

ESPECIAL

# VACACIONES

2004

SUPLEMENTO DE DIARIO DE ÁVILA

SÁBADO 17 DE JULIO DE 2004



con el patrocinio de

**iberpistas**  
abertis

## VIAJES

### ÍNDICE

**Balnearios.** La moda tranquila para relajar cuerpo y mente en un ambiente de cuidados. Pág. 3.

**Viajar por España.** Tres de los destinos elegidos por los abulenses para pasar sus vacaciones; todos con playas. Pág. 4.

**Jacobeo en la región.** La ruta Jacobea atrae, este año más que nunca, a numerosos peregrinos que atraviesan parte de Castilla y León. Pág. 5.

**Monasterios.** Una elección especial en unos entornos privilegiados que han sido reestructurados para el descanso. Pág. 6.

**Luna de miel.** Uno de los viajes más esperados e irrepetibles de la vida. Lugares paradisiacos y cruceros se llevan la palma. Pág. 7.

**En la carretera.** Coches de alquiler y autocaravanas forman una de las opciones más atractivas para viajar con libertad. Pág. 8.



**Cuidado con las vacaciones.** Antes de ponernos en marcha, es necesario que aseguremos nuestro bienestar durante el viaje; debemos seguir una serie de consejos básicos que nos harán comprobar que más vale prevenir que curar. Págs. 9.

**Destinos internacionales.** El verano invita, más que cualquier otra estación, a recorrer nuevos países que permiten integrarse en nuevas culturas por descubrir. Pág. 10.

**Cruceros.** El mar y la posibilidad de recorrer en pocos días varios países son los atractivos que hacen que cada día más personas se decanten por las vacaciones a bordo de un barco. Pág. 11.



Un albergue de nuestra región, vacaciones sin grandes desplazamientos. / PEIO GARCÍA

# VIAJAR EN VACACIONES

Es uno de los momentos del año más esperados: la posibilidad de viajar y desconectar de la rutina

IRENE SANZ J.

Legado este periodo veraniego, quien más quien menos tiene sus días de vacaciones. Probablemente un periodo más escaso del deseado o merecido, pero en todos los casos será disfrutado.

A estas alturas de verano casi todos han pensado en sus vacaciones y están ya estructuradas; ideadas, reservadas o incluso los más rápidos ya las han disfrutado. Para los que no tengan claro todavía que hacer con sus días de asueto encontrarán en estas páginas una serie de propuestas para viajar, este verano o, por qué no, después de la temporada alta, que para ver nuevos lugares o disfrutar de una playa, de un buen paisaje, de una exposición o de un buen plato, no es necesario que el termómetro marque treinta grados centígrados. De hecho en la mayoría de las empresas ya dividen el periodo vacacional, que habitualmente dura un mes, en varios tramos a lo largo del año, una opción que permite que el año laboral se haga más suave, menos duro. En el caso de los viajeros, también es posible disfrutar de entornos privilegiados en momentos en los que es más económico recorrer mundo y sin tanta compañía des-

► En muchas empresas, las **vacaciones** se dividen en **varios periodos** a lo largo del año

conocida que abarrote los rincones más tradicionales de la ciudad visitada.

No obstante, cualquier época es buena para viajar y los abulenses en verano no se quedan atrás. Se dividen entre las opciones nacionales e internacionales y aunque son muchos los que se organizan de forma individual, muchos siguen recurriendo a las agencias de viaje para llevar todo el itinerario o el hotel concertado desde antes de ponerse en carretera.

Las nuevas tecnologías también van avanzando en este campo y cada año va creciendo número de personas que contrata sus viajes vía internet. La posibilidad que ofrecen las agencias online de comparar precios de forma más rápida y el escaso coste que supone para las agencias trabajar en internet, en vez de en sucursales, hace en algunos casos que el producto sea más econó-

mico. Esta opción se implanta poco a poco y en este momento son los más jóvenes los que optan por esta posibilidad. Entre los destinos más buscados y deseados por los abulenses se encuentra la playa más clásica. Según las agencias de viajes que hemos consultado siguen siendo Benidorm y las Islas Canarias las que más demanda generan ante el turista que parte de Ávila, aunque tampoco se quedan atrás las Islas Baleares.

En lo que se refiere a destinos internacionales los abulenses siguen siendo bastante clásicos y en Europa continúan decantándose por Italia, Inglaterra y Francia, aunque el los últimos años destinos como Praga también está siendo demandado. No ocurre lo mismo con destinos como Túnez o Egipto que ven en los últimos años como los turistas eligen lugares que les den más seguridad. En América también el clásico Caribe, sobre todo demandado por los más jóvenes y las parejas de recién casados, se sigue llevando la palma, aunque destinos como Argentina también están en auge.

Los cruceros, el turismo saludable que ofrecen los balnearios y la tranquilidad de los monasterios son otras de las opciones más solicitadas.

## Diario de Ávila

Medalla de Oro de la Provincia  
Fundado en 1888 con la cabecera de EL ECO DE LA VERDAD.  
El 24 de noviembre de 1898 pasó a llamarse EL DIARIO DE ÁVILA

EDITA: DIARIO DE ÁVILA, S.A

Editor y Presidente:  
Antonio M. Méndez Pozo.

Director:

Carlos F. Aganzo

Redactores Jefes: Francisco Javier Martínez (Información)  
y Juan Carlos Huerta Abargues (Suplementos)

Jefes de Sección: David Casillas Abejón (Cultura) y José Luis Robledo (Local). Redacción: Juan Antonio Ruiz  
Ayúcar, Francisco Javier Rodríguez de Antonio, Luis Carlos Santamaría, José Manuel Maíz, Eduardo  
Cantalapiedra, Arancha García Rojas, Marta Martín Gil, Javier Jiménez Encinar, Isabel Camarero e  
Isabel Martín. Fotografías: Enrique Luis y David Castro.

Delegaciones: Arévalo: Cristina García Fernández.

Arenas de San Pedro: Javier Iglesias Lacaba.

Gerente: Alfredo Blasco Nuin

Jefe de Informática y Sistemas: Vicente García García.

Jefe de Publicidad: Alberto Herrero Moro.

Distribución: José Antonio de Miguel

promecal  
PROMOTORA DE MEDIOS DE CASTILLA Y LEÓN

Consejero Delegado:

Gregorio Méndez Ordóñez

Direcciones Generales: Jesús Ángel Bueno Ordóñez (Adjunto Consejero Delegado).

Javier Gutiérrez Glez, M. Ángel Arnaiz Lozanos y Rafael Morje Alonso

Subdirecciones Generales: Lorenzo Mafias Rodríguez y J. Manuel Sáenz de Cabezón

Directores Departamento: Luis Santos Sánchez, Álvaro Miguel Orense y Daniel Méndez Primo

# TURISMO SALUDABLE: RELAJARSE Y DESCANSAR

La opción de disfrutar los días de vacaciones en balnearios o termas se hace más habitual día a día. El trabajo y las obligaciones, sociales y familiares hacen que nuestro cuerpo exija una pausa

IRENE SANZ J.

En un momento en el que la palabra estrés sale de nuestra boca tres veces al día, en el que llevamos un endiablado ritmo de vida, en el que las horas se nos quedan pequeñas para hacer todo lo que queremos y los minutos que nos restan sólo podemos quejarnos de los dolores que produce esta situación de aceleración constante, en medio del desierto, aparece un oasis de termas, piscinas, masajes, gastronomía cuidada y relax, todo dentro del concepto balneario. Un turismo para la salud, de cuerpo y alma, que viene de antaño y se retoma en nuestros días como si descubriéramos un espejismo.

En la actualidad, los balnearios proliferan, pero no es algo novedoso ya que desde la edad más antigua nuestros antecesores en todo el mundo se hacían tratar con agua y otras sustancias, como algas o barros, para beneficiarse de sus capacidades relajantes y curativas. En los últimos años vuelven a resurgir estas grandes ideas del pasado y España se sitúa a la cabeza a la hora de retomar viejas y buenas costumbres. Sólo en Galicia hay más balnearios que en el resto de Europa. Nuestra región no se queda atrás y de las 128 estaciones termales de nuestro país siete se encuentran en Castilla y León: tres de ellas en Salamanca ( Ledesma, Babilafuente y Retortillo), una en Medina del Campo, (Valladolid), Caldas de Luna (León) y Virtus y Valdelateja (Burgos). Los responsables de los balnearios están haciendo inversiones millonarias pero merece la pena.

Los balnearios renacen como una opción que cada día está más al alcance de todos, son más asequibles, y muchas personas se pueden permitir un fin de semana o unos días termales. En algunos casos los balnearios son nuevas construcciones, que se ubican tanto en el centro de grandes ciudades, para estar cerca del ejecutivo estresado que necesita una pausa en medio de su quehacer alocado,



Las instalaciones de los balnearios invitan a relajarse. / ICAL

► Los **balnearios** renacen como una opción que cada día está más al **alcance de todos**; son más asequibles

como en espacios alejados de la ciudad, en entornos privilegiados que ayudan a desconectar absolutamente, al estar rodeados de espacios abiertos y jardines en los que el paseo es un complemento indispensable. En muchas ocasiones no se trata de edificaciones nuevas, sino antiguas termas reconstruidas para retomar la sana tradición.

Además, en la mayoría de los hoteles de calidad que se precian ya se incluye el spa (Sala per aqua), que abarca todas las característi-

cas del balneario y que está formado por una serie de salas y termas que forman parte de las instalaciones del centro hostelero en las que el cuidado del cuerpo es la finalidad principal.

Entre los servicios que ofrecen estos balnearios y spas se encuentran los masajes, saunas, tratamientos faciales, en los que se proponen tratamientos para el dolor de espalda, piernas cansadas, para ponernos en forma, o tratamientos anticelulíticos, antiestrés o reductor-reafirmante. Todo para salir siendo una persona diferente a la que entró, o al menos algo más relajada.

Entre las técnicas que se usan está: la hidroterapia marina, mediante agua de mar calentada a 36 o 38 grados, algoterapia, fangoterapia, quiromasaje, masaje energético, drenaje linfático, reflexolo-

► Los **abulenses** que se inclinan por esa posibilidad buscan balnearios en **Asturias y Cantabria**

gía podal, electroterapia. Tratamientos estéticos. Baños de burbujas, masaje subacuático, baño con algas marinas, quiromasajes, envolvimientos fitomar (todo tipo de pieles) y saunas.

Dentro de las aguas minero-medicinales, sus indicaciones terapéuticas dependen de la composición química.

Así, las aguas sódicas son estimulantes; las sulfuradas, tienen una acción beneficiosa sobre la piel, el aparato respiratorio y locomotor; las ferruginosas, ricas

en hierro, favorecen la regeneración de la sangre, mejoran los casos de anemia y actúan positivamente sobre las enfermedades de la piel, además de contribuir a los regímenes adelgazantes.

También existen aguas radioactivas, con efectos sedantes y analgésicos, para combatir el estrés, la ansiedad y las depresiones; las sulfatadas son laxantes y diuréticas; las bicarbonatadas son adecuadas para problemas del aparato digestivo; y las carbónicas estimulan el apetito y favorecen el funcionamiento del aparato circulatorio. Todos estos tratamientos se pueden llevar a cabo bajo revisión médica.

Para los más coquetos también hay servicios de estética, y para los que quieren estar controlados también existe la posibilidad de contar con dietas personalizadas. El programa lo completan tratamientos para vegetarianos y cursos naturistas.

En un principio estas sugerencias para pasar un fin de semana o unas vacaciones diferentes estaban destinadas prioritariamente a las personas mayores que tenían algún problema físico como complemento médico a sus problemas diuréticos, digestivos, dermatológicos, reumatológicos, respiratorios y circulatorios. Esta teoría ha cambiado y aunque es cierto que las personas mayores encuentran en esta posibilidad un refuerzo a su mejoría, cada vez son más los jóvenes e incluso familias enteras las que encuentran en esta opción un atractivo especial. Ante todo es una posibilidad para las temporadas de invierno aunque también es una oferta interesante para el principio del verano. En la actualidad está destinada esta posibilidad a personas que pretenden descansar, mejorar su estado físico y estético.

Los abulenses que se inclinan por esta posibilidad buscan balnearios en la zona de Asturias y Cantabria, lugares que ofrecen la posibilidad de compaginar estos cuidados con la playa y la montaña.

 **viajes velasco**  
AGENCIA DE VIAJES  
C.I.C.L. 0501

**¡VIAJE CON NOSOTROS!  
NO LE DEFRAUDAREMOS**  
Consulte nuestras ofertas

C/ Don Gerónimo, 13-15 · Tels.: 920 21 13 21 - 920 21 32 21 · Fax: 920 21 29 31 · 05001 ÁVILA

# EL 'TOP' MADE IN SPAIN

Aunque cada día son más habituales las vacaciones en el extranjero, no podemos olvidar que dentro de España existen opciones turísticas y culturales que atraen a un gran número de abulenses



Una mujer toma el sol en la playa. / LETICIA PÉREZ. (ICAL)



Playa de las Teresitas, en Tenerife. / EFE



Un momento de la presentación del logotipo del Fórum. / EFE

## BENIDORM

Los abulenses este verano son clásicos, una vez más, a la hora de elegir sus vacaciones estivales y la gran estrella de nuevo vuelve a ser Benidorm. Una ciudad que sigue resistiendo a las modas pasajeras, a las nuevas ofertas entre las que despuntan los balnearios y cruceros, y continúa atrayendo a las personas, sobre todo familias, que buscan el descanso y buen tiempo seguro. A pesar del incremento de posibilidades

para pasar el verano, una parte importante de abulenses acude a su agencia de viajes habitual para reservar una semana de vacaciones en Benidorm.

Que las temperaturas sean agradables a lo largo de todo el año ha hecho de este enclave alicantino un destino ideal a lo largo de los doce meses, aunque la mayoría del flujo turístico lo recibe en los meses de junio, julio, agosto y septiembre.

### GUÍA DEL VIAJERO

- ▶ **situación:** en la provincia de Alicante, en pleno Mediterráneo.
- ▶ **temperatura:** 31,7 grados de media.
- ▶ **oferta:** de 35 a 55 euros con pensión completa, dependiendo de la categoría del hotel.

## ISLAS CANARIAS

Cualquiera de las Islas Canarias prometen tranquilidad. Esta combinación que ofrecen de calor, cultura, buenas playas y gastronomía es una de las opciones veraniegas que interesa más a los abulenses. Entre todas las islas podríamos destacar Lanzarote, que es una isla de origen y fisionomía volcánica y está declarada reserva de la Biosfera desde 1993. Cuenta con una gran variedad de playas, unas de

arena blanca y fina y otras de arena oscura.

No podemos olvidarnos de Tenerife donde Las Américas, con su casino y su parque acuático, es uno de los principales atractivos turísticos. El jardín botánico de Tenerife es una institución cultural. El centro de su fiesta se sitúa en el Carnaval.

La gastronomía también atrae al turista: el pescado, la carne de cerdo y las patatas, denominadas «papas arrugas».

### GUÍA DEL VIAJERO

- ▶ **situación:** en el Océano Atlántico, situada a 1.000 kilómetros de la Península Ibérica.
- ▶ **temperatura:** 30 grados.
- ▶ **oferta:** desde 55 euros la noche en hotel de tres estrellas.

## FÓRUM BARCELONA

Este año Barcelona acoge el Fórum 2004. En un espacio construido para la ocasión se estructuran desde el día 9 de mayo y hasta el 26 de septiembre una serie de actividades. Con la entrada se puede acceder al recinto y participar en todas las actividades programadas para la jornada, mercados, espectáculos en la calle, exposiciones, conciertos y experiencias gastronómicas. Los precios son de 21 euros para la en-

trada de un día 42 para el pase de tres días y 168 euros para el pase de temporada.

Además pueden aprovechar la excusa del Fórum 2004 para visitar Barcelona, una ciudad que posee sin duda alguna uno de los cascos antiguos más bonitos y románticos de toda Europa. Entre otras opciones es indispensable visitar La Rambla, el Liceu, el Mercat de la Boqueria, el Barri del Raval, el Centro de Cultura Contemporánea.

### GUÍA DEL VIAJERO

- ▶ **situación:** desde Barcelona se puede acceder al puerto en metro, autobús o tranvía.
- ▶ **temperatura:** 25-30 grados.
- ▶ **oferta:** vuelos Madrid-Barcelona, desde 60 euros.

## En vacaciones, no cargue con sus maletas se las acerca con SEgURidad



ARENAS DE SAN PEDRO  
C/ Comuneros de Castilla, 5  
Telf.: 920 371 371



ÁVILA  
Avda. Sta. Cruz de Tenerife, 1  
Telfs.: 920 229 213 - 920 229 215 - Fax 920 229 212

# JACOBEO EN CASTILLA Y LEÓN

Si el Camino de Santiago es protagonista todos los años, éste lo es más al ser Año Santo; es una opción para disfrutar de la naturaleza, haciendo deporte y amistades

IRENE SANZ J.

Aprovechando el Año Santo la comunidad gallega está recibiendo este año un flujo de visitantes mayor. Unos realizan alguna parte de la ruta jacobea que termina en Santiago de Compostela. Las personas que eligen esta opción preparan el viaje sin contar con las agencias de viajes. Se desplazan en medios de transporte propios o públicos hasta la localidad en la que desean comenzar la ruta y comienzan su peregrinaje, una veces andando, otras en bicicleta y otras a caballo. Las posibilidades son variadas, la cuestión es llegar hasta final. Los que optan por este tipo de turismo se hospedan en hostales, hoteles y albergues que encuentran en el camino que están preparados, con más o menos servicios, para la acogida de los peregrinos.

La otra opción es realizar un viaje programado por las zonas de las Rías Bajas que termine, aprovechando la celebración del Año Santo, en la ciudad de Santiago, para visitar la catedral. Pero antes ya se ha realizado un recorrido por lugares como Sanxenxo, Villanueva de Arosa, Cambados, O Grove, Baiona, Cangas, o A Guarda. Montañas, castros celtas, hórreos o pazos componen el paisaje verde de un lugar que se topa con 1.200 kilómetros de costa y 750 playas.

**CASTILLA Y LEÓN.** El camino de Santiago en Castilla y León recorre varias localidades de las provincias de Burgos, Palencia y León. Las tres son recorridas en una travesía de 450 kilómetros que comienza en Redecilla del Camino, en la provincia de Burgos hasta la Laguna de Castilla en León.

1. Desde Santo Domingo de la Calzada, la última localidad riojana del Camino de Santiago, se llega a Redecilla del Camino, el primer municipio de la ruta jacobea en la región. Aquí, en la provincia de Burgos, se inaugura el recorrido. El primer tramo de este camino burgalés va hasta Villafranca de Montes.

2. Después de salir de Villafranca Montes de Oca en Burgos, el peregrino atraviesa una gran extensión arbolada y boscosa, un tramo de gran dureza en las inmediaciones del Puerto de la Pedraja. Existen varias opciones para llegar a Burgos todas válidas.

3. Una vez que el peregrino sale de la capital burgalesa tiene que pasar por el Puente del Arzobispo, situado junto al cerro de Castro. Acaba este tramo en Itero del Castillo.

4. En el Puente Fitero o Ponteroso se encuentra el límite entre las provincias de Burgos y Palencia. A partir de aquí el Camino de Santiago adquiere las tonalidades pardas y amarillas de Tierra de Campos. Atraviesa Boadilla del

▶ Las personas que eligen esta opción preparan el **viaje sin contar con las agencias**

▶ Las **posibilidades** para realizar el camino son **variadas**. Lo importante es **llegar al final**

Camino para llegar a Fromista. 5. Dejando atrás Frómista y continuando por la senda palentina del Camino de Santiago, se llega a Población de Campos. Más tarde encontramos Villalcázar de Sirga, para acabar en Carrión de los Condes.

6. Después de salir de Carrión de los Condes, el peregrino se encuentra, a pocos kilómetros, con la Abadía de Benevívere. En este tramo de la ruta encontramos Terradillos de los Templarios, siguiente punto del itinerario, que tiene una parroquia dedicada a San Pedro, con un crucifijo del siglo XIII. Después llegaremos hasta Sahagún, León.

7. Destacada por algunos autores como la cuna del mudéjar leonés, Sahagún es la localidad que inaugura el Camino de Santiago a su paso por León. El camino sigue en esta provincia en El Burgo Ranero y Mansilla de las Mulas.

8. A pocos kilómetros de Mansilla de las Mulas, siguiendo una vereda de pequeños árboles plantados en hilera a lo largo del Camino, se llega a Villamoros de Mansilla, localidad próxima al Puente de Villarente, situado sobre el río Porma. En esta etapa llegaremos hasta León donde es obligada la visita a la Catedral de Santa María de Regla, obra singular del gótico español. El Monasterio y Hostal de San Marcos es otra parada obligada.

9. Después de abandonar la capital leonesa por el puente que atraviesa el río Bernesga, muy cerca del Hostal de San Marcos, el caminante llega a La Virgen del Camino, localidad emplazada en el páramo que debe su nombre al santuario que allí se ubica. Después se llega a Astorga.

10. Tras dejar atrás Astorga, Valdevejas es el siguiente núcleo que encuentra el peregrino en el Camino de Santiago. Continúa el camino hasta Ponferrada.

11. De Ponferrada a Villafranca del Bierzo sólo hay una veintena de kilómetros, pero antes de llegar al destino, el caminante tiene que sortear varias veredas que le obligarán a pasar por otras localidades, como Compostilla y Columbranos.



Peregrino, realizando la ruta Jacobea. / PEIO G.

## OFERTAS VERANO 2004

SALIDAS A BENIDORM Y SALOU EN AUTOCAR TODOS LOS SÁBADOS.

OCHO DÍAS, PENSIÓN COMPLETA

viajes castilla  
32 aniversario

Benidorm desde 303,80 €uros

Salou desde 207,55 €uros

SALIDAS DESDE ÁVILA, SEGOVIA Y ARÉVALO

Niños  
Gratis

SALIDAS EN AUTOCAR

CIRCUITOS ASTURIAS, CANTABRIA Y GALICIA-XACOBEO

De Junio a Octubre:  
Salidas todos los Sábados (7 días)

ITINERARIOS A SU DISPOSICIÓN EN NUESTRAS OFICINAS

NOVIOS: ¡TENEMOS UN REGALO PARA VOSOTROS!

PLAZAS LIMITADAS - RESERVE CON ANTELACIÓN

Pague en 6 meses sin intereses con la tarjeta Punto Oro,  
que puede solicitar gratuitamente en nuestras oficinas.

 **viajes castilla**

Pza. Santa Ana, 2 • Tel. 920 226100 • ÁVILA / Pza. del Salvador, 7 • Tel. 920 300321 • ARÉVALO  
Ezequiel González, 24 • Tel. 921 435063 • SEGOVIA

# PARADA Y FONDA EN ARMONÍA MONACAL

Muchos monasterios, algunos de ellos abandonados por las órdenes para las que fueron contruidos, se han convertido en lugares paradisiacos en los que disfrutar de paz y tranquilidad

IRENA SANZ J.

Una de las opciones de hacer turismo en enclaves privilegiados es el hospedaje en monasterios. Es una práctica que ha resurgido en los últimos años. Siempre se trata de edificios antiguos y su puesta en valor como enclave turístico se puede realizar en varios sentidos. El acondicionamiento, dentro de los muros que acogen al visitante, suele ser muy cuidado. En la mayoría de los casos el edificio ha sido rehabilitado, o cuanto menos, ha recibido pequeñas mejoras y todo para hacer crecer un turismo que se expande en dos sentidos.

En algunos casos se trata de monasterios que siguen guardando su recogimiento y su esencia y que esperan a un visitante dispuesto a realizar un parón en su vida, un visitante que abra un espacio para la reflexión en un entorno monástico y silencioso, o que realice ejercicios espirituales. El monasterio está preparado para la ocasión de forma cuidadosa y mínima, ya que en estos casos las habitaciones de las que disponen las personas que se acercan hasta estos entornos se asemejan a las que utiliza la propia congregación, y sus vidas se acercan bastante a la vivencia monacal diaria. Los visitantes son invitados a participar en los retiros y el tiempo de meditación. Es el caso del monasterio cisterciense de San Bernardo en Burgos especialmente indicado para quienes quieren reflexionar, encontrarse con Dios y consigo mismo, y para familiares de las monjas.

También el monasterio de Santo Domingo de Silos, cuyos orígenes parecen datar del siglo VII, acoge a huéspedes que se sientan ligados a los valores cristianos y religiosos y busquen ser acogido por el remanso de tranquilidad que infunde el monasterio.

Otra opción, totalmente diferente, es el resultado de poner en valor un antiguo monasterio, en algunos casos abandonado o ruinoso, que se recupera para ser convertido en un nuevo hotel en el que la estructura monacal se ha aplicado de forma multifuncional, como hotel y lugar de reuniones y conferencias. Es el caso del Monasterio de San Miguel, que se encuentra en el Puerto de Santa María. Se trata de un monasterio del siglo XVIII de arquitectura barroca combinada con lujos actuales.

► En la mayoría de los casos el **edificio** ha sido **rehabilitado** o, al menos, ha recibido pequeñas **mejoras**

► Esperan a un **visitante** dispuesto a realizar un **parón** en su vida, que abra un espacio para la **reflexión**

► Otra opción de moda es recuperar un **monasterio** y convertirlo en un nuevo **hotel multifuncional**

Otra hostería renombrada es la del Monasterio de San Millán, con categoría de cuatro estrellas y enclavado en un ala del Monasterio de Yuso en San Millán de la Cogolla, un lugar reconocido patrimonio de la Humanidad por la UNESCO al ser considerada cuna del castellano y del euskera.

Además es conveniente señalar que hay una serie de monasterios, que son imprescindibles en una ruta de monumentos de este tipo que no deben ser olvidados, como el Monasterio de Piedra de Zaragoza. Un monasterio fundado en 1194 en el antiguo Castillo de Piedra Vieja, que fue dedicado a Santa María la Blanca. Todo ello ha sido declarado Monumento Nacional. Los sobrios e interminables corredores gótico-renacentistas dan paso a las antiguas celdas cistercienses, hoy convertidas en cómodas habitaciones y suites con sorprendentes vistas al Parque Natural o al patio del claustro.

En Castilla y León, en Palencia, en Carrión de los Condes, también encontramos el Hotel Real Monasterio de San Zoilo, que en su momento, en el siglo XI, fue un regalo del rey Fernando I de Castilla a uno de sus cortesanos en señal de gratitud. Ahora las antiguas celdas de las monjas cluniacenses se han convertido en habitaciones dobles y suites, con todos los servicios.



Claustro de San Zoilo, en Palencia. / E.MARGARETO (ICAL)



Claustro del Monasterio de Silos, Burgos. / R.GARCÍA (ICAL)

## CANTABRIA

Junto Parque Cabarceno. Hostal - Restaurante.  
Cercano playas. A 15 minutos de Santander.  
Pensión completa. Habitación doble.  
30 euros por persona. 942 56 38 05

# UN VIAJE PREPARADO CON TODO DETALLE

Si hay un viaje que debe estar organizado para que no surja ningún problema, para disfrutar de unos días de tranquilidad después de la celebración de la boda, es el de la luna de miel

IRENE SANZ |

**U**NO de los viajes más mentados de la vida de uno, o por lo menos de los más pensados y preparados, es el viaje de novios, la luna de miel.

La mayoría de las parejas buscan para este viaje especial un lugar alejado y tranquilo en el que los paisajes sean para recordar y descansar. Prioritariamente lugares paradisíacos en los que las playas sean las principales protagonistas y no sea necesario moverse mucho del complejo hotelero para tener todas las comodidades al alcance de la mano. Este concepto triunfa en la mayoría de los casos frente a la posibilidad de viajar buscando lugares en los que conocer culturas a fondo, costumbres, rincones y gastronomía. Aunque, como para todo, cada pareja es un mundo y organiza su viaje a su estilo, y en algunos casos combina ambas opciones, el conocimiento del país y el descanso en lugares deliciosos.

Sobre todo las preferencias para este tipo de viajes se centran en el Caribe, lugar en el que las grandes playas de arena y los complejos hoteleros, en los que se incluyen todos los servicios que podamos imaginar, son lo más codiciado. Triunfa en los últimos años la Riviera Maya en Méjico, dejando en un segundo plano a Cancún. También son destinos deseados La Habana y Varadero en Cuba, las Maldivas en Ecuador, que encarnan el idílico mito del refugio paradisíaco o Isla Mauricio, que el más claro ejemplo de isla tropical. No olvidamos los clásicos de la República Dominicana o Argentina. Lugares exóticos llenos de encanto donde también se aprovecha la ocasión para descansar del arduo trabajo que supone la preparación de una boda. Una luna de miel para recordar, ya que de eso se trata.

Algunas parejas también se decantan por las rutas y combinan Nueva York, en Estados Unidos, con la Riviera Maya en México.

Para los que quieren dejar a un lado tranquilidad y la posibilidad de descansar, y prefieren aprovechar el tiempo para realizar un largo viaje en el que conocer lugares apartados a los que quizá no tengan otra oportunidad de acudir, existe la posibilidad de viajar al otro lado del planeta, a las antípodas de nuestro país y eligen Australia o Nueva Zelanda, aunque no es una de las opciones más solicitadas por los novios abulenses según nos han comentado en las agencias de turismo consultadas en nuestra capital.

También los últimos años los novios se decantan por destinos de Asia como Bali-Singapur o Tailandia. Y ya en África las Islas Seychelles, un Safari en Kenia o un re-



El primer desplazamiento puede ser el limusina; el resto depende de la imaginación de cada pareja. /DAVID CASTRO



Una pareja pide asesoramiento en una agencia de viajes.

► Cada vez son más contratados, para pasar la luna de miel, los **cruceros** por el **Mediterráneo**

corrido en tren por Sudáfrica, son otra posibilidad, aunque estas opciones en los continentes de África y Asia no son de las más solicitadas en Ávila.

Los que sí que están en auge, y cada vez son más contratados son los **cruceros** por el Mediterráneo. Pasar diez días en un barco que parte de Valencia o Barcelona y que recorre el Mediterráneo pa-

► La mayoría de las parejas buscan un lugar **tranquilo** y **alejado** en el que los paisajes sean para recordar

rando en las principales ciudades de los países más turísticos, como Mónaco, Roma en Italia, o Cartago en Túnez. Ciudades en las que se recorren las principales calles y monumentos para tomar una idea básica, una primera impresión de países de lo más variado, además sirve para abrir boca y preparar viajes posteriores a estos países de Europa y África.

**Ávilatours**, s. a.  
CICL 0504 agencia de viajes

## OFERTAS CON AUTOCAR DESDE ÁVILA

### BENIDORM (Agosto, Septiembre y Octubre)

8 DÍAS ..... DESDE ..... 270 €

15 DÍAS ..... DESDE ..... 400 €

### LA MANGA (Septiembre y Octubre)

15 DÍAS ..... DESDE ..... 380 €

(Htl. Entremares // Cavanna)

### OROPESA DE MAR (Septiembre y Octubre)

15 DÍAS ..... DESDE ..... 280 €

(Htl. Jardín // Palmavera)

Consulten otros destinos, viajes de novios, cruceros, billetes de tren, avión, autocar, ...

C/. Alfonso de Montalvo, 14 - 05001 Ávila  
Teléfonos 920 25 20 20 - 920 21 10 39 - Fax 920 25 22 34



El mejor lugar para estacionar las caravanas es el camping. / ENRIQUE LUIS

## EN LA CARRETERA, SIN LÍMITES NI FRONTERAS

Las vacaciones en caravanas y autocaravanas, recorriendo las carreteras de medio mundo, parando y pernoctando donde se desee, aportan al usuario un plus de libertad

IRENE SANZ J.

Es la opción ideal para las personas o familias que quieren viajar sin ataduras de horarios, esperas en estaciones o aeropuertos. Ni reservas en hoteles o apartamentos, incluso ni siquiera es necesario determinar el destino final antes de salir. Además permite no renunciar a parte de las comodidades que supone estar en casa.

### ESTRUCTURA

Las autocaravanas están diseñadas para proporcionar máxima autonomía y libertad de movimientos. Son una mezcla de vivienda y medio de transporte. Suelen incluir amplias camas para todos los miembros de la familia que viajan, cocina completa, nevera y congelador, wc con ducha de agua caliente y calefacción. Depende de las dimensiones, una autocaravana puede acoger entre cuatro y siete personas. Para conducir este vehículo basta con tener un carné de conducir de vehículos turismos, es decir, la licencia B1. De esta misma familia de vehículos es la caravana, que es la unidad acondicionada para vivir que se une un vehículo que se encarga de remolcarlo.



Una serie de coches aparcados en batería. / ENRIQUE LUIS

### PERNOCTAR

Tanto autocaravanas como caravanas están pensadas para su estancia en camping donde además de estar permanentemente enganchadas a la red eléctrica, se encuentran más protegidas de los elementos externos. En estos espacios suelen parar cuando hay intención de pernoctar, realizar las labores domésticas con más tran-

quilidad o disfrutar de un paisaje determinado durante unos días. El estacionamiento está permitido a lo largo y ancho de toda Europa, excepto en lugares muy turísticos como París. Sino se pernocta en un camping la otra opción es buscar un sitio en el que no se moleste a los vecinos y se pueda estar con un mínimo de seguridad.

En actualidad algunas agencias de viajes, como Halcón, ofrecen la posibilidad de alquilar autocara-

vanas, como otra alternativa para viajar y conocer mundo.

### PRESTACIONES

Los vehículos que se ofrecen desde las empresas de alquiler de caravanas y autocaravanas cumplen una serie de requisitos mínimos entre los que figura, depósito de agua, calentador, ventanas dobles, mosquitero, doble batería y dirección asistida. El precio del alquiler por día oscila de-

### Coches de alquiler

Los coches de alquiler son una opción excepcional para realizar desplazamientos puntuales. Su utilidad es variada, ya que sirven para planificar un viaje completo, o para desplazarse después de haber llegado al destino principal con un viaje organizado en otro medio de transporte como avión o autobús. Así, esta opción nos permite, movernos con libertad por los alrededores del destino y conocer ciudades o localidades adyacentes sin tener que desplazar nuestro propio coche desde el lugar de origen.

La demanda de este servicio va creciendo por la gran movilidad que permite. Es rara la ciudad en la que no encontremos empresas, habitualmente franquicias, que se encargan de explotar esta forma de viajar. Los precios oscilan dependiendo de la calidad del vehículo que queramos alquilar y de los días que queramos disponer del mismo.

Podemos encontrar desde 169 euros la semana en algunas franquicias. Dependiendo de la empresa encontramos alquileres de un día con un precio de 31 a 68 euros por día, si buscamos un coche modesto o 136 euros por día si lo necesitamos con más prestaciones.

El tiempo de alquiler se regula por fracciones de 24 horas. En la actualidad encontramos incluso coches de alquiler con conductor, un conductor que además puede conocer idiomas. Este servicio ya es más especializado para empresas o eventos especiales, como congresos o convenciones. Los coches suelen ser de gama alta, en este caso.

### Revisar el vehículo

Antes de salir de viaje, conviene revisar el vehículo para no tener sorpresas durante las vacaciones.

- ▶ **Niveles.** Líquido de frenos, de agua, del aceite, de los limpiaparabrisas y del líquido de la dirección. También se deberá comprobar la presión de los neumáticos.
- ▶ **Luces.** Comprobar si el alumbrado funciona correctamente y que se llevan los recambios reglamentarios en buen estado.
- ▶ **Batería.** Se observará si la batería está correctamente cargada, así como el estado de los bornes.
- ▶ **Ruedas.** En cuanto a los frenos y a la dirección, se comprobará el estado de las zapatas y las bujías, sin

olvidarnos de mirar la profundidad del dibujo de los neumáticos y la rodadura de las ruedas, por si es necesario cambiarlos antes de la partida.

- ▶ **Posición.** Los asientos y el retrovisor deben estar en la posición correcta, siempre atendiendo a la comodidad del conductor.
- ▶ **Combustible.** Es mejor salir con el depósito lleno, para evitar imprevistos.
- ▶ **Recambios.** Comprobaremos que todos los recambios están en perfecto estado, desde la rueda de repuesto hasta el elevador manual, las luces y la correa del ventilador. No hay que olvidar que es obligatorio llevar un chaleco reflectante.

pendiendo de la calidad del vehículo. Según la capacidad del vehículo, y de la temporada en la que deseemos viajar. Puede ir desde los 114 euros hasta los 240. Para alquilar caravanas y autocaravanas se suele exigir por parte de la empresa, además del carné de conducir un mínimo de varios años de experiencia al volante. En caso de que el vehículo sea propiedad de la persona que la utiliza de forma habitual conviene realizar revisiones mecánicas.

# SALIR DE VIAJE SIN SORPRESAS

Antes de ponernos en marcha e iniciar nuestro viaje vacacional debemos tener en cuenta una serie de consejos que serán muy útiles para evitar problemas o sustos desagradables

IRENE SANZ J.

Si deseamos realizar un viaje sin problemas inesperados lo mejor es tener en cuenta una serie de recomendaciones que realizan los expertos.

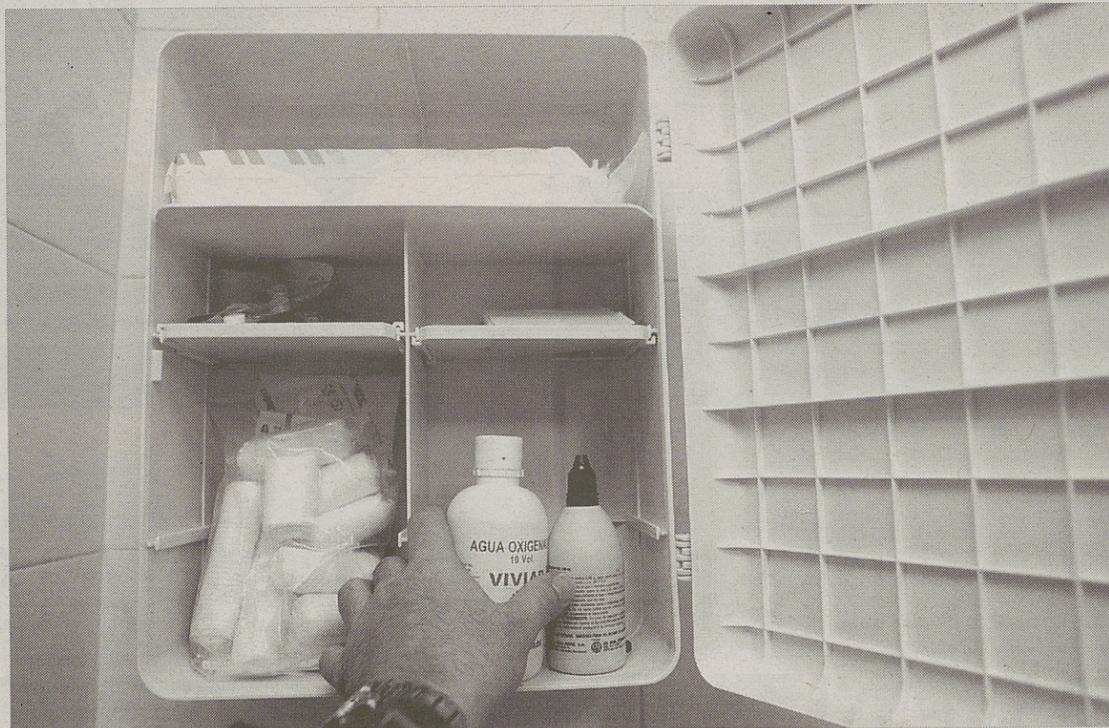
**Visitar al médico:** Siempre se deben programar con tiempo los aspectos sanitarios del viaje. En el caso de padecer alguna enfermedad que requiera algún medicamento específico es recomendable que el médico extienda un informe y le recete la medicación necesaria en cantidad suficiente para cubrir el periodo de tiempo que va a durar su viaje. Además conviene conocer el sistema de asistencia sanitaria del país de destino y conocer la cobertura del seguro.

**Edades delicadas:** Si los viajeros son ancianos o niños es necesario tomar precauciones especiales como la protección exhaustiva contra el sol y el calor por el riesgo de insolación y deshidratación. En los traslados o vuelos de larga duración, sobre todo en personas de avanzada edad conviene hacer los ejercicios de movilización que el medio permita.

**Hidratación:** El calor y la humedad excesiva y los esfuerzos pueden provocar agotamiento y pérdida de líquidos y sales minerales o incluso un golpe de calor que haga necesaria la intervención de urgencia. Es muy importante estar bien hidratados. En caso de agotamiento se recomienda tomar té o bebidas ricas en sales minerales como los zumos o caldos de verduras.

**Vestuario y clima:** es importante elegir ropa y calzado adecuados. Los vestidos deberán de ser fibras naturales como el algodón, o el lino, conviene que sean ligeros y no ajustados. El calzado será amplio y ventilado. Es importante prevenir los cambios de temperatura con la ropa adecuada.

**Botiquín:** Es útil llevar desinfectante y material de cura de fácil aplicación. Si van a exponerse al sol serán necesarias cremas solares. También habrá que evaluar si es



Antes de salir de viaje no hay que olvidar preparar un botiquín básico para llevar. / ENRIQUE LUIS

## Algunas vacunaciones están sometidas a reglamentación internacional y pueden ser exigidas

necesario utilizar cremas repelentes de mosquitos. Conviene consultar con el médico si se deben llevar antibióticos o antidiarreicos.

**Alergia:** Los alérgicos deben tener en cuenta la época estacional del país de destino por si se produce una reacción durante el viaje.

**Vacunas:** Algunas vacunaciones están sometidas a reglamentación internacional y pueden ser exigidas por las autoridades locales del país que se visita mediante un certificado de Vacunación Internacional. Es necesario conocer si el país al que van a viajar tiene alguna exigencia.

**Fiebre tifoidea:** los países más afectados se encuentran en África,

Centro y Sudamérica, Oriente Medio y sudeste asiático.

-Cólera: las zonas endémicas se encuentran en África, Centro y Sudamérica y Sudeste asiático.

-Hepatitis A: las áreas de alta incidencia son África, Asia, Centro y Sudamérica, zona mediterránea y Europa del Este.

-Hepatitis B: es endémica en toda África, gran parte de América del Sur, Europa oriental, Mediterráneo oriental, sudeste asiático, China e Islas del Pacífico, excepto Australia, Nueva Zelanda y Japón.

-Meningitis Meningocócica: los países de mayor incidencia se encuentran en África Subsahariana. También se han producido brotes en el sudeste asiático (India y Nepal) y Oriente Medio.

-Poliomelitis: se recomienda en caso de estar en contacto con la población de África, Oriente Medio y Sudeste Asiático.

-Rabia: en algunos lugares llega a ser un importante problema de salud pública como en África subsahariana, Bangladesh, Boli-

## Es útil llevar desinfectante y material de cura de fácil aplicación, y cremas para el sol y los mosquitos

via, China, Colombia, Ecuador, Etiopía, Filipinas, Guatemala, India, Méjico, Perú, Sri Lanka, Vietnam o Tailandia.

**Paludismo:** los viajeros deben protegerse contra la picadura de los mosquitos.

**Alimentos:** cuidado con lo que come. La diarrea es la enfermedad más frecuente en los viajes internacionales. La mejor forma de protegerse es seleccionar y preparar con cuidado los alimentos y bebidas. Hay que prestar especial atención a la repostería y los helados por su fácil contaminación.

**Agua:** es transmisor de enfermedades infecciosas. Sólo consumir agua embotellada.

## Tarjeta sanitaria

La unificación de Europa se hace patente en muchos aspectos diarios y la sanidad es uno más. Ya se puede solicitar la tarjeta sanitaria europea que permite recibir atención médica gratuita en la Unión Europea. Las personas que posean este nuevo documento pueden ser atendidos en cualquier país miembro y de manera gratuita y si tiene que pagar, la cantidad será reembolsada.

La tarjeta se entregará a todos aquellos que la soliciten expresamente. En Ávila se puede solicitar en las oficinas de la Seguridad Social ubicadas en la plaza de Claudio Sánchez Albornoz.

Sobre todo esta tarjeta está destinada a las personas que se desplacen con fines turísticos, estudiantes o periodistas. Sirve para sustituir al actual impreso E-111 que permite a los europeos recibir atención médica durante estancias temporales en otros estados miembros.

El lanzamiento de la tarjeta se realizará en tres fases, según se ha previsto. La primera, que ya ha entrado en vigor, sustituirá al formulario E-111 que garantiza la cobertura de urgencia durante desplazamientos cortos en la Unión Europea. En una segunda fase la tarjeta sustituirá al resto de los formularios actuales como el de los trabajadores desplazados a otro país (E-112) o el utilizado por los estudiantes (E-128).

Este documento incluye el nombre del usuario, su D.N.I. y un código que identifique al Instituto de Seguridad que le respalda. Esta tarjeta permitirá simplificar los trámites actuales ya que ya no será obligatorio que el paciente contacte con la Seguridad Social de su país antes de facilitar asistencia médica.

En un futuro será una tarjeta inteligente de lectura electrónica en la que se incluyan todos los datos del historial clínico del usuario.

**VIAJES PROFESSIONAL TRAVEL**

MULTITIENDA: Eduardo Marquina, 35  
Tel. 920 21 33 74 | www.profestravel.com  
PROFESIONALES A SU SERVICIO  
para asesorarle en sus viajes



**Super Oferta**  
**EGIPTO-CRUCERO**

EL CAIRO 4 noches  
CRUCERO 3 noches PC  
Salidas: viernes julio **520 €**

EL CAIRO 3 noches  
CRUCERO 4 noches PC  
Salidas: lunes julio **577 €**

mas tasas y visado



**NUEVA YORK**

ORLANDO  
MIAMI  
SAN FRANCISCO  
LOS ÁNGELES  
LAS VEGAS  
CANADA  
COMBINADO CARIBE

VIAJE A LA MEDIDA DE SUS NECESIDADES. SOMOS ESPECIALISTAS

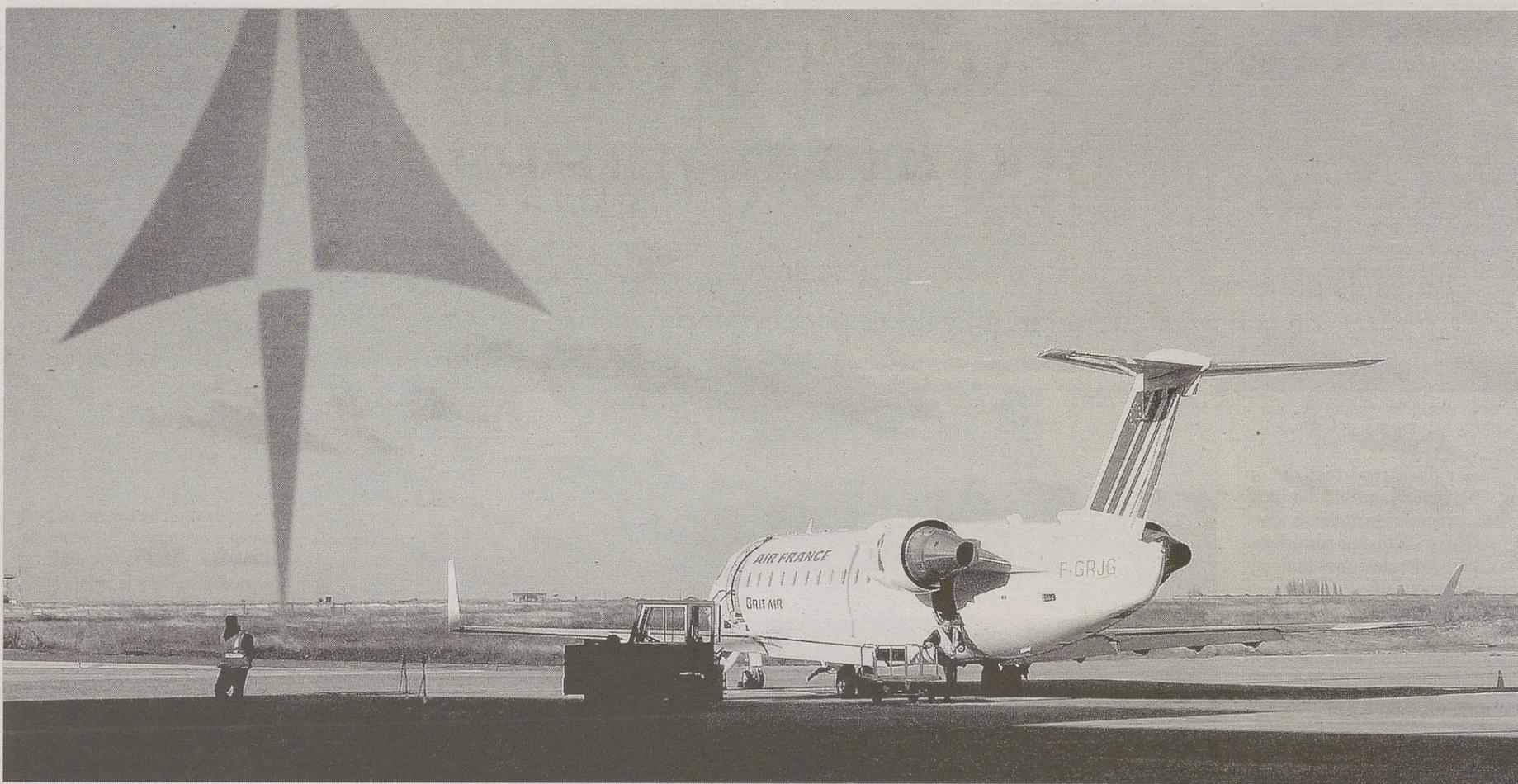


**COSTA SOL Playas**

MÁS BARATO QUE QUEDARSE EN CASA, RELAJARSE EN LA PLAYA

BENALMÁDENA 3\* ..... 34 €  
BENALMÁDENA 4\* ..... 44 €  
TORREMOLINOS 3\* ..... 37 €  
TORREMOLINOS 4\* ..... 55 €  
MARBELLA 3\* ..... 48 €

Habitación doble por pax y noche



Un avión en un aeropuerto. / MIRIAM CHACÓN (ICAL)

# CONOCER NUEVOS PAÍSES, UNA AVENTURA VACACIONAL

Alternar el conocimiento de nuestro país con el resto del mundo puede ser la combinación ideal para pasar las vacaciones; entre las propuestas en el extranjero, las más elegidas son las clásicas

IRENE SANZ J.

Nadie discute que hay miles de destinos internacionales en los que perderse cuando llegan las vacaciones y hay oportunidad de perderse en un lugar lejano y disfrutar de nuevas culturas. Entre los que más a menudo eligen los abulenses se encuentra esta serie de opciones.

**CARIBE (JAMAICA).** La tercera isla más grande del Caribe, es un regalo para los amantes de la naturaleza. Sus 233 kms de ancho y 81 km de largo encierran un paisaje montañoso con picos como el Blue Mountain Peak con 2.256 metros de altitud. La mayor parte de sus maravillosas playas están en la costa Norte y Oeste de la Isla. Cuna del reggae y de la cultura rastafari, Jamaica es un país ideal para la práctica de cualquier tipo de deporte náutico. Si lo que le gusta es bucear, aquí podrá descubrir que esta tierra es tan hermosa por arriba como por debajo. Encontramos un mar turquesa protegido por acantilados cincelados con antiguas cuevas y escondidas villas. Podemos encontrar ofertas desde 900 euros.

**RIVIERA MAYA (MÉJICO).** México es un país único y fascinante, caracterizado por su riqueza de razas, de lenguas y de unas maravi-

Las **vacaciones** brindan una **oportunidad** de **perderse** en un lugar lejano y **disfrutar** de nuevas culturas

llosas playas para descansar. Paraísos, alegría y diversión sin límite es lo que hace que sea una magnífica elección para todos los gustos, aunque los últimos años sea uno de los destinos más solicitados por las parejas de recién casados. El sureste de México es la cuna de los mayas, una de las grandes civilizaciones de la humanidad. Hace 3.000 años surgió en la zona esta cultura fascinante que evoca todos los misterios de la historia y la leyenda. Conocer el Mundo Maya es un viaje en el tiempo. La Riviera Maya se sitúa al sur de Cancún y desarrolla el nuevo centro vacacional de Yucatán, con enclaves como Playa del Carmen, Playacar, Akumal.

**DESTINOS EURO-CLÁSICOS.** Inglaterra, Francia, Bélgica o Italia componen el cuarteto clásico de los destinos deseados y buscados por los abulenses que deciden pasar sus vacaciones en la Europa más clásica.

Cualquiera de estos destinos son ideales para unas vacaciones

de verano. En estos países, ya destinos clásicos, se puede combinar el conocimiento de un país, con todos los detalles culturales, monumentales y gastronómicos que conlleva, con las compras y la fiesta.

**PRAGA-CROACIA.** Son el ejemplo de ciudades desconocidas por los turistas hasta hace escasos años que en los últimos tiempos están en auge y que cada vez acogen a más españoles, y como no, abulenses, que se acercan a conocer una cara más oculta del continente pero quizá también más romántica.

Desde estos países, además, se está haciendo un esfuerzo especial por que el visitante se sienta acogido ya que hasta hace pocos años eran lugares prácticamente desconocidos que están descubriendo en esta puerta que se abre al turismo la posibilidad de mejorar su economía.

En el caso de Praga, de la República Checa, saluda al visitante desde una cierta distancia, después de que en 1989 dejara de ser una ciudad comunista tras la Revolución de Terciopelo.

Por su parte Croacia, en este momento, es una ciudad en pleno proceso de reconstrucción y por eso la mayoría de las ofertas hoteleras son nuevas. Existe la posibilidad de alojarse en casas particulares, alquilando habitaciones.

## Destinos peligrosos

Cuando nos planteamos ir de vacaciones la finalidad última es pasarlo bien, disfrutar de un cambio de ritmo en un lugar que no sea nuestro entorno habitual, ni de trabajo ni de nuestra vivienda. Pero esta finalidad prioritaria puede verse alterada si elegimos mal el destino.

En la actualidad hay una serie de países a los que no nos planteamos acudir o a los que no nos recomiendan ir desde las agencias de viaje. En estas oficinas es donde principalmente ha bajado la demanda de algunos para viajar a algunos de estos destinos, en el caso de Marruecos y Túnez se han registrado algunas anulaciones. Hay personas que se interesan por Egipto pero no tanto como otros años y Jordania a pesar de la publicidad facilitada por los Príncipes de España tampoco tiene mucha demanda. Entre los países en los que conviene extremar las precauciones están los siguientes:

**Afganistán:** todo el país está contemplado con riesgo, muy especial al sudeste del país.

**Albania:** condiciones de seguridad precaria en todo el país.

**Angola:** viajes al interior del país son peligrosos ya que puede haber minas anti-personas, antitanques.

**Argelia:** está en vigor el estado de emergencia desde 1993. Se recomienda no viajar a este país.

**Colombia:** las zonas rurales son muy peligrosas. Existen dos problemas principales en el país: las guerrillas y el narcotráfico.

**Egipto:** se recomienda extremar las medidas de seguridad. En los últimos años se han producido actos terroristas a cargo de grupos extremistas islámicos.

**Irán:** se recomienda extremar las precauciones, no desplazarse a las zonas fronterizas de Irak, Afganistán y Pakistán.

**Irak:** destino de alto riesgo, se recomienda no viajar bajo ninguna circunstancia.

**Israel:** extremar la precaución y evitar la presencia en lugares abiertos, aglomeraciones y centros comerciales.

**Jordania:** conviene extremar las precauciones.

**Marruecos:** se recomienda ceñirse a los circuitos turísticos habituales programados.

**Túnez:** en las zonas fronterizas puede registrarse inestabilidad.

**Turquía:** conviene extremar las medidas de precaución después de los atentados de noviembre.

Para realizar cualquier consulta sobre países: [www.mae.es](http://www.mae.es).

# CRUCEROS: UN DESTINO EN CADA PUERTO

Hace años, la serie 'Vacaciones en el mar' despertaba las envidias de los viajeros más glamourosos; los años han pasado y lo que parecía un viaje para los afortunados hoy es asequible para muchos

IRENE SANZ |

Los cruceros son una de las opciones más frescas, llamativas y solicitadas en los últimos años para pasar el periodo vacacional. Entre las personas que se han apuntado a esta moda están las que se sienten atraídas por la mezcla entre la tranquilidad de surcar el mar en un barco-gran hotel y el paseo por diferentes ciudades en las que el barco atracará para que los turistas puedan conocer, en unas horas, lo más interesante y llamativo de ellas.

**DEMANDA.** Esta opción, además de ser una de las más solicitadas por familias, que escogen esta posibilidad para pasar una semana o diez días disfrutando de todos los servicios que ofrece el barco, también es una de las más requeridas por las parejas de recién casados que buscan en este clima de tranquilidad y paisajes marítimos unos días de relax.

Además en los cruceros también encuentran la posibilidad de combinar toda clase de actividades y servicios que ofrece la compañía. En algunos momentos esta serie de prestaciones de ocio consigue que parezca que el barco se ha convertido en una pequeña ciudad ya que cuenta con todos los servicios que podemos encontrar en una localidad. En el barco se puede disfrutar de piscina, cine, bares, sala de juegos, biblioteca, gimnasio, discotecas, todo tipo de actividades recreativas y restaurantes variados.

**RUTAS MEDITERRANEAS.** Las rutas más llamativas y solicitadas en nuestra provincia abulenses son las que se realizan por el Mediterráneo, en las que se pueden recorrer ciertas zonas, desde las más cercanas con una trayectoria que recorre Palma de Mallorca, Ibiza, Mahón, Valencia y Barcelona, o la ruta del estrecho recorriendo Almería, Málaga y Melilla.

Otra posibilidad, que requiere una mayor disponibilidad de tiempo pero permite conocer más lugares, es la que ofrece recorrer buena parte del Mediterráneo con un itinerario que incluye ciudades como Barcelona, Túnez, Malta, Nápoles, Roma, o Villefrance, en Mónaco. Otra propuesta contempla recorridos por las islas griegas, Italia y Croacia. Una de las posibilidades que recorre varios países propone Nápoles, Rodas, Santorini, Mykonos, El Pireo (atenas), Dubrovnik (Croacia), Taormina (Sicilia), este recorrido que ofrecen algunas empresas permite conocer un buen número de ciudades con encanto en once días.



Los cruceros componen una alternativa marítima que atrae cada vez a más personas.

**CARIBEÑAS.** Hay otras opciones más lejanas también propuestas por las agencias de viajes y las compañías de cruceros se centran en diferentes zonas del Caribe.

Unas recorren el Caribe occidental: Florida, Haití, jamaica y Méjico, otras el Caribe oriental: Puerto Rico, Antillas, Islas Vírgenes y Miami. Las opciones son variadas y se organizan con infinidad de paradas exquisitas y exóticas.

**CRUCEROS FLUVIALES.** Es otra posibilidad que ofrece realizar cruceros fluviales por algunos ríos como viajes por el Rin, o por el Danubio.

También existe la posibilidad de conocer el Ródano, el Sena, el Elba. Por ejemplo uno de los que proponen las agencias pro el Danubio hace escala en Passau, Melk, Esztergour, Budapest, Bratislava, Vienne y Dürurstein.

**PARA TODOS LOS GUSTOS.** Otras opciones también especiales son las ciudades del Mar Báltico, los Fiordos Noruegos también en la costa Atlántica.

Y no debemos olvidarnos de los cruceros por el territorio de Alaska, que parten de Vancouver, los que recorren Canadá-Bermudas, el Canal de Panamá, Polinesia o Hawai, como otras opciones posibles.

**PRECIOS.** El precio de los cruceros oscila dependiendo del tipo de crucero que elijan. Varía dependiendo de una serie de factores, entre ellos hay que tener en cuenta la fecha, el tipo de itinerario, la duración del crucero, los servicios que incluya y también el tipo de camarote que deseen, interior o exterior. Este verano podemos encontrar precios variados, y como en todo tipo de vacaciones programadas ofertas de todo tipo. Se pueden encontrar viajes de este tipo desde 500 o 600 euros si es por el Mediterráneo, 1300 si es un crucero transoceánico, o 1400 si es un crucero fluvial.

Este tipo de turismo va creciendo de año en año, porque va siendo una posibilidad más asequible, ya no sólo destinada a las clases altas, si no a todo tipo de personas que buscan pasar sus vacaciones en un clima marítimo que además ofrece la posibilidad de realizar pequeñas paradas en las ciudades. Paradas que permiten hacer excursiones organizadas por la propia compañía. En ocasiones pueden ser incluso guiadas para permitir al turista que en el tiempo mínimo recorra los lugares más destacados y pueda apreciar los valores principales de la ciudad o del país. En pocas horas son invitados a recorrer el centro de la localidad y su puerto, los monumentos más interesantes y desta-

cados, realizar las compras que se deseen o degustar incluso, en muchos casos, la comida típica de la zona.

Cada vez hay más cruceros, más barcos preparados para este tipo de ocio, y los servicios más

completos y las posibilidades más divertidas. Mientras antes se ofrecía en las agencias como una posibilidad excepcional de viajar ahora no hay agencia de viajes sin una gran oferta de cruceros, a la que hay que añadir la oferta on line.

## Ofertas Verano 2004

### ■ OROPESA DE MAR

15 DÍAS. Bus + P. Completa con agua/vino  
Agosto **420 €** Septiembre **280 €**

### ESPECIAL FAMILIAS

Agosto **36 €** Septiembre **30 €**  
Niños: 50% descuento

### ■ XACOBEO 2004

Del 26 de Septiembre al 1 de Octubre  
Bus + Hotel en P. Completa con agua/vino  
Visitando: Santiago, La Coruña,  
Vigo, Norte de Portugal. Precio: **160 €**

**ADEMÁS: 8% DE DESCUENTO EN FOLLETO PLAYAS**



**Viajes Rubiotur**

CICL 05-13

"ARTE EN SUS VIAJES"

C/. Dr. Fleming, 28 (junto a Multitienda) - 05001 Ávila - Tel. 920 25 46 41

# Estas vacaciones tienes toda la costa a tu alcance. Elige tu PLAYA.



## COSTA BLANCA

### BENIDORM • Hotel Golden 2\* Pensión Completa

Salida 24 Julio	7 Noches	<b>226,10 €</b>	NIÑOS 50% DTO
Salida 31 Julio	7 Noches	<b>374,85 €</b>	NIÑOS 50% DTO
Salidas 7, 14 Agosto	7 Noches	<b>374,85 €</b>	NIÑOS 50% DTO
Salidas 21 Agosto	7 Noches	<b>321,65 €</b>	NIÑOS 50% DTO
Salidas 28 Agosto	7 Noches	<b>297,95 €</b>	NIÑOS 50% DTO

### BENIDORM • Hotel Las Vegas 2\* Pensión Completa

Salida 24 Julio	7 Noches	<b>226,10 €</b>	NIÑOS 50% DTO
Salida 31 Julio	7 Noches	<b>389,20 €</b>	NIÑOS 50% DTO
Salidas 7, 14 Agosto	7 Noches	<b>389,20 €</b>	NIÑOS 50% DTO
Salidas 21 Agosto	7 Noches	<b>366,80 €</b>	NIÑOS 50% DTO
Salidas 28 Agosto	7 Noches	<b>338,90 €</b>	NIÑOS 50% DTO

### BENIDORM • Hotel Cabana 3\* Pensión Completa

Salida 24 Julio	7 Noches	<b>337,40 €</b>	1º NIÑO GRATIS
Salida 31 Julio	7 Noches	<b>407,90 €</b>	1º NIÑO GRATIS
Salidas 7, 14 Agosto	7 Noches	<b>419,65 €</b>	1º NIÑO GRATIS
Salidas 21, 28 Agosto	7 Noches	<b>347,90 €</b>	1º NIÑO GRATIS

### BENIDORM • Hotel Selomar 4\* Pensión Completa

Salida 24 Julio	7 Noches	<b>438,55 €</b>	1º NIÑO GRATIS
Salida 31 Julio	7 Noches	<b>469,70 €</b>	1º NIÑO GRATIS
Salidas 7, 14 Agosto	7 Noches	<b>533,05 €</b>	1º NIÑO GRATIS
Salidas 21, 28 Agosto	7 Noches	<b>446,60 €</b>	1º NIÑO GRATIS

### BENIDORM • H. Benidorm Centre 4\* Pensión Completa

Salida 24 Julio	7 Noches	<b>438,55 €</b>	1º NIÑO GRATIS
Salida 31 Julio	7 Noches	<b>469,70 €</b>	1º NIÑO GRATIS
Salidas 7, 14 Agosto	7 Noches	<b>533,05 €</b>	1º NIÑO GRATIS
Salidas 21, 28 Agosto	7 Noches	<b>446,60 €</b>	1º NIÑO GRATIS

### BENIDORM • Gran Hotel Bali 4\* Pensión Completa

Salida 24 Julio	7 Noches	<b>447,65 €</b>	1º NIÑO GRATIS
Salida 31 Julio	7 Noches	<b>474,35 €</b>	1º NIÑO GRATIS
Salidas 7, 14 Agosto	7 Noches	<b>541,80 €</b>	1º NIÑO GRATIS
Salidas 21, 28 Agosto	7 Noches	<b>455,70 €</b>	1º NIÑO GRATIS



#### BUS OPCIONAL COSTA BLANCA DESDE AVILA

IDA Y VUELTA: **56 €** por persona

## COSTA DEL SOL

### TORREMOLINOS • Hotel Kristal 3\* Media Pensión

Salida 24 Julio	7 Noches	<b>261,80 €</b>	1º NIÑO GRATIS
Salida 31 Julio	7 Noches	<b>366,85 €</b>	1º NIÑO GRATIS
Salidas 7, 14 Agosto	7 Noches	<b>397,95 €</b>	1º NIÑO GRATIS
Salidas 21 Agosto	7 Noches	<b>351,45 €</b>	1º NIÑO GRATIS
Salidas 28 Agosto	7 Noches	<b>289,45 €</b>	1º NIÑO GRATIS

### MARBELLA • H. Las Chapas / Palacio del Sol 3\* Media Pensión

Salida 24 Julio	7 Noches	<b>315,00 €</b>	NIÑOS 50% DTO
Salida 31 Julio	7 Noches	<b>375,00 €</b>	NIÑOS 50% DTO
Salidas 7, 14 Agosto	7 Noches	<b>385,00 €</b>	NIÑOS 50% DTO
Salidas 21 Agosto	7 Noches	<b>350,00 €</b>	NIÑOS 50% DTO
Salidas 28 Agosto	7 Noches	<b>335,00 €</b>	NIÑOS 50% DTO

### FUENGIROLA • Hotel El Puerto 3\* Media Pensión

Salida 24 Julio	7 Noches	<b>329,70 €</b>	1º NIÑO 60%
Salida 31 Julio	7 Noches	<b>476,25 €</b>	1º NIÑO 60%
Salidas 7, 14, 21 Agosto	7 Noches	<b>487,90 €</b>	1º NIÑO 60%
Salidas 28 Agosto	7 Noches	<b>429,65 €</b>	1º NIÑO 60%

### BENALMADENA • Comp. Los Pintores 3\* Pensión Completa

Salida 24 Julio	7 Noches	<b>380,80 €</b>	1º NIÑO GRATIS
Salida 31 Julio	7 Noches	<b>439,80 €</b>	NIÑOS 50% DTO
Salidas 7, 14 Agosto	7 Noches	<b>463,40 €</b>	NIÑOS 50% DTO
Salidas 21 Agosto	7 Noches	<b>397,40 €</b>	1º NIÑO GRATIS
Salidas 28 Agosto	7 Noches	<b>383,40 €</b>	1º NIÑO GRATIS

### TORREMOLINOS • H. Beach Club 3\* Pensión Completa

Salida 24 Julio	7 Noches	<b>361,20 €</b>	NIÑOS 50% DTO
Salida 31 Julio	7 Noches	<b>560,00 €</b>	NIÑOS 50% DTO
Salidas de Agosto	7 Noches	<b>560,00 €</b>	NIÑOS 50% DTO

### TORREMOLINOS • Hotel Griego Mar 3\* Todo Incluido

Salida 24 Julio	7 Noches	<b>460,60 €</b>	1º NIÑO 50%
Salida 31 Julio	7 Noches	<b>537,60 €</b>	1º NIÑO 50%
Salidas de Agosto	7 Noches	<b>537,60 €</b>	1º NIÑO 50%



#### BUS OPCIONAL COSTA DEL SOL DESDE AVILA

IDA Y VUELTA: **83 €** por persona

Precios de Hoteles por persona en habitación doble y válidos para las fechas indicadas. Consulte condiciones específicas de esta promoción. PLAZAS LIMITADAS.

más de 1.200 oficinas a tu servicio

**VIAJES ECUADOR**  
La garantía de una gran marca  
www.viajesecuador.com

**XACOBEO 2004**  
Galicia

**HALCON VIAJES**  
Cada día es un Gran día  
902 300 600 • www.halconviajes.com