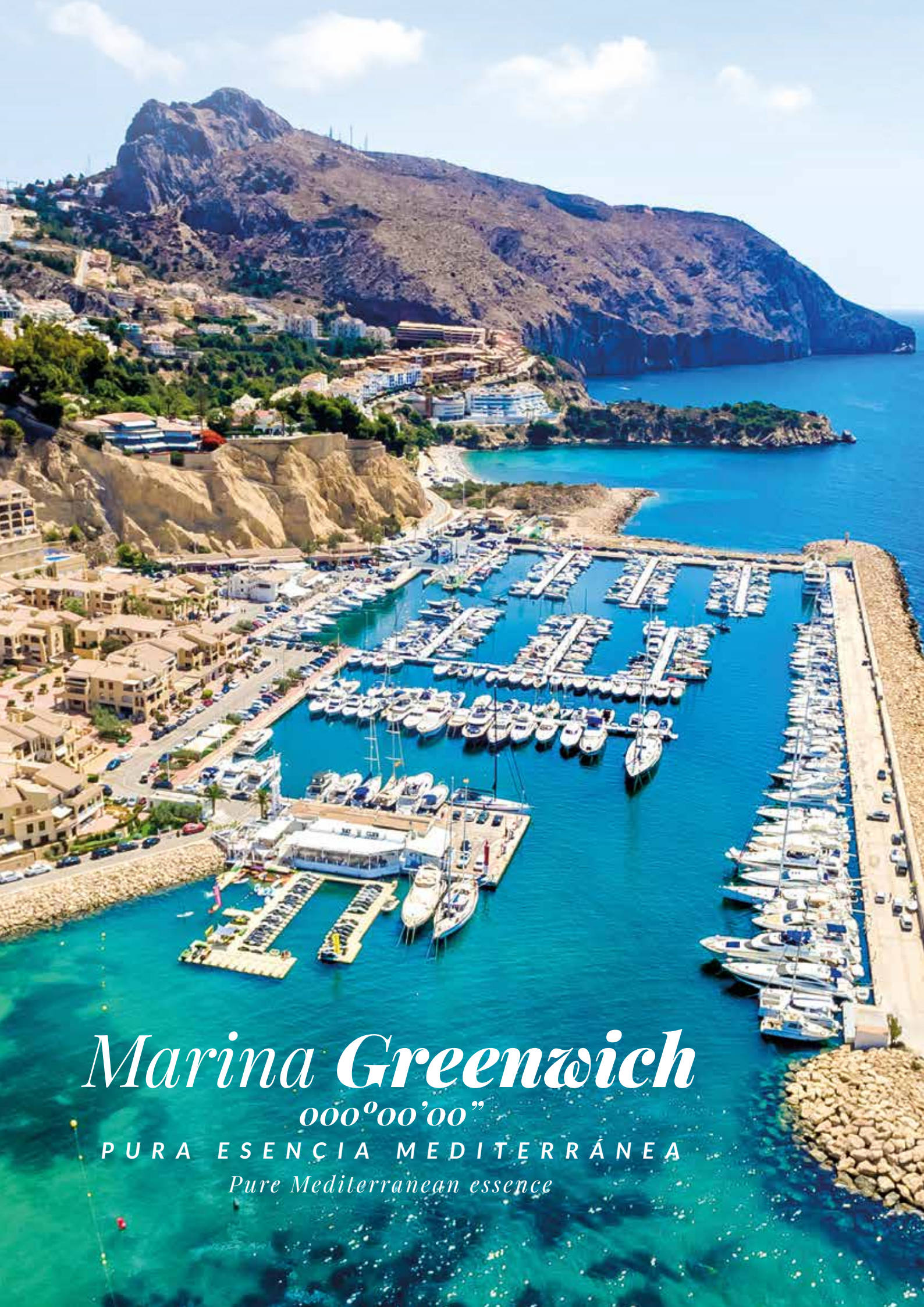
The horizon always belongs to those who dare to sail towards it. At Marina Greenwich, we will continue to do so with the same commitment, passion, and enthusiasm that have guided us since the first day. ✨

"El horizonte nunca es un final; es la invitación permanente a seguir navegando."

"El horizon is never the end; it is a constant invitation to keep sailing"



MG Magazine es una revista editada por el Puerto Deportivo Marina Greenwich | MG Magazine is a publication by the Puerto Deportivo Marina Greenwich



Marina Greenwich

000°00'00"

PURA ESENCIA MEDITERRÁNEA

Pure Mediterranean essence

Marina Greenwich es un exclusivo puerto deportivo ubicado en uno de los enclaves más bellos del mediterráneo español, Altea. Cuenta con un equipo humano atento y profesional; instalaciones y tecnología de última generación; una gran oferta de servicios náuticos y de ocio; y un ambiente seguro y cosmopolita. Además, el afortunado microclima alteaño hace posible disfrutar del mar todo el año.

FÁCILES COMUNICACIONES

Por carretera, la N-332 y la AP7. A 61 km del aeropuerto de Alicante y 116 del de Valencia. Por mar, Ibiza y Formentera se encuentran a 65 millas.

SERVICIOS

542 puestos de atraque, varadero, travelift 75t, limpieza y mantenimiento de embarcaciones, servicio tripulaciones, Royal Service (concierge), wifi, app gratuita del puerto. Está a 2 min del ZEM Wellness Clinic y 3 min del Golf Don Cayo.

ÁREA COMERCIAL Y MARINA SHOPPING

Restaurants, pubs, lounge bar, cafeterías, heladería, boutiques, centros de belleza, inmobiliarias, venta de barcos, spa y mini-market.

ACTIVIDADES NÁUTICAS

Escuela de vela, kayak y stand up paddle (sup), escuela de buceo, alquiler de motos de agua y charter.

Marina Greenwich is an exclusive marina located in one of the most beautiful spots on the Spanish Mediterranean coast, Altea. It boasts a caring and professional team; state-of-the-art facilities and technology; a wide range of nautical and leisure services; and a safe and cosmopolitan atmosphere. Furthermore, Altea's fortunate microclimate makes it possible to enjoy the sea year-round.

COMMUNICATIONS

By road, the N-332 and the AP7. 61 kilometres from the airport of Alicante and 116 from Valencia. By sea, Ibiza and Formentera at 65 miles.

SERVICES

542 moorings, dry dock, travelift 75t, cleaning and maintenance for boats, crew services, Royal Service (Concierge), wifi, free app of the marina. It is 2 min away from ZEM Wellness Clinic and 3 min from Golf Don Cayo.

COMMERCIAL AND SHOPPING AREA

Restaurants, pubs, lounge bar, coffee shops, ice-cream parlor, boutiques, beauty centres, estate agents, yacht brokerage, spa and mini-market.

NAUTICAL ACTIVITIES

Sailing, kayak and paddle boarding (sup) school, diving school, rentals of jet skis and charter.



PUERTO DEPORTIVO MARINA GREENWICH

03599 Altea-Alicante
T. 965 842 200 | F. 965 842 307
www.marinagreenwich.com
marina@marinagreenwich.com



8



20



28



60



66



72

Sumario

Summary

- 8 A FONDO • IN DEPTH**
El lenguaje invisible de los animales • The invisible language of animals
- 16 CON FIRMA • WITH SIGNATURE: Pedro Piqueras**
La amabilidad que el mar enseña • The kindness that the sea teaches
- 20 VIAJES • TRAVEL: Seychelles**
Edén en el corazón del Índico • Eden in the heart of the Indian Ocean
- 28 ENTREVISTA • INTERVIEW: Xuso Jones**
De YouTube al estrellato • From YouTube to stardom
- 34 MEDIOAMBIENTE • ENVIRONMENT**
Drones que siembran bosques • Drones that plant forests
- 40 SALUD • FITNESS**
Rejuvenecer cuerpo y mente • Rejuvenating body and mind
- 44 HISTORIAS DEL MAR • SEA STORIES**
Los últimos nómadas del mar • The last sea nomads
- 50 MÉDICO A BORDO • DOCTOR ON BOARD: Dr. S. Giménez Artieda**
Músculos y envejecimiento saludable • Muscles and healthy aging
- 54 ACTUALIDAD • UP-TO-DATE**
Volar sobre el mar • Flying over the sea
- 60 TENDENCIAS • TRENDS**
El lujo del silencio • The luxury of silence
- 66 MODA • FASHION: Iris van Herpen**
La alquimista de la alta costura • The alchemist of haute couture
- 72 ENTREVISTA • INTERVIEW: María de León**
Estilo y elegancia consciente • The voice of style and conscious elegance
- 78 MISTERIOS • MYSTERIES**
Los terremotos del cielo • Earthquakes in the sky
- 82 EXPERIENCIAS • EXPERIENCES**
El rey de la apnea • The king of apnea
- 88 GASTRONOMÍA • GASTRONOMY**
Alta cocina con sello Miguel Rivas • Signature fine dining by Miguel Rivas
- 94 YATES • YACHTS**
La redefinición del diseño náutico • Redefining nautical design
- 96 CARTA NÁUTICA • NAUTICAL CHART**
Travesía de Marina Greenwich a las Islas Columbretes
Crossing from Marina Greenwich to the Columbretes Islands
- 98 CULTURAL**
Museos inmersivos: la cultura se vuelve experiencia
Immersive museums: culture becomes an experience
- 106 CONSEJOS DEL VARADERO • TIPS FROM THE DRY DOCK**
El fin del óxido bajo la línea de flotación • The end of corrosion below the waterline
- 110 BROKERAGE**
Oportunidades • Opportunities
- 113 NOTICIAS • NEWS**

Staff • 2026

Director: Javier de Céspedes
Directora de estilo y traducciones: Drucilla Williams
Redactora jefa: Marta Copeiro del Villar
Diseño y maquetación: Jade Costa • Posh Visual Poetry
Publicidad: Rosa Mesa
Fotografía: Archivo MG Magazine
Foto de portada: Fabian Dejond
Modelo de portada: Dafne Andrés Paton
Impresión: 3Tipos Imprenta
Editado por: Puerto Deportivo Marina Greenwich www.marinagreenwich.com
Revista digital realizada por Soporte Informático: www.soposte-informatico.es
Depósito legal: B-29221-2010



ver novedades



This summer

Get Ready to Glow

A FONDO IN DEPTH

• El lenguaje •
invisible
de los animales
The invisible language of animals

POR | BY: REDACCIÓN MG MAGAZINE





En la naturaleza,
“hablar” no siempre
implica emitir un ruido:
a veces consiste en
desaparecer ante
los ojos del enemigo,
brillar en la oscuridad
o dejar una señal
imperceptible en
el aire.

In nature, “speaking”
doesn’t always mean
making a sound:
sometimes it consists
of disappearing
before the eyes of an
enemy, glowing in the
dark, or leaving an
imperceptible signal in
the air.



Animal communication takes forms that go far beyond sound. While humans rely primarily on words and sight, many species exchange information through colours, vibrations, chemical impulses, and even electrical discharges.

La comunicación animal adopta formas que van mucho más allá del sonido. Mientras los humanos dependemos sobre todo de las palabras y la vista, muchas especies intercambian información mediante colores, vibraciones, impulsos químicos e incluso descargas eléctricas.



CONVERSACIONES BAJO EL AGUA

El océano es un mundo ruidoso... y sus habitantes se adaptan. Algunas **ballenas** modifican la frecuencia de sus llamadas cuando aumenta el ruido de los barcos. Los **delfines**, además de emitir sonidos complejos, utilizan la ecolocalización para orientarse y localizar objetos. Su forma de comunicarse ha inspirado incluso tecnologías como el sonar.

MAPAS INVISIBLES Y BAILES CON INSTRUCCIONES

Las **hormigas** construyen auténticas autopistas químicas con feromonas. Cuando una encuentra alimento deja una señal que las demás siguen con precisión sorprendente.

Las **abejas** prefieren bailar: mediante la famosa “danza del meneo” indican a sus compañeras la dirección y la distancia exacta hasta una fuente de alimento.

Underwater conversations

The ocean is a noisy world... and its inhabitants adapt. Some **whales** modify the frequency of their calls when the noise of ships increases. **Dolphins**, in addition to emitting complex sounds, use echolocation to orient themselves and locate objects. Their way of communicating has even inspired technologies like sonar.

Invisible maps and dances with instructions

Ants build veritable chemical highways with pheromones. When one finds food, it leaves a signal that the others follow with surprising precision. **Bees** prefer to dance: through the famous “waving dance”, they indicate to their companions the direction and exact distance to a food source.





MENSAJES QUE VIAJAN SIN VERSE

Los **elefantes** pueden comunicarse mediante sonidos tan graves que recorren kilómetros y también perciben vibraciones a través del suelo. Los **chimpancés** combinan gestos, expresiones y vocalizaciones para transmitir intenciones y emociones. Los **leones**, por su parte, usan rugidos que sirven para marcar territorio y mantener el contacto entre miembros del grupo.

CUANDO EL MENSAJE ES VISUAL

No toda comunicación consiste en sonidos. El espectacular despliegue de plumas del **pavo real** funciona como una señal visual destinada a impresionar y atraer pareja. A veces, comunicar significa simplemente dejarse ver.



Messages that travel unseen

Elephants can communicate with sounds so deep they travel for kilometres and also perceive vibrations through the ground. **Chimpanzees** combine gestures, expressions, and vocalisations to convey intentions and emotions. **Lions**, for their part, use roars to mark territory and maintain contact among members of the group.

When the message is visual

Not all communication consists of sounds. The spectacular display of the **peacock's** feathers serves as a visual signal intended to impress and attract a mate. Sometimes, communicating simply means being seen.



ESCUCHAR CON LOS DEDOS

El extraño **aye-aye**, un lémur de Madagascar, golpea la madera con sus dedos y escucha el eco para localizar insectos ocultos. El **topo de nariz estrellada** utiliza los miles de receptores de su hocico para “leer” el entorno a una velocidad extraordinaria.



AYE-AYE

DESAPARECER... O HACERSE IMPOSIBLE DE IGNORAR

Algunos animales dominan el arte del engaño. El **pulpo mímico** puede cambiar color, textura y hasta imitar la forma de especies peligrosas para ahuyentar enemigos.

Las **sepias** modifican sus patrones de color en segundos para comunicarse y camuflarse. Y otras hacen justo lo contrario: las **ranas venenosas** usan colores intensos para advertir: “si me comes, te arrepentirás”. Este lenguaje visual se llama aposematismo.



Listening with your fingers

The strange **aye-aye**, a lemur from Madagascar, taps on wood with its fingers and listens to the echo to locate hidden insects. The **star-nosed mole** uses the thousands of receptors on its snout to “read” its surroundings at extraordinary speed.

Disappearing... or becoming impossible to ignore

Some animals have mastered the art of deception. The **mimic octopus** can change colour, texture, and even imitate the shape of dangerous species to scare off enemies.

Cuttlefish modify their colour patterns in seconds to communicate and camouflage themselves. And others do just the opposite: **poison dart frogs** use intense colours to warn: “If you eat me, you’ll regret it”. This visual language is called aposematism.



TOMOPTERIS





TOPO DE NARIZ ESTRELLADO | STAR-NOSED MOLE

DESTELLOS Y COLORES QUE CASI NO VEMOS

El **gusano marino Tomopteris** produce destellos bioluminiscentes que podrían servir para comunicarse o despistar depredadores. El **camarón mantis** posee uno de los sistemas visuales más complejos conocidos y percibe muchos más matices de color que el ojo humano.



CAMARÓN MANTIS | MANTIS SHRIMP



Flashes and colours we can barely see

The marine worm **Tomopteris** produces bioluminescent flashes that could serve to communicate or confuse predators. The **mantis shrimp** possesses one of the most complex visual systems known and perceives many more shades of colour than the human eye.



HABLAR CON ELECTRICIDAD

Algunos **peces** generan campos eléctricos para orientarse o detectar lo que les rodea.

La **anguila eléctrica** utiliza descargas muy potentes, mientras que el **pez elefante** emplea señales débiles para comunicarse y moverse en aguas turbias.

SENTIR LO INVISIBLE

Los **tiburones** cuentan con órganos capaces de detectar diminutas señales eléctricas emitidas por otros animales. Para ellos, incluso un pequeño movimiento bajo el agua deja una huella imposible de esconder. La naturaleza está llena de mensajes ocultos.

Cada color, vibración, olor o destello puede significar "peligro", "comida", "aquí estoy" o "aléjate". Cuanto más investiga la ciencia, más descubre que el planeta lleva millones de años hablando... aunque nosotros no siempre sepamos escucharlo. ✨



Speaking with electricity

Some fish generate electric fields to orient themselves or detect their surroundings.

The **electric eel** uses very powerful discharges, while the **elephant fish** employs weak signals to communicate and move in murky water.

Sensing the invisible

Sharks have organs capable of detecting minute electrical signals emitted by other animals. For them, even the slightest movement underwater leaves an unmistakable trace.

Nature is full of hidden messages. Every colour, vibration, smell, or flash can mean "danger," "food," "I'm here," or "stay away." The more science investigates, the more it discovers that the planet has been speaking for millions of years... even though we don't always know how to listen. ✨



LA BRUSCHETTA



PASTA CASERA
TRUFA FRESCA EN TEMPORADA
HOMEMADE PASTAS
FRESH TRUFFLES IN SEASON



NUEVO! TIENDA VINOS ITALIANOS
DE ALTA GAMA
NEW! STORE WITH TOP
OF THE RANGE ITALIAN WINES



La Amabilidad

que el mar enseña

El debate político parece haber confundido la firmeza con la agresividad. El adversario ya no es alguien con quien se discrepa, sino alguien a quien se intenta deslegitimar. Se premia la frase hiriente, la descalificación ingeniosa, el corte de voz que se hace viral en las redes. **La ofensa obtiene más difusión que el argumento.** Y poco a poco terminamos aceptando como normal lo que hace apenas unos años habría resultado inaceptable.

Vivimos tiempos de palabras afiladas. Basta abrir una red social, escuchar un debate político o asistir a una conversación pública para comprobar que el insulto ha dejado de ser una excepción. La descalificación sustituye al argumento. Se trata de convertir al rival, al adversario en enemigo a batir por cualquier vía... Quizá por eso conviene volver la vista hacia un lugar donde todavía sobreviven algunas normas elementales de convivencia: el mar.

Quien navega aprende muy pronto que **existen reglas que van mucho más allá de las cartas náuticas** o del reglamento para evitar abordajes. Son normas escritas y, sobre todo, no escritas. Una embarcación saluda a otra. Quien puede ayudar, ayuda. El barco que entra en puerto reduce su velocidad para no perjudicar a los demás. Nadie provoca innecesariamente el oleaje que hará incómoda la maniobra del vecino. **Si alguien tiene dificultades, desaparecen las diferencias sociales, políticas o económicas.** Solo existe un navegante que necesita ayuda.

El mar enseña humildad. Frente a él todos somos pequeños. Las olas no preguntan por la ideología. Una avería puede alcanzar al patrón más experimentado y el mejor navegante sabe que algún día será él quien necesite que otro cambie el rumbo para acudir en su ayuda.

No es una cortesía artificial ni una colección de buenas maneras. Es la comprensión de que la convivencia de-

pende del respeto mutuo. Cada gesto amable hace más segura la navegación de todos. Desde tierra se puede pensar que quien gobierna un velero busca la soledad. Sin embargo, navegar consiste precisamente en dialogar: con el viento, con la tripulación, con otras embarcaciones y con un medio que nunca se deja dominar por completo.

Quizá por eso los navegantes hablan poco de heroicidad y mucho de prudencia. Una prudencia que también está desapareciendo de nuestra conversación pública. Hoy parece obligatorio responder al grito con otro grito, a un insulto con otro, en una carrera imparable. **La amabilidad no es ingenuidad.** Es inteligencia social. Es comprender que ninguna sociedad mejora cuando convierte el insulto en idioma oficial.

Las sociedades empiezan degradándose en el lenguaje antes que en las leyes. **Cuando el insulto sustituye a la razón, la convivencia comienza a resquebrajarse.** Ninguna tripulación funciona a base de humillaciones. La autoridad de un buen patrón no nace del miedo que inspira, sino de la confianza que transmite. Quien ha pasado horas en el mar sabe que la serenidad es mucho más útil que la arrogancia.

Igual que un buen patrón no abandona las reglas cuando arrecian el viento y la mala mar, **una sociedad no debería abandonar la cortesía** precisamente cuando aumenta la tensión. La política ofrece con demasiada frecuencia el ejemplo contrario. Se ha instalado la idea de que todo vale para derrotar al adversario. El lenguaje se degrada. Se normaliza el desprecio y los ciudadanos terminan imitando aquello que contemplan cada día.

Una **democracia** funciona, en el fondo, como una **gran travesía compartida.** Podemos discrepar sobre el rumbo, discutir la velocidad o debatir cuál es el mejor puerto de destino. Lo que no deberíamos hacer es romper las reglas básicas que permiten seguir navegando juntos. ✨

The kindness *that the sea teaches*



Por | By : Pedro Piqueras

Political debate seems to have confused firmness with aggression. An opponent is no longer someone with whom we disagree, but someone whose legitimacy must be undermined. Sharp put-downs, cutting remarks and viral soundbites are rewarded. **Insults travel further than arguments.** Little by little, we have come to accept as normal what only a few years ago would have been considered unacceptable.

We live in an age of sharpened words. Open any social media platform, listen to a political debate or follow a public discussion, and it quickly becomes clear that insults are no longer the exception. Personal attacks have replaced reasoned argument. The goal is no longer to persuade, but to defeat the opponent by any means necessary. Perhaps that is why it is worth looking towards a place where some of the most basic rules of coexistence still survive: the sea.

Anyone who spends time at sea quickly learns that **seamanship is governed by principles that go far beyond nautical charts** or the International Regulations for Preventing Collisions at Sea. Some are written; many are not. One boat greets another. Those who are able to help, do so. A vessel entering a harbour slows down to avoid disturbing others. No one creates unnecessary wake that might complicate a neighbouring boat's manoeuvre. And **when someone is in difficulty, social status, politics and wealth cease to matter.** There is only one thing that counts: a fellow sailor who needs help.

The sea teaches humility. Before it, we are all equally small. The waves do not ask about ideology. Mechanical failures can affect even the most experienced skipper, and every seasoned sailor knows that one day it may be they who need someone else to alter course and come to their aid.

This is not artificial politeness or a catalogue of good manners. It is an understanding that living together de-

pends on mutual respect. Every act of kindness makes navigation safer for everyone. From ashore, it may seem that those who sail seek solitude. In reality, sailing is a constant dialogue: with the wind, with the crew, with other boats and with a force of nature that can never be fully mastered.

Perhaps that is why sailors speak less about heroism and more about prudence —a quality that is also disappearing from our public conversation. Today, we seem compelled to answer one shout with another, one insult with the next, in an endless escalation. **Kindness is not naivety.** It is social intelligence. It is the understanding that no society improves when insults become its official language.

Societies begin to deteriorate through language long before they do through laws. **When insults replace reason, the foundations of coexistence begin to crack.** No crew functions through humiliation. The authority of a good skipper does not stem from the fear they inspire, but from the trust they inspire. Anyone who has spent time at sea knows that calmness is infinitely more useful than arrogance.

Just as a good skipper does not abandon the rules when the wind rises and the sea turns rough, neither should **a society abandon courtesy** precisely when tensions increase. Yet politics too often offers the opposite example. We have embraced the idea that anything is acceptable if it helps defeat an opponent. Language deteriorates, contempt becomes normalised, and citizens inevitably begin to imitate what they witness every day.

At its heart, a **democracy** is much like a **shared voyage.** We may disagree about the course, argue over the speed or debate which harbour should be our destination. What we should never do is abandon the basic rules that allow us to continue sailing together. ✦

La Gaviota, an Exclusive Masterpiece Above the Mediterranean

Villa La Gaviota is an iconic contemporary villa in Altea overlooking the Campomanes port. Designed by renowned architect Alberto Rubio and built between 1998 and 1999, the residence is one of Rubio's celebrated "Bird Houses," inspired by the movement of birds in flight and the seamless connection between architecture, landscape, and sea. Set on a private 4,330 m² plot, the villa offers approximately 1,113 m² of living space defined by sculptural white forms, organic curves, terracotta details, and panoramic sea views.

The property features five spacious en-suite bedrooms, including an impressive master suite overlooking the coast, while several guest rooms open directly onto private terraces. Designed for effortless indoor-outdoor living, La Gaviota combines expansive terraces, lush Mediterranean gardens, and two swimming pools, including a striking infinity pool facing the Mediterranean Sea.

Carefully maintained over the years, the villa remains a timeless architectural retreat where art, privacy, nature, and Mediterranean living exist in perfect harmony.





Puerto Deportivo Luis Campomanes, 59, ALTEA, Alicante - +34 651 77 03 68
info@costablancainvestments.com - www.costablancainvestments.com



Sey ched Ues

*Este archipiélago
de 115 islas no se
recorre: se atraviesa
como una sucesión
de estados de
ánimo.*

Por | By: Lucía Porta



*This archipelago of
115 islands
—it's explored
as a sequence of moods.*



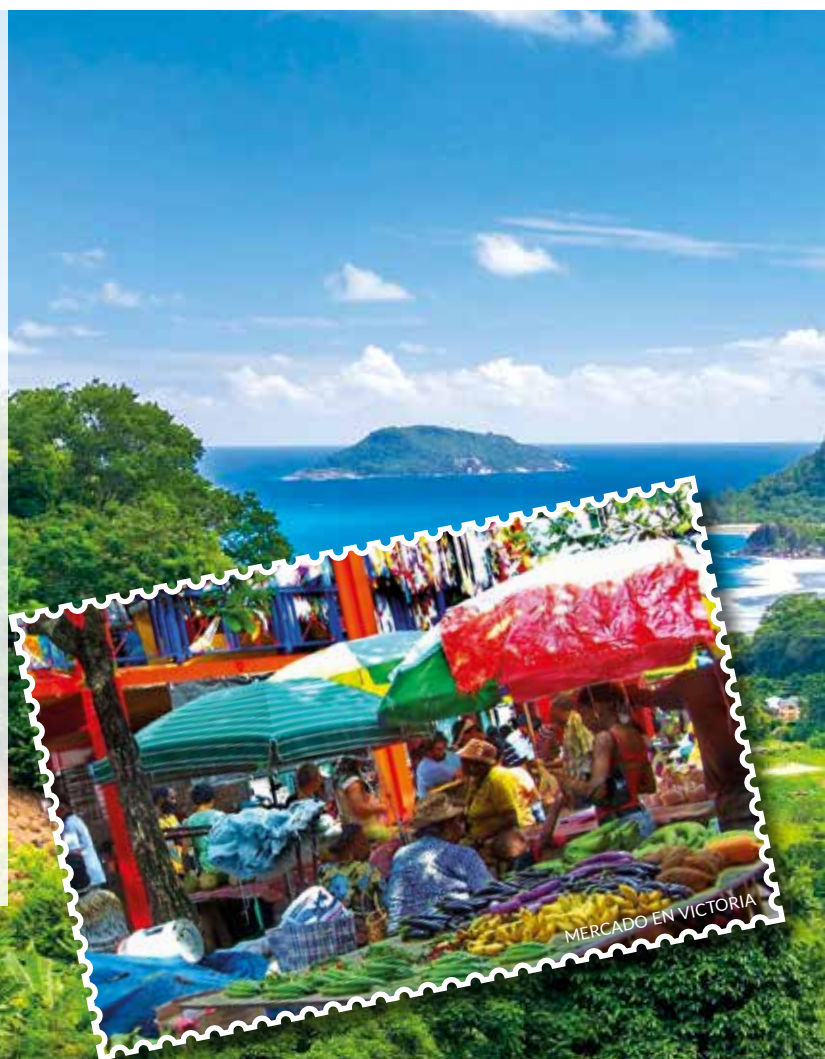


Hay destinos que se visitan y otros que te obligan a reajustar el pulso. Seychelles pertenece a la segunda categoría. No por la postal —que también— sino porque aquí todo parece anterior a nosotros: la luz, la forma de las rocas, incluso el silencio. Siete días bastan si uno acepta que no va a “verlo todo”, sino a vivir lo esencial de un auténtico paraíso soñado.

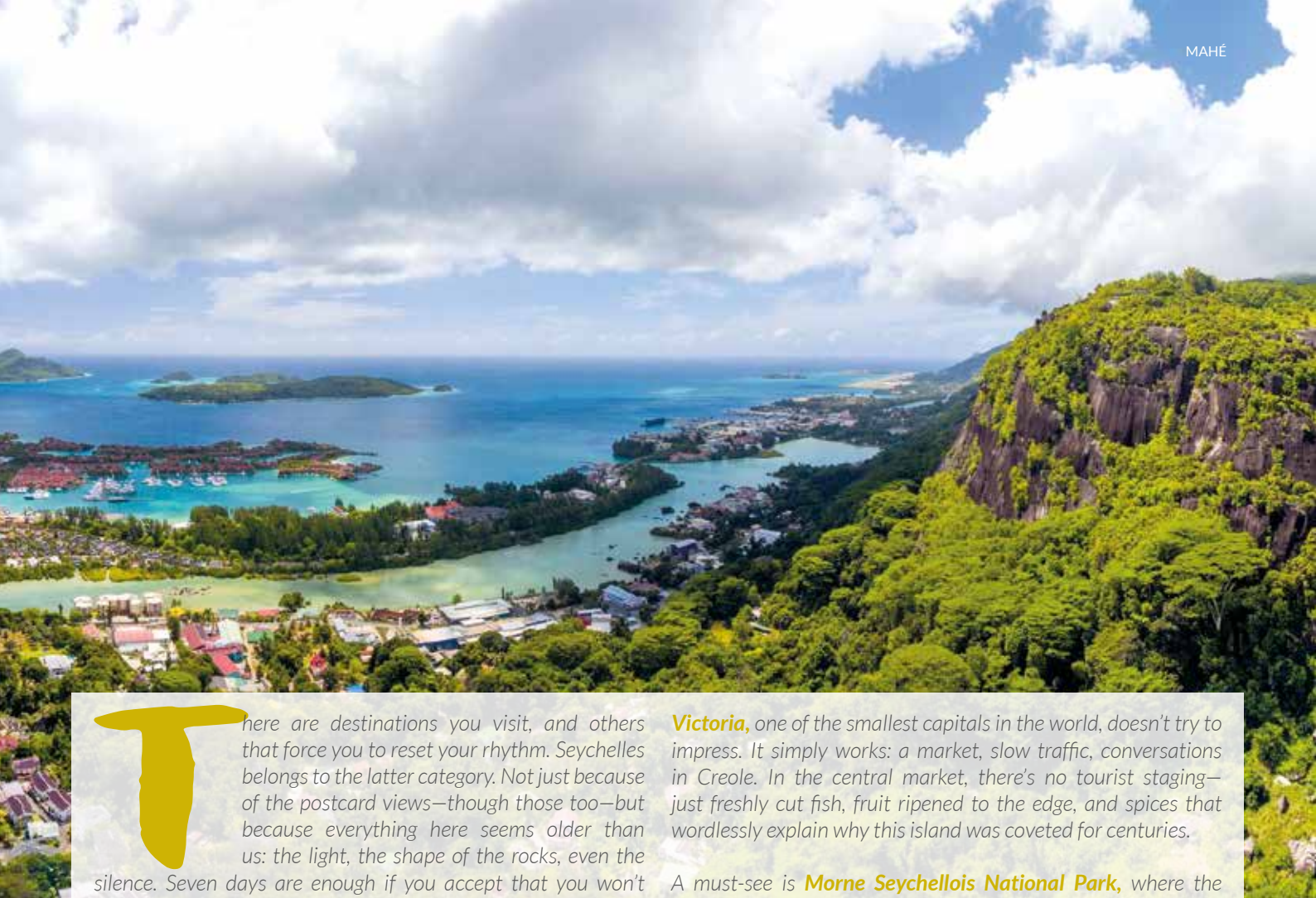
Día 1–2: Mahé, donde empieza el desconcierto

La llegada a Mahé no es espectacular en el sentido clásico. No hay golpe de efecto inmediato. Lo que hay es otra cosa: humedad densa, vegetación que parece empujar desde todos los ángulos y un mar que no decide si es azul o verde. **Victoria**, una de las capitales más pequeñas del mundo, no intenta impresionar. Es más bien un lugar que funciona: mercado, tráfico lento, conversaciones en criollo. En el mercado central no hay escenografía para turistas; hay pescado recién cortado, fruta madura hasta el límite y especias que explican sin palabras por qué esta isla fue codiciada durante siglos.

Un lugar imperdible es el **Parque Nacional Morne Seychellois**, donde la selva no es decorativa. Es espesa, húmeda, y tiene ese punto de desorden que solo tienen los lugares que no han sido domesticados del todo. Los senderos huelen a canela, vainilla y clavo. Y, de vez en cuando, se abre el paisaje: el océano abajo, plano, inmóvil, como si no perteneciera al mismo planeta. Al caer la tarde, **Beau Vallon** funciona como transición. No es la playa perfecta —demasiada vida, demasiada gente— pero ahí está la clave: Seychelles no es solo aislamiento. También es este equilibrio raro entre lo salvaje y lo cotidiano.



MERCADO EN VICTORIA



There are destinations you visit, and others that force you to reset your rhythm. Seychelles belongs to the latter category. Not just because of the postcard views—though those too—but because everything here seems older than us: the light, the shape of the rocks, even the silence. Seven days are enough if you accept that you won't be "seeing everything," but experiencing the essence of a true dreamlike paradise.

Day 1–2: Mahé, where disorientation begins

Arriving in Mahé is not spectacular in the classic sense. There's no immediate wow factor. What you get instead is something else: dense humidity, vegetation that seems to press in from every angle, and a sea that can't decide whether it's blue or green.

Victoria, one of the smallest capitals in the world, doesn't try to impress. It simply works: a market, slow traffic, conversations in Creole. In the central market, there's no tourist staging—just freshly cut fish, fruit ripened to the edge, and spices that wordlessly explain why this island was coveted for centuries.

A must-see is **Morne Seychellois National Park**, where the jungle isn't decorative. It's thick, humid, and carries that sense of disorder found only in places not fully tamed. The trails smell of cinnamon, vanilla, and clove. And then the landscape opens up showing the ocean below, flat and still, as if it didn't belong to the same planet. At sunset, **Beau Vallon** works as a transition. It's not the perfect beach—too much life, too many people—but that's the point: Seychelles is not just isolation. It's also this rare balance between the wild and the everyday.



CASCADA SAUZIER



Día 3-4: Praslin, el tiempo antes del tiempo

El salto a **Praslin** (unos 45 km desde Mahé, una hora de ferry que sirve para empezar a desengancharse del reloj) cambia el tono del viaje. Allí uno empieza a entender algo: la belleza aquí no es frágil. Es contundente. Y todo gira en torno a **Vallée de Mai**. No es una exageración decir que este lugar parece prehistórico. El aire es más denso, la luz entra filtrada, y las palmeras gigantes del coco de mar no crecen: se imponen. La famosa semilla —la más grande del mundo— no es solo una curiosidad botánica; es un recordatorio de que la naturaleza aquí juega con otras reglas. Fuera del bosque, las playas no buscan ser perfectas, pero lo son. **Anse Lazio** tiene ese equilibrio imposible entre escala y detalle: arena fina, rocas de granito que parecen colocadas a propósito y agua transparente sin esfuerzo. Muy cerca, **Anse Georgette** es más esquiva, menos accesible, y quizá por eso más honesta.

Day 3-4: Praslin, time before time

The transition to **Praslin** (about 45 km from Mahé, a one-hour ferry ride that helps you start disconnecting from the clock) shifts the tone of the trip. There, you begin to understand something: beauty here is not fragile. It's powerful. And everything revolves around **Vallée de Mai**. It's no exaggeration to say this place feels prehistoric. The air is denser, the light is filtered, and the giant coco de mer palms don't just grow—they dominate. The famous seed—the largest in the world—is not just a botanical curiosity; it's a reminder that nature here plays by different rules.

Outside the forest, the beaches don't try to be perfect—but they are. **Anse Lazio** strikes an impossible balance between scale and detail: fine sand, granite rocks that seem deliberately placed, and effortlessly clear water. Nearby, **Anse Georgette** is more elusive, less accessible—and perhaps for that reason, more authentic.

ANSE LAZIO

Día 5–6: La Digue, la renuncia

El trayecto a **La Digue** es corto —apenas 15 minutos desde Praslin— pero marca un corte radical. Casi no hay coches. La isla se recorre en bicicleta, y eso no es un detalle pintoresco: cambia completamente la forma de moverse, de mirar y de medir las distancias. Los caminos son de arena, las casas aparecen sin orden aparente, y el tiempo deja de organizar el día. Llegar a **Anse Source d'Argent** es casi un cliché... hasta que estás ahí. Las rocas de granito, erosionadas durante siglos, no son decorativas: son estructuras vivas, con formas que desafían cualquier lógica. La luz cambia cada pocos minutos y transforma el paisaje sin previo aviso. La Digue no ofrece actividades. Ofrece una decisión: hacer menos.

Day 5–6: La Digue, the art of letting go

The journey to **La Digue** is short—barely 15 minutes from Praslin—but it marks a radical shift. There are hardly any cars. The island is explored by bicycle, and that's not just a charming detail—it completely changes how you move, how you look, and how you measure distance.

The paths are sandy, houses appear without any apparent order, and time stops organising the day. Reaching **Anse Source d'Argent** is almost a cliché... until you're there. The granite rocks, shaped over centuries, are not decorative—they are living structures, with forms that defy logic. The light changes every few minutes, transforming the landscape without warning. La Digue doesn't offer activities. It offers a choice: to slow down.



ANSE SOURCE D'ARGENT

SAINTE ANNE

Día 7: Bajo el agua, donde todo sigue

El viaje no termina en la superficie. En el **Parque Nacional Marino de Sainte Anne** o en **Isla Curieuse**, el Índico muestra otra capa del mismo relato: corales, peces imposibles, tortugas marinas que se mueven con una calma que roza la indiferencia. Aquí no hay espectáculo organizado. Lo que hay es continuidad: el mismo ecosistema que en tierra, pero en otro medio.

Day 7: Underwater, where everything continues

The journey doesn't end at the surface. In **Sainte Anne Marine National Park** or on **Curieuse Island**, the Indian Ocean reveals another layer of the same story: corals, improbable fish, sea turtles moving with a calm that borders on indifference. There's no staged spectacle here. What exists is continuity—the same ecosystem as on land, just in another medium.





Comer como se vive aquí

La cocina seychellense no intenta reinventar nada. Mezcla lo que tiene: influencias africanas, francesas e indias, y productos que no necesitan artificio. Curry de pulpo, pescado a la parrilla con salsa criolla, chutney de tiburón. Y postres como el ladob —plátano o batata con coco— que no buscan sorprender, sino cerrar el círculo.

Las distancias que importan

- **Mahé ↔ Praslin:** unos 44–45 km (1 h en ferry o avioneta)
- **Praslin ↔ La Digue:** 6–7 km (15 min en ferry)
- **Mahé ↔ La Digue:** conexión habitual vía ferry

Son trayectos cortos, pero cada uno marca un cambio de ritmo más que de lugar.

Al final, Seychelles no se resume en playas —aunque las tenga— ni en paisajes —aunque los desborde—. El verdadero privilegio aquí es otro: no tener a nadie alrededor.

Escuchar un silencio que no es ausencia, sino presencia.

Y sospechar, durante unos días, que el mundo podría haber seguido exactamente igual sin nosotros. ✨

Eating the way life is lived here

Seychellois cuisine doesn't try to reinvent anything. It blends what it has: African, French, and Indian influences, and ingredients that need no embellishment. Octopus curry, grilled fish with Creole sauce, shark chutney... And desserts like ladob—banana or sweet potato with coconut—that don't aim to surprise, but to complete the circle.

Distances that matter

- **Mahé ↔ Praslin:** about 44–45 km (1hr by ferry or small plane)
- **Praslin ↔ La Digue:** 6–7 km (15 minutes by ferry)
- **Mahé ↔ La Digue:** usually connected by ferry

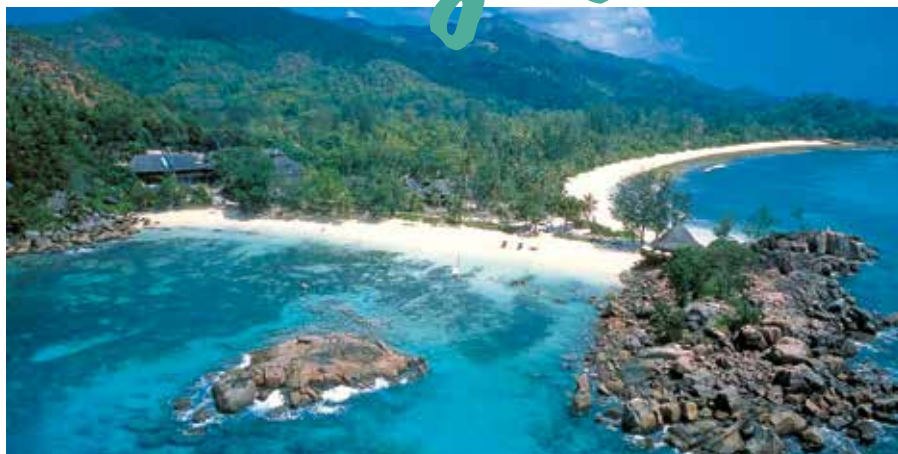
They are short journeys, but each marks a change in rhythm more than in place.

In the end, Seychelles isn't defined by its beaches—though it has them—or its landscapes—though it overflows with them. The real privilege here is something else: having no one around.

Listening to a silence that is not absence, but presence.

And suspecting, for a few days, that the world could have carried on exactly the same without us. ✨

Dónde alojarse, *Where to stay*



Constance Lemuria Resort (Grand'Anse Praslin) Anse Kerlan, Praslin

Rodeado de playas espectaculares y naturaleza tropical, este resort de lujo es perfecto para una experiencia exclusiva en Seychelles. Destaca por su campo de golf de 18 hoyos, spa y villas con vistas al Índico. Ofrece actividades como buceo, snorkel y acceso a playas icónicas como Anse Georgette.

Surrounded by spectacular beaches and tropical nature, this luxury resort is perfect for an exclusive Seychelles experience. It boasts an 18-hole golf course, a spa, and villas overlooking the Indian Ocean. Activities include diving, snorkeling, and access to iconic beaches like Anse Georgette.

www.constancehotels.com/en/hotels-resorts/lemuria/



Mapa / Map



Mango House Seychelles (Mahé) Anse Aux Poules Bleues, Baie Lazare, Mahé

Este hotel boutique de lujo está frente al mar en el sur de Mahé, con acceso directo a la tranquila bahía Anse Aux Poules Bleues. Ofrece una experiencia más íntima y moderna, con vistas panorámicas al océano. Su ubicación permite disfrutar de actividades en el mar y excursiones en plena naturaleza.

This luxury boutique hotel is located on the south coast of Mahé, with direct access to the tranquil Anse Aux Poules Bleues bay. It offers a more intimate and modern experience with panoramic ocean views. Its location allows guests to enjoy water sports and nature excursions.

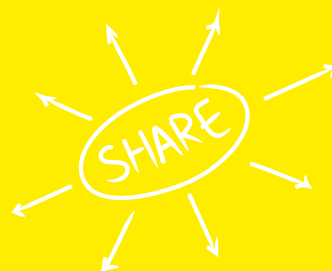
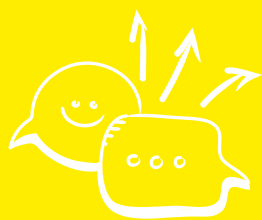
www.hilton.com/en/hotels/sezitol-mango-house-seychelles/





XUSO JONES:

"la clave no es el éxito, es divertirse"
"the key isn't success, it's having fun"



ENTREVISTA EXCLUSIVA PARA
AN EXCLUSIVE INTERVIEW FOR:

MG MAGAZINE

FOTOGRAFÍA | PHOTOGRAPHY:

CUCO CUERVO

www.cucocuervo.com

PRODUCCIÓN | PRODUCTION:

VILLARRAZO MADRID

ENTREVISTADO POR | INTERVIEWED BY:

DOLORES MOLINA DE VILLARRAZO MADRID

LOCALIZACIÓN | LOCATION:

GRAND-HOTEL-RESIDENCIA.COM/ES

Una profesión no define a alguien, pero sí lo hace su personalidad. Jesús Segovia Pérez (1989), más conocido como Xuso Jones, es autenticidad. Sus redes sociales reúnen a millones de seguidores porque ha sabido convertir una herramienta de ocio y trabajo en un espacio real de conexión. Porque él no ve seguidores, ve una comunidad con la que comparte sus inquietudes, sus chistes (malos) y, por supuesto, su trabajo. Descubre al verdadero Xuso Jones.

Presentador, cantante, creador de contenido... ¿con qué faceta te sientes más identificado hoy?
Ahora mismo me siento muy cómodo como comunicador en general. Todo suma: cantar, presentar o crear contenido son distintas formas de contar historias. Disfruto de cada una de ellas.

Tu historia en redes sociales empezó cuando todavía no eran lo que son hoy. ¿cómo fueron esas primeras pasas y qué te empujó a lanzarte?
Fue muy natural, sencillamente por diversión. Subía vídeos sin pensar demasiado y la respuesta de la gente fue lo que me animó a seguir. Pero como siempre digo: no hay una clave del éxito en redes, pero sí una fórmula. Y la fórmula es hacerlo por diversión y no por lo económico.

¿cuál dirías que fue el momento clave que marcó un antes y un después en tu carrera como creador de contenido?
Cuando uno de mis vídeos se hizo viral a nivel internacional. Ahí entendí el alcance real que podían tener las redes. Fue en el que salgo cantando en un McAuto con mis amigos. Nunca imaginé el alcance que llegaría a tener.

Después de tantos años en redes, ¿qué es lo mejor que te han dado y qué es lo más difícil de gestionar?
Lo mejor: la conexión con la gente es maravillosa y las oportunidades que te trae a la vida la profesión. Lo más difícil: aprender a desconectar.

Las redes sociales han cambiado muchísimo en los últimos años. ¿cómo te adaptas a esa evaluación constante sin perder tu esencia?
Escucho lo que pasa, pruebo cosas nuevas, pero siempre intento que el contenido siga siendo muy "yo" y leal a mi forma de ser.

Cuando decides colaborar con una marca o un destino, ¿qué es lo que más valoras?

La autenticidad. Si encaja conmigo y puedo contar-lo de forma real, adelante. Eso para mí es lo más importante en redes: ser auténtico.

Tu contenido muestra a un Xuso muy cercano y familiar. ¿Nunca te ha dado miedo exponerte tanto personalmente?

Creo que la cercanía es parte de mi esencia. Intento encontrar siempre un equilibrio. Pero en mi día a día, soy un tío muy cercano.

Aun así, también se percibe que hay una parte de tu vida que proteges bastante. ¿lo haces más por ti o por tu entorno?

Por ambos. Hay cosas que prefiero que se queden en lo privado, y eso creo que también es sano. De hecho, mi entorno no tiene redes sociales o no las consumen, y son personas fuera del ojo público.

Muchos creadores hablan del "burnout" digital. ¿cómo gestionas la presión de tener que estar siempre creando y siendo relevante?

Parando cuando lo necesito y relativizando. No todo puede girar en torno a las redes. Nunca me ha dado un "burnout" porque lo llevo con mucha calma.

Después de tantos años, ¿sigues disfrutando igual del proceso creativo o ha cambiado tu relación con las redes sociales?

Lo sigo disfrutando, es mi parte favorita. Poder volar con la mente para mí es lo que me mantiene vivo.

Si miras al futuro, ¿dónde te gustaría seguir creciendo más: en redes sociales, televisión o quizá en algo que todavía no conocemos?

Mé apetece explorar nuevos formatos y seguir creciendo en televisión, incluso probar cine. Como decía antes, mi mente siempre ha volado y eso me parece algo precioso. ✨





A profession doesn't define someone, but their personality does. Jesús Segovia Pérez (1989), better known as Xuso Jones, is the epitome of authenticity. He has millions of followers on his social media accounts because he has managed to transform a tool for leisure and work into a genuine space for connection. Because he doesn't see followers, he sees a community with whom he shares his concerns, his (bad) jokes, and, of course, his work. Discover the real Xuso Jones.

Presenter, singer, content creator... Which role do you identify with most today?

Right now, I feel very comfortable as a communicator. Everything adds up: singing, presenting, or creating content are different ways of telling stories. I enjoy each one.

Your story on social media began when they weren't so important. What were those first steps like, and what prompted you to take the plunge?

It was very natural, simply for fun. I uploaded videos without thinking too much, and people's response is what encouraged me to keep going. But as I always say: there's no key to success on social media, there is a formula. And the formula is to do it for fun, not for the money.

What would you say was the key moment that marked a turning point in your career as a content creator?

When one of my videos went viral internationally. That's when I understood the true reach that social media could have. It was the one where I'm singing in a McDonald's drive-thru with my friends. I never imagined the impact it would have.

After so many years on social media, what's the best thing it's given you, and what's the hardest thing to manage?

The best: the connection with people is wonderful, and the opportunities the profession brings to life. The hardest: learning to disconnect.

Social media has changed a lot in recent years. How do you adapt to this constant evolution without losing your essence?

I listen to what's happening, I try new things, and I always try to keep the content very authentic and true to who I am.

When you decide to collaborate with a brand or a destination, what do you value most?

Authenticity. If it fits with me and I can tell the story authentically, then I go for it. That's the most important thing for me on social media: being authentic.

Your content shows a very approachable and down-to-earth Xuso. Have you ever been afraid of exposing yourself so much personally?

I think approachability is part of my essence. I always try to find a balance. But in my day-to-day life, I'm a very down-to-earth guy.

Even so, it's also clear that there's a part of your life that you protect quite a bit. Do you do that more for yourself or for those around you?

For both. There are things I prefer to keep private, and I think that's healthy too. In fact, my friends and family don't have social media or don't use it, and they're people outside the public eye.

Many creators talk about digital burnout. How do you manage the pressure of always having to create and be relevant?

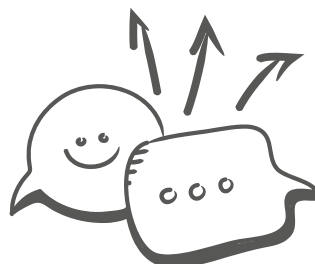
By stopping when I need to and putting things into perspective. Not everything can revolve around social media. I've never experienced burnout because I take it very calmly.

After so many years, do you still enjoy the creative process as much, or has your relationship with social media changed?

I still enjoy it; it's my favourite part. Being able to let my mind wander is what keeps me alive.

Looking to the future, where would you like to continue growing: in social media, television, or perhaps in something we don't yet know?

I'd like to explore new formats and continue growing in television, even try acting. As I said before, my mind has always wandered, and I find that beautiful. ✨





⋮ **DRONES**

QUE SIEMBRAN BOSQUES **that plant forests**

*La carrera tecnológica para frenar la
deforestación tiene nuevos aliados.*

New allies in the technological
race to curb deforestation.

POR | BY: REDACCIÓN MC MAGAZINE



La deforestación sigue avanzando a un ritmo alarmante. Cada año desaparecen millones de hectáreas de bosque en todo el mundo, con consecuencias directas sobre la biodiversidad, el clima y los recursos naturales. Lo vivimos cada verano. En España es un tema que nos toca muy de cerca.

La buena noticia es que frente a este escenario, la innovación tecnológica ha comenzado a ofrecer soluciones que, hasta hace poco, parecían impensables. Una de las más prometedoras es el uso de **drones para la reforestación**. Lejos de limitarse a tareas de vigilancia, estos dispositivos aéreos están siendo diseñados para intervenir activamente en la restauración de ecosistemas. Su funcionamiento combina **cartografía avanzada, inteligencia artificial y sistemas de siembra de alta precisión**.

En una primera fase, drones equipados con sensores y cámaras analizan el terreno: miden la humedad del suelo, la exposición solar, la topografía y la vegetación existente. Con estos datos, **se identifican las zonas más adecuadas para plantar**.

A continuación, entran en acción los drones sembradores, que lanzan **cápsulas biodegradables** con semillas, nutrientes y, en algunos casos, microorganismos que favorecen la germinación. El objetivo no es solo plantar árboles, sino recrear ecosistemas adaptados a las condiciones específicas de cada área.

La principal ventaja de este sistema es su eficiencia. **Un solo dron puede dispersar hasta 100.000 semillas al día**, una cifra muy superior a la capacidad de plantación manual. Además, permite acceder a terrenos de difícil acceso,

como zonas montañosas, áreas afectadas por incendios o espacios degradados por actividades extractivas.

Sin embargo, la tecnología no está exenta de limitaciones. La tasa de supervivencia de las semillas sigue siendo variable y depende de factores naturales como el clima, la calidad del suelo o la presencia de fauna. En muchos proyectos, solo un porcentaje reducido de las semillas llega a desarrollarse plenamente. **Aun así, los expertos coinciden en que el impacto global es positivo**, especialmente cuando estas iniciativas se combinan con otras estrategias de restauración ecológica.

Actualmente, países como **Australia, Brasil o Indonesia** ya están implementando proyectos de reforestación con drones a gran escala, con resultados que apuntan a una aceleración significativa en la recuperación de áreas degradadas. También en **Europa** comienzan a desarrollarse iniciativas similares, aunque todavía en fases más incipientes.

Más allá de su rendimiento inmediato, el valor de esta tecnología reside en su **potencial a largo plazo**. Los drones no sustituyen los procesos naturales ni las políticas de conservación, pero sí representan una herramienta complementaria capaz de aumentar la velocidad y la escala de la reforestación.

En un contexto de crisis ambiental global, donde la pérdida de masa forestal continúa superando los esfuerzos de recuperación, la combinación de innovación tecnológica y restauración ecológica se perfila como una vía necesaria. Sembrar bosques desde el aire ya no es una idea futurista, sino una estrategia en desarrollo que puede contribuir, en parte, a **revertir décadas de degradación ambiental**. ✨





• **D**eforestation keeps growing at an alarming rate. Every year, millions of hectares of forest disappear worldwide, with direct consequences for biodiversity, climate, and natural resources. We experience it every summer. And in Spain, we are particularly sensitive to this issue.

The good news is that, in the face of this scenario, technological innovation has begun to offer solutions that, until recently, seemed unthinkable. One of the most promising is the use of **drones for reforestation**. Far from being limited to surveillance tasks, these aerial devices are being designed to actively intervene in ecosystem restoration. Their operation combines advanced **mapping, artificial intelligence, and high-precision seeding systems**.

In an initial phase, drones equipped with sensors and cameras analyse the terrain: they measure soil moisture, sunlight exposure, topography, and existing vegetation. With this data, **the most suitable areas for planting are identified**.

Next, the seeding drones come into action, launching **biodegradable capsules** containing seeds, nutrients, and, in some cases, microorganisms that promote germination. The goal is not just to plant trees, but to recreate ecosystems adapted to the specific conditions of each area.

The main advantage of this system is its efficiency. **A single drone can disperse up to 100,000 seeds per**

day, a figure far higher than manual planting capacity. It also allows access to hard-to-reach terrain, such as mountainous areas, zones affected by wildfires, or land degraded by extractive activities.

However, the technology is not without its limitations. Seed survival rates remain variable and depend on natural factors such as climate, soil quality, and the presence of wildlife. In many projects, only a small percentage of seeds fully develop. Even so, **experts agree that the overall impact is positive**, especially when these initiatives are combined with other ecological restoration strategies.

Currently, countries such as **Australia, Brazil, and Indonesia** are already implementing large-scale drone reforestation projects, with results pointing to a significant acceleration in the recovery of degraded areas. Similar initiatives are also beginning to emerge in **Europe**, although they are still in earlier stages.

Beyond its immediate performance, the value of this technology lies in its **long-term potential**. Drones do not replace natural processes or conservation policies, but they do represent a complementary tool capable of increasing the speed and scale of reforestation.

In a context of global environmental crisis, where forest loss continues to outpace recovery efforts, the combination of technological innovation and ecological restoration is shaping up to be a necessary path forward. Planting forests from the air is no longer a futuristic idea, but a developing strategy that can help, at least in part, **reverse decades of environmental degradation.** ✨

A woman is lying down, receiving a facial treatment. A person wearing black gloves is using a handheld device with a textured tip on her forehead. The woman has her eyes closed and is wearing a white towel around her neck. The background is a blurred clinical or spa setting.

CHARM

BEAUTY & SPA

Experience the Difference

Calle Currica 68, Puerto Deportivo Luis Campomanes
Altea

966 888 817 / 645 092 298

www.charmbeautyspain.com



En forma con **MG Magazine**

*Entrena
con nosotros*

*El nuevo fitness que rejuvenece
cuerpo y mente*



Durante años, el ejercicio se ha centrado en repetir movimientos casi de forma automática. Pero la nueva tendencia en fitness va un paso más allá: activar el cuerpo y el cerebro al mismo tiempo.

El nuevo enfoque en el ejercicio se llama *neurofitness*, y combinado con el *slow strength* (fuerza lenta), no solo mejora la musculatura, sino que también **estimula la memoria, la coordinación y la agilidad mental**.

”

La clave es sencilla:

1. Movimientos pausados
2. Atención plena
3. Añadir pequeños retos mentales

Lo mejor de esta nueva forma de entender el ejercicio es que puede practicarse fácilmente donde uno quiera, sin impacto y a cualquier edad. La clave es entrenar despacio y pensar mientras se realiza el movimiento.

¿Por qué funciona?

1. Los movimientos lentos activan más fibras musculares
2. El equilibrio y la coordinación estimulan el cerebro
3. Pensar en movimiento crea nuevas conexiones neuronales

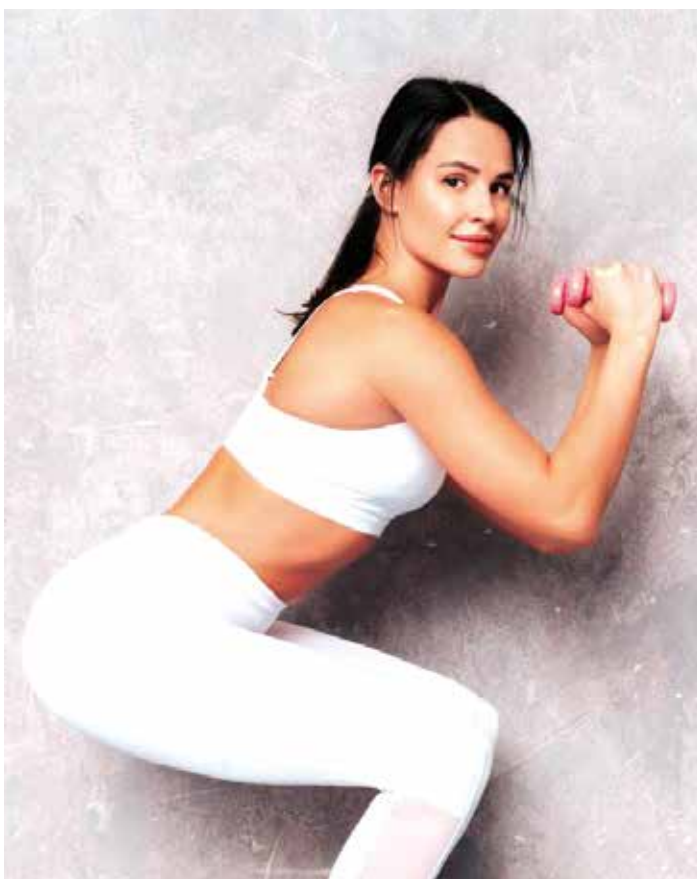
Resultado:

- Más fuerza
- Más estabilidad
- Más agilidad mental



Te presentamos, a modo de ejemplo, una rutina práctica de 15 a 20 minutos:

1. Colócate de pie, con los pies a la anchura de las caderas. Baja muy despacio (cuenta 5 segundos) como si fueras a sentarte. Mantén 2 segundos abajo y sube en 3-4 segundos. Añade **neurofitness**: mientras bajas, cuenta hacia atrás desde 20. Repite entre 8 y 10 veces.
2. Eleva una pierna y apóyate si lo necesitas. Mantén el equilibrio unos 20 o 30 segundos. Añádele un **reto mental**: di los meses del año al revés o nombra animales o frutas. Haz 2 repeticiones por pierna.
3. Haz elevaciones de brazos ultra lentas, con o sin pesas ligeras. Sube los brazos en 5 segundos. Baja en 5 segundos. Añade **atención plena**: concéntrate en la respiración (inhala al subir, exhala al bajar). Haz entre 8 y 12 repeticiones.
4. Camina levantando las rodillas sin moverte del sitio, con coordinación. Lleva la mano derecha a la rodilla izquierda. Alterna ambos lados. Añade un **reto mental**: cuenta de 2 en 2 o suma números (2+2, 4+4...). Hazlo durante 1 o 2 minutos.
5. Respiración + movimiento. Inhala mientras abres los brazos hacia arriba. Exhala mientras los vuelves a bajar. También puedes abrirlos y cerrarlos. Lo importante es que el movimiento sea lento y controlado. **Clave**: siente cómo se expanden las costillas. Haz entre 8 y 10 repeticiones.



El detalle que marca la diferencia

No hagas los ejercicios en automático. Este nuevo enfoque propone pensar, sentir el movimiento e ir despacio. Porque ahí es donde ocurre el verdadero cambio. Puedes hacer estos ejercicios 3 o 4 veces por semana. Recuerda que **lo importante no es la cantidad, sino la calidad del movimiento**.

Conclusión

El fitness del futuro no consiste en hacer más, sino en hacerlo mejor. Con movimientos lentos y conscientes, y pequeños retos mentales, puedes conseguir algo mucho más valioso que un cuerpo fuerte: **un cuerpo ágil y un cerebro activo.** ✨



In shape with

Train with us

MG Magazine

*The new fitness trend that rejuvenates
body and mind*

For years, exercise has focused on repeating movements almost automatically. But the new fitness trend goes a step further: activating the body and the brain at the same time.

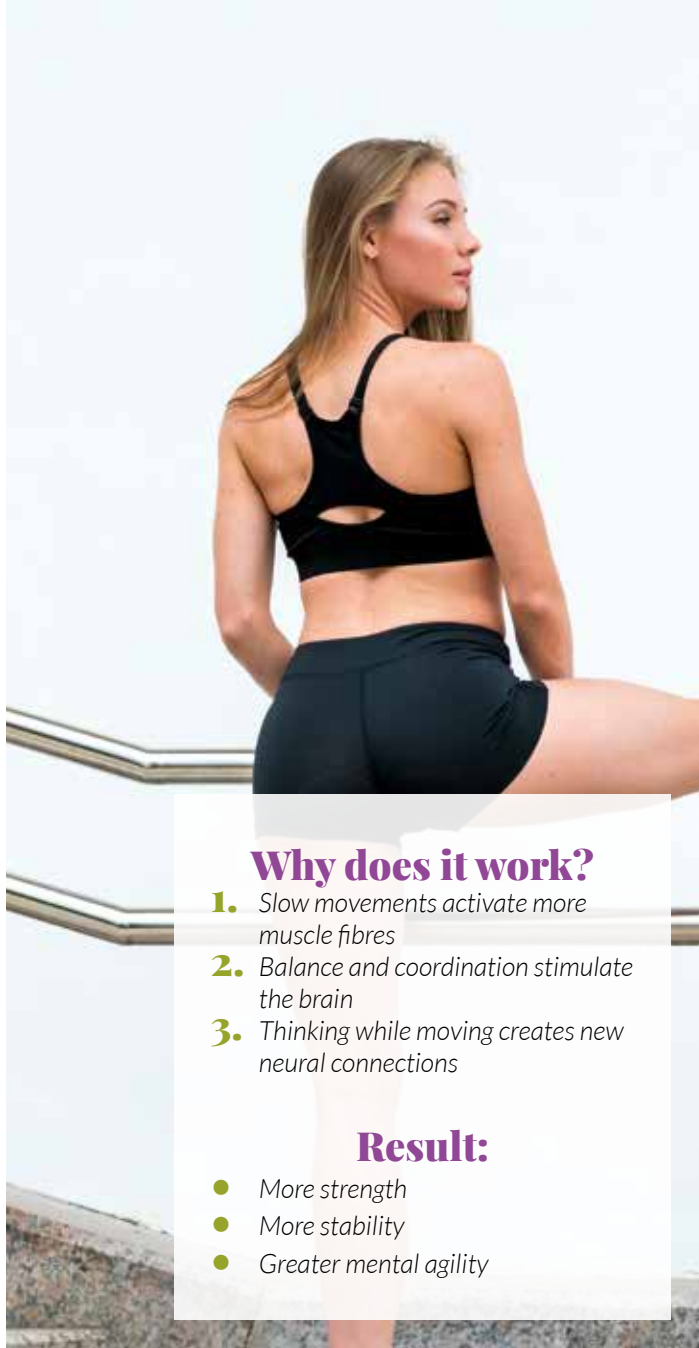
The new approach to exercise is called **neurofitness**, and when combined with slow strength, it not only improves muscles but also **stimulates memory, coordination, and mental agility**.

”

The key is simple:

- 1.** Slow, controlled movements
- 2.** Mindful attention
- 3.** Adding small mental challenges

The best thing about this new way of understanding exercise is that it can easily be practiced anywhere, with no negative impact and at any age. The key is to train slowly and think while performing the movement.



Here is a practical 15–20 minute routine as an example:

1. Stand with your feet hip-width apart. Lower yourself very slowly (count 5 seconds) as if you were going to sit down. Hold for 2 seconds at the bottom and rise in 3–4 seconds. Add **neurofitness**: as you lower, count backwards from 20. Repeat 8–10 times.
2. Lift one leg and hold onto something if needed. Maintain balance for 20–30 seconds. Add a **mental challenge**: say the months of the year backwards or name animals or fruits. Do 2 repetitions per leg.
3. Perform ultra-slow arm raises, with or without light weights. Raise your arms in 5 seconds. Lower them in 5 seconds. Add **mindfulness**: focus on your breathing (inhale as you lift, exhale as you lower). Do 8–12 repetitions.
4. March in place lifting your knees, coordinating movement. Bring your right hand to your left knee, then alternate sides. Add a **mental challenge**: count by twos or add numbers (2+2, 4+4...). Do this for 1–2 minutes.
5. Breathing + movement. Inhale as you raise your arms upward. Exhale as you lower them again. You can also open and close them—the important thing is that the movement is slow and controlled. **Key point**: feel your rib cage expanding. Do 8–10 repetitions.

Why does it work?

1. Slow movements activate more muscle fibres
2. Balance and coordination stimulate the brain
3. Thinking while moving creates new neural connections

Result:

- More strength
- More stability
- Greater mental agility



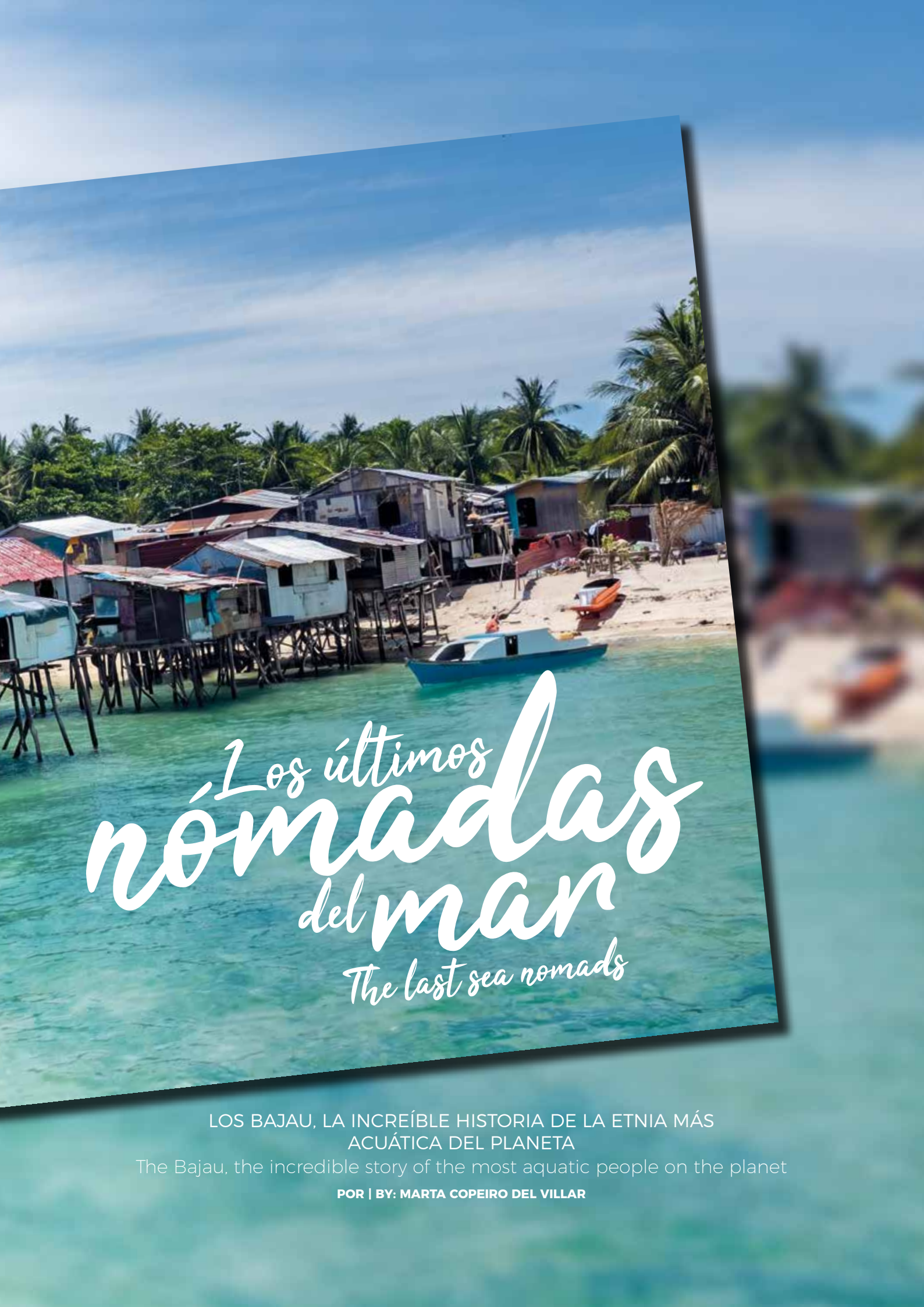
The detail that makes the difference

Don't perform the exercises automatically. This new approach encourages thinking, feeling the movement, and going slowly. That's where real change happens. You can do these exercises 3–4 times a week. Remember: **it's not about quantity, but the quality of movement.**

Conclusion

The fitness of the future is not about doing more, but about doing it better. With slow, mindful movements and small mental challenges, you can achieve something far more valuable than a strong body: **an agile body and an active mind.** ✨



A photograph of a coastal village, likely a Bajau settlement. Several small, simple houses with corrugated metal roofs are built on stilts over the water. A blue boat is moored in the turquoise water in the foreground. The background shows a sandy beach and a dense line of palm trees under a clear blue sky.

Los últimos nómadas del mar

The last sea nomads

LOS BAJAU, LA INCREÍBLE HISTORIA DE LA ETNIA MÁS
ACUÁTICA DEL PLANETA

The Bajau, the incredible story of the most aquatic people on the planet

POR | BY: MARTA COPEIRO DEL VILLAR



El pueblo Bajau es uno de los pocos que eligió **el mar como patria**. Conocidos como los nómadas del océano o gitanos del mar, han vivido durante siglos en las aguas del Sudeste Asiático —entre **Indonesia, Malasia y Filipinas**— desarrollando una relación con el océano tan íntima que parece desdibujar la frontera entre el ser humano y el mar.

Durante generaciones, muchos Bajau no tuvieron una casa en tierra firme. Vivían en las **lepa-lepa**, embarcaciones tradicionales de madera en las que nacían, cocinaban, criaban a sus hijos y envejecían siguiendo las mareas. Eran pueblos errantes guiados por los peces, las corrientes, los vientos y las estrellas, en un nomadismo marino que hoy parece casi imposible de imaginar. Para ellos, el mar no era un territorio por cruzar, sino el lugar al que pertenecían.

Lo que hace verdaderamente extraordinario a este pueblo es su asombrosa capacidad para sumergirse en el océano, como si formaran parte de él. **Los Bajau son legendarios apneístas**. Durante siglos han buceado sin botellas ni tecnología, descendiendo a pulmón y recorriendo distancias increíbles a gran profundidad. Se han documentado **inmersiones de más de 60 metros** para pescar o recolectar moluscos con arpones hechos a mano. Algunos pueden permanecer **hasta diez minutos** bajo el agua, suspendidos entre arrecifes de coral.

Su relación con el buceo es tan profunda que incluso ha dejado huella en su biología. Estudios científicos muestran que **muchos Bajau poseen bazos hasta un 50 % más grandes** que los de poblaciones vecinas. Este órgano funciona como una reserva natural de oxígeno, liberando glóbulos rojos durante las inmersiones prolongadas. Una adaptación extraordinaria, forjada tras generaciones viviendo del mar, que ha llevado a algunos investigadores a describirlos como **humanos moldeados por la vida submarina**.

En las comunidades Bajau, los niños aprenden a nadar casi antes que a caminar y desarrollan una extraordinaria agudeza visual bajo el agua. Crecen saltando al mar desde

pilotes, explorando arrecifes y leyendo las corrientes con absoluta naturalidad. **El océano es su escuela**. Su vida.

Hoy muchos viven en aldeas sobre pilotes levantadas sobre lagunas turquesa, suspendidas literalmente sobre arrecifes de coral. Desde el aire parecen flotar sobre el agua: casas de madera conectadas por estrechas pasarelas y pequeñas canoas deslizándose por auténticas “calles” marinas.

Los Bajau son guardianes de un **conocimiento ancestral del océano**. Conocen los ritmos de las mareas, las épocas de desove, las corrientes invisibles y los cambios del viento. Leen el mar como otros leen un libro.

Sin embargo, la sobrepesca, la degradación de los corales, las fronteras modernas, el turismo y la pérdida del nomadismo tradicional amenazan esta cultura única. Muchos jóvenes abandonan la vida del mar y, con ellos, podría desaparecer una de las grandes civilizaciones marítimas de la historia: **un pueblo que todavía representa una manera distinta —y fascinante— de habitar nuestro planeta.** ✦





The Bajau people are one of the few who chose **the sea as their homeland**. Known as ocean nomads or sea gypsies, they have lived for centuries in the waters of Southeast Asia—between **Indonesia, Malaysia, and the Philippines**—developing a relationship with the ocean so intimate that it seems to blur the boundary between humankind and the sea.

For generations, many Bajau had no home on land. They lived in **lepa-lepas**, traditional wooden boats in which they were born, cooked, raised their children, and grew old, following the tides. They were wandering people guided by the fish, the currents, the winds, and the stars, in a marine nomadism that today seems almost impossible to imagine. For them, the sea was not a territory to cross, but the place to which they belonged.

What makes this people truly extraordinary is their astonishing ability to immerse themselves in the ocean, as if they were part of it. **The Bajau are legendary freedivers**. For centuries they have dived without tanks or technology, descending on their own and covering incredible distances at great depths. **Dives of over 60 meters** have been documented, used for fishing or harvesting shellfish with hand-made harpoons. Some can remain underwater for **up to ten minutes**, suspended among coral reefs.

Their relationship with diving is so profound that it has even left its mark on their biology. Scientific studies show that **many Bajau have spleens up to 50% larger** than those of neighbouring populations. This organ functions as a natural oxygen reservoir, releasing red blood cells during prolonged dives. This extraordinary adaptation, forged over generations living off the sea, has led some researchers to describe them as **humans shaped by underwater life**.

In Bajau communities, children learn to swim almost before they learn to walk and develop extraordinary visual acuity underwater. They grow up jumping into the sea from stilts,

exploring reefs, and reading currents with complete ease. **The ocean is their school.** Their life.

Today, many live in stilt villages built over turquoise lagoons, literally suspended above coral reefs. From the air, they appear to float on the water: wooden houses connected by narrow walkways and small canoes gliding along veritable marine “streets”.

The Bajau are guardians of an **ancestral knowledge of the ocean**. They know the rhythms of the tides, the spawning seasons, the invisible currents, and the shifting winds. They read the sea as others read a book.

However, overfishing, coral degradation, modern borders, tourism, and the loss of traditional nomadism threaten this unique culture. Many young people are abandoning the life of the sea, and with them, one of history's great maritime civilisations could disappear: **a people who still represent a distinct—and fascinating—way of inhabiting our planet.** ✨





ONE SHOT BUENAVISTA

El nuevo refugio mediterráneo para vivir Ibiza desde la calma

LA IBIZA MÁS DESCONOCIDA EXISTE (Y EMPIEZA LEJOS DE LAS MULTITUDES)

C

uando pensamos en **Ibiza**, las imágenes suelen llegar rápido: beach clubs, fiestas interminables, calas abarrotadas en agosto y atardeceres compartidos con cientos de personas. Sin embargo, hay otra isla que sigue existiendo al margen de los focos. Una Ibiza silenciosa, mediterránea y auténtica donde el tiempo parece transcurrir a otro ritmo.

La buena noticia es que todavía es posible descubrirla.

Y quizá una de las mejores formas de hacerlo sea alojándose en **One Shot Buenavista**, la nueva apertura de **One Shot Hotels** en **Santa Eulalia del Río**, un refugio diseñado precisamente para conectar con esa versión más pausada y genuina de la isla.

LA IBIZA QUE SE DESPIERTA TEMPRANO

La Ibiza más desconocida no se encuentra en las listas de moda ni en los itinerarios acelerados. Aparece a primera hora de la mañana, cuando las calles de **Santa Eulalia** todavía están tranquilas y el **Mediterráneo** refleja una luz suave imposible de encontrar a mediodía.

Desde la ubicación privilegiada de **One Shot Buenavista**, en una zona elevada y serena de la localidad, basta caminar unos minutos para entender por qué Santa Eulalia se ha convertido en el refugio favorito de quienes buscan una experiencia diferente de la isla.

Aquí las prisas desaparecen. Los desayunos se alargan. Las conversaciones no compiten con la música. Y el mar vuelve a ser protagonista.

EL LUJO DE NO TENER PRISA

La nueva generación de viajeros ya no busca únicamente destinos; busca sensaciones. Y pocas resultan tan exclusivas hoy como la calma.

One Shot Buenavista nace precisamente bajo esa filosofía. El alojamiento recupera el legado del histórico Hotel Buenavista, inaugurado en 1933 y considerado uno de los establecimientos pioneros del turismo en **Ibiza**, reinterpretándolo desde una mirada contemporánea donde diseño, naturaleza y bienestar conviven en perfecta armonía.

El proyecto de interiorismo, firmado por **Alfaro-Manrique Atelier**, toma como inspiración "**El Jardín del Edén**", creando espacios donde jardines, terrazas, piscina y vistas al Mediterráneo dialogan constantemente entre sí.

La paleta de tonos tierra, los matices salmón y las referencias a la arquitectura tradicional ibicenca contribuyen a una atmósfera que invita a bajar el ritmo desde el primer momento.



UNA PUERTA DE ENTRADA A LA IBIZA AUTÉNTICA

Más allá de sus 32 habitaciones, algunas con vistas al mar y otras con acceso directo al jardín, **One Shot Buenavista** funciona como punto de partida para explorar una Ibiza menos evidente.

A pocos pasos se encuentra el **Puig de Missa**, uno de los rincones más emblemáticos y con más historia de **Santa Eulalia**. Desde allí, las vistas recuerdan cómo era la isla antes de convertirse en uno de los destinos más conocidos del Mediterráneo.

También es el lugar perfecto para perderse entre pequeñas calas, descubrir restaurantes familiares alejados de los circuitos más turísticos o simplemente contemplar el paisaje sin necesidad de llenar la agenda.

Porque la verdadera esencia de Ibiza no siempre está donde todo el mundo mira.



EL NUEVO MEDITERRÁNEO

En un momento en el que el lujo se redefine en términos de autenticidad, bienestar y conexión con el entorno, propuestas como **One Shot Buenavista** responden a una nueva manera de viajar.

Una forma de entender las vacaciones donde importa tanto el destino como la manera de vivirlo.

Lejos del ruido y cerca del mar, este nuevo hotel boutique demuestra que la Ibiza más desconocida sigue ahí. Solo hay que saber dónde buscarla.



MÁS ALLÁ DE IBIZA, LA VISIÓN BOUTIQUE DE ONE SHOT HOTELS

One Shot Buenavista se suma además a la colección de hoteles boutique de **One Shot Hotels**, una cadena que apuesta por alojamientos con personalidad propia en algunos de los destinos urbanos y culturales más atractivos de la Península.

Con presencia en ciudades como Madrid, Barcelona, Sevilla, Valencia, San Sebastián, Oporto o Porto, cada establecimiento está concebido para integrarse en la identidad local de su entorno.

Una filosofía de crecimiento que continuará en los próximos meses con nuevas aperturas en Lisboa y Bilbao, consolidando una propuesta que invita a descubrir España y Portugal a través de hoteles con alma, diseño cuidado y una profunda conexión con cada destino.

» MASA MUSCULAR Y ENVEJECIMIENTO SALUDABLE, **MUSCLE MASS** AND HEALTHY AGING

POR | BY: DR. S. GIMÉNEZ ARTIEDA

La masa muscular es muy importante, no sólo para lucir el tipo en la playa, sino para garantizar un buen envejecimiento, con calidad de vida. Además de intervenir en el metabolismo de la glucosa, aumenta la sensibilidad a la insulina y nuestros niveles de energía.



La recuperación de una cirugía o de una hospitalización por enfermedad es mejor en pacientes con mayor masa muscular. El índice de masa corporal (IMC) es útil pero no distingue entre masa grasa y muscular, para ello hay que utilizar métodos más sofisticados, como la Bioimpedancia y el TAC o la Resonancia Magnética.

Mantener y aumentar la masa muscular es una inversión a largo plazo y sus beneficios se manifiestan cuando más los necesitamos, a partir de edades más avanzadas. Por eso es importante, antes de que empiece el normal deterioro de la musculatura, hacer una buena y suficiente reserva de la misma en la vida adulta. Esta disminución comienza a partir de los 30 años y podemos evitarla con ejercicios de fuerza adecuados. Los beneficios se podrán disfrutar a partir de los 60 o en el entorno de enfermedades e intervenciones quirúrgicas.

Si los músculos de las piernas responden adecuadamente, podemos evitar una caída al suelo tras un pequeño tropezón. Propia o de un acompañante. Podemos necesitar subir un peso de 5 o 6 kg como una bolsa de la compra y

para ello tenemos que fortalecer la musculatura del tren superior y los músculos de la espalda y las lumbares.

La pérdida progresiva de masa y fuerza muscular asociada al envejecimiento, conocida como **sarcopenia**, es uno de los principales factores de fragilidad y pérdida de autonomía en edades avanzadas.

El mantenimiento de la masa muscular depende no solo de ejercicios de fuerza, sino también de una **alimentación rica en proteínas, vitamina D y horas de sueño suficientes**.

En el ámbito náutico, una buena musculatura ayuda a acceder fácilmente a la embarcación, mantener el equilibrio en cubierta, reducir el riesgo de caídas y afrontar con seguridad las exigencias físicas propias de la navegación.

En resumen, para poder hacer una vida cotidiana de mejor calidad, la masa muscular no es solo una cuestión estética, es una reserva de salud, autonomía y seguridad para las décadas más avanzadas de la vida. ✨

Muscle mass is very important, not only for looking good on the beach, but also for ensuring healthy aging and a good quality of life. In addition to its role in glucose metabolism, it increases insulin sensitivity and our energy levels.

Recovery from surgery or hospitalisation is better in patients with greater muscle mass. The body mass index (BMI) is useful, but it doesn't distinguish between fat and muscle mass; for that, more sophisticated methods are needed, such as bioelectrical impedance analysis (BIA) and CT or MRI scans.

Maintaining and increasing muscle mass is a long-term investment, and its benefits become apparent when we need them most, starting in later life. That's why it's important to build up a good and sufficient muscle reserve in adulthood before the normal decline in muscle mass begins. This decline starts around age 30, but can be prevented with appropriate strength training. The benefits can be enjoyed from age 60 onward, or in the context of illnesses and surgical procedures.

If our leg muscles respond properly, we can avoid falling after a minor stumble, whether it's our own or someone else's. We might need to lift something as heavy as 5 or 6 kg, like a shopping bag, and to do so, we need to strengthen our upper body muscles, as well as our back and lower back muscles.

The progressive loss of muscle mass and strength associated with aging, known as **sarcopenia**, is one of the main factors contributing to frailty and loss of independence in old age.

Maintaining muscle mass depends not only on strength training but also on a proper **diet rich in protein and vitamin D, and getting enough sleep.**



DR. S. GIMÉNEZ ARTIEDA

URÓLOGO-ANDRÓLOGO | UROLOGIST-ANDROLOGIST

santos@uroandrologia.com

In the nautical world, good muscle strength helps with easy access to the boat, maintaining balance on deck, reducing the risk of falls, and safely meeting the physical demands of sailing.

In short, to enjoy a better quality of life, muscle mass is not just about aesthetics; it's a reserve of health, independence, and safety for later years. ✨





Marina Greenwich

Con *Royal Service*, cada solicitud es un mandato para la excelencia. Ya sea un vuelo privado o una celebración en el mar, diseñamos experiencias que perpetúan recuerdos inolvidables.





Contacto: +34 965 842 200 · marinagreenwich.com

ACTUALIDAD UP-TO-DATE

LA SILENCIOSA REVOLUCIÓN DEL

Agua

THE SILENT

Water

REVOLUTION

Por · By: Marta Copeiro del Villar

VOLAR SOBRE EL MAR HA DEJADO DE SER CIENCIA FICCIÓN
FLYING OVER THE SEA IS NO LONGER SCIENCE FICTION



Hubo un tiempo —no hace tanto— en el que los deportes acuáticos dependían de dos cosas casi sagradas: el viento y las olas. Quien practicaba surf, windsurf o kitesurf aprendía pronto una lección básica: la naturaleza manda. Pero algo ha cambiado. Hay una imagen que, al verla por primera vez, cuesta creer: personas volando sobre el agua.

LA VERDADERA REVOLUCIÓN NO ESTÁ EN LA SUPERFICIE.

Está debajo. El **foil** —una especie de ala sumergida— ha transformado por completo la experiencia. Al elevar la tabla sobre el agua, se reduce la fricción hasta casi desaparecer. Y esto lo cambia todo: el sonido se apaga. El roce se desvanece. La velocidad se vuelve suave, constante. De repente, ya no se navega, se planea.

EL SIGUIENTE SALTO ES DOMINAR EL AGUA SIN DEPENDER DE ELLA.

Si el foil fue una evolución, la electricidad ha sido una ruptura. Las tablas eléctricas —los **e-foils**— han eliminado la última barrera: ya no se necesita viento. Ni olas. Ni esperar. Es posible deslizarse en un mar en calma total. En silencio. Cada uno imprime su ritmo. Y eso cambia no solo la técnica, sino la filosofía: el océano deja de ser impredecible y la experiencia se vuelve accesible. El deporte se democratiza.

Por primera vez, alguien sin experiencia puede sentir esa “sensación de vuelo” en cuestión de horas y disfrutar de nuevas formas de jugar con el agua. No es solo evolución: han nacido disciplinas que hace unos años ni siquiera existían:

- **WING FOIL:** ligero, intuitivo, casi adictivo
- **KITE FOIL:** velocidad con menos viento
- **WIND FOIL:** eficiencia extrema en competición
- **EFOILS:** volar sobre el agua sin olas

Todas comparten algo: una nueva forma de entender el movimiento. Más eficiente, más fluida y más cercana a volar que a navegar.

UN CAMBIO DE MENTALIDAD

Esta revolución no es solo técnica. Está cambiando la relación con el mar. Los puristas hablan de pérdida, ya no hace falta ser tan habilidoso. En cambio, estos deportes son más accesibles, más gente puede iniciarse sin años de aprendizaje. Y se facilita su práctica, ya no se depende de que salga “el día perfecto”.

Además, muy pronto las baterías serán aún más ligeras y duraderas, mejorarán los sistemas de autoestabilización, los materiales serán 100x100 sostenibles y se contará con la ayuda de la IA. Todo apunta en la misma dirección: hacer del “volar sobre el agua” algo cotidiano.

Quizás lo más importante no sea la tecnología, sino esa sensación difícil de explicar: el silencio, el equilibrio y la libertad. Ese instante en el que se deja de luchar contra el mar y se empieza a fluir sobre él. Porque al final, esta revolución no trata de máquinas. Trata de cambiar algo mucho más profundo: la forma en la que sentimos el agua. ✨





There was a time—not so long ago—when water sports depended on two almost sacred forces: wind and waves. Anyone who practiced surfing, windsurfing, or kitesurfing quickly learned a basic lesson: nature is in charge. But something has changed. There is now an image that, when seen for the first time, is hard to believe: people flying over the water.

THE REAL REVOLUTION IS NOT ON THE SURFACE. IT LIES BENEATH.

The **foil**—a kind of submerged wing—has completely transformed the experience. By lifting the board above the water, friction is reduced to almost nothing. And that changes everything: the sound fades. The drag disappears. Speed becomes smooth and constant. Suddenly, you're no longer riding—you're gliding.

THE NEXT LEAP IS MASTERING THE WATER WITHOUT DEPENDING ON IT.

If the foil was an evolution, electricity has been a disruption. Electric boards—**e-foils**—have removed the final barrier: no more need for wind. Or waves. Or waiting. It's now possible to glide across a completely calm sea. In silence. At your own pace. And that changes not only the technique, but the philosophy: the ocean is no longer unpredictable, and the experience becomes accessible. The sport is democratised.

For the first time, someone with no prior experience can feel that “flying sensation” in a matter of hours and enjoy new ways of playing with the water. This is not just evolution—entirely new disciplines have emerged that didn't exist just a few years ago:

- **WING FOIL:** light, intuitive, almost addictive
- **KITE FOIL:** high speed with less wind
- **WIND FOIL:** extreme efficiency in competition
- **EFOILS:** flying without waves

They all share one thing: a new way of understanding movement. More efficient, more fluid, and closer to flying than to sailing.

A SHIFT IN MINDSET

This revolution is not only technical. It is changing our relationship with the sea. Purists speak of loss—less skill is required. On the other hand, these sports are more accessible, allowing more people to get started without years of learning. And they are easier to practice, no longer dependent on “the perfect day.”

In addition, batteries will soon become lighter and longer-lasting, self-stabilisation systems will improve, materials will be fully sustainable, and AI will play a role. Everything points in the same direction: making “flying over water” an everyday experience.

Perhaps the most important thing is not the technology, but that hard-to-explain feeling: silence, balance, and freedom. That moment when you stop fighting the sea and begin to flow over it. Because in the end, this revolution is not about machines. It is about changing something much deeper: the way we feel the water. ✨





Elige innovación para proteger el motor de tu embarcación deportiva



Descubre nuestros combustibles creados específicamente para el sector en el Repsol Technology Lab, disponibles en cualquier punto de la costa española.

mar diesel
e+

Repsol MarDiesel e+

Es un gasóleo de calidad superior resultado de un continuo programa de I+D+i.

- ✓ Protege frente a la presencia de metales.
- ✓ Mantiene en dispersión las partículas insolubles evitando su aglomeración y deposición.
- ✓ Facilita la decantación del agua acumulada.
- ✓ Minimiza el riesgo de corrosión en los circuitos de alimentación e inyección.
- ✓ Previene el envejecimiento mediante componentes que controlan su oxidación natural.
- ✓ Evita la formación de espumas durante el repostaje, consiguiendo un tiempo de repostaje más corto, así como un llenado más rápido, sin salpicaduras.

mar biodiesel
e+

Repsol MarBiDiesel e+

Es un gasóleo libre de biodiésel que mantiene tu motor y su sistema de alimentación como si fueran nuevos.

- ✓ Punto de inflamación superior a 60°C.
- ✓ Exento de FAME.
- ✓ Bajo contenido en azufre.
- ✓ Su adecuado comportamiento hasta -10°C, evita la precipitación de parafinas a bajas temperaturas.
- ✓ Número de cetano apropiado para motores marinos.

mar sport
95

Repsol MarSport 95

Esta nueva gasolina está formulada para garantizar la máxima calidad y protección para las embarcaciones de recreo.

- ✓ Limpia los sistemas de inyección de última generación y las válvulas de admisión.
- ✓ Previene la generación de residuos en la cámara de combustión.
- ✓ Contiene un marcador exclusivo que asegura su calidad y evita el fraude.
- ✓ Inhibe la herrumbre, incluso en presencia de agua de mar.

¿Quieres saber más?



Hubo un tiempo en que el lujo significaba exceso y ostentación. Ciudades infinitamente iluminadas, hoteles monumentales, pantallas por todas partes, velocidad, ruido, estímulos constantes. Cuanto más visible era la sofisticación, más deseable parecía. Pero algo ha cambiado silenciosamente en la manera en que entendemos el bienestar.

m

There was a time when luxury meant excess and ostentation. Endlessly illuminated cities, monumental hotels, screens everywhere, speed, noise, constant stimulation. The more visible the sophistication, the more desirable it seemed. But something has quietly changed in the way we understand well-being.

m

POR | BY: MARTA COPEIRO DEL VILLAR





EL LUJO *del silencio*

THE LUXURY OF SILENCE



Hoy, el verdadero lujo ya no consiste en impresionar a los demás, sino en conseguir **desaparecer del mundo durante unas horas.**

Dormir bajo las estrellas en un domo transparente perdido entre montañas. Escuchar únicamente el viento entre los árboles. Pasar un fin de semana en un hotel sin televisión ni notificaciones. Sumergirse en aguas termales rodeadas de piedra, madera y silencio. La nueva aspiración del viajero contemporáneo no es la hiperestimulación, sino exactamente lo contrario: **la calma.**

En España, esta transformación está redefiniendo el turismo y también la arquitectura. Desde pequeños refugios rurales hasta sofisticados hoteles wellness, emerge una nueva generación de espacios concebidos para **reconectar con lo esencial.** Son lugares donde la experiencia emocional pesa más que la ostentación y donde cada detalle —la luz, los materiales, los aromas, la acústica— está pensado para inspirar serenidad.

La tendencia tiene incluso nombre propio: **arquitectura emocional.** Una corriente que combina diseño, neurociencia y bienestar para crear entornos capaces de **influir positivamente en el estado mental** de las personas. Ya no basta con que un espacio sea bonito; ahora debe hacernos sentir bien.

Por eso triunfan los interiores cálidos y sensoriales. La madera natural sustituye al minimalismo frío de la última década. La piedra, el lino, la cerámica artesanal y las tonalidades inspiradas en la tierra generan atmósferas que transmiten **refugio.** Los grandes ventanales dejan entrar **el paisaje como si formara parte de la decoración.** La naturaleza ya no es un elemento exterior: se convierte en protagonista absoluta.

Al mismo tiempo, conceptos como el *slow life*, el *sleep tourism* o el turismo del silencio, comienzan a consolidarse en todo el mundo. Cada vez más viajeros buscan destinos diseñados específicamente para descansar mejor, reducir el estrés o desconectarse de la **saturación digital.** Algunos hoteles incluso retiran el móvil al llegar o eliminan deliberadamente las pantallas de las habitaciones. Otros ofrecen baños rituales, meditación guiada, bosques terapéuticos o iluminación circadiana pensada para mejorar el sueño.

Detrás de esta tendencia hay algo mucho más profundo que una moda estética. Vivimos hiperconectados, permanentemente disponibles y rodeados de información. El descanso mental se ha convertido en un bien escaso. Y quizá por eso **el silencio** empieza a percibirse como uno de los mayores **lujos contemporáneos.**

Resulta revelador que, en plena era tecnológica, muchas personas ya no sueñen con ciudades futuristas llenas de pantallas, sino con lugares donde escuchar la lluvia, contemplar las estrellas o desayunar sin mirar el teléfono.

Tal vez el lujo definitivo del siglo XXI no sea tener más cosas, sino encontrar un lugar donde el mundo **deje, por fin, de hacer ruido.** ✨

Today, true luxury no longer consists of impressing others, but of managing to **disappear from the world for a few hours.**

Sleeping under the stars in a transparent dome nestled among mountains. Listening only to the wind in the trees. Spending a weekend in a hotel without television or notifications. Immersing oneself in thermal waters surrounded by stone, wood, and silence. The new aspiration of the contemporary traveller is not overstimulation, but precisely the opposite: **calm.**

In Spain, this transformation is redefining tourism and architecture. From small rural retreats to sophisticated wellness hotels, a new generation of spaces is emerging, designed to **reconnect with what is essential.** These are places where emotional experience outweighs ostentation, and where every detail—the light, the materials, the aromas, the acoustics—is designed to inspire serenity.

This trend even has its own name: **emotional architecture.** This movement combines design, neuroscience, and well-being to create environments capable of **positively influencing people's mental state.** It's no longer enough for a space to be beautiful; now it must make us feel good.





That's why warm, sensory interiors are so popular. Natural wood is replacing the last decade's cold minimalism. Stone, linen, handcrafted ceramics, and earth-inspired tones create atmospheres that convey a sense of **refuge**. Large windows let in the **landscape as if it were part of the decor**. Nature is no longer an external element: it becomes the absolute protagonist.

At the same time, concepts like **slow living**, **sleep tourism**, and silent tourism are beginning to take hold worldwide. More and more travellers are seeking destinations specifically designed to promote better rest, reduce stress, or disconnect from digital overload. Some hotels even confiscate mobile phones upon arrival or deliberately remove screens from rooms. Others offer ritual baths, guided meditation, therapeutic forests, or circadian lighting designed to improve sleep.

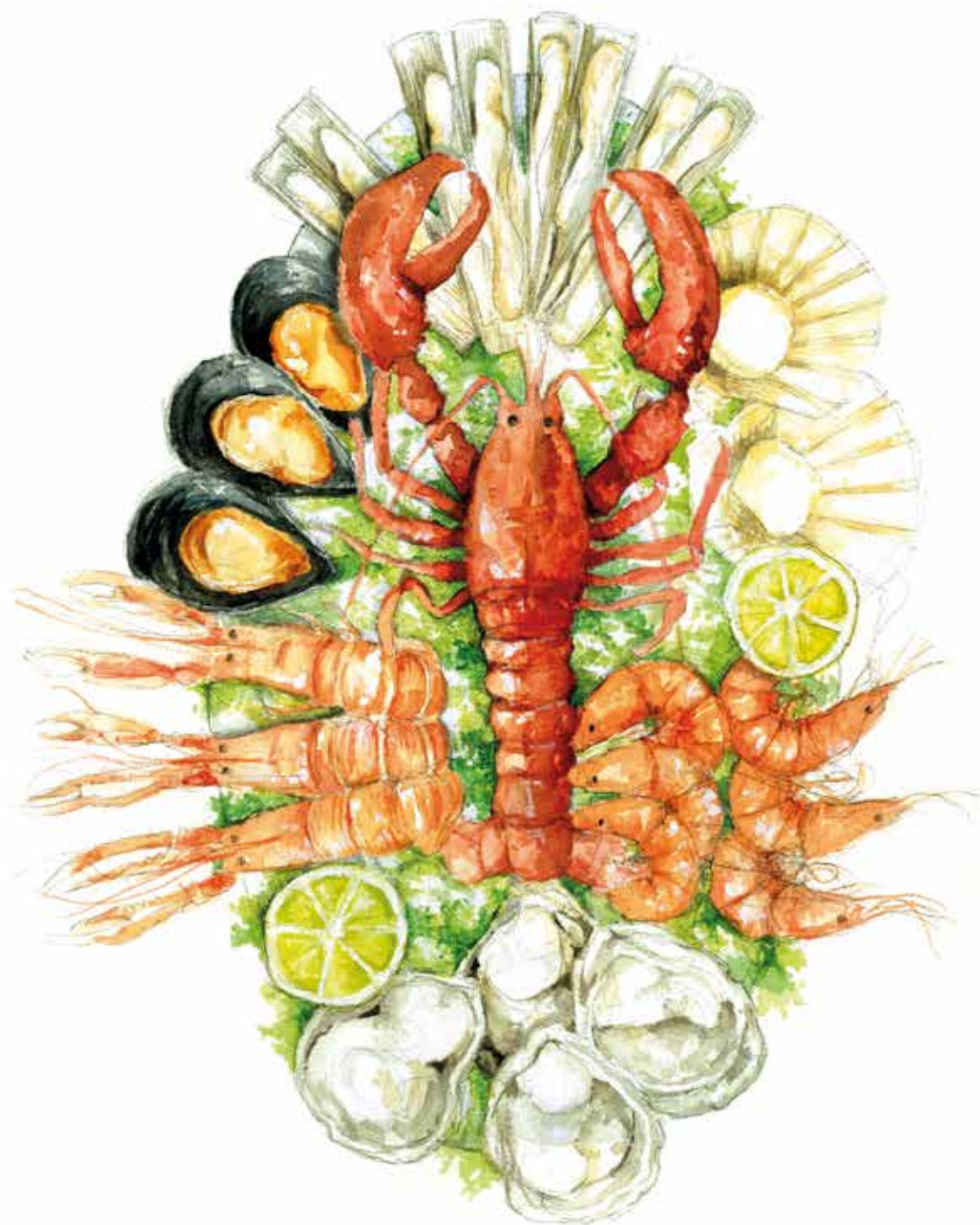
Behind this trend lies something much deeper than a mere aesthetic fad. We live hyperconnected, permanently available, and surrounded by information. Mental rest has become a scarce commodity. And perhaps that's why **silence** is beginning to be perceived as one of the greatest **contemporary luxuries**.

It's revealing that, in the midst of the technological age, many people no longer dream of futuristic cities filled with screens, but of places where they can listen to the rain, contemplate the stars, or have breakfast without looking at their phones.

Perhaps the ultimate luxury of the 21st century isn't having more things, but finding a place where the world finally stops making noise. ✨

SALTEA

Restaurante
Puerto Deportivo Luis Campomanes



UN RESTAURANTE SINGULAR EN UN ENTORNO PRIVILEGIADO.
LA GASTRONOMÍA MEDITERRÁNEA CON MULTITUD DE SENSACIONES.

T. 966 888 528 - Puerto Deportivo Luis Campomanes, Marina Greenwich 000° 00' 00" - Altea
www.saltearestaurante.es





I V I - I

IRIS VAN HERPEN

CUANDO LA MODA DEJA DE SER ROPA PARA CONVERTIRSE EN UNA EXPERIENCIA CASI BIOLÓGICA

When fashion is no longer just clothing and becomes an almost biological experience

POR | BY: REDACCIÓN MG MAGAZINE

Mientras gran parte de la industria sigue obsesionada con tendencias fugaces, Van Herpen lleva casi 20 años preguntándose algo mucho más profundo: ¿qué ocurre cuando el cuerpo humano, la tecnología y la naturaleza dejan de estar separados? Sus vestidos producen una sensación **desconcertante**: uno no sabe si está observando una prenda, una escultura o **una forma de vida**.

LA MUJER QUE LLEVÓ LA CIENCIA A LA ALTA COSTURA
Nacida en los Países Bajos en 1984, Iris van Herpen fundó su firma en 2007 y rápidamente se convirtió en una figura imposible de encasillar en la moda contemporánea. Aunque muchos la conocen como la pionera que **introdujo la impresión 3D en la alta costura**, reducir su trabajo a la innovación tecnológica sería quedarse en la superficie. Porque la verdadera revolución de Van Herpen radica en **cómo piensa la moda**.



DISEÑAR LO INVISIBLE

A lo largo de su trayectoria, Van Herpen ha mantenido una obsesión constante: **hacer visible lo que normalmente no podemos percibir**. Sus colecciones se inspiran en fenómenos invisibles como campos magnéticos, redes neuronales, vibraciones sonoras, fluidos marinos o patrones microscópicos de la naturaleza. Y lo fascinante es que no los representa de forma literal: los traduce en movimiento, textura y volumen. **Sus vestidos parecen respirar**.

La diseñadora trabaja frecuentemente junto a **científicos, ingenieros, arquitectos y artistas digitales**. Y cada colección plantea una serie de preguntas. ¿Puede una prenda comportarse como un organismo? ¿Dónde termina el cuerpo y empieza la tecnología? ¿Es posible crear moda inspirada en los ritmos de la naturaleza en lugar de imponerse sobre ella?



CUANDO LA MODA EMPIEZA A VIVIR

En 2025, durante Paris Haute Couture Week, Iris van Herpen presentó una de las colecciones más impactantes de su carrera: **Sympoiesis**. El nombre hace referencia a sistemas que se desarrollan colectivamente y evolucionan en interdependencia. En otras palabras: nada existe completamente aislado. Esa idea atravesaba todo el desfile.

En la puesta en escena sus modelos emergían entre luces y sombras como criaturas del fondo marino. Había vestidos que flotaban como **medusas translúcidas**, estructuras que imitaban corales y tejidos que parecían expandirse al ritmo de una respiración invisible. El momento más asombroso llegó con una pieza compuesta por **millones de algas bioluminiscentes** capaces de emitir luz en respuesta al movimiento. No era una simulación digital. Era **materia viva integrada en la prenda**. Y ahí la moda cruzó una **frontera inédita**.



La colección combinaba fibras biológicas, materiales cultivados en laboratorio y estructuras sintéticas ultraligeras para construir piezas situadas en un **territorio ambiguo entre naturaleza y tecnología**. El resultado producía una sensación extraña y fascinante: **las prendas parecían tener pulso**.

Sus prendas requieren meses —a veces años— de desarrollo. Muchas son imposibles de producir industrialmente. Y precisamente por eso **funcionan como manifestos**. Nos obligan a imaginar otras posibilidades. Parecen irreales, pero al mismo tiempo hablan profundamente de nuestro mundo. De la fragilidad ecológica, de la fusión entre humano y tecnología, y de la necesidad de replantear nuestra relación con la naturaleza. ✨



DESIGNING THE INVISIBLE

Throughout her career, Van Herpen has maintained a constant obsession: **making visible what we normally cannot perceive**. Her collections are inspired by invisible phenomena such as magnetic fields, neural networks, sound vibrations, oceanic currents, and microscopic patterns found in nature. What makes her work fascinating is that she does not represent these elements literally — she translates them into movement, texture, and volume. **Her dresses seem to breathe**.

The designer frequently collaborates with **scientists, engineers, architects, and digital artists**. And each collection raises a series of questions: Can a garment behave like an organism? Where does the body end and technology begin? Is it possible to create fashion inspired by the rhythms of nature rather than imposed upon them?

While much of the fashion industry remains obsessed with fleeting trends, Van Herpen has spent nearly 20 years asking a far deeper question: what happens when the human body, technology, and nature are no longer separate? Her dresses create a **disorienting sensation**, as you cannot quite tell whether you are looking at a garment, a sculpture, or a living organism.

THE WOMAN WHO BROUGHT SCIENCE INTO HAUTE COUTURE

Born in the Netherlands in 1984, Iris van Herpen founded her label in 2007 and quickly became a figure impossible to categorise within contemporary fashion. Although she is known as the **pioneer who introduced 3D printing into haute couture**, reducing her work to technological innovation would only scratch the surface. Because Van Herpen's true revolution lies in **the way she conceives fashion itself**.





WHEN FASHION BEGINS TO LIVE

In 2025, during Paris Haute Couture Week, Iris van Herpen unveiled one of the most striking collections of her career: **Sympoiesis**. The name refers to systems that develop collectively and evolve through interdependence. In other words: nothing exists completely in isolation. That idea permeated the entire show.



In the catwalk, her models emerged through light and shadow like creatures from the ocean depths. Some dresses floated like **translucent jellyfish**, others resembled coral structures, while certain fabrics appeared to expand with the rhythm of an invisible breath. The most astonishing moment came with a piece composed of **millions of bioluminescent algae** capable of emitting light in response to movement. It was not a digital simulation. It was **living matter integrated into the garment**. And in that moment, fashion crossed an entirely **new frontier**.

The collection combined biological fibres, lab-grown materials, and ultra-light synthetic structures to create pieces suspended in an ambiguous territory between nature and technology. The result produced a strange yet mesmerising sensation: **the garments seemed to have a pulse**.

Her creations require months —sometimes years— of development. Many are impossible to produce industrially. And that is precisely why **they function as manifestos**. They force us to imagine other possibilities. They may appear unreal, yet at the same time they speak profoundly about our world: ecological fragility, the fusion of humanity and technology, and the urgent need to rethink our relationship with nature. ✨



Macao

-Lounge Bar-
Altea

El mejor entorno de Altea: Sabor y ritmo junto al mar

Macao Altea es el punto de encuentro para quienes disfrutan de los pequeños placeres de la vida.

Con vistas al puerto, ofrece **cócteles** exquisitos, platos **gourmet** mediterráneos y una cuidada selección de vinos, **champagnes** y destilados **premium**.

¿Quieres elevar la experiencia? Las tardes y noches de cada **fin de semana** se llenan de ritmo con **DJs** de house electrónico y la mejor **música en vivo** de la Costa Blanca.



Más información:

Reservas/Bookings +34 966 88 06 10
Marina Greenwich - Altea, Alicante
Síguenos @macaoaltea

The best lounge bar in Altea: flavour, rhythm and sparkling moments by the sea. Macao Altea is the perfect meeting spot for those who savour life's little pleasures. With stunning harbour views, it offers exquisite cocktails, Mediterranean gourmet cuisine, and a thoughtfully curated selection of premium drinks, champagnes, and spirits.

Seeking an elevated experience? Evenings come alive every weekend with the rhythms of house DJs and the finest live music along the Costa Blanca.



ENTREVISTA INTERVIEW

María de León





ENTREVISTA EXCLUSIVA PARA
AN EXCLUSIVE INTERVIEW FOR:

MG MAGAZINE

FOTOGRAFÍA | PHOTOGRAPHY:

CUCO CUERVO

www.cucocuervo.com

PRODUCCIÓN | PRODUCTION:

VILLARRAZO MADRID

ENTREVISTADO POR | INTERVIEWED BY:

DOLORES MOLINA DE VILLARRAZO MADRID

LOCALIZACIÓN | LOCATION:

RIVERSIDE-CRUISES.COM/EN/

“El bienestar no consiste en añadir cosas a nuestra vida, sino en quitar lo que nos aleja de quiénes somos”

Gharamos con María de León, comunicadora, autora y divulgadora especializada en bienestar, crecimiento personal y desarrollo humano. Y descubrimos que a través de su trabajo, promueve una vida con propósito, centrándose en el autoconocimiento, la educación emocional y el impacto positivo en la sociedad.

Te conocimos como comunicadora, emprendedora e influencer. Hoy hablas de bienestar, crecimiento personal, yoga y vida con sentido. ¿Qué ocurrió para que decidieras cambiar el rumbo de tu vida?

Más que el rumbo de mi vida, ha cambiado mi mirada y mi propósito vital. Las experiencias vividas y mi formación en Humanidades y bienestar me ayudaron a desarrollar una vida interior más rica y a descubrir herramientas de crecimiento personal. Tras más de veinte años en comunicación, hoy estoy enfocada en proyectos relacionados con el bienestar, la responsabilidad social y los viajes, siempre con el objetivo de aportar valor a las personas.

Hay personas que viven una transformación a través de una crisis y otras a través de una llamada interior. ¿Cuál fue tu caso?

Ha sido una mezcla de ambas cosas. Todo el mundo teme las crisis porque generan sufrimiento, pero también son momentos que aportan mucha luz. A mí me ocurrió así. Esas experiencias me han ayudado a escuchar más mi voz interior y a dejarme guiar por mis valores a la hora de tomar decisiones.

¿Qué significa para ti “vivir con sentido”?

Vivir alineada con tu verdadera esencia y con un propósito que aporte valor al mundo. Cada persona es única y tiene algo especial que ofrecer a los demás. El gran desafío de la vida es descubrir qué es. Cuando lo haces, comprendes que toda vida merece la pena y puede dejar una huella positiva en los demás.

En un mundo obsesionado con la productividad, ¿cómo distingues entre estar ocupada y estar verdaderamente conectada con tu propósito?

Cuando vivo conectada con mi propósito siento más paz y alegría. Cuando estoy enfocada únicamente en la productividad aparecen la ansiedad y el estrés. Por eso es tan importante dedicar tiempo al silencio y a la reflexión. En mi caso, el yoga, la meditación y el estudio de la mística me ayudan a mantener esa conexión.

Tu último trabajo gira en torno al bienestar interior. ¿Crees que hemos confundido bienestar con comodidad?

Sí. Vivimos en una época en la que la tecnología nos facilita muchas cosas, pero también puede hacernos más frágiles. El bienestar no consiste en evitar el esfuerzo, sino en encontrar aquello que nos ayuda a vivir con más paz, alegría y realización personal. Aristóteles lo llamó eudaimonía: convertirse en la persona que uno está llamado a ser.

Vivimos una auténtica epidemia de estrés, ansiedad y ruido mental. ¿Cuál es el principal error que cometemos al intentar sentirnos mejor?

Acabar siendo quienes no somos. Intentar vivir una vida que no se corresponde con nuestras circunstancias o capacidades. El gran problema es la comparación constante con los demás.

¿Crees que nos hemos convertido en expertos en cuidar nuestra imagen pero analfabetos en el cuidado de nuestra vida interior?

Las redes sociales han alimentado mucho la cultura del culto al cuerpo y han hecho que olvidemos que la verdadera belleza está en el interior. Necesitamos educar más esa mirada profunda de la que hablaba Saint-Exupéry en *El Principito*: “Lo esencial es invisible a los ojos y solo se ve con el corazón”.

¿Qué señales indican que una persona necesita parar y escucharse antes de seguir adelante?

La ansiedad, la falta de sueño o determinados problemas físicos suelen ser señales de que estamos somatizando algo que ocurre en nuestro interior. Cada persona tiene su propia batalla y necesita atenderla. El cambio global empieza siempre por el cambio de uno mismo.

¿Crees que la sociedad está viviendo una crisis de sentido más que una crisis de salud mental?

Pienso que muchos problemas de salud mental tienen su origen precisamente en una crisis de sentido. Por eso escribí *Vivir con sentido*, para compartir aquello que a mí me ha ayudado a encontrar más equilibrio, paz y alegría en la vida.

Y para terminar: cuando miras hacia el futuro, ¿qué legado te gustaría dejar a través de tu trabajo?

Aquel que contribuya a mejorar la vida de las personas. Hay una frase que me encanta: “Ayudando a una persona quizá no puedas cambiar el mundo, pero sí cambiarás el mundo de esa persona”. ✨



"Well-being isn't about adding more to our lives; it's about letting go of what takes us away from who we truly are."



Meet María de León, a communicator, author and leading voice in the fields of well-being, personal growth and human development. In our conversation, she shared how her work encourages purposeful living through self-discovery, emotional awareness and a commitment to making a positive difference in society.

We first came to know you as a communicator, entrepreneur and influencer. Today, you speak about well-being, personal growth, yoga and purposeful living. What led you to change the direction of your life?

More than changing the direction of my life, what changed was the way I see it and the purpose that drives it. The experiences I've lived through, together with my studies in the Humanities and well-being, helped me cultivate a richer inner life and discover valuable tools for personal growth. After more than twenty years working in communications, I'm now focused on projects related to well-being, social responsibility and travel, always with the aim of making a positive contribution to people's lives.

Some people experience transformation through a crisis, while others are guided by an inner calling. Which was it for you?

A combination of both. Everyone fears crises because they bring suffering, but they can also be moments of great clarity and insight. That was certainly my experience. Those challenges helped me listen more closely to my inner voice and rely on my values when making important decisions.

What does "living with purpose" mean to you?

It means living in alignment with your true self and with a purpose that brings value to the world. Every person is unique and has something special to offer others. The great challenge in life is discovering what that is. Once you do, you realise that every life has meaning and that each of us can leave a positive mark on the lives of others.

In a world obsessed with productivity, how do you distinguish between being busy and being genuinely connected to your purpose?

When I'm connected to my purpose, I feel a greater sense of peace and joy. When I'm focused solely on productivity, anxiety and stress tend to take over. That's

why making time for silence and reflection is so important. For me, yoga, meditation and the study of mysticism help me maintain that connection.

Your latest work focuses on inner well-being. Do you think we've confused well-being with comfort?

Yes, I do. We live in an age where technology makes many aspects of life easier, but it can also make us more fragile. Well-being is not about avoiding effort or discomfort; it's about finding what helps us live with greater peace, joy and personal fulfilment. Aristotle called it eudaimonia, becoming the person you are meant to be.

We seem to be living through an epidemic of stress, anxiety and mental overload. What is the biggest mistake we make when trying to feel better?

Trying to become someone we're not. We often strive for a life that doesn't match our circumstances or capabilities. The real problem is the constant comparison with others.

Do you think we've become experts at taking care of our image while remaining illiterate when it comes to nurturing our inner lives?

Social media has undoubtedly fuelled an obsession with appearance and physical image, causing us to forget that true beauty comes from within. We need to cultivate the deeper way of seeing that Saint-Exupéry spoke about in *The Little Prince*: "What is essential is invisible to the eye; it can only be seen with the heart."

What signs suggest that someone needs to pause and listen to themselves before moving forward?

Anxiety, sleep problems and certain physical symptoms are often signs that we are carrying unresolved issues within us. Everyone faces their own inner struggles, and it's important to pay attention to them. Meaningful change in the world always begins with personal change.

Do you believe society is experiencing a crisis of meaning more than a mental health crisis?

I believe many mental health issues stem from a deeper crisis of meaning. That's one of the reasons I wrote *Living with Purpose* to share what has helped me find greater balance, peace and joy in my own life.

Finally, when you look to the future, what legacy would you like to leave through your work?

A legacy that helps improve people's lives. There's a quote I love: "You may not be able to change the whole world by helping one person, but you can change the world of that one person." ✨



Los TERREMOTOS del cielo

El rugido del vacío o el enigma de los skyquakes

POR | BY | REDACCIÓN MG MAGAZINE

Imagina un cielo completamente despejado, sin rastro de tormentas ni aviones a la vista. De pronto, un estruendo masivo desgarrar el silencio, es una explosión tan potente que hace vibrar los cristales y sacude el suelo bajo tus pies. No hay humo, no hay rastro de impacto. Solo el vacío.

Los cielmotos o skyquakes, en inglés, son un rarísimo fenómeno natural que ocurre en los cielos y del que **no tenemos una explicación clara**. Consiste en un fuerte sonido que llega a causar vibración en objetos y edificios. Es un fenómeno que lleva siglos desconcertando a la humanidad y, a día de hoy, la ciencia sigue sin una respuesta definitiva.

Lo más inquietante de los cielmotos es que son **impredecibles**. No siguen un patrón geográfico ni temporal. La lógica nos hace pensar que puedan aparecer antes, durante o después de una tormenta, pero también se dan fuera de estos contextos. Algunos testigos describen el sonido como un **trueno "metálico"** o el disparo de una batería de cañones antiguos.

¿Es posible que estemos escuchando ecos de la Tierra reajustándose o, como sugieren algunos, brechas momentáneas en la atmósfera que aún no comprendemos? Mientras los sismógrafos detectan el estruendo, pero no el origen, el cielo sigue guardando su secreto más ruidoso.

Los investigadores han intentado catalogarlos, pero los datos son contradictorios. Hay tres hipótesis que parecen sonar con más fuerza:

1. Escapes de gas metano:

Se cree que en el fondo oceánico pueden liberarse burbujas gigantes de gas que explotan al llegar a la superficie, pero esto no explica los ruidos en zonas montañosas.

2. Meteoros invisibles:

Rocas espaciales que se desintegran en la alta atmósfera creando una onda de choque, aunque muchas veces no hay rastro visual del bólido.

3. Cavitación atmosférica:

Un choque violento de masas de aire frío y caliente, una suerte de "terremoto en el cielo", aunque la energía necesaria para tal estruendo es difícil de justificar sin una tormenta previa.

Ya sabes, la próxima vez que escuches un trueno en un día de sol, mira hacia arriba: podrías estar presenciando uno de los últimos grandes misterios de nuestro planeta. ✦



EARTHQUAKES

in the Sky

The roar of the void or the mystery of skyquakes

Imagine a completely clear sky, with no sign of storms or airplanes in sight. Suddenly, a massive boom tears through the silence: an explosion so powerful that it rattles windows and shakes the ground beneath your feet. There is no smoke, no sign of impact. Only emptiness.

Skyquakes, also known as “earthquakes in the sky,” are an extremely rare natural phenomenon that occurs in the atmosphere and still **has no clear scientific explanation**. They consist of a powerful sound capable of causing vibrations in objects and buildings. This phenomenon has puzzled humanity for centuries and, even today, science still has no definitive answer.

The most disturbing thing about skyquakes is that they are **unpredictable**. They do not follow any geographical or time pattern. Logic would make us think they might appear before, during, or after a storm, but they also occur outside these situations. Some witnesses describe the sound as a **“metallic” thunderclap** or the firing of a battery of ancient cannons.

Could we be hearing echoes of the Earth readjusting itself, or perhaps, as some suggest, temporary ruptures in the atmosphere that we still do not understand? While seismographs can detect the booming sound, they cannot identify its origin, and the sky continues to guard its loudest secret.

Researchers have tried to classify these events, but the data is contradictory. There are three hypotheses that seem to be the strongest explanations:

1. Methane gas releases:

It is believed that giant bubbles of gas may be released from the ocean floor and explode when they reach the surface, but this does not explain the sounds heard in mountainous areas.

2. Invisible meteors:

Space rocks that disintegrate in the upper atmosphere, creating a shock wave, although there is often no visible trace of the meteor.

3. Atmospheric cavitation:

A violent collision between masses of cold and warm air, a kind of “earthquake in the sky,” although the energy required for such a loud boom is difficult to explain without a previous storm.

Now, the next time you hear thunder on a sunny day, look up at the sky: you might be witnessing one of the last great mysteries of our planet. ✨



TÍTULO: Vera, una historia de amor
AUTOR: Juan del Val
ED: Planeta

Una relación marcada por diferencias sociales y decisiones vitales pone a prueba el amor entre dos personas que luchan por entenderse, mientras enfrentan sus límites, deseos y contradicciones.



TÍTULO: El último secreto
AUTOR: Dan Brown
ED: Planeta

Un criptógrafo se ve envuelto en una conspiración global donde ciencia, religión y poder chocan, obligándolo a descifrar un secreto capaz de cambiar el destino de la humanidad.



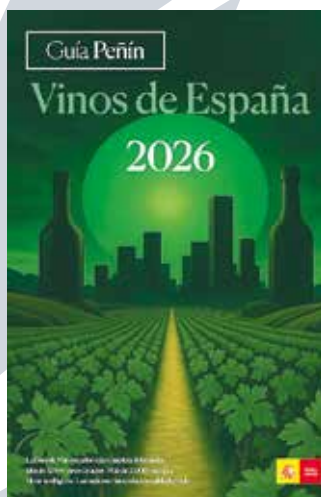
TÍTULO: Laberinto mar
AUTOR: Noemí Sabugal
ED: Alfaguara

La autora recorre la costa española explorando su relación con el mar, combinando historia, cultura y testimonios actuales para reflexionar sobre identidad y transformación.



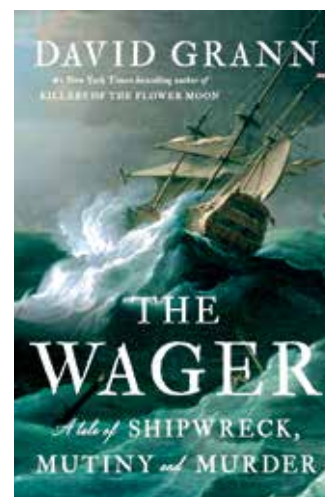
TÍTULO: Una niña buena
AUTOR: Elísabet Benavent
ED: SUMA

Tras una vida de aparente perfección, la protagonista empieza a cuestionar su vida. En ese proceso, se enfrenta a sus miedos y deseos para redefinirse y tomar el control de su propio destino.



TÍTULO: Guía Peñín - Vinos de España 2026
AUTOR: Varios autores
ED: Pierre Comunicación Integral

La guía imprescindible para descubrir los mejores vinos de España en 2026: catas, puntuaciones, bodegas y recomendaciones para explorar la riqueza vinícola española.



TITLE: The Wager
AUTHOR: David Grann
PUBLISHER: Doubleday

In 1741, a British warship wrecks off South America; stranded survivors face hunger, chaos and mutiny. Based on a true story, this bestseller is being adapted into a major film soon.





Greenwich Village



En Greenwich Village te ayudaremos a encontrar la casa de tus sueños, 35 años en la zona nos avalan

VENTA OBRA NUEVA • VENTA SEGUNDA MANO • ALQUILER TEMPORAL • ALQUILER ANUAL
VALORACIÓN DE PROPIEDADES • ASESORAMIENTO INMOBILIARIO • REFORMAS DE VIVIENDA

Puerto Campomanes Edif. timonel Local 76 03599 - Altea - T. 965 840 543 - 647 983 076 - M. info@inmogreenwich.com

www.inmogreenwich.com

EXPERIENCIAS EXPERIENCES

29:03

MINUTES

EL HOMBRE QUE AGUANTA MEDIA HORA SIN RESPIRAR

THE MAN WHO CAN HOLD HIS BREATH FOR HALF AN HOUR

POR | BY: MARTA COPEIRO DEL VILLAR





¿CUÁLES SON LOS LÍMITES DEL SER HUMANO? CONSTANTEMENTE DESCUBRIMOS NUEVAS COTAS QUE HASTA EL MOMENTO PENSÁBAMOS QUE ERAN INALCANZABLES. ES EL CASO DEL CROATA, VITOMIR MARIČIĆ, QUE HA BATIDO UN RÉCORD MUNDIAL DE APNEA DIFÍCIL DE CREER.

Vitomir Marićić logró en junio de 2025 una de las marcas más sorprendentes registradas en el mundo de la apnea: permanecer **29 minutos y 3 segundos bajo el agua, sin respirar**. El récord, validado por Guinness World Records y realizado en Opatija (Croacia), lo convirtió en el hombre con la apnea estática más larga jamás documentada. Casi media hora suspendido en un silencio líquido. Una eternidad.

La cifra parece desafiar la biología humana. Sin embargo, detrás de la hazaña no hay elementos místicos ni capacidades sobrenaturales, sino entrenamiento especializado, adaptación fisiológica y condiciones extremadamente controladas. Marićić no lo describe como una lucha, sino como una **rendición controlada**. No pelea con el océano; se sincroniza con él. Quizá por eso muchos ven en la apnea algo cercano a una forma radical de meditación. No se trata de contener el aire, sino de **aquietar el miedo**.

La modalidad en la que Marićić consiguió el récord se denomina **apnea estática**. Consiste en mantenerse inmóvil en el agua conteniendo la respiración el mayor tiempo posible. A diferencia de otras disciplinas de apnea, aquí el objetivo principal es reducir al máximo el consumo de oxígeno mediante **la relajación física y el control mental**.

Es importante aclarar un aspecto clave: para este récord se utilizó **preoxigenación**, es decir, respiración previa con oxígeno puro antes de la inmersión. Esto aumenta considerablemente las reservas de oxígeno del organismo y permite prolongar el tiempo bajo el agua mucho más que



en una apnea realizada con aire normal. Por ello, dentro del mundo de la apnea se distingue claramente entre marcas “con oxígeno” y récords competitivos tradicionales.

Aun así, la marca sigue siendo extraordinaria desde el punto de vista fisiológico. Durante una apnea prolongada, el cuerpo activa el llamado “reflejo mamífero de inmersión”, una respuesta automática compartida con mamíferos marinos. Entre sus efectos se encuentran la **reducción de la frecuencia cardíaca**, la **redistribución de la sangre hacia órganos vitales** y una **disminución del consumo de oxígeno**.

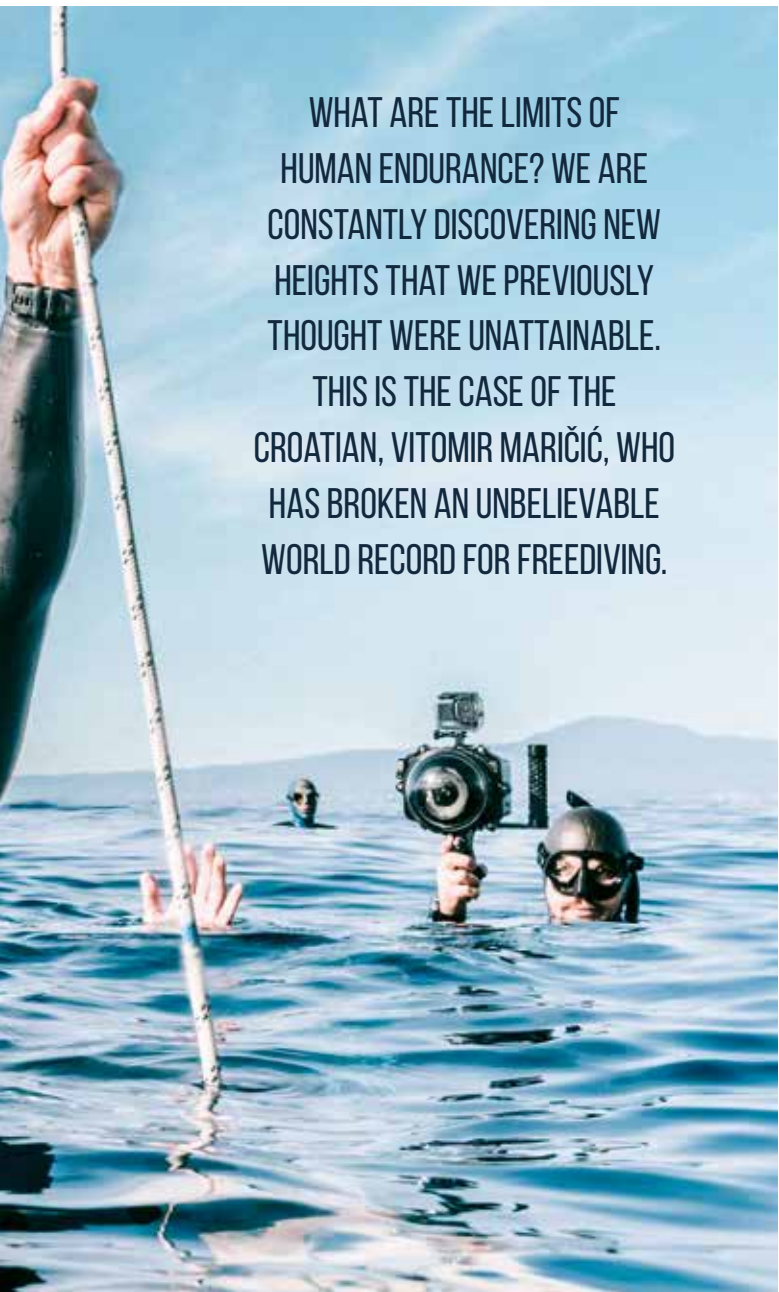
Los apneístas entrenan estas respuestas mediante ejercicios respiratorios, tolerancia al dióxido de carbono y técnicas de relajación. La clave no consiste en “dejar de necesitar aire”, sino en consumir oxígeno más lentamente y retrasar el impulso natural de respirar.

Marčić pertenece a una generación de apneístas que combina **deporte, divulgación y exploración marina**. Además de competir, participa en proyectos de conser-

vación oceánica y educación ambiental. Su récord de 2025 estuvo vinculado a la campaña “Fit for the Ocean”, centrada en la protección de los mares y la sensibilización sobre la pesca ilegal.

Parte del interés que despierta la apnea extrema proviene de la imagen casi irreal que transmite: un ser humano inmóvil bajo el agua durante cerca de media hora. Se trata de una proeza que **conlleva riesgos importantes**, como hipoxia o pérdida de conocimiento, y que siempre debe realizarse bajo supervisión profesional.

El récord de 29 minutos y 3 segundos será una referencia dentro de la apnea moderna por mucho tiempo, pero más allá de la cifra, la marca demuestra hasta qué punto el cuerpo humano puede adaptarse cuando entrenamiento, conocimiento y control fisiológico trabajan al límite. Y la hazaña de Marčić verdaderamente es haber demostrado que **los límites humanos son, a veces, mucho más elásticos de lo que creemos**.✦



WHAT ARE THE LIMITS OF
HUMAN ENDURANCE? WE ARE
CONSTANTLY DISCOVERING NEW
HEIGHTS THAT WE PREVIOUSLY
THOUGHT WERE UNATTAINABLE.
THIS IS THE CASE OF THE
CROATIAN, VITOMIR MARIČIĆ, WHO
HAS BROKEN AN UNBELIEVABLE
WORLD RECORD FOR FREEDIVING.

In June 2025, Vitimir Marčić achieved one of the most astonishing records in the world of freediving: remaining **underwater for 29 minutes and 3 seconds without breathing**. The record, validated by Guinness World Records and set in Opatija, Croatia, made him the man with the longest documented static apnea. Almost half an hour suspended in liquid silence. An eternity.

The feat seems to defy human biology. However, behind the achievement there are no mystical elements or supernatural abilities, but rather specialized training, physiological adaptation, and extremely controlled conditions. Marčić doesn't describe it as a struggle, but as a **controlled surrender**. He doesn't fight the ocean; he synchronizes with it. Perhaps that's why many see freediving as something akin to a radical form of **meditation**. It's not about holding your breath, but about **calming your fear**.

The discipline in which Marčić achieved the record is called **static apnea**. It consists of remaining motionless in the water while holding your breath for as long as possible. Unlike other freediving disciplines, the main objective here is to minimize oxygen consumption through physical relaxation and mental control.

It's important to clarify a key point: this record was achieved using **pre-oxygenation**, meaning breathing pure oxygen before the dive. This significantly increases the body's oxygen reserves and allows for much longer underwater time than with a breath-hold using regular air. Therefore, within the freediving world, a clear distinction is made between records achieved “with oxygen” and traditional competitive records.

Even so, the record remains extraordinary from a physiological perspective. During a prolonged breath-hold, the body activates the so-called “mammalian diving reflex”, an automatic response shared with marine mammals. Its effects include a **reduction in heart rate, redistribution of blood to vital organs**, and a **decrease in oxygen consumption**.

Freedivers train these responses through breathing exercises, carbon dioxide tolerance training, and relaxation techniques. The key is not to “stop needing air”, but to consume oxygen more slowly and delay the natural urge to breathe.



Marčić belongs to a generation of freedivers who combine **sport, science outreach, and marine exploration**. In addition to competing, he participates in ocean conservation and environmental education projects. His 2025 record was linked to the “Fit for the Ocean” campaign, focused on protecting the seas and raising awareness about illegal fishing.

Part of the appeal of extreme freediving stems from the almost surreal image it conveys: a human being motionless underwater for nearly half an hour. It's important to remember that these types of challenges **involve significant risks**, such as hypoxia or loss of consciousness, and should always be undertaken under professional supervision.

The record of 29 minutes and 3 seconds will be a benchmark in modern freediving for a long time. Beyond the number, the mark demonstrates the extent to which the human body can adapt when training, knowledge, and physiological control are pushed to their limits. And Marčić's feat truly lies in having shown that **human limits are, sometimes, more elastic than we thought.**✦



MÁS QUE BARCOS, EXPERIENCIAS



mengual

NAUTICA

Importadores oficiales para España

Sea Ray



solarisPOWER
DAL 1974 PER CHI NAVIGA

www.nauticamengual.com

Miguel Rivas

MIDE SU COCINA POR COORDENADAS:
ASÍ ES LA NUEVA ETAPA DE GREENWICH EN ALTEA

Charts His Cuisine by Coordinates: The New Era of Greenwich in Altea



El chef y gerente del restaurante lidera la nueva identidad, basada en tres conceptos gastronómicos diferenciados —Greenwich, Meridiano 0 y Meantime—, en un proyecto que ya ha sido reconocido como Restaurante Guía Repsol 2026.

The restaurant's chef and manager is leading a new identity built around three distinct gastronomic concepts —Greenwich, Meridiano 0 and Meantime— in a project already recognised as a Guía Repsol 2026 Recommended Restaurant.



MERIDIANO
MEANTIME



En cocina, como en navegación, todo depende de tener un buen punto de partida y saber darle tiempo a las cosas. Un meridiano desde el que orientarse y el respeto por el producto de temporada son la base de una cocina bien resuelta. En el Puerto Deportivo Marina Greenwich, ese oficio tiene nombre propio: **Miguel Rivas, chef al frente de Greenwich y de la futura barra Meridiano 0**, e impulsor de la nueva etapa de un proyecto que ha hecho del meridiano cero su seña de identidad. Desde el pasado 4 de julio, el universo se completa con **Meantime**, el nuevo gastrobar del puerto.

Antes de llegar a Altea, Rivas forjó una sólida trayectoria. Formado en la **Escuela de Hostelería de Sevilla**, trabajó en **Madrid** junto a algunos de los nombres más importantes de la cocina española antes de trasladarse a Suiza, donde fue jefe de pastelería en **hoteles Relais & Châteaux de Berna y Lucerna** y fue reconocido entre los mejores del país en su especialidad. Fue precisamente durante esa etapa en Suiza cuando Kiko Moya, chef de L'Escaleta —dos Estrellas Michelin en Cocentaina—, se fijó en él y lo in-

corporó a su equipo, una experiencia que Rivas considera determinante en su forma de entender la técnica y el liderazgo en cocina. “Con Kiko aprendí que la exigencia y el cariño por el producto no están reñidos. Aquella experiencia me marcó mucho más de lo que pensaba”, recuerda.

Ese recorrido es el que hoy vuelca en este proyecto que se articula en **tres espacios dentro de un mismo universo**. “Queríamos que el nombre dijera algo sobre lo que hacemos, no solo sobre dónde estamos. Greenwich nos transmitía esa idea de punto de referencia, de meridiano cero desde el que medir todo lo demás. Nos pareció el nombre perfecto para un



restaurante que aspira a ser un destino, no solo una parada dentro del puerto", explica.

El proyecto **Greenwich** es el restaurante principal, recientemente distinguido como Restaurante Guía Repsol 2026. Propone una experiencia gastronómica basada en **la estacionalidad, la cocina mediterránea y el entorno marítimo**. Entre sus platos destacan el arroz de salmónete, alcachofa y papada ibérica o el pastrami de presa ibérica con mole mediterráneo y endivia noisette a la brasa. "Me gusta partir de algo muy reconocible, como el arroz o la parrilla, y desde ahí permitirme ir un poco más lejos con la

técnica. El pastrami de presa ibérica con mole es un buen ejemplo", explica. Esa cocina se sostiene sobre un equipo en el que **Carlos Pérez, jefe de cocina y mano derecha de Rivas**, desempeña un papel esencial. Formado en restaurantes como Quique Dacosta, Atrio y Cobo Estratos, aporta una cocina precisa, constante y respetuosa con el producto.

La misma filosofía se traslada a la sala de la mano de **Fran Gómez**, que **compagina la dirección de sala con la labor de sumiller**. Su trabajo busca acompañar cada plato con criterio, aportando el maridaje adecuado sin restar protagonismo a la cocina.

Por su parte, **Meridiano 0**, una **barra de solo seis plazas frente a la cocina**, abrirá en septiembre como el **espacio más exclusivo** del proyecto. Allí, el comensal compartirá una **experiencia**



cia directa con el chef. "Es el espacio que más ilusión me hace. Seis personas, la cocina delante y sin distancia entre quien cocina y quien come. Ahí cada plato tiene que estar pensado al milímetro", afirma Rivas.

La tercera pata del proyecto es **Meantime**, el **gastrobar** inaugurado el pasado 4 de julio para disfrutar del aperitivo y la sobremesa junto al mar. Inspirado en las siglas GMT (Greenwich Mean Time), traslada el universo Greenwich a un **formato más informal**. "Es la otra cara de la misma moneda: el mismo universo, pero pensado para **tomar algo con vistas al mar**", resume el chef. Laurent-Perrier y los vinos de Marqués de Riscal protagonizan una carta líquida concebida como punto de encuentro.

Con esta nueva etapa, **Stone Graal**, grupo liderado por su **CEO Philippe Benoliel**, busca consolidar el proyecto como uno de los destinos gastronómicos del Mediterráneo en Altea. "Creemos firmemente en el potencial de este enclave y en el talento de Miguel y del resto del equipo para llevarlo al lugar que merece", señala Benoliel. Un respaldo que, según Rivas, ha sido decisivo: "Tener detrás a Stone Graal y la confianza de Philippe nos ha permitido pensar el proyecto a largo plazo, sin prisas y con una identidad muy definida desde el principio". ✨



In cooking, as in sailing, everything begins with finding the right point of departure and giving things the time they deserve. A fixed meridian to guide the way, together with a deep respect for seasonal produce, forms the foundation of well-executed cuisine. At Marina Greenwich in Altea, that philosophy has a name: **Miguel Rivas, chef of Greenwich and the future Meridiano 0 chef's counter**, and the driving force behind a project that has made the Prime Meridian its defining identity. Since 4 July, that culinary universe has expanded with the opening of **Meantime**, the marina's new gastrobar.

Before arriving in Altea, Rivas had already built an impressive career. After training at the **School of Hospitality in Seville**, he worked alongside some of Spain's leading chefs in **Madrid** before moving to **Switzerland**, where he served as Executive Pastry Chef at **Relais & Châteaux hotels in Bern and Lucerne**, earning recognition among the country's finest pastry professionals. It was during his time in Switzerland that Kiko Moya, chef of L'Escaleta —holder of two Michelin Stars in Cocentaina— noticed his talent and invited him to join his team, an experience that Rivas considers fundamental to his understanding of technique and kitchen leadership.

"With Kiko, I learned that high standards and genuine respect for ingredients go hand in hand. That experience shaped me far more than I realised at the time", he recalls.

Today, Rivas channels that experience into **a project built around three complementary concepts**. "We wanted the name to say something about what we do, not simply where we are. Greenwich conveyed the idea of a reference point —a Prime Meridian from which everything else is measured. It felt like the perfect name for a restaurant that aspires to be a destination rather than simply another stop in the marina", he explains.

At the heart of the project is **Greenwich**, recently recognised as a **Guía Repsol 2026 Recommended Restaurant**. Its cuisine is rooted in sea-

sonality, Mediterranean flavours and a close connection to the sea. Signature dishes include red mullet rice with artichokes and Iberian pork jowl, alongside Iberian pork presa pastrami served with Mediterranean mole and grilled endive noisette. "I like to start with something familiar, such as rice or cooking over fire, and then take it a step further through technique. The Iberian pork presa pastrami with mole is a perfect example of that approach", says Rivas.

Behind the kitchen stands a team in which **Head Chef Carlos Pérez —Rivas's right-hand man—** plays a pivotal role. Having trained in acclaimed restaurants including Quique Dacosta, Atrio and Cobo Estratos, Pérez brings precision, consistency and deep respect for the quality of every ingredient.

That same philosophy extends into the dining room under the direction of **Fran Gómez, who combines his role as Restaurant Manager with that of Sommelier**. His aim is not to steal the spotlight, but to enhance every dish through thoughtful wine pairings that complement, rather than overshadow, the cuisine.

Opening in September, **Meridiano 0** will become **the project's most exclusive experience: a six-seat chef's counter** positioned directly in front of the kitchen, where guests will enjoy an intimate dialogue with the chef. "It's the part of the project I'm





most excited about", says Rivas. "Just six guests, the kitchen right in front of them, with no distance between the person cooking and the person eating. Every dish has to be thought through down to the smallest detail".

Completing the concept is **Meantime**, the **gastrobar** that opened on 4 July, designed for aperitifs and relaxed afternoons overlooking the Mediterranean. Inspired by GMT (Greenwich Mean Time), it offers a **more informal interpretation** of the Greenwich philosophy. "It's the other side of the same coin", Rivas explains. "The same universe, but designed for **enjoying a drink by the sea** without the formality of a full dining experience". Laurent-Perrier Champagne and Marqués de Riscal wines headline a drinks programme conceived as a meeting point for locals and visitors alike.

With this new chapter, **Stone Graal**, led by **CEO Philippe Benoliel**, aims to establish the project as one of the Mediterranean's leading culinary destinations in Altea. "We firmly believe in the potential of this unique location and in Miguel's talent, together with that of the entire team, to take it where it deserves to be", says Benoliel. For Rivas, that support has been instrumental. "Having Stone Graal behind us, and Philippe's confidence in what we wanted to build, has given us the freedom to think long-term, without rushing, and to develop a project with a very clear identity from the very beginning". ✨

Lily:

la redefinición del diseño náutico del futuro
the superyacht redefining the future of yacht design

La industria de los superyates está acostumbrada a sorprender con propuestas cada vez más innovadoras, pero pocas han causado tanto impacto como Lily, el nuevo concepto presentado por los prestigiosos estudios holandeses **Oceanco y Vripack**.

Con una silueta inspirada en la forma de un **nenúfar flotando sobre el agua**, este espectacular proyecto rompe con décadas de diseño convencional y ofrece una visión completamente diferente de cómo podrían ser los grandes yates del futuro.

Lily cuenta con una eslora de 101 metros y destaca por sus llamativas **estructuras curvas en forma de pétalos** que se elevan desde la cubierta principal. Estos elementos no solo aportan una imagen única y reconocible, sino que también crean amplios espacios abiertos con **vistas panorámicas al mar**. El resultado es una embarcación que parece más una **obra de arte flotante** que un yate tradicional.

El diseño interior ha sido concebido para maximizar la conexión con el entorno marino. **Grandes superficies acristaladas** permiten que la luz natural inunde los espacios habitables, mientras que las zonas exteriores ofrecen diferentes ambientes para el descanso, el entretenimiento y la vida social a bordo. Entre sus instalaciones destacan áreas de bienestar, terrazas privadas, espacios para eventos y un exclusivo apartamento reservado al propietario.

El diseño de este yate representa una **apuesta por la innovación tecnológica y la sostenibilidad**. Los diseñadores han integrado soluciones destinadas a reducir el impacto ambiental y mejorar la eficiencia energética, una tendencia cada vez más importante dentro del sector náu-

tico de alta gama. Aunque se trata todavía de **un concepto** y no de una embarcación en construcción, muchas de las tecnologías planteadas podrían convertirse en referencia para futuros proyectos.

Con Lily, Oceanco y Vripack proponen una **declaración de intenciones** sobre el rumbo que podría tomar la náutica de lujo en los próximos años. Una combinación de **creatividad, ingeniería y respeto por el entorno** que demuestra que el futuro de los yates puede ser tan espectacular como sostenible. ✨





The superyacht industry is no stranger to groundbreaking concepts, but few have generated as much attention as Lily, the new design unveiled by renowned Dutch studios **Oceanco and Vripack**.

Inspired by the shape of a **water lily floating on the surface of a pond**, this spectacular project breaks away from decades of conventional yacht design and offers a completely new vision of what the yachts of the future could look like.



Measuring over 100 meters in length, Lily stands out thanks to its striking **petal-shaped structures** that rise gracefully from the main deck. These architectural elements not only create a unique and instantly recognisable silhouette, but also provide expansive open spaces with **panoramic views of the sea**. The result is a vessel that resembles a **floating work of art** more than a traditional yacht.

The interior layout has been carefully designed to maximize the connection between guests and the surrounding marine environment. **Large glass surfaces** allow natural light to flood the living areas, while the outdoor decks offer a variety of spaces for relaxation, entertainment and social gatherings. Among its standout features are wellness areas, private terraces, event spaces and an exclusive owner's apartment designed to provide maximum privacy and comfort.

This yacht's design reflects a strong **commitment to technological innovation and sustainability**. The designers have incorporated concepts aimed at reducing environmental impact and improving energy efficiency, an increasingly important priority within the luxury yachting sector. Although Lily remains a concept rather than a yacht currently under construction, many of its proposed technologies and design solutions could influence future superyacht projects.

With Lily, Oceanco and Vripack have created more than just another luxury yacht concept. They have presented a **bold statement** about the future direction of the industry, one where **creativity, engineering excellence and environmental responsibility** come together. It is a vision that proves the future of luxury yachting can be both spectacular and sustainable. ✨



Carta Náutica

Nautical Chart



Travesía de Marina Greenwich a las Islas Columbretes

Crossing from Marina Greenwich to the Columbretes Islands

Un santuario volcánico en alta mar reservado a navegantes experimentados.

Situadas frente a la costa de Castellón, Las Columbretes distan unas 90 millas náuticas de Marina Greenwich y unas 28 desde Castellón. El rumbo desde Altea es noreste (030°–040°), con navegación en mar abierto y **sin referencias visuales**, por lo que resulta imprescindible contar con GPS, carta náutica actualizada y control constante del rumbo. La travesía dura entre **15 horas en velero** y 4-5 en embarcación a motor, siendo habitual zarpar al amanecer o navegar de noche.

Las condiciones pueden ser **exigentes**: el viento de **levante** (E–NE) puede generar mar incómoda, y el **poniente** (W), aunque más estable, suele ser racheado. A esto se suma el **oleaje** de mar abierto y corrientes generalmente débiles pero presentes. Elegir una ventana meteorológica estable es imprescindible.

El archipiélago lo componen la **Isla Grossa** —la mayor, con forma de cráter volcánico—, **La Ferrera**, **La Foradada** y **El Carallot**, vestigio de un antiguo volcán. La llegada habitual se realiza a Isla Grossa. Son una reserva marina protegida desde 1990, y su **acceso está estrictamente regulado**. El fondeo libre está prohibido, solo se permite amarrar en boyas ecológicas, previa reserva obligatoria gestionada por la Generalitat Valenciana.

Estas islas son uno de los ecosistemas mejor conservados del Mediterráneo español. Sus aguas acogen una **gran biodiversidad**, con presencia de meros, barracudas, fondos volcánicos y comunidades coralinas, además de constituir un importante refugio para aves marinas. Las visitas, altamente reguladas, se realizan en **itinerarios guiados** que garantizan la conservación de este enclave donde la pesca está prohibida y el buceo requiere **autorización previa**.

Las Columbretes son una travesía para navegantes preparados que buscan naturaleza en estado puro y una experiencia auténtica en alta mar.

A volcanic sanctuary in the open sea reserved for experienced sailors.

Located off the coast of Castellón, the Columbretes Islands lie 90 nautical miles from Marina Greenwich and about 28 miles from Castellón. The course from Altea is northeast (030°–040°), with navigation mostly in open sea and **without visual references**, making it essential to rely on a GPS, updated nautical charts, and constant course monitoring. The journey takes between **15 hours by sailboat** and 4 to 5 hours by motorboat, many sailors choose to depart at dawn or undertake a well-planned night crossing.

Conditions can be demanding: **easterly winds** (E–NE) may create uncomfortable seas, while **westerlies** (W), though more stable, are often gusty. We have to take into consideration as well **open-sea swell** and generally weak but noticeable currents, making the choice of a stable weather window crucial.

The archipelago is made up of **Isla Grossa**—the largest, shaped like a volcanic crater—along with **La Ferrera**, **La Foradada**, and **El Carallot**, a remnant of an ancient volcano. Arrival is usually made at Isla Grossa. Declared a marine reserve in 1990, **access is strictly regulated**: free anchoring is prohibited, and mooring is only allowed on eco-buoys with prior reservation managed by the Generalitat Valenciana.

These islands host one of the best-preserved ecosystems in the Spanish Mediterranean. Their waters hold **remarkable biodiversity**, including groupers, barracudas, volcanic seabeds, and coral communities, as well as serving as an important refuge for seabirds. Visits are highly regulated and conducted through **guided itineraries** to ensure conservation, with fishing prohibited and diving allowed only with **prior authorisation**.

The Columbretes are not just a destination but a journey for well-prepared sailors seeking unspoiled nature and an authentic open-sea experience.



Museos inmersivos

cuando la cultura se convierte en experiencia

Desde hace unos años, la cultura ha dejado de ser únicamente contemplativa para transformarse en una **vivencia**. Vivimos en un contexto marcado por la tecnología y la búsqueda de experiencias memorables, por eso no es de extrañar que los museos inmersivos hayan irrumpido con fuerza, redefiniendo la manera en que nos relacionamos con el arte.

Lejos de las salas silenciosas y las obras intocables, estos espacios **invitan al visitante a formar parte activa del recorrido**. Luz, sonido, inteligencia artificial, proyecciones digitales y narrativa se combinan para crear entornos envolventes donde el espectador deja de observar y pasa a habitar el arte. La visita ya no es solo intelectual, sino también emocional y sensorial.

Esta nueva forma de entender la cultura no solo amplía el público, haciéndola **más accesible y atractiva**, sino que también responde a una sociedad que busca **interacción, participación y conexión**. En este escenario, los museos inmersivos se han consolidado como una de las grandes tendencias culturales del momento.



ALGUNOS DE LOS MUSEOS INMERSIVOS MÁS FAMOSOS DEL MUNDO

Uno de los grandes referentes es **teamLab Borderless**, en Tokio, un espacio pionero donde el arte digital cobra vida sin límites físicos. Sus instalaciones reaccionan al movimiento del visitante, generando un universo cambiante en el que tecnología y naturaleza se entrelazan de forma orgánica.

En París, el **Atelier des Lumières** transforma una antigua fundición en un espectáculo visual inmersivo. Sus exposiciones reinterpretan a grandes artistas a través de proyecciones monumentales y música envolvente, logrando una experiencia profundamente sensorial.

Por otro lado, **ARTECHOUSE**, con sedes en varias ciudades de Estados Unidos, explora la intersección entre arte, ciencia y tecnología. Sus instalaciones interactivas convierten datos, luces y entornos virtuales en experiencias participativas donde el visitante es parte esencial de la obra.

RECOMENDACIONES EN ESPAÑA

En **Madrid**, la oferta de museos inmersivos no deja de crecer. El **Nomad Museo Inmersivo** propone un recorrido sensorial donde la inteligencia artificial y los efectos visuales generan un entorno futurista que invita a cuestionar la realidad.

También destaca **MAD: Madrid Artes Digitales**, un espacio que utiliza proyecciones de gran formato, sonido envolvente y realidad virtual para transportar al visitante a distintos momentos históricos y artísticos.

El **Museo de las Ilusiones** ofrece una propuesta más lúdica y educativa, donde las ilusiones ópticas y los juegos visuales desafían la percepción y revelan los mecanismos del cerebro.

Por último, **IKONO Madrid** apuesta por una experiencia artística multisensorial con salas temáticas pensadas para interactuar, jugar y crear, en un entorno diseñado para estimular la creatividad.

También en **Barcelona**, **IKONO** que ofrece un recorrido por múltiples salas interactivas donde el juego y la participación son protagonistas.

El **Big Fun Museum** reúne diferentes espacios temáticos que combinan arte, ilusión y entretenimiento, creando escenarios pensados para sorprender y fotografiar.

El **Moco Museum Barcelona** incorpora experiencias inmersivas dentro de su propuesta de arte contemporáneo, acercando el arte moderno a nuevos públicos.

Otra propuesta destacada es **Bubble Planet Barcelona**, una experiencia sensorial basada en mundos imaginarios que estimulan los sentidos a través del juego y la exploración.

En **Alicante**, el **Aura Museo** combina luz, color y tecnología para crear espacios interactivos donde el visitante se sumerge en entornos creativos.

Mientras tanto, en **Valencia**, el **Museum of Illusions Valencia** se ha convertido en uno de los más populares, con más de 60 experiencias basadas en ilusiones ópticas que mezclan entretenimiento y aprendizaje.

UNA NUEVA FORMA DE VIVIR LA CULTURA

Los museos inmersivos representan una auténtica revolución cultural. Ya no se trata solo de observar, sino de sentir, interactuar y formar parte del arte. Estos espacios logran recuperar algo esencial: la capacidad de emocionar. Y ahí reside su verdadero éxito: en recordarnos que la cultura, cuando se vive, deja una huella mucho más profunda que cuando solo se contempla. ✨



IMMERSIVE MUSEUMS

WHEN CULTURE BECOMES AN EXPERIENCE

Lately, culture has evolved from something purely contemplative into a **lived experience**. We are immersed in a context shaped by technology and a growing desire for memorable moments, so it is no surprise that immersive museums have emerged so powerfully, redefining the way we engage with art.

Opposite to silent galleries and untouchable works, these spaces **invite visitors to become active participants in the journey**. Light, sound, artificial intelligence, digital projections, and storytelling come together to create fully immersive environments where the spectator no longer simply observes, but inhabits the art. The visit is no longer just intellectual—it becomes emotional and sensory as well.

This new way of understanding culture not only broadens audiences, making it **more accessible and appealing**, but also responds to a society that seeks **interaction, participation, and connection**. In this context, immersive museums have established themselves as one of the most significant cultural trends of our time.

SOME OF THE MOST FAMOUS IMMERSIVE MUSEUMS IN THE WORLD

One of the leading references is **teamLab Borderless** in Tokyo, a pioneering space where digital art comes to life without physical boundaries. Its installations respond to the movement of visitors, creating an ever-changing universe where technology and nature blend seamlessly.

In Paris, the **Atelier des Lumières** transforms a former foundry into an immersive visual spectacle. Its exhibitions reinterpret great artists through monumental projections and enveloping music, resulting in a deeply sensory experience.

Meanwhile, **ARTECHOUSE**, with locations in several cities across the United States, explores the intersection of art,

science, and technology. Its interactive installations turn data, light, and virtual environments into participatory experiences in which the visitor becomes an essential part of the artwork.

RECOMMENDATIONS IN SPAIN

In **Madrid**, the range of immersive museums continues to grow. **Nomad Museo Inmersivo** offers a sensory journey where artificial intelligence and visual effects create a futuristic environment that invites visitors to question reality.

Another standout is **MAD: Madrid Artes Digitales**, a space that uses large-scale projections, immersive sound, and virtual reality to transport visitors to different historical and artistic moments.

The **Museo de las Ilusiones** provides a more playful and educational experience, where optical illusions and visual games challenge perception and reveal how the brain works.

Finally, **IKONO Madrid** delivers a multisensory artistic experience through themed rooms designed for interaction, play, and creativity, all within an environment that stimulates imagination.



Barcelona also boasts a wide range of immersive experiences. **IKONO Barcelona** offers a journey through multiple interactive rooms where play and participation take centre stage.

The **Big Fun Museum** brings together a variety of themed spaces that combine art, illusion, and entertainment, creating settings designed to surprise and be photographed. Moco Museum Barcelona incorporates immersive experiences into its contemporary art offering, bringing modern art closer to new audiences.

Another highlight is **Bubble Planet Barcelona**, a sensory experience based on imaginary worlds that stimulate the senses through play and exploration.

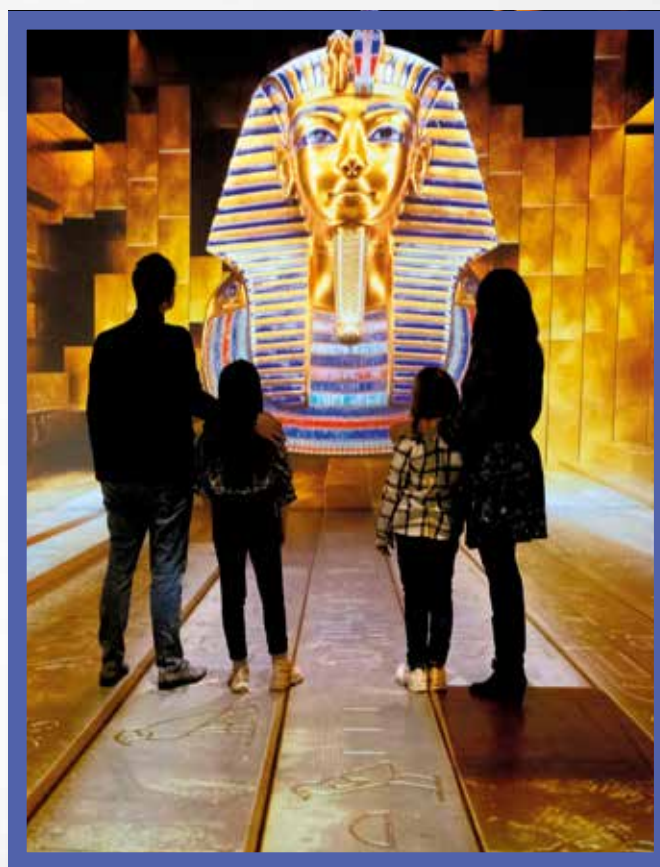


In **Alicante**, **Aura Museo** combines light, colour, and technology to create interactive spaces where visitors can immerse themselves in creative environments.

Meanwhile, in **Valencia**, the **Museum of Illusions Valencia** has become one of the most popular attractions, featuring more than 60 interactive experiences based on optical illusions that blend entertainment with learning.

A NEW WAY TO EXPERIENCE CULTURE

Immersive museums represent a true cultural revolution. It is no longer just about observing, but about feeling, interacting, and becoming part of the art. These spaces succeed in restoring something essential: the ability to move us. And perhaps that is their greatest achievement—reminding us that when culture is experienced, it leaves a far deeper impression than when it is simply observed. ✨





Villa Azita

ALTEA HILLS



Exclusiva villa reformada en Altea Hills con impresionantes vistas panorámicas al mar Mediterráneo y la bahía de Altea. Distribuida en tres plantas, ofrece elegantes espacios abiertos, dormitorios en suite, amplias terrazas, piscina privada y una espectacular cocina exterior junto al jardín. Situada en una de las urbanizaciones más prestigiosas de la Costa Blanca, combina lujo, privacidad, seguridad y el auténtico estilo de vida mediterráneo en un entorno excepcional.

Exclusive renovated villa in Altea Hills featuring breathtaking panoramic views over the Mediterranean Sea and Altea Bay. Set across three levels, the property offers elegant open-plan interiors, en-suite bedrooms, expansive terraces, a private pool, and a spectacular outdoor kitchen beside the landscaped garden. Located in one of the Costa Blanca's most prestigious residential communities, it combines luxury, privacy, security, and the authentic Mediterranean lifestyle in an exceptional setting.

1.950.000€



Lopez & Henderson
SINCE 1983

Luxury, independent estate agency

EL CAMPELLO / MORAIRA / T. +34 965 635 550 / CONTACT@LOPEZANDHENDERSON.COM



L O P E Z A N D H E N D E R S O N . C O M

EL SANTO CÁLIZ DE VALENCIA BAJO LA LUPA DE LA DRA. ANA MAFÉ



Charlamos con la **Dra. Ana Mafé García** sobre arqueología, memoria cristiana, Año Jubilar y el Santo Grial: la reliquia que vuelve a situar a Valencia en el mapa espiritual.

L

a Capilla del Santo Cáliz, en la Catedral de Valencia, guarda esa solemnidad que no se compra, se hereda. La luz cae con pudor sobre una copa venerada por muchos como santa, mientras cada visitante llega con su propia mochila: fe, curiosidad, escepticismo... o esa sospecha —tan medieval y humana— de que lo sagrado también compite.

En ese cruce de miradas aparece Ana Mafé, doctora en Historia del Arte, especialista en la protohistoria del Santo Grial y miembro del Instituto Español de Egiptología y Coptología, donde ejerce además como investigadora sénior del Seminario de Egipto Romano y Bizantino. Su tesis es clara: el debate no se resuelve a golpe de fervor, sino mediante el rigor del método científico.

En sus investigaciones y libros, las piezas encajan con una coherencia poco habitual en el mundo de las reliquias: el Santo Cáliz de Valencia no sería un mito, sino **la copa utilizada por Jesús en la Última Cena**.

Su defensa combina precisión quirúrgica y pulso narrativo. Y quizá por eso, porque habla de ciencia y sin tapujos, despierta tantas adhesiones como controversias.

DE REZAR ANTE EL CÁLIZ A DISECCIONARLO: EL PUNTO DE PARTIDA

“De joven, mi abuela me llevaba a la Catedral a rezar ante el Santo Cáliz”, recuerda. La escena es un clásico todavía hoy vigente: devoción doméstica transmitida de generación en generación.

Sin embargo, su punto de inflexión le llega en la universidad, cuando decide convertir esa herencia emocional en una pregunta científica: ¿puede ser este objeto la auténtica copa que Jesús tuvo en sus manos?



En una institución con más de seis siglos de historia —subraya— nadie había defendido una tesis doctoral sobre el Santo Grial. *“Vi una oportunidad: someter el objeto a un análisis científico desde mi disciplina, la Historia del Arte”.*

Aquí Mafé hace tabula rasa y decide comenzar su estudio sin ideas predeterminadas, dudando de todo, con un método estricto que pudiera ser replicado por investigadores de cualquier parte del mundo. ¿Su objetivo? Discernir si estaba ante un inventio (una construcción posterior) o ante una auténtica reliquia de contacto.

La investigación culmina en su tesis doctoral (Universidad de Valencia), con **Mención Internacional y la máxima calificación Cum Laude**. Pero lo importante no es la nota, sino lo que te obliga: mirar la copa como un objeto con una biografía propia y una trazabilidad histórica.

ARQUEOLOGÍA: CUANDO LA TÉCNICA DELATA LA ÉPOCA DE LA PIEZA

La Dra. Mafé entra en terreno firme con una premisa tajante: no basta con que una reliquia sea venerable o artísticamente preciosa; su manufactura debe encajar en el tiempo de dónde supuestamente procede.

“El filtro arqueológico es diacrónico, es decir que sitúa objetos por periodos y por técnicas”. Por eso, añade, algunas piezas candidatas que defienden ser el Santo Grial caen por su propio peso. Un ejemplo citado con frecuencia es el cáliz de O Cebreiro, medieval, que no encaja en una cronología del siglo I. Otras piezas, como la copa de Doña Urraca no pasarían —según la aplicación del método científico— el filtro cultural judío necesario para realizar el rito pascual.

Como punto de partida, Mafé se basa en el estudio de 1960 dirigido por el prestigioso arqueólogo **Antonio Beltrán**, junto a un equipo multidisciplinar e internacional (incluido un conservador del British Museum). La conclusión consensuada sitúa la manufactura de la copa superior en un horizonte antiguo muy concreto, los siglos I–II a. C. La copa estaría **tallada a mano**, no hecha a torno. *“En la superficie todavía se aprecian impactos, marcas, pequeñas lascas; que después, de un pulido químico combinado con abrasión manual, deja la pared de la copa finísima, de apenas 3mm”.*

Mafé añade que en el **Museo de Israel** se conservan vajillas pétreas talladas compatibles con esa técnica; *“por tanto si existían talleres de elaboración de vasos, es razonable pensar que también manufacturasen copas de bendición.”*

Y remata sus conclusiones con una validación externa, que presenta como clave: el arqueólogo **Dr. Jonatan Alder**, especializado en ajuares pétreos tallados, valida la identificación tipológica como **Kos Kidush**. ¡Esta es la pista principal!



LA CLAVE HEBREA: POR QUÉ SER UN KOS KIDUSH LO CAMBIA TODO

“Jesús nace, vive y muere como judío”, afirma Mafé. Y eso, aplicado a la Última Cena, tiene consecuencias prácticas: un judío observante no improvisa en **Pésaj** (la Pascua judía). En esa noche, el ritual es ley. No se negocia, no se cambia ni una coma.

En el **Séder** (el “orden ritual”), quien preside la pascua eleva una copa de bendición en **cuatro momentos**. La cena también se acompaña de signos culinarios estrictos como el pan ácimo y las hierbas amargas. Todo está cargado de significado que rememora la liberación del pueblo judío de la opresión egipcia, el paso por el desierto y la llegada a la tierra prometida.

Aquí la Dra. Mafé lo resume en tres exigencias:

- **Material apto y pureza ritual.** Una copa porosa de barro o madera sería inaceptable en una noche tan santa pues podría contener trazas alimentarias y de levadura que estaban taxativamente prohibidas. (Indiana Jones cae simpático, pero la celebración de Pésaj no la escribe Hollywood.)
- **Coherencia cultural.** Una copa de factura romana presidiendo una mesa pascual resultaría, como mínimo, inverosímil por el contexto de tensión y rivalidad entre ambos pueblos.
- **Volumetría verificable.** El ritual exige beber una cantidad mínima de vino, por tanto, la copa debe permitirlo. Las investigaciones de Mafé han demostrado que la copa superior cumple la capacidad necesaria (2,5 reviít, según medidas tradicionales). Conclusiones que han sido verificadas con posterioridad en diferentes congresos y por otras universidades. Y, además, añade un detalle casi detectivesco: al ser piedra traslúcida de 3 mm de espesor, a contraluz, el celebrante podía comprobar de un vistazo el nivel de líquido ingerido.

Todo encaja sin forzar: tipología, contexto cultural y volumetría.

EL LARGO VIAJE DEL CÁLIZ: DE TIERRA SANTA A VALENCIA

Sin documentos directos, Mafé recurre a la *parádosis* (παράδοσις) que es un **concepto clave del cristianismo primitivo** que significa, literalmente: **“lo transmitido”, “lo entregado de unos a otros”**. Esta tradición sostiene que la copa de bendición viaja de Jerusalén a Roma con San Pedro.

La siguiente escena se sitúa en **258 d. C.: San Lorenzo**, archidiácono de Roma, habría protegido la reliquia con su vida y la habría enviado en secreto a Hispania, a Loreto (Huesca), a casa de sus padres. La parrilla del martirio — recuerda— es el símbolo visual de ese episodio.

Durante siglos, la tradición sostiene que la reliquia permaneció protegida en Aragón, en recónditos enclaves monásticos como el **Real Panteón Monasterio de San Juan de la Peña**, hasta que el relato se consolida y aparecen las primeras referencias documentales que la vinculan a la Corona de Aragón. La reliquia se custodia primero en Zaragoza y, hacia el año **1415** llega a Valencia.

Mafé remata con un guiño a la historial local: el siglo XV valenciano —cosmopolita, cultural, mediterráneo— como escenario lógico para trasladar la capitalidad y el relicario real. *“Desde entonces, el Santo Cáliz permanece en la Catedral.”*

LA SANTA SEDE Y VALENCIA: LO QUE SE DICE... Y LO QUE HOY SE CELEBRA



La Dra. Mafé es cuidadosa aquí: *“La Santa Sede no emite una certificación científica de autenticidad —no es su función—, pero sí ha afirmado algo crucial: entre las reliquias candidatas a ser el Santo Grial, la única que podría haber estado sobre una mesa judía del siglo I es la copa valenciana. Y eso, en este campo, es muchísimo.”*

A lo largo de los años se suceden los gestos simbólicos: el uso del Santo Cáliz en consagraciones eucarísticas durante visitas papales (Juan Pablo II en 1982 y Benedicto XVI en 2006). Y subraya un hito institucional: en **2015** el Papa Francisco otorga a la Catedral de Valencia el título de **“Jubilar a perpetuidad”**, que permite celebrar un jubileo cada cinco años.

Esa dimensión jubilar no es un pie de página: se vive en presente. **Desde octubre de 2025 hasta octubre de 2026**, Valencia celebra su **tercer Año Jubilar**, un Año Santo que está atrayendo peregrinos y devotos de todo el mundo.

EL CAMINO DEL SANTO GRIMAL: UN ITINERARIO EUROPEO EN CONSTRUCCIÓN

“Sí, vienen peregrinos, cada vez más”, afirma. Y no solo a la Catedral: también crece el tránsito por **El Camino del Santo Grial**, un itinerario cultural y espiritual que en España conecta Pirineos y Mediterráneo atravesando casi el centenar de localidades de las provincias de Huesca, Zaragoza, Teruel, Castellón y Valencia.

Mafé lo presenta como una oportunidad doble: espiritual y territorial. *“Un camino que puede (como ha hecho el Camino de Santiago) dinamizar municipios del interior, ofreciendo futuro sin renunciar a su relato.”*

El Camino enlaza catedrales, monasterios y ermitas, y dialoga con un legado europeo amplio: desde el paleocristianismo de Pedro y Lorenzo hasta la literatura artúrica que convirtió el Grial en el mito europeo más universal. La candidatura para ser reconocido como **Itinerario Cultural Europeo** avanza, según los informes, de forma positiva.

*“Para mí, no es solo un sendero físico: es una travesía interior. Se camina hacia Valencia, sí... pero también hacia una pregunta antigua y vital que sigue latiendo. Y quizá por eso conmueve: porque, paso a paso, uno no solo busca una copa, busca el sentido de las palabras del Maestro: **Paz y Amor** —que, por cierto, son el santo y seña de este camino. Y eso, en cualquier siglo, es la verdadera peregrinación.”*



Villa Clásica

ALTEA HILLS

Elegante villa clásica en Altea Hills con impresionantes vistas panorámicas al mar Mediterráneo y la bahía de Altea. Esta exclusiva propiedad ofrece amplios espacios luminosos, techos altos, terrazas orientadas al sur-suroeste, piscina infinita climatizada y total privacidad en una de las urbanizaciones más prestigiosas de la Costa Blanca. Un hogar sofisticado rodeado de naturaleza, seguridad y confort durante todo el año.

Elegant classic villa in Altea Hills with breathtaking panoramic views of the Mediterranean Sea and Altea Bay. This exclusive property features bright open spaces, high ceilings, south-west facing terraces, a heated infinity pool, and complete privacy within one of the Costa Blanca's most prestigious communities. A sophisticated home surrounded by nature, security, and year-round comfort.

1.569.000€



Lopez & Henderson

SINCE 1983

Luxury, independent estate agency

EL CAMPELLO / MORAIRA / T. +34 965 635 550 / CONTACT@LOPEZANDHENDERSON.COM



L O P E Z A N D H E N D E R S O N . C O M

COMPOSITE: EL FIN DEL ÓXIDO BAJO LA LÍNEA DE FLOTACIÓN

THE END OF CORROSION BELOW THE WATERLINE

La obra viva alberga algunos de los elementos más importantes para la seguridad de una embarcación. Entre ellos destacan los grifos de fondo y los pasacascos, responsables de la entrada y salida de agua en distintos sistemas del barco, por lo que su estado debe ser siempre impecable.

Durante décadas, estos componentes se han fabricado en bronce o latón marino por su resistencia al medio marino. Sin embargo, incluso estos materiales acaban sufriendo los efectos de la **corrosión galvánica** y de las **corrientes eléctricas** presentes en muchos pantalanes. Con el paso de los años, el metal pierde espesor, se vuelve poroso y puede fallar. Una rotura bajo la línea de flotación supone una vía de agua que puede comprometer seriamente la seguridad de la embarcación.

La industria náutica lleva tiempo apostando por una alternativa mucho más fiable: los **grifos de fondo fabricados en composite de alta tecnología**. Se trata de polímeros reforzados con fibra de vidrio que eliminan el principal enemigo del metal, ya que no conducen la electricidad y, por tanto, son inmunes a la electrólisis y a la corrosión.

Los composites actuales también han dejado atrás la fragilidad de los antiguos plásticos. Ofrecen una **elevada resis-**

tencia mecánica, soportan impactos, no se ven afectados por combustibles ni aceites de sentina y mantienen sus propiedades incluso en ambientes de alta temperatura, como la sala de máquinas.

Otra de sus grandes ventajas es el **mantenimiento**. Las válvulas de composite no sufren calcificación, por lo que conservan un accionamiento suave incluso después de años de uso. La revisión anual se limita prácticamente a limpiar el caracolillo exterior durante la varada y comprobar el correcto funcionamiento del mecanismo.

Por todo ello, sustituir los antiguos grifos metálicos por sistemas de composite se ha convertido en una mejora cada vez más habitual en astilleros y varaderos. No solo **aumenta la seguridad de la embarcación**, sino que también **reduce el mantenimiento** y prolonga la vida útil de toda la instalación.

Si tienes prevista la próxima varada de tu barco, puede ser el momento idóneo para dar este paso. En Marina Greenwich encontrarás asesoramiento profesional para adaptar esta tecnología a tu embarcación, con una instalación homologada y la tranquilidad de navegar con un sistema preparado para resistir muchos años bajo el agua. ✨

The underwater hull houses some of the most critical components for a vessel's safety. Among them are the seacocks and through-hull fittings, which control the flow of water in and out of various on-board systems. Their condition is therefore essential and must always be kept in perfect working order.

For decades, these components have been manufactured from bronze or marine-grade brass because of their excellent resistance to the marine environment. However, even these materials are **vulnerable to galvanic corrosion and stray electrical currents** commonly found in marinas. Over time, the metal gradually loses thickness, becomes porous and can eventually fail. A break below the waterline creates an immediate point of water ingress that can seriously compromise the safety of the vessel.

Today, the marine industry is increasingly turning to a far more reliable solution: **high-performance composite seacocks**. Manufactured from glass fibre-reinforced polymers, these advanced materials eliminate the metal's greatest weakness. Because they are non-conductive, they are completely immune to electrolysis and galvanic corrosion.

Modern composites have also overcome the limitations of older plastic materials. They offer **outstanding mechanical strength**, excellent impact resistance and are unaffected by fuels, engine-room oils or the high temperatures typically found in machinery spaces.

Another major advantage is **maintenance**. Composite valves do not suffer from mineral build-up, allowing them to operate smoothly even after years of service. Annual maintenance is reduced to little more than removing marine growth during the boat's haul-out and checking that the valve operates correctly.

For these reasons, replacing traditional bronze seacocks with modern composite systems has become an increasingly common upgrade in boatyards and refit facilities. Not only does it **enhance onboard safety**, but it also **reduces maintenance** requirements and extends the service life of the entire installation.

If you're planning your boat's next haul-out, it may be the ideal opportunity to make the switch. At Marina Greenwich, our experienced team can advise you on the best solution for your vessel, providing a fully approved installation, watertight sealing and the peace of mind that comes with a system designed to perform reliably for many years below the waterline. ✨



Si necesita información sobre este producto y su instalación, en el varadero de Marina Greenwich le pueden asesorar sobre la mejor elección para su barco.

If you need information about this product and its installation, the Marina Greenwich boatyard can advise you on the best option for your boat.

DIRECTOR TÉCNICO

Marco Torrado

T.966 888 862 / 965 842 200 / M. 609 530 830
marcovaradero@marinagreenwich.com





VARADERO MARINA GREENWICH



TRAVELIFT
75T

ANTIFOULING · MECÁNICA · **PINTURA** · POLIÉSTER · **ÓSMOSIS** · JARCÍAS
ACASTILLAJE · **ELECTRICIDAD** · ELECTRÓNICA · **TAPICERÍA** · INVERNAJES

ANTIFOULING · MECHANICS · **PAINTING** · COMPOSITES · **OSMOSIS** · RIGGING · **CHANDLERY**
ELECTRICITY · ELECTRONICS · **UPHOLSTERY** · WINTERIZING

Edificio Capitanía **MARINA GREENWICH** | T. +34 965 842 200 | varadero@marinagreenwich.com
T. Emergencias **24 horas**. +34 676 980 898

SERVICIO DE LIMPIEZA Y MANTENIMIENTO DE EMBARCACIONES **MARINA GREENWICH**

CLEANING AND MAINTENANCE OF BOATS

BALDEOS DE CUBIERTA ANUALES:

- 36 servicios de baldeo de cubierta.
- 1 limpieza a fondo de la teca.
- 2 limpiezas de todo el acero inoxidable.

SERVICIOS ADICIONALES INCLUIDOS:

- 10 servicios de colocación o retirada de toldos y colchonetas.
- Puesta en marcha de motores y generador.
- Comprobación y puesta en marcha de todos los equipos accionados desde el panel de mando.
- Revisión Pre-ITB y material de seguridad.
- Envío de informe mensual de trabajos realizados en el barco e incidencias.

DECK WASH DOWNS ANNUALLY:

- 36 deck wash downs.
- 1 thorough cleaning of the teak deck.
- 2 cleanings of all stainless steel.

ADDITIONAL SERVICES INCLUDED:

- 10 services to remove or replace covers, canopies and sun beds.
- Start-up of motors and generators.
- Testing and start-up of all equipment operated from the control panel.
- Pre-ITB review and safety material.
- Monthly report on work carried out and incidents.

YACHT MANAGEMENT

T. +34 658 618 427

E. valentin@marinagreenwich.com

www.marinagreenwich.com



BROKERAGE

BELLIURE 44 MY:



REBAJADO - PRICE REDUCED

PRECIO: 249.000 € » ahora: **239.000 €**

ESLORA: 13.16 m

MANGA: 4.23 m

AÑO DE CONSTRUCCION: 2004

MOTORES: Volvo Penta
TAMD 63 PA -- 1400 horas

BANDERA: Española

PRICE: 249.000 € » now: **239.000 €**

LENGTH: 13.16 m

BEAM: 4.23 m

YEAR OF CONSTRUCTION: 2004

ENGINES: Volvo Penta
TAMD 63 PA -- 1400 hours

FLAG: Spanish

PRESTIGE 450:



REBAJADO - PRICE REDUCED

PRECIO: 449.000 € » ahora **445.000 €**

ESLORA: 12.52 m

MANGA: 4.25 m

AÑO DE CONSTRUCCION: 2017

MOTORES: Volvo Penta

IPS 600 -- 429 horas

BANDERA: Española

PRICE: 449.000 € » **445.000 €**

LENGTH: 12.52 m

BEAM: 4.25 m

YEAR OF CONSTRUCTION: 2017

ENGINES: Volvo Penta

IPS 600 -- 429 hours

FLAG: Spanish

CONTACTO | CONTACT

Jean Louis Heusschen *Director comercial* • T. 965 842 200 / M. 681 258 936
ventas@marinagreenwich.com

Tu amarre, tus derechos:

tres claves jurídicas esenciales

Your berth, your rights: three essential legal rights



SÁ
Sáez Abogados
Despacho jurídico

POR • BY ARTURO SÁEZ
despacho@saezabogados.com • T. 91 395 22 39

TITULARIDAD Y CONCESIONES ADMINISTRATIVAS.

Los terrenos y las aguas de los puertos deportivos forman parte del dominio público marítimo-portuario, por lo que son de titularidad pública y no pueden ser objeto de propiedad privada. En la Comunidad Valenciana, corresponde a la Generalitat Valenciana, a través de Ports de la Generalitat, otorgar las concesiones administrativas que habilitan a las empresas gestoras para la explotación de estas instalaciones durante un plazo determinado. En consecuencia, los usuarios de los amarres no ostentan la condición de parte en los procedimientos administrativos relativos a la concesión, su prórroga o modificación.

RESPONSABILIDAD DE LAS ENTIDADES GESTORAS.

La entidad concesionaria está obligada a mantener en adecuado estado de conservación y funcionamiento las instalaciones comunes del puerto, tales como pantalanes, grúas o sistemas de protección contra incendios. Cuando los daños sufridos por los usuarios sean consecuencia de un deficiente mantenimiento o de un incumplimiento de sus obligaciones, podrá exigirse su responsabilidad. Además, la concesión se rige por el principio de riesgo y ventura, de modo que el concesionario asume, con carácter general, los riesgos inherentes a la explotación, salvo en supuestos excepcionales legalmente previstos.

DERECHOS Y OBLIGACIONES DEL USUARIO DEL AMARRE.

El usuario no adquiere la propiedad del amarre, sino un derecho de uso temporal, condicionado a los términos de la concesión y al reglamento de explotación del puerto. Entre sus obligaciones se encuentra el cumplimiento de las normas portuarias y la contratación de un seguro de responsabilidad civil que cubra los daños que puedan derivarse del uso de la embarcación.

La prórroga de una concesión al mismo concesionario no implica un cambio de titularidad del puerto, sino únicamente la extensión de su derecho de explotación. Para los titulares de amarres, ello no supone un derecho automático a mantener el amarre en las mismas condiciones, debiendo estarse a lo previsto en su contrato. En todo caso, el amarre constituye un derecho de uso sobre dominio público y la relación con el concesionario es de naturaleza civil. ✨

OWNERSHIP AND ADMINISTRATIVE CONCESSIONS.

The land and waters of Spanish marinas form part of the public maritime-port domain and therefore remain publicly owned and cannot be privately owned. In the Valencian Community, the Regional Government (Generalitat Valenciana), through Ports de la Generalitat, grants administrative concessions that authorise private operators to manage and operate marina facilities for a limited period. Consequently, berth holders are not parties to administrative proceedings concerning the grant, renewal, extension, or amendment of those concessions.

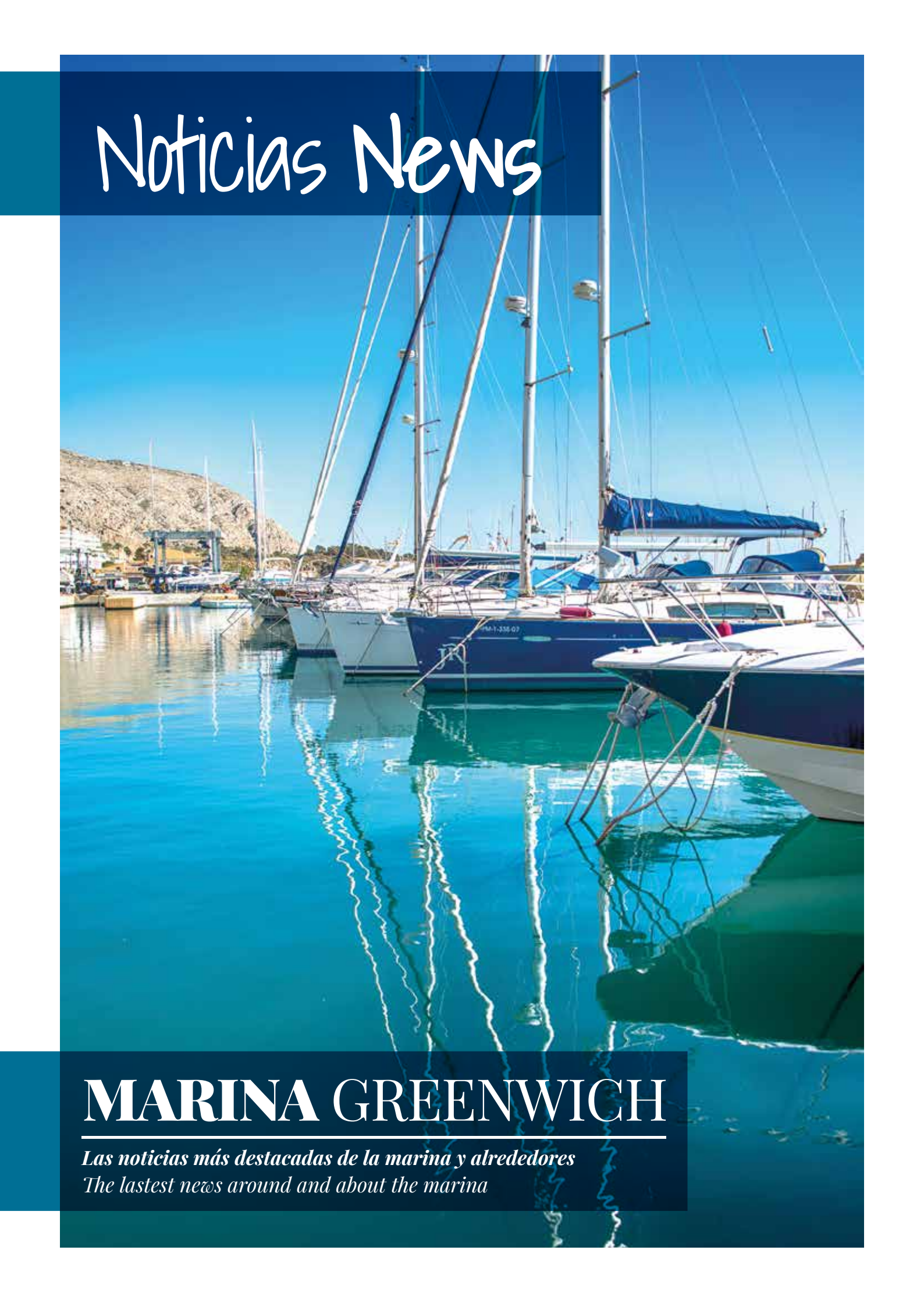
RESPONSIBILITIES OF MARINA OPERATORS.

The concessionaire is responsible for maintaining all common marina facilities in a safe and proper condition, including pontoons, lifting equipment, and fire protection systems. Where damage results from inadequate maintenance or a breach of the operator's legal obligations, the operator may be held liable. Furthermore, the concession operates under the legal principle of "risk and venture" (riesgo y ventura), meaning that the concessionaire generally bears the commercial and operational risks associated with the operation of the marina, except in legally recognised exceptional circumstances.

RIGHTS AND OBLIGATIONS OF BERTH HOLDERS.

A berth holder does not own the berth itself but holds a temporary right of use, subject to the terms of the concession and the marina's operating regulations. Users must comply with the applicable port rules and are generally required to maintain their own civil liability insurance covering damage arising from the use of their vessel.

The extension of a concession in favor of the same concessionaire does not involve a change in ownership of the port, but merely an extension of the concessionaire's right to operate it. For berth holders, this does not automatically entitle them to retain their berths under the same terms, as their rights depend on the provisions of their agreement. In all cases, a berth constitutes a right to use public domain, and the legal relationship with the concessionaire is governed by civil law. ✨



Noticias News

MARINA GREENWICH

Las noticias más destacadas de la marina y alrededores
The latest news around and about the marina



MARINA GREENWICH RENUEVA SU ESTACIÓN DE COMBUSTIBLE CON EL RESPALDO DE REPSOL

Marina Greenwich ha estrenado la nueva imagen de su estación de combustible, que ya funciona a pleno rendimiento tras su renovación. La actuación coincide con el acuerdo estratégico alcanzado con Repsol para el suministro de carburantes específicos para embarcaciones, reforzando así la calidad del servicio que ofrece el puerto.

La estación dispone de los combustibles Repsol MarSport 95 y Repsol MarDiesel e+, formulados para proteger los sistemas de alimentación e inyección, reducir la corrosión, mejorar el rendimiento del motor y prolongar la vida útil del combustible, incluso en las exigentes condiciones del entorno marino.

Además, Marina Greenwich mantiene un servicio de repostaje disponible las 24 horas del día durante todo el año y ofrece la posibilidad de suministrar combustible directamente en el amarre para embarcaciones que necesiten repostajes a partir de 1.000 litros.



MARINA GREENWICH UNVEILS ITS RENOVATED FUEL STATION IN PARTNERSHIP WITH REPSOL

Marina Greenwich has unveiled the new look of its fuel station, which is now fully operational following its renovation. The upgrade comes as part of a strategic partnership with Repsol to supply fuels specifically designed for marine vessels, further enhancing the marina's services.

The station now offers Repsol MarSport 95 and Repsol MarDiesel e+, premium marine fuels formulated to protect fuel injection systems, reduce corrosion, improve engine performance, and extend fuel life, even in demanding marine environments.

In addition, Marina Greenwich provides a 24/7 refuelling service throughout the year and offers fuel delivery directly at the berth for vessels requiring refuelling of 1,000 litres or more.

XX SYMPOSIUM SOBRE PUERTOS DEPORTIVOS



MARINA GREENWICH, PRESENTE EN EL XX SYMPOSIUM SOBRE PUERTOS DEPORTIVOS

Marina Greenwich ha participado en el XX Symposium sobre Puertos Deportivos, celebrado los días 28 y 29 de mayo en Palma de Mallorca, uno de los principales encuentros del sector náutico-portuario en España. La marina estuvo representada por su capitán y director, Javier de Céspedes, y por Arturo Sáez, asesor jurídico, quien intervino como ponente y moderador de una mesa de expertos dedicada a las concesiones portuarias.

El symposium, un evento donde confluyen durante dos días, responsables de las distintas administraciones nacionales, tanto estatales como autonómicas, es una oportunidad no sólo de debate sino que también se convierte en un instrumento de trabajo para los concesionarios. El encuentro reunió a representantes de las administraciones públicas y a destacados profesionales del sector para analizar los principales retos y oportunidades de los puertos deportivos. Entre los asistentes se encontraba también el director general de Costas, Puertos y Aeropuertos de la Generalitat Valenciana, Marc García, quien ofreció una ponencia sobre la integración puerto-ciudad.

MARINA GREENWICH TAKES PART IN THE 20TH MARINA SYMPOSIUM

Marina Greenwich took part in the 20th Marina Symposium, held on 28 and 29 May in Palma de Mallorca, one of Spain's leading events for the marina and port sector. The marina was represented by its Captain and Director, Javier de Céspedes, together with legal adviser Arturo Sáez, who participated as both speaker and moderator of an expert panel on marina concession agreements.

The symposium, an event where officials from various national administrations, both state and regional, come together for two days, is not only an opportunity for debate but also becomes a working tool for concessionaires. The symposium brought together representatives from public administrations and leading industry professionals to discuss the main challenges and opportunities facing marinas. Among the speakers was Marc García, Director General of Coasts, Ports and Airports of the Generalitat Valenciana, who delivered a presentation on port-city integration.



XX

SYMPOSIUM

SOBRE PUERTOS DEPORTIVOS

EL EQUIPO DE REGATAS MARINA GREENWICH SIGUE IMPARABLE

Nuestro equipo de regatas, patroneado por Ramón Junemann, continúa firmando una temporada excepcional y consolidándose como uno de los referentes de su clase.

La racha de éxitos comenzó el pasado 25 de abril con la victoria en el **Trofeo 5 Clubs**, organizado por el Club Náutico Campomanes. Tras la celebración de las cuatro primeras pruebas del campeonato, el equipo ocupa el primer puesto de la clasificación general.

Posteriormente, logró un meritorio segundo puesto en el **Trofeo Rumbo Solidario**, organizado por el Real Club Náutico de Calpe. Precisamente este club fue también el encargado de organizar, el 21 de mayo, el tradicional **Trofeo Peñón de Ifach**, una de las regatas más emblemáticas del calendario náutico español, que une Calpe y Formentera. En esta prestigiosa competición, nuestro equipo consiguió la victoria absoluta en las dos mangas disputadas y finalizó segundo en la clasificación general, en una prueba que reunió a 40 embarcaciones procedentes de toda España.

La excelente temporada se completó, por el momento, el pasado 11 de junio, con un nuevo triunfo en la **55ª edición de la Diana de Oro**, la regata más longeva del Mediterráneo y el evento náutico más emblemático de Dénia, donde volvió a imponerse en su clase.

Una vez más, les felicitamos por su dedicación y espíritu luchador que tantas alegrías nos están dando.

MARINA GREENWICH RACING TEAM CONTINUES ITS WINNING STREAK

The Marina Greenwich racing team, skippered by Ramón Junemann, is enjoying an outstanding season, confirming its position as one of the leading teams in its class.

The team's impressive run of results began on 25 April with victory in the **5 Clubs Trophy**, organised by Club Náutico Campomanes. After the first four races of the championship, Marina Greenwich tops the overall standings.

The team then claimed an excellent second place in the **Rumbo Solidario Trophy**, organised by the Real Club Náutico de Calpe. On 21 May, the same club hosted the prestigious **Peñón de Ifach Trophy**, one of Spain's most iconic offshore regattas, sailed between Calpe and Formentera. Marina Greenwich delivered an outstanding performance, taking overall honours in both legs and finishing second overall in a fleet of 40 yachts from across Spain.

The winning momentum continued on 11 June with another class victory at the **55th Diana de Oro**, the longest-running regatta in the Mediterranean and Dénia's flagship sailing event, where the team once again finished at the top of its class.

Once again we congratulate them for their dedication and fighting spirit which are bringing us so much joy.





Costa Soñada Real Estate proudly presents an exclusive collection of newly built villas in the prestigious residential community of Sierra Cortina in Finestrat.

Designed for those who appreciate elegance, comfort, and breathtaking surroundings, these contemporary homes offer spectacular panoramic views of the Mediterranean, spacious light-filled interiors, and stunning infinity pools that blend seamlessly with the horizon. Every detail has been thoughtfully crafted to create a sophisticated and effortless lifestyle on the Costa Blanca.

Experience the perfect balance of luxury, privacy, and modern design in one of the region's most sought-after locations.

Discover your dream home in Sierra Cortina in Finestrat with Costa Soñada Real Estate.



SCAN TO EXPLORE
VILLAS IN 3D
VIRTUAL TOUR & MORE INFORMATION

AGENCY SERVICES:



NEW BUILD
SALES



RESALE
PROPERTY SALES



RENTALS



REAL ESTATE
CONSULTING



+34 865 796 054
+34 604 289 264



www.costasonada.es
info@costasonada.es



Luis Campomanes-Greenwich
Marina, Timonel Building 73A,
Mascarat, 03599 Altea



MARINA GREENWICH REVALIDA LA BANDERA AZUL 2026

Marina Greenwich ha renovado un año más la Bandera Azul 2026, un prestigioso reconocimiento internacional que avala la calidad de sus servicios, la seguridad de sus instalaciones y su compromiso con la sostenibilidad ambiental.

Otorgado por la Fundación for Environmental Education (FEE) y gestionado en España por ADEAC, este distintivo reconoce el cumplimiento de exigentes criterios relacionados con la calidad de las aguas, la gestión ambiental, la seguridad y la educación ecológica.

La renovación de este galardón consolida a Marina Greenwich como un referente de excelencia náutica en la Comunitat Valenciana y se suma al destacado logro alcanzado este año por el municipio de Altea en materia de calidad litoral.

MARINA GREENWICH RENEWS ITS BLUE FLAG AWARD FOR 2026

Marina Greenwich has once again been awarded the 2026 Blue Flag, a prestigious international distinction that recognises the quality of its services, the safety of its facilities and its commitment to environmental sustainability.

Granted by the Foundation for Environmental Education (FEE) and managed in Spain by ADEAC, the award acknowledges compliance with demanding standards related to water quality, environmental management, safety and environmental education.

The renewal of this distinction further strengthens Marina Greenwich's position as a benchmark for nautical excellence in the Valencian Community and contributes to the outstanding achievement reached this year by the municipality of Altea in terms of coastal quality.



COSTA BLANCA CHARTER

MARINA GREENWICH • ALTEA

*Tu mar,
nuestras manos*

MÁS QUE UN BARCO, EXPERIENCIAS QUE QUEDAN.

Alquiler, escuela, servicios
y mantenimiento náutico.
Todo lo que necesitas,
en el mar y para el mar.



ALQUILER
CON Y SIN LICENCIA



ESCUELA
NAUTICA



SERVICIOS
NAUTICOS



MANTENIMIENTO
PROFESIONAL



INVERNAJES
Y CUSTODIA



+34 618 28 14 45



info@costablancacharter.com



www.costablancacharter.com



@costablancacharter



PUERTO DEPORTIVO
MARINA GREENWICH
ALTEA • COSTA BLANCA

MARINA GREENWICH ACOGE LA JORNADA “ECONOMÍA AZUL, SOSTENIBILIDAD E INNOVACIÓN”

El Puerto Deportivo Marina Greenwich acogió el 29 de abril la jornada “Economía Azul, Sostenibilidad e Innovación”, un encuentro que reunió a más de **60 empresas y profesionales del sector náutico** con el objetivo de impulsar el empleo, la digitalización y la protección del medio marino.

El evento se consolidó como un **foro estratégico** para poner en valor el potencial del Mediterráneo como motor de innovación, tecnología y desarrollo sostenible, más allá de su tradicional vinculación al turismo. La iniciativa fue promovida conjuntamente por el Ayuntamiento de Altea, JOVEMPA Marina Baixa, la Autoridad Portuaria de Alicante y Alicante Port Innova, con la colaboración de expertos del Parque Científico de Alicante.

En la jornada se abordaron cuestiones clave estructuradas en cuatro bloques temáticos: innovación aplicada al sector marítimo, turismo responsable, biotecnología marina y conservación de los océanos. También se dedicó un espacio específico al **empleo marítimo** y a la **formación náutica**, analizando los perfiles profesionales más demandados en puertos deportivos y embarcaciones de recreo.

Tras un productivo espacio de networking, la cita dejó claro que el futuro sostenible del sector náutico ya navega a toda vela en la Costa Blanca.

MARINA GREENWICH HOSTS THE “BLUE ECONOMY, SUSTAINABILITY AND INNOVATION” CONFERENCE

On April 29th, Marina Greenwich Marina hosted the “Blue Economy, Sustainability and Innovation” conference, bringing together more than **60 companies and professionals from the nautical sector** with the aim of promoting employment, digitalisation and the protection of the marine environment.

The event established itself as a **strategic forum** to showcase the Mediterranean's potential as a driver of innovation, technology and sustainable development, beyond its traditional association with tourism. The initiative was jointly promoted by Altea Town Council, JOVEMPA Marina Baixa, the Port Authority of Alicante and Alicante Port Innova, with the collaboration of experts from the Alicante Science Park.

The conference addressed key issues organised around four thematic areas: innovation applied to the maritime sector, responsible tourism, marine biotechnology and ocean conservation. There was also time for **maritime employment and nautical training**, analysing the professional profiles most in demand in marinas and recreational boating.

Following a productive networking session, the event made it clear that the sustainable future of the nautical sector is already sailing full speed ahead along the Costa Blanca.



TU EXPERIENCIA NÁUTICA EMPIEZA AQUÍ

En **Enjoy Boats**, no solo alquilamos barcos, creamos momentos inolvidables en el mar.

Descubre la libertad de navegar a tu manera con nuestra flota premium de embarcaciones modernas, seguras y listas para zarpar.



FLOTA PREMIUM

Embarcaciones modernas, equipadas y revisadas para tu tranquilidad.



EXPERIENCIA LOCAL

Conocemos las mejores rutas y calas de la costa.



ATENCIÓN PERSONALIZADA

Te asesoramos para que vivas una experiencia a tu medida.

YOUR NAUTICAL EXPERIENCE STARTS HERE

At **Enjoy Boats**, we don't just rent boats, we create unforgettable moments at sea.

Discover the freedom to sail your way with our premium fleet of modern, safe, and ready-to-go boats.



PREMIUM FLEET

Modern, fully equipped boats inspected for your peace of mind.



LOCAL EXPERIENCE

We know the best routes and hidden beaches.



PERSONALIZED SERVICE

We advise you to make your experience truly unique.



ALQUILER Y VENTA DE EMBARCACIONES
CON O SIN PATRÓN



ÉXITO EN LA TRAVESÍA DE LIMPIEZA DEL MAR ENTRE ALTEA Y TABARCA

Por segundo año consecutivo, la Federación Valenciana de Motonáutica ha organizado la travesía de limpieza marina entre Altea y la isla de Tabarca, una iniciativa que cuenta con la colaboración de Marina Greenwich y Maremoto.

En esta edición, que se llevó a cabo durante los días 16 y 17 de mayo, participaron 18 motos de agua en la recogida de residuos flotantes, el doble que el año anterior. La implicación de entidades como Marina Greenwich ha sido fundamental para el desarrollo de esta iniciativa, que sigue ganando apoyo y participación entre los aficionados a la motonáutica.

SEA CLEANUP CROSSING BETWEEN ALTEA AND TABARCA DOUBLE PARTICIPATION

Sea cleanup crossing between Altea and Tabarca double participation for the second consecutive year, the Valencian Powerboating Federation organised the sea cleanup crossing between Altea and Tabarca Island, an initiative supported by Marina Greenwich and Maremoto.

This edition, which took place on May 16th and 17th, doubled the number of participants with 18 jet skis collecting floating debris. The involvement of organisations like Marina Greenwich has been key to the development of this initiative, which continues to gain support and participation among jet ski enthusiasts.



VENTA DE INMUEBLES



EN LA COSTA BLANCA



- ✓ Puerto Luis Campomanes, Edif.Comodoro Local 55, Altea 03599
- ✓ monica@inmocampomanes.com
- ✓ +34 672 219 100



SEGUROS PARA DISFRUTAR DEL MEDITERRÁNEO

Disfruta de tu hogar y de tu embarcación con la tranquilidad de contar con un seguro adaptado a tus necesidades.

- ➔ **Seguro de Hogar**
Protección para tu vivienda y su contenido.
- ➔ **Seguro de Embarcaciones**
Coberturas para navegar con tranquilidad.
- ➔ **Asesoramiento personalizado**
Soluciones adaptadas a cada cliente.



**Protegemos
lo que más valoras**

Occident



**Tu tranquilidad empieza con
un buen asesoramiento**



681 827 744



Puerto Campomanes, Edif.
Comodoro 55, 03599 Altea (Alicante)

CUADERNO DE BITÁCORA DE UNA PASAJERA EN EL RIVERSIDE DEBUSSY



EL LUJO DE CELEBRAR LA NAVIDAD EN UN CRUCERO FLUVIAL

E

l **Riverside Debussy** se ha vestido de Navidad con tal empeño que, nada más embarcar, me siento dentro de esas bolas de cristal con abetos, muñecos de nieve y hadas diminutas: un mundo en pausa, suspendido en el aire, a la espera de ese giro de muñeca que desate la magia.

El barco empieza a deslizarse por el Rin a un ritmo perezoso y, a través de los ventanales panorámicos, veo desfilar un invierno de viñas desnudas, pueblos ribereños y prósperas capitales de comarca y sin apenas advertirlo, me rindo al placer del *"dolce far niente"*.

Me doy cuenta de que el estrés que traía en la maleta se va disolviendo, y —sin previo aviso— activo el "modo bienestar", ese inusual estado que te ancla en el aquí y el ahora y te permite saborear cada instante de este crucero de lujo.

Hasta que, a la mañana siguiente, todo cambia cuando el jefe de Actividades "agita" la bola de nieve y despliega un programa de excursiones tan cautivador que, cuando quiero darme cuenta, estoy en la calle con una bufanda al cuello, lista para descubrir la magia de los mercadillos navideños de Centroeuropa.

UN HOTEL-BOUTIQUE MECIDO POR EL RIN

El generoso ratio de un tripulante cada dos huéspedes y la escala humana del **Riverside Debussy** (solo 55 suites con capacidad máxima para 110 pasajeros), garantizan una atención de élite.

Como se pone manifiesto con tu mayordomo particular, esa figura que —créeme— de anacrónica no tiene nada y que termina convirtiéndose en tu mejor cómplice. No es solo quien hace y deshace la maleta o devuelve el brillo a los zapatos, sino que se adelanta a tus deseos, intuyendo que habrá mañanas en las que te apetecerá un desayuno en la cama.

En el **Riverside Debussy** habita un lujo sereno y discreto que no se anuncia, simplemente sucede, en un presente continuo ininterrumpido.



Durante unos días, mi suite tan amplia como la de un gran hotel, se convierte en una cabaña de invierno en clave sofisticada. La decoración con madera, cuero y terciopelos azules crea una atmósfera de envolvente elegancia.

El baño de mármol, con productos de Natura Bissé, me seduce casi tanto como la cama king-size vestida con sábanas de algodón egipcio o el propio vestidor tipo *walk-in closet* donde mi ropa cuelga sin una arruga.

Remata el hechizo el balcón francés de cristalerías panorámicas que se abren con un solo clic y te permiten fundirte con el paisaje, como si el mismo Rin entrara en la habitación.



EN CLAVE DE SOFISTICACIÓN

La tripulación, alineada en formación casi ceremonial, nos recibe en el **Palm Court**, el salón noble de paredes y techo de cristal. Con las copas en alto, repiten al unísono: «Les deseamos una feliz travesía».

El pianista se encarga de dar vida a la velada con villancicos que suenan a familia reunida alrededor de la chimenea. Ya entrada la noche, se atreve con versiones de temas universales que todos conocemos y que, casi sin querer, nos hacen marcar el compás con la punta del pie. Una pareja se anima con un tango y contagia a otros, hasta que el salón entero vibra al ritmo del lenguaje internacional de la música.

Apuro el último sorbo de un coralino Aperol Spritz y, sin mediar palabra, aparece otro, como si el camarero hubiera memorizado mis preferencias. Entre trago y confidencias, el Palm Court se convierte en el escenario perfecto para una encantadora velada de amigos, e incluso desconocidos que quizá —quién sabe— acaben convirtiéndose en nuevas amistades.

A la mañana siguiente, el salón ha mudado de piel y se presenta como un elegante invernadero donde la vida transcurre *sotto voce*, entre cosmopolitas trotamundos que conversan alrededor de una copa de vino del Rin o una partida de cartas.



HEIDELBERG Y ESTRASBURGO: DOS NAVIDADES, UN MISMO CUENTO

Las excursiones del **Riverside Debussy** son uno de los grandes valores añadidos de este crucero. Vemos pocos lugares, sí, pero cuidadosamente elegidos por su singularidad. Todo a máximo confort con autobuses de asientos de cuero, una copa de champagne y una toallita caliente a la llegada al barco.

En esta ocasión me decanto por **Estrasburgo y Heidelberg**: dos capítulos de un mismo relato navideño pues cuando cae la tarde y las oficinas se vacían, los vecinos acuden a las plazas multicolores para recordarse —a través de luces, canciones, sabores y aromas— que es tiempo de celebrar.

En **Estrasburgo** —la célebre “capital de la Navidad”— las fachadas de entramado alsaciano se visten con ángeles, campanas y estrellas de luz que parecen flotar en el aire. El pan de especias, el vino caliente y los adornos artesanales convierten cada esquina en una hoja de Adviento, viva y perfumada.

En **Heidelberg**, el cuento se vuelve más íntimo. Las casetas de madera se reparten por las plazas del casco antiguo bajo la mirada vigilante de su castillo, visita obligada por su magnificencia. El aire huele a salchichas (las típicas *Wurst*) chisporroteando con una pincelada de mostaza, a galletas de jengibre recién hechas y a *Glühwein*, el vino caliente que entibia las manos y también el ánimo.

Vuelvo al **Riverside Debussy** con las mejillas encendidas por el frío, pero con el corazón templado porque el día ha sido redondo.

NAVEGANDO BAJO LA BANDERA DEL BIENESTAR

De nuevo a bordo del **Riverside Debussy**, me descubro practicando una nueva liturgia: la siesta post-excursión. En la piscina, envuelta en un albornoz mullido, con un vaso de agua infusionada entre las manos me entrego al descanso en compañía de otros huéspedes. Sin pactarlo, todos hemos bajado el volumen para disfrutar de una tarde de paz.

En su íntimo spa, los masajes y tratamientos holísticos de la prestigiosa marca española **Natura Bissé** merecen capítulo aparte. Una hora en cabina se convierte en un micro viaje dentro del viaje. Sales con la piel renovada y con la sensación de haber deshecho, uno a uno, los nudos gordianos acumulados en el año.

Y para quienes no negocian con el gimnasio ni siquiera en Navidad, la sala de fitness, pequeña pero equipada con máquinas Technogym, pesas y bandas elásticas, te permiten correr, pedalear y tonificar para poder disfrutar de la gastronomía del barco sin remordimientos.



A BORDO, SOLO ALTA COCINA DE AUTOR

La gastronomía es la columna vertebral del **Riverside Debussy** y se presenta en formato de “*Grande Cuisine*”. El chef renuncia a la comodidad de un menú estático y en las escalas, rinde homenaje a cada puerto con recetas locales refinadas con la sal y pimienta de una sofisticada hibridación cultural. Manda el producto kilómetro cero y los proveedores de proximidad y eso se nota desde el primer bocado.

¡Qué deleite! entregarse a un **choucroute** auténtico, a un **Rheinischer Sauerbraten** (ese asado alemán de carne marinada), al mítico **Apfelstrudel** con salsa de vainilla o al **Kougelhopf**, el brioche alsaciano típico de Navidad. Todo, por supuesto, maridado con **Rieslings** del Rin medio, **Gewürztraminer** y **Pinot Gris** de Alsacia, y el delicado **Spätburgunder** cuando el plato pide tinto.





Además, en el Riverside Debussy cada espacio gastronómico tiene su propia manera de conquistar el paladar. Por ejemplo, el Waterside, el restaurante principal, juega a un doble registro. Al mediodía se presenta en un sofisticado formato bufé pero es al caer la noche cuando se viste de gala y se convierte en una experiencia multisensorial con un exquisito menú a cuatro tiempos servida por camareros de guante blanco.

The Bistro es el territorio donde el apetito manda sobre el reloj. Un corner non stop con una selección de fiambres, bollería recién horneada, mermeladas caseras, sándwiches y un café que invita a la reincidencia. Es el lugar perfecto para los devotos de los desayunos a deshora y sin prisa.

Y cuando el clima lo permite, la cubierta reclama su momento de gloria con una barbacoa al aire libre, que permite disfrutar del paisaje fluvial sin cristales de por medio.

Por último, está el Vintage Room: una salita casi clandestina, reservada para cenas maridadas en las que el sumiller desgrana, copa a copa, la biografía de cada vino, mientras un menú degustación de alta cocina despliega su propio relato. Todo ello, bajo reserva.

No puedo dejar de mencionar la vocación artesanal del chef que se traduce en delicias pasteleras y en bollería casera 100% hecha a bordo.

LA SUMA DE PEQUEÑOS LUJOS QUE CREAN EL GRAN LUJO



El viejo aforismo *in medio virtus est* cobra vida en este crucero fluvial que encuentra el equilibrio justo entre el disfrute a bordo y el goce del destino, todo ello vivido a través de detalles y experiencias *premium* que crean memorias inolvidables.

Al aproximarme a Frankfurt, puerto final, entiendo por qué el **Riverside Debussy** está catalogado como uno de los mejores cruceros de lujo. Y casi sin querer, ya estoy pensando en volver.

MAREMOTO ALTEA ACOGE CON ÉXITO UN GRAN EVENTO CORPORATIVO INTERNACIONAL

Maremoto Altea fue el escenario de un destacado evento de empresa para una importante firma británica los pasados 12 y 13 de junio. La organización movilizó gran parte de sus recursos humanos, operativos y de flota para ofrecer una experiencia náutica de primer nivel a los participantes.

Durante las dos jornadas se gestionaron cuatro turnos con grupos simultáneos de 16 motos de agua, además de las embarcaciones de los monitores, permitiendo que 64 asistentes disfrutaran de la actividad con total seguridad y eficiencia. Desde Maremoto destacan que este éxito no habría sido posible sin la colaboración del Puerto Deportivo Marina Greenwich, cuyas instalaciones fueron fundamentales para el desarrollo de la logística.



MAREMOTO ALTEA SUCCESSFULLY HOSTS MAJOR INTERNATIONAL CORPORATE EVENT

Maremoto Altea recently hosted a major corporate event for a leading British company on June 12 and 13. The operation involved the deployment of a significant part of the company's staff, organizational resources, and fleet to deliver a first-class nautical experience.

Over the two-day event, four efficiently coordinated sessions were organized, with 16 jet skis operating simultaneously in each group, supported by instructor-led units. Thanks to this seamless coordination, all 64 participants enjoyed a safe and memorable experience. Maremoto also highlighted the invaluable support of Marina Greenwich, whose facilities played a key role in the successful logistics of the event.



tel: 642 813 500

Abierto los 7 días de la semana de 8 am

Café Tapas Bar

Cafeteria | Bollería | Desayunos | Bocadillos | Sandwich
Ensaladas | Platos Combinados | Tapas | Postre | Mojito

Puerto Luis Campomanes, nr.1, Local 3, ALTEA
E-mail: cafeteriacampomanes@yahoo.es



#VIVE MAREMOTO EXPERIENCE



NUESTRAS BASES

📍 **ALTEA**
Marina Greenwich

📍 **JAVEA**
Marina Nou Fontana

📍 **DENIA**
Marina de Dénia

**ALQUILER ●
EXCURSIONES ●
EVENTOS ●**

maremosports.com

**NUEVO ●
OCASIÓN ●
ESTANCIAS ●**

maremoto.center

MARINA DAY

Con motivo de la celebración del Marina Day, los días 6 y 7 de junio se llevó a cabo una jornada de limpieza de los fondos marinos en el puerto y sus alrededores, gracias a la colaboración de Garmin España y de todos los voluntarios participantes.

Durante la actividad se retiró una gran cantidad de residuos, lo que pone de manifiesto la importancia de seguir promoviendo iniciativas de concienciación y protección del medio marino, a pesar de que esta acción se realiza anualmente desde hace varios años.

Desde estas líneas agradecemos sinceramente la implicación de todas las personas que participaron y que, con su esfuerzo, contribuyen a la conservación de nuestro valioso entorno natural.

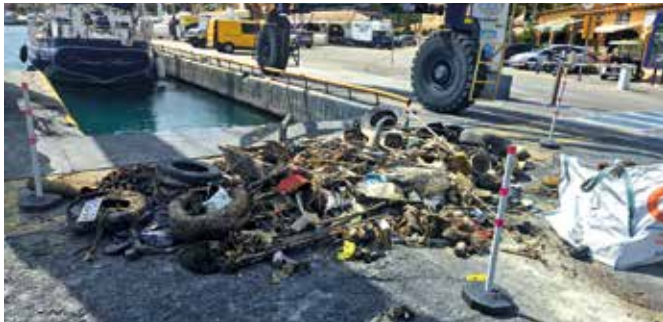


MARINA DAY

As part of Marina Day, on June 6th and 7th, a seabed clean-up activity was carried out in the marina and its surrounding areas, thanks to the support of Garmin Spain and all the volunteers who took part.

A significant amount of waste was collected during the event, highlighting the importance of continuing to raise awareness and protect our marine environment, even though this initiative has been organized annually for several years.

We would like to express our sincere thanks to everyone who participated and helped preserve our precious natural environment through their dedication and effort.



ancoMARO

**Nueva tienda
de accesorios
náuticos y
cebos vivos 24 H.**

Servicio Técnico Oficial y Suministros Náuticos

TALLER 672 11 88 06 - TIENDA 610 431 967 Avda del Port nº19 Bajo, Edif. Velero

**VOLVO
PENTA**

**HONDA
MARINE**

YANMAR

MERCURY

MUSTO

GRESSI

**HH
HELLY HANSEN**

SELVA

**HEY
DUDE**



LA VITA

RESTAURANTE - PIZZERIA

• SINCE 2025 •



PUERTO DEPORTIVO MARINA GREENWICH
Tel. 966 88 86 60 - Mail. lavitacampomanes@gmail.com
📍 [lavita.altea](https://www.lavita.altea.com) 📱 [la vita altea](https://www.lavita.altea.com)



**TODO LO
QUE QUIERES**
LO TIENES
EN NUESTRO
GARDEN

GARDEN DECO

ALTEA HILLS

C/ Norai, 17 Urb. Altea Hills Tel. 965 842 023
www.grupogardendeco.es



PATRICK KLEE

CARPINTERÍA NAVAL

info@carpinteronaaval.es
+34 699 525 407
+34 685 125 586 (Shop)

MARINA DE DENIA
Dársena de Babor, edf F2, nº 1
03700 Denia (Alicante)

www.carpinteronaaval.es



YOGA ESMERALDA



SPAIN'S ONLY YOGA STUDIO
EXCLUSIVELY DEDICATED TO
PRIVATE AND PERSONALIZED CLASSES

*Private yoga experiences
tailored to your body, lifestyle and wellbeing.*



100% PRIVATE



FULLY PERSONALIZED



EXCLUSIVE
EXPERIENCE



WELLBEING
& BALANCE



+34 611 12 61 46



MARINA GREENWICH
ALTEA, SPAIN

WWW.YOGAESMERALDA.COM



THE ART OF PRIVATE YOGA

Desde
Altea
COSTA BLANCA

TU BARCO. TU DÍA. SIN LICENCIA.

Barcos sin/con licencia para
hasta 12 personas.
Salida desde Altea.
Rutas libres o guiadas por las
mejores calas de la Costa Blanca.

Reserva ahora

647 631 867

O ESCANEA
Y ELIGE
TU BARCO

DISPONIBILIDAD
Y PRECIOS

Tu plan, el mar, hoy

HASTA
12 PERSONAS

SIN/CON
LICENCIA

BAJO
CONSUMO

LAS MEJORES
CALAS

PUERTO MARINA GREENWICH
To esperamos

EL BERGANTÍN APHRODITE DESLUMBRA DURANTE SU ESCALA EN MARINA GREENWICH

El espectacular bergantín Aphrodite realizó recientemente una exclusiva escala en Marina Greenwich, convirtiéndose en uno de los grandes protagonistas de la jornada. Su elegante silueta, sus impecables acabados y su distinguida presencia atrajeron todas las miradas, despertando la admiración de navegantes y visitantes.

La llegada de embarcaciones de prestigio como el Aphrodite refuerza el posicionamiento de Marina Greenwich como un puerto de referencia en el Mediterráneo para la náutica de alta gama, consolidando su atractivo como destino para algunos de los yates y veleros más exclusivos del mundo.



BRIG APHRODITE IMPRESSES DURING EXCLUSIVE PORT OF CALL AT MARINA GREENWICH

The spectacular brig Aphrodite recently made an exclusive port of call at Marina Greenwich, becoming one of the day's main highlights. Her elegant silhouette, impeccable finishes, and distinguished presence captured the attention of sailors and visitors alike.

The arrival of prestigious vessels such as Aphrodite further strengthens Marina Greenwich's reputation as a leading Mediterranean destination for luxury yachting, reinforcing its status as a preferred port for some of the world's most exclusive yachts and sailing vessels.

RESTAURANTE

noa
lounge & gourmet

COCINA FUSIÓN
MEDITERRÁNEA ORIENTAL
CARNES Y PESCADOS
A LA BRASA

Facebook: noalounge
Instagram: @noaloungegourmet
noa@noalounge.es - Whatsapp: 623 596 454
T: 966 945 900 - noalounge.es

Puerto Deportivo Luis Campomanes. Altea



Lo que si es seguro
es que no encontrará
MEJORES precios para
su seguro

AXA

*Primera compañía aseguradora
mundialmente*

COMPAÑÍA DE CONFIANZA



FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE ASOCIACIONES
DE PUERTOS DEPORTIVOS Y TURÍSTICOS

- Puertos Deportivos
- Barcos
- Hogar
- Salud
- Seguros Accidente
- Automóvil
- Comercio e Industria
- Vida

Comfort & WELLNESS

Seaside Sandy Beach combina a la perfección actividad y bienestar. Su carácter deportivo invita a disfrutar de unas vacaciones activas, mientras su cuidada gastronomía sorprende por su calidad y detalle. Su servicio wellness ofrece el equilibrio perfecto para relajarse y renovar cuerpo y mente en un entorno acogedor.



Todo lo que necesitas para
disfrutar del mar
— en Altea —



LA BOCANA
— SAILING POINT —



KAYAK Y PADDLE SURF

Explora la costa, aguas cristalinas y rincones únicos de Altea.



EXCURSIONES EN MOTO DE AGUA

Siente la adrenalina y descubre la costa como nunca antes.



ALQUILER DE EMBARCACIONES

Vive el mar a tu ritmo con nuestras embarcaciones de última generación.



LICENCIA DE NAVEGACIÓN

Formación práctica y sencilla para que navegues con seguridad y libertad.



Teléfono:
690 73 76 26



Instagram:
@acronautica_group · @labocana.altea · @acrojet.altea



Webs:
www.acronautica.com · www.labocanasailingpoint.com · www.motosdeaguaaltea.com

DONDE TERMINA LA COSTA, COMIENZA LA LIBERTAD.



Tu próxima aventura comienza en Altea. Explora la Costa Blanca, o navega hacia Ibiza y Formentera en nuestros veleros, diseñados para disfrutar del mar sin prisas.

El Oceanis 393, con su elegante casco azul y sus cómodos espacios, es el equilibrio perfecto entre confort, seguridad y prestaciones. Ideal para familias, parejas y grupos de amigos.



ALQUILER CON O SIN PATRÓN



POR SEMANAS

Tu mejor elección para unas vacaciones inolvidables.



FINES DE SEMANA

Escapadas perfectas para desconectar y recargar energía.



DÍAS SUELTOS

Disfruta del mar a tu ritmo, el tiempo que quieras.



5 CAMAROTES
2 BAÑOS
BARCA AUXILIAR



alteavela@alteavela.com
+34 609 188 648
www.alteavela.com



Accede a la web



TECMA *marine*

Suministros Náutica

Marina



Poligono industrial de Ondara, C/ constitución N° 68
03760 Ondara (Alicante).
Carrer Cap de la Nau Pla, 130
03730 Javea (Alicante).

Ondara:
Oficina: 663 809 469
Tienda: 663 809 468
Fax: 965 766 009

Javea:
625 962 317
965 793 886

WINDWARD

Yacht Services



WWW.WINDWARDYACHTSERVICES.COM

Puerto Deportivo Luis Campomanes
Marina Greenwich
03590, Altea, Alicante
+34 647 856 183 ES
+34 643 959 336 EN

DISFRUTA

de MG Magazine

en formato digital o impreso,
donde quieras y cuando quieras



DESCARGAS

marinagreenwich.com

Explore the
Explora La **Costa Blanca**
como nunca antes
like never before



Experiencias inolvidables en el mar con familia o amigos
Unforgettable experiences at sea with family or friends



Alquiler de embarcaciones nuevas,
totalmente equipadas y mantenidas
al más alto nivel para tu máxima
seguridad y confort.

Rental of new boats,
fully equipped and maintained
to the highest standards
for your maximum **safety** and comfort.

Reserva ahora
Book now



RESERVAS / BOOKINGS

+34 696 952 078

Atención directa y personalizada
Direct contact and personalized service



FLOTA PREMIUM FLEET

Quicksilver 875 Sundeck **PREMIUM**



Hasta
12 personas
Up to 12 people



9 m Eslora
300 cv/hp
27 Feet Length



Camarote y WC
Cabin and WC

ESPACIO • CONFORT • EXCLUSIVIDAD
SPACE • COMFORT • EXCLUSIVITY

Quicksilver 755 Cruiser **SPORT**



Hasta
8 personas
Up to 8 people



7,5 m Eslora
250 cv/hp
22 Feet Length



Wakeboard
Funtube

DEPORTIVO • POTENTE • VERSÁTIL
SPORTY • POWERFUL • VERSATILE

Quicksilver 755 Sundeck **COMFORT**



Hasta
8 personas
Up to 8 people



7,5 m Eslora
250 cv/hp
22 Feet Length



Solarium amplio
Large sundeck

POLIVALENTE • CÓMODO • DIVERTIDO
VERSATILE • COMFORTABLE • FUN



Alquila con y sin Patrón
Rent with or without Skipper



Wakeboard • Esquí Acuático • Donut
Funtube • Water Ski



Salidas desde Marina Greenwich
Departures from Marina Greenwich



MÁS DE 400 CLIENTES SATISFECHOS
MORE THAN 400 SATISFIED CUSTOMERS



Google

Excellent 5.0 ★★★★★

www.delmarecharter.com



@delmare_charter



PIZZERIA/SNACKS/TAKE AWAY

Auténtica Experiencia Italiana

en el puerto marítimo

En este *encantador* establecimiento vivirás una *experiencia sensorial* que combina la *tradición* y la *innovación* de la auténtica *cocina italiana*, con *auténticas pizzas* artesanales en un entorno marítimo inigualable, con *vistas al mar*.

CONTACTO: +34 965 054 752

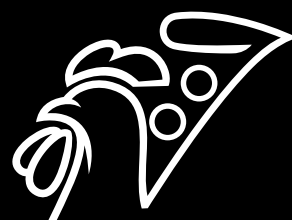


OFERTA GASTRONÓMICA

La Pizzería Consentida es conocida por su compromiso con la calidad y autenticidad de la cocina italiana, utilizando ingredientes frescos y combinando recetas tradicionales con toques innovadores. Y aunque las pizzas son las estrellas del menú, también ofrece otras opciones, como una selección de tapas frías y calientes, pollos asados, ensaladas frescas y postres caseros. Esta diversidad asegura que todos los comensales hallen en la carta algo que les encante.

COMO EN CASA

El ambiente acogedor lo convierte en un lugar perfecto para familias, amigos y parejas que buscan una experiencia culinaria informal, pero de calidad. La Pizzería Consentida forma parte de la marca Consentida, famosa por su cerveza artesanal creada por La Claudia Italia, lo que añade un toque distintivo a la experiencia gastronómica.



PRODUCCIÓN PROPIA

CAFETERÍA



MINI MAR.



La Claudia

LICORERÍA - SHOP - BAR



PUERTO DEPORTIVO CAMPOMANES, EDIFICIO COMODORO LOCAL 56, ALTEA (ALICANTE)

WWW.KRDRINKS.COM

SE ALQUILA

Velero de Lujo

For rent

Luxury sailing boat



Foto: Martin González Fernández

SALIDAS DIARIAS / DAYTRIPS

desde MARINA GREENWICH - Altea

T. +34 609 551 424



María Abradelo

 Paseo Alameda nº65 46023 Valencia

 +34 617 305 305

 inmo@inmoonevalencia.com

 www.inmoonevalencia.com

RENT A BOAT ALTEA

Tu experiencia náutica en Marina Greenwich

Barcos con licencia • Barcos sin licencia • Licencia de navegación

Rent A Boat
Altea Academia & JetSki



BARCOS SIN LICENCIA

Navega sin experiencia previa.
Embarcaciones cómodas y
fáciles de manejar.
Gasolina incluida.



BARCOS CON LICENCIA

Más potencia, libertad y confort
para disfrutar la costa de Altea
y Calpe a tu ritmo.



LICENCIA DE NAVEGACIÓN

Sin examen - 100 € - En un solo día
(6 horas: 2 teóricas + 4 prácticas).
Para embarcaciones hasta 6 m y
motos de agua sin límite de potencia.



Escanea y reserva



Salida desde Puerto Deportivo
Marina Greenwich, Altea

RESERVA AHORA



www.rentaboataltea.com |  +34 666 809 960

Design lives everywhere

WE DON'T JUST DESIGN
WE TRANSFORM PERSPECTIVES

Timeless living

SPACES THAT INSPIRE
DETAILS THAT ENDURE



POSH
VISUAL POETRY

POSH
VISUAL POETRY

POSH
VISUAL POETRY

BRANDING • EDITORIAL • CREATIVE DIRECTION

behance.net/poshvisualpoetry

“NO BUSCAMOS TRANSFORMAR ROSTROS, SINO ACOMPAÑAR A NUESTROS PACIENTES DE UNA FORMA NATURAL Y SALUDABLE”

CÓMO RECUPERAR LA PIEL TRAS EL VERANO

Tras la exposición solar en verano, la piel suele presentar signos de deshidratación y fotoenvejecimiento. ¿Cuál es el diagnóstico más habitual que observa en consulta?

Lo más frecuente es encontrar una piel deshidratada, apagada y con pérdida de luminosidad. También observamos un empeoramiento de las manchas, alteraciones de la textura y mayor evidencia de los signos de fotoenvejecimiento. En muchos casos, el verano actúa como acelerador de procesos ya presentes, como la pérdida de colágeno o el daño acumulado por la radiación solar.

¿Qué tratamientos considera más adecuados para recuperar la calidad de la piel y devolverle luminosidad y equilibrio?

El tratamiento debe adaptarse a las necesidades de cada paciente, pero generalmente buscamos restaurar la hidratación, estimular la producción de colágeno y mejorar la calidad de la piel. Para ello disponemos de herramientas, como los skinboosters, los bioestimuladores, la terapia luminica o los tratamientos de regeneración cutánea. El objetivo no es solo recuperar la piel tras el verano, sino mejorar su capacidad para mantenerse sana a largo plazo.

Más allá de los tratamientos en clínica, ¿qué cuidados recomienda para prolongar los resultados y mejorar la salud cutánea?

La constancia es fundamental. Una buena rutina en casa debe incluir limpieza adecuada, hidratación, antioxidantes y fotoprotección diaria todo el año. Además, factores como la alimentación, el descanso y evitar hábitos nocivos tienen un impacto directo sobre la salud y el envejecimiento de la piel.

Dra. Katia Cobas



DRA. KATIA COBAS

CLÍNICA ELYSIAN MEDICINA ESTÉTICA

Pionera en apostar por la **Medicina Estética** cuando aún no gozaba del reconocimiento actual, la Dra. Katia Cobas ha construido una trayectoria marcada por la formación continua, la docencia y el emprendimiento. En 2018 hizo realidad uno de sus grandes proyectos: **Clínica Elysian**, un espacio concebido para ofrecer una medicina estética basada en la excelencia, la ética y la naturalidad.

Cubana de nacimiento y valenciana de corazón, Cobas ha impulsado un modelo de atención personalizado, sustentado en la **evidencia científica** y orientado a realzar la belleza individual de cada paciente. Bajo esta filosofía, Clínica Elysian se ha consolidado como un referente gracias a la innovación, la **formación continua** y una visión de la medicina estética centrada en acompañar al paciente con resultados naturales y respetuosos con su identidad.

Comprometida también con la **docencia y la divulgación**, la especialista mira al futuro con el objetivo de seguir impulsando la excelencia asistencial, la **innovación** y la formación de nuevos profesionales sin perder la esencia que ha definido su proyecto desde sus inicios.

CLÍNICA ELYSIAN

C/ Amadeo Saboya, 34 - Valencia
679 296 742 | 961 677 276

LA EXPERIENCIA GASTRONÓMICA A
BORDO MÁS EXCLUSIVA



RIVERSIDE
LUXURY CRUISES

NEW COLLECTION

actual altea

AVDA. JAIME I, 25 - BAJO | 03590 ALTEA - ALICANTE | TEL. 965 840 039

CARRER MARE NOSTRUM, 1 | 03590 ALTEA - ALICANTE | TEL. 965 844 107



“

*Disponemos de ropa
y material para
embarcaciones*

*Tu tienda de primeras
marcas en Altea*

”

actualaltea@gmail.com



BOSS
HUGO BOSS

HH[®]
Helly Hansen

TOUS

HACKETT
LONDON

Slam™

TOMMY HILFIGER
UNDERWEAR

A | X
ARMANI EXCHANGE

EA7
EMPORIO ARMANI

EL LUGAR DONDE
TODO TERMINA



GREENWICH / MERIDIANO CERO

EL LUGAR DONDE TODO **EMPIEZA**

PUERTO DEPORTIVO MARINA GREENWICH,
C. CURRICA, 03590 PUEBLO MASCARAT, ALICANTE
@GREENWICH_REST
966 617 106



GREENWICH / MERIDIANO CRO

MEANTIME

808



Puerto deportivo Marina Greenwich,
C. Currica, 03590 Pueblo Mascarat, Alicante
@meantime_altea
966 617 106



**Siempre hay un mientras tanto.
Hagámoslo extraordinario.**



MEANTIME



GREENWICH

PUERTO DEPORTIVO MARINA GREENWICH,
C. CURRICA, 03590 PUEBLO MASCARAT, ALICANTE
@GREENWICH_REST
966 617 106



MEANTIME



Puerto deportivo Marina Greenwich,
C. Currica, 03590 Pueblo Mascarat, Alicante
@meantime_altea
966 617 106

