

AireLibre

AVENTURA DEPORTE VIAJES CULTURA NATURALEZA

Entrañas de Andalucía

Espeleología en el triángulo de oro

Trekking en el Rif
*Caminata por el Marruecos
menos conocido*

**Especial playas
(2ª parte)**
*El Cantábrico, Canarias
y Ceuta y Melilla*



Y además...

*Material: todo para los deportes de verano • La culebra de
escalera • Orientación en la costa asturiana • Resultados de
los 100 kilómetros en 24 horas*

Sugerencias

Las mejores ofertas de casas rurales, actividades en la naturaleza, viajes, rutas gastronómicas... por todos los puntos de España, para que no te quedes sin ideas, te las detallamos a continuación. **Más sugerencias** en nuestra web: www.airelibre.com



Cruza los Pirineos SOBRE TU BICI

Rutas Pangea organiza su ruta en bici Transpirenaica 07 dividida en dos bloques, pero con los impresionantes enclaves del Pirineo en común. En la primera parte se sale desde Vera de Bidasoa (Navarra) y durante nueve días de ruta se cruzan paisajes, pequeñas poblaciones, collados y puertos de inigualable belleza hasta llegar a Pont de Suert. El segundo bloque te conducirá en ocho jornadas desde Port de Suert hasta Llança por las provincias de Lleida y Gerona, a través de pistas, caminos y carreteras secundarias en las que los paisajes te dejarán boquiabiertos. La dificultad de las jornadas es variable pero en ningún caso se superan los 80 kilómetros por día. Se descansa en hoteles, albergues y casas rurales.

Precio: 650 euros. Alquiler de bici (opcional): 63 euros. **Fecha:** del 2 al 10 y del 11 al 19 de agosto. **Para más información:** www.rutaspangea.com.



Descansa y cuida tu salud EN UN PAISAJE TROPICAL

El hotel Jardín Tropical (4 estrellas superior), situado en la zona más exclusiva del sur de la isla de Tenerife, te ofrece varios paquetes para disfrutar de sus tratamientos de salud durante varios días. El hotel cuenta con magníficas instalaciones, espectaculares y amplios jardines con 12.000 metros cuadrados y más de 1.700 especies de árboles y plantas que rodean las piscinas, cascadas y rincones de relax muy agradables, siempre con el océano Atlántico enfrente. Los amantes del bienestar encontrarán, en el nuevo espacio Tropical Wellness, además de sauna, baño turco, jacuzzi, duchas con varios surtidores y zona de descanso con tumbonas, un spa que ofrece envolturas corporales de algas, lodos marinos y multitud de tratamientos de última generación.

Precio: 346 euros (Paquete Oro de 3 días). **Fecha:** durante el verano. **Para más información:** tel.: 902 25 02 51, www.jardin-tropical.com.



Conoce Braga DESDE LA POSADA SÃO VICENTE

La Pousada São Vicente es el resultado de la recuperación de un palacete de finales del siglo XIX y una apuesta por el turismo en la ciudad de Braga y la región de Minho. A partir de la Pousada São Vicente descubrirás el centro histórico de la ciudad y su vasto patrimonio histórico-cultural, así como el pequeño comercio local. Otros lugares de interés que merecen una visita son la iglesia de Bom Jesús de Braga, el Santuário do Sameiro, el Museu dos Biscainhos, entre otros muchos, sin olvidar que la proximidad geográfica invita a visitar las vecinas ciudades de Oporto y Guimarães y la Sierra de Gerês. La Pousada de São Vicente dispone de 24 habitaciones y dos suites. Tiene también una zona de estar, bar con terraza, sala de reuniones con capacidad para 100 personas, jardines, aparcamiento y piscina. En las inmediaciones de la posada es posible encontrar pistas de tenis, golf y numerosas rutas de senderismo.

Precio: consultar. **Fecha:** todo el año. **Para más información:** 902 33 63 63, www.pousadas.pt.



SUMÉRGETE EN LA vinoterapia en Murcia

El consorcio del Turismo de Salud de la Región de Murcia sigue ampliando las instalaciones para los tratamientos de vinoterapia. Una nueva sala situada en el Centro de Salud Vital Aguas Salinas, de San Pedro del Pinatar, está perfectamente acondicionada para la realización de todos los pasos a seguir en el proceso que incluyen los tratamientos de belleza y salud realizados a base de uva y vino. Contrata el tratamiento y disfrutarás de un baño en vino de unos 20 minutos de duración, además de una copa del vino que prefieras. Tras el baño, te darán un masaje con productos elaborados a base de semillas de uva y crema. Después recibirás un masaje corporal con aceite de semillas de uvas y una envoltura en mosto de otros 20 minutos. Una vez pasado este tiempo, se retira la envoltura mediante una ducha Vichy, después de la que se vuelve a recibir un masaje con crema hidratante de uvas de unos 30 minutos.

Precio: 120 euros. **Fecha:** todo el año. **Para más información:** www.turismurciasalud.com.

