MÚSICA TEATRO TENDENCIAS SORTEOS

www.Planeta28.com
Tu música...tu revista

OCTUBRE 2013
NÚMERO 55





CHENOA

"OTRA DIRECCIÓN"

www.Planeta28.com
Tu música...tu revista

STAFF

Dirección:
Ignacio Esteban
Redacción:
Alba Ruiz
Marta Valverde
Joel Pons
Vanessa Jiménez
Maite Gómez
Fotografía:
28fotos.com
Maquetación:
Daniel M. Esteban
Publicidad:
Miriam de Miguel
Responsable contenidos:
Javier Jiménez

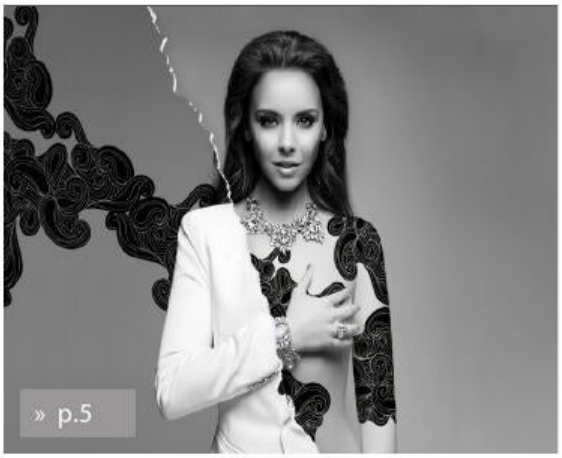
PLANETA28@PLANETA28.COM
WWW.PLANETA28.COM



BUENA
ESPAÑOL
PLANETA
BUENA
APOYAMOS

CONTENIDOS

MAGAZINE


» p.5



» p12


» p.24


» p.36

5 CHENOA

12 RAFA PONS

24 ANGY

36 CONFESIONES DE MUJERES DE 30

46 ISASAWEIS

60 ANDREU LLABRÉS

64 LOS CRÍMENES DEL PLANETA

68 PLANETA28 MAKE UP

70 COCINA CON ENCANTO

74 INTEGRAL TRAINING



CHENOA

NOS PRESENTA SU NUEVO DISCO "OTRA DIRECCIÓN"

ENTREVISTA

Doce años después de iniciar su carrera a nivel nacional, Chenoa salta al vacío ocupándose de todo el proceso creativo de su nuevo disco, "Otra Dirección".

Vuelve CHENOA

"Otra dirección" ¿una declaración de intenciones?

Uyyy sí por supuesto, es bueno moverse en Otra Dirección en algunos momentos de tu vida

¿Se sigue sintiendo lo mismo que en tus inicios en el mundo de la música ante un nuevo proyecto?, ¿Qué se siente?

Los nervios son inevitables y la presión no se inmuta! Todo responde a la responsabilidad de trabajar duro y hacer q eso se valore.

Hemos leído en alguna entrevista que no te apetecía nada volver al "ruedo" ¿Qué te ha hecho cambiar de opinión? ¿Tus fans han tenido algo que ver?

Volví por Arrested/Ya no quiero verte

Ella es la causa de mi vuelta.

¿Ganas de directo?

El directo es mi día a día, llevo años sin parar de hacer conciertos. Es mi estado natural.

¿Crees que la música puede ayudar a mejorar este mundo?

Pues espero q sí,q ayude,q cure momentos de bajón y alegría. Música, terapia pura.

Si pudieras viajar en el tiempo hasta cuando Chenoa empezaba su carrera en el mundo de la música ¿qué consejo te darías?

"Nada es lo q parece" ese sería mi propio consejo.






vivel


afruta.com

“A todos los planeteros 28 un abrazo lleno de notas musicales



¿Crees que los medios prestamos la suficiente atención a la música española? ¿Qué piensas de Planeta28, www.planeta28.com?

En vuestro Planeta se agradece la atención por la música y su mundo.

En el panorama empiezan a surgir espacios donde podemos charlar de nuestro trabajo,pero ha habido épocas en las q han escaseado.



naranjas de Riola

c/ San Cristofol, 38
46417 RIOLA - Valencia
Atención al cliente:
615 208 586 // 615 196 775

SIGUENOS EN LAS REDES SOCIALES



Las mejores naranjas valencianas.

24 Recién recolectadas a su domicilio en 24 horas.



Compre o regale naranjas a sus mejores amigos.



Mejor precio garantizado.



TIENDA ONLINE
www.naranjasriola.com




naranjas de Riola
las mejores recetas con naranjas en el BLOG

RAFA PONS

PERSONA, ANIMAL O COSA

ENTREVISTA

La carrera musical de Rafa Pons se sustenta en el boca a boca, al menos así ha sido hasta el momento. Rafa ha cosechado un gran éxito de público desde que empezó a componer y girar por toda España. Son muchos los conciertos que lleva a sus espaldas.

Rafa Pons es un artista de la cosmopolita Barcelona, artífice de un disidente rock de autor difícil de clasificar pero fácil de asimilar. Lleva 7 años en la carretera, en fin, es un claro ejemplo de tenaz perseverancia y ciega confianza en sus posibilidades.

Cómo presentarías la Música de Rafa Pons a alguien que no te conozca

Soy una persona a la que le gusta que se le entienda. Ser claro. Eso se nota en las letras. También me gusta entretener y no tomarme demasiado en serio incluso cuando se habla de algo importante. Poco prejuicio en el estilo. Básicamente pop-rock. Veniros a un concierto!!

Cómo ves el panorama musical español

A nivel industrial jodido, pero cuando yo empecé ya estaba así. En lo creativo lo veo a punto de emerger. Se están dando





Vive Bilbao/
Un GRAN espectáculo

Síguenos y disfruta de extraordinarios descuentos en tu red social

HGB

HOTELGRANBILBAO

★ ★ ★ ★

CÓDIGO PROMOCIONAL // PROMOTIONAL CODE

GRANBILBAOSOCIAL

-15%

Reservas hechas a través de la web

EL NUEVO BILBAO TE ESPERA







HOTEL GRAN BILBAO Indalecio Prieto, 1 (esquina Miraflores) 48004 Bilbao
Tel. 94 432 85 75 hotel@hotelgranbilbao.com www.hotelgranbilbao.com


Gentes de bien que leéis esta revista, os mando un cordial saludo y ojalá nos reencontremos cara a cara en algún concierto!

muchos proyectos interesantes de gente que lleva peleando fuera del sistema clásico y que están cosechando grandes éxitos de público acorde a sus medios. Intuyo que vienen buenas cosas.

Luis Ramiro...Marwan... Conchita... Rozalén... una nueva hornada de cantantes ¿una nueva generación en la música de autor?

Sí. Lo guay de todo esto es que las dudas que tenía la industria no las ha tenido el público. A la gente de esta generación les da igual si eres o no conocido. Si les emociona una canción y también a su colega se animan a venir. Creo que el camino de Marwan y Luis Ramiro llenando salas increíbles sólo con el boca a boca es impresionante.

¿Se sigue sintiendo lo mismo que en tus inicios en el mundo de la música?

Haciendo discos y tocando Sí. Es una pasada de oficio y un lujo poder dedicarme a esto la verdad.

De hecho cada día soy más optimista.

¿Eres activo en redes sociales? ¿Crees que Facebook, Twitter... están abriendo una nueva era en el negocio discográfico?

Yo siempre digo que Youtube ha sido mi discográfica. Lo he usado hasta para conseguir bolos y demostrar que en determinada ciudad se me conocía.

Sin Facebook y sin Twitter no sé cómo anunciaría mis conciertos. Dependemos mucho de ellas. Quizás demasiado!

Hemos presenciado algunos de tus conciertos y se nota que disfrutas ahí arriba, ¿qué importancia le das a los directos?

Toda. Yo vivo de la música

porque hay gente que ha decidido pagar una entrada y venir a verme.

Estoy súper acostumbrado a conquistarlo todo en los directos. Desde al público (siempre viene algún amigo víctima acompañando) hasta para chequear que canciones gustan más.

Algo que nos quieras contar, alguna exclusiva...

Pues el día 3 de Octubre haremos un Concierto Súper Especial en la sala GALILEO en MADRID.

Me traigo a la misma banda con la que toqué en el Palau de la Música y será el primer concierto junto a Atraction Management mi nueva oficina. Estamos todos muy ilusionados y molará liarla!!!

Te prodigas poco en Madrid, a pesar de tener un público fiel que abarrota tus conciertos, ¿es complicada la distancia musical Madrid Barcelona?

He tocado mucho en Madrid. Después de Barcelona donde más. De hecho fue el trampolín que me permitió después animarme a tocar en el resto de ciudades.

Madrid y Barcelona están súper cerca en realidad. Si existe una distancia en cuanto a industrias, son diferentes. Pero yo hasta ahora eso nunca lo he trabajado mucho…jeje

En cuanto a público, con sus matices y diferencias, ambas cojonudas!!

¿Cómo es la experiencia en Argentina?

Impresionante. Ojalá pudiera tocar más frecuentemente.

Tienen un gusto increíble por la palabra. Se valora muchísimo el texto y también el rock. Evidentemente yo me vuelvo loco allí..jejeje

Tu sala de conciertos favorita

La Sala Apolo de Barcelona. Es un equilibrio increíble entre buen sonido y rollazo!

Crees que los medios de comunicación nos dedicamos lo suficiente a la música en español

Creo que no. Creo que ahora nadie sabe muy bien cómo hacer las cosas. Estamos todos despistados.

Hay medios especializados como el vuestro que mola cómo intentan dar cabida a todo, pero a nivel generalista es un desastre. Las radio formulas y demás están alejadísimas de lo que pasa.

Ojalá cambie en breve. Yo descubrí a mucha gente que me influyó gracias a las radios.

Qué te parece Planeta28

Pues casi un milagro! Jeje. Una alegría descubrir a gente curiosa por la cultura. Os deseo lo más mejor de los mundos!!

¿Próximos proyectos?

Estoy ya de pleno centrado en maquetar los nuevos temas para el próximo disco que tengo muchas ganas de que vea la luz lo antes posible.

¿En los tiempos que corren, se puede vivir del mundo de la música?

Yo soy un privilegiado. Hace 7 años que vivo de esto. Pero está complicado. Si en vez de poder tocar en formatos acústicos tan frecuentemente tuviera una formación de 7 músicos no podría.




la Tábula
de las Descalzas

MENÚ DEGUSTACIÓN ESPECIAL POR 14,50€

Menú exclusivo para los lectores de P70

Comenzamos a disfrutar con:

Berenjena en tempura,
con miel de la Alcarria.

Humus con almendra tostada
y oliva virgen acompañado de pan de pita.

Continuamos con 2 especialidades:

Langostinos frescos al Curry,
sobre Arroz Pilaf, al estilo tradicional Hindú.

Filetitos de solomillo ibérico,
en salsa de Oporto con uvas y pasas.

Terminamos dulcemente:

Sorbete de Sangría,
refrescantemente dulce.

Se incluye:

Bebida, Pan y Café
(Copa de vino, cerveza o refresco)

Cuéntanos tu experiencia, con los platos de La Tabula,
en nuestras redes sociales con esta fórmula:

#catalatabula + tu comentario

Entre las fotos subidas, sorteamos 2 cenas dobles a la carta ¡Cada Semana!



Come, Bebe,
Disfruta y Comparte

#catalatabula

la Tábula
de las Descalzas

Travesía de Trujillos, 2 28013 Madrid 915 231 448 • www.latabuladelasdescalzas.es

"...en Tercer Grado"



Un MUSICAL para morirse

Funciones:

26 y 27 de Diciembre

Teatro Campos Elíseos Antzokia

28 de Diciembre

Teatro Barakaldo Antzokia

30 de Diciembre

Teatro Figaro - Adolfo Marsillach



DIRIGEN:

TEATRO CAMPOS ELISEOS ANTZOKIA - BILBAO

Teatro Figaro-Adolfo Marsillach

COLABORAN:

Tarot de Teresa

Lecturas en General

Tlf Visa: 918.380.008 : 6€ 15m, 11€ 30m,

Tlf: 806.399.042 : 0.91€ red fija, 1.27€ red móvil.

WEB: http://www.tarotdeteresa.com

Facebook: http://www.facebook.com/Tarotteresa

Cualquier duda que tengas

Amor Economía Trabajo Amistad Familia

Servicio prestado por Manuel Esteban V.

Apartado de correos 164, 46002 Valencia, Servicio para mayores de 18 años

ANGY

NUEVO SINGLE "BOY TOY"

ENTREVISTA

Este mes aterriza Angy en nuestro Planeta. Artista super polifacética (cantante, bailarina, actriz…saltadora de trampolín…) y carismática nos presenta, mediante esta entrevista, su nuevo trabajo "BoyToy". Recientemente ha colaborado con Abraham mateo con una serie y el tema ¿por qué esperar? Primera vez que la disfrutamos en nuestras páginas.

Nuevo single "Boy Toy" una canción tremendamente pegadiza, muy original en la escena musical española ¿cómo definirías este trabajo?

Boy Toy es un acto de rebeldía de las chicas hacia los chicos. Hay muchas canciones que hablan de las mujeres como objetos, pues esta es mi oportunidad (desde el humor, claro!)

Seguimos con "Boy Toy" gran videoclip que encaja como un guante con la canción ¿fue difícil conectar tan bien la música con la imagen?

La verdad que estoy muy contenta con el equipo con el que trabajé, KPF, se lo curraron mucho y lo tenían todo muy pensado para que fuese fresco y original. La verdad que la canción daba juego




LOVE
MIAMI
PINK
blue
BEAUTY

para hacer cosas potentes y siempre han cuidado la imagen. Se lo agradecí mucho.

Has colaborado con Abraham Mateo en #XQEsperar un tema en el que os compenetráis muy bien, además también habéis trabajado juntos en una web serie ¿es así? ¿Cuéntanos cómo surgió el proyecto?

Risi buscaba a dos artistas y nos eligió a nosotros. Yo no conocía a Abraham y me sorprendió mucho lo buen artista que es. Nos lo pasamos muy bien grabando la serie, ojalá haya segunda temporada.

Proyectos que tienes entre manos

A la espera de unas confirmaciones que espero poder contar pronto :)

Eres una artista tremendamente completa, actriz, cantante, incluso saltadora de trampolín! Si tuvieras que elegir ¿Qué profesión te llena más?

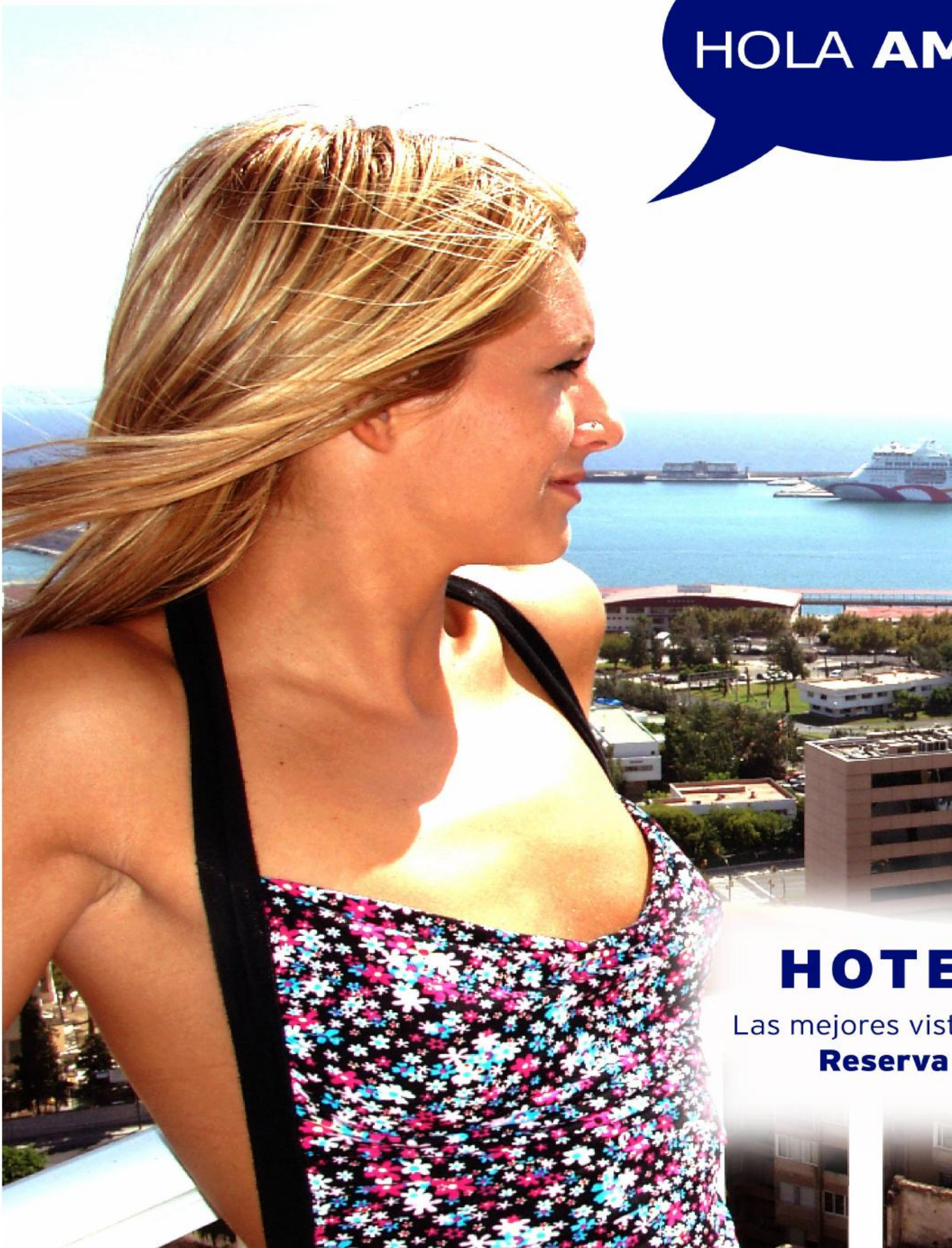
Muchas gracias... la verdad es que todo me hace feliz... lo de saltadora de trampolín no lo veo muy claro, jajaja, me lo pase muy bien pero prefiero centrarme en actuar y cantar... adoro el teatro y el cine.

¿Qué supuso para ti Física O Química?

De las mejores cosas que he hecho. Aprendí muchísimo, conocí a gente maravillosa y fue un gran trampolín para hacer muchas más cosas.

Si pudierais viajar en el tiempo a la fecha en la que empezaba tu carrera musical ¿qué consejo te darías?

Ser más positiva y guiarme más por mis instintos... y no perder el tiempo!


HOLA AM
HOTE
Las mejores vist
Reserva

MIC!



EL HORIZONTE

tas de Palma. Habitaciones con Jacuzzy

ya en www.amic-hotels.com

AMICHOTELS

902 400 661




Hotel Traíña
★★★★
Hotel Traíña

Escapada al Mar Menor

HOTEL TRAÍÑA

(San Pedro del Pinatar)

2 noches en el hotel Traíña 4* en habitación doble.
Desayuno buffet para 2 noches.
1 cena buffet en el restaurante Verónica
1 plaza de parking
Late check out hasta las 16.00 horas

Precio oferta: **59€** (Precio por persona .-IVA incluido)

Más INFO Click aquí









La canción preferida de tu carrera es...

Boy toy porque me lo paso muy bien cada vez que la interpreto.

¿Crees que los medios de comunicación prestamos la suficiente atención a la música en español? ¿Qué piensas de Planeta 28, (www.planeta28.com)?

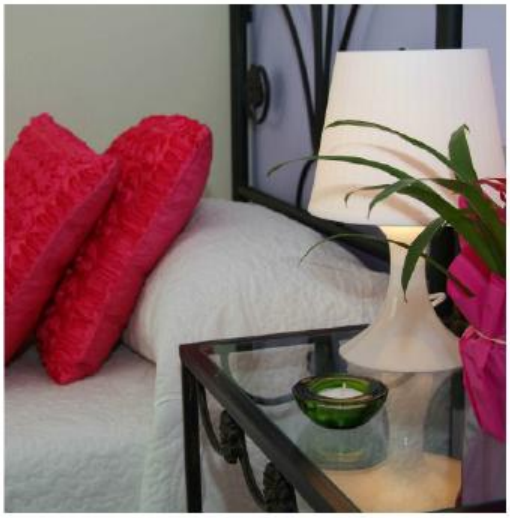
La verdad que creo que se podría prestar más atención a la música en español.. Entiendo q a nivel internacional (sobre todo en Estados Unidos) hay más dinero y se pueden hacer las cosas mejor, además hay muy buenas canciones... de todos los estilos y se debería hablar más de lo nuestro.




Os mando un beso enorme y una sonrisa! y Ánimos para este nuevo curso a los que estudian! :)





cuentatuvia

HOSTAL FONDA MARÍA **

ALOJAMIENTO CON ENCANTO EN BENISSA









WWW.FONDAMARIA.COM

CALLE ORXELLES, 36
03720 BENISSA (ALICANTE)
629 665 124
INFO@FONDAMARIA.COM

Fonda María

Habitaciones & Restaurante
desde 1960

CONFESIONES DE MUJERES DE 30

ENTREVISTAMOS A SUS PROTAGONISTAS

ENTREVISTA

Confesiones de mujeres de 30 es una comedia donde tres actrices nos hablan de los problemas femeninos más comunes una vez superada la barrera de los 30, cuando inevitablemente empiezas a sentir esa presión social de que todo debe ser ahora o nunca, debes triunfar ahora o nunca, debes tener un hijo ahora o nunca, ¡debes conseguir un hombre ¡ahora o ahora! Protagonizada por Yolanda Ramos, Meritxell Huertas y Mónica Pérez. Este mes aterrizan en nuestro Planeta Mónica Pérez y Meritxell Huertas

Actualmente representáis en el Teatro Nuevo Alcalá de Madrid "Confesiones de mujeres de 30" ¿qué se siente al estrenar en Madrid?

MÓNICA PÉREZ: Satisfaccion!!!! Aunque la idea de tres mujeres hablando en un camerino fue de Domingo Oliveira, el texto que representamos aquí es nuestro, ver que se ríen tanto con algo que surge de nosotras, es un orgullo.

Y que no hay idioma en el humor...

MERITXELL HUERTAS: Pues estamos muy contentas e ilusionadas, hemos estado un año en el teatro Capitol en



A PARTIR DEL **12 DE SEPTIEMBRE**

NUEVO TEATRO ALCALÁ

CONFESIONES DE MUJERES DE 30



MERITXELL HUERTAS

MÒNICA PÉREZ

YOLANDA RAMOS

De Domingos Oliveira Dirección Edu Pericas

ANEXA 35 Anys VERTIGO TOURS

Generalitat de Catalunya Institut Català de les Empreses Culturals

inaem

Barcelona y la obra ha funcionado muy bien, hemos estado entre los diez espectáculos con mas recaudación de la temporada, después hemos girado por Catalunya y una semana en el Talia de Valencia, siempre con muy buena acogida, esperemos que en Madrid también funcione, estemos muchos meses en cartel y la pueda ver mucha gente.

¿La obra se dirige a mujeres treintañeras?

MP: Se dirige a todo el público, lo de los 30 es una barrera, pero los tiempos han cambiado, los 30 de antes son los 40 y tantos de ahora, y lo que contamos es tan universal que llega a todas las edades y sexos.

M.H: La obra se dirige a todo aquel que quiera pasar un buen rato y reírse, está demostrado que gusta a mujeres y hombres de 18 a 99.

Tres motivos por los que nuestros lectores deben ir a verla

M.P: Porque es una comedia fresca y gamberra que te ríes seguro...

Porque es una comedia fresca y gamberra que te ríes seguro...

Porque es una comedia fresca y gamberra que te ríes seguro...

M.H: Para desconectar de la que nos está cayendo, para ver a tres actrices cómicas en una obra sin pretensiones, fresca, actual, muy muy divertida, y para hacer un poco de terapia de grupo... La gente cuando sale de la obra se pasa un buen rato recordando anécdotas e incluso vuelven con amigas, o con la cuñada o vecina para que lo vean ellas también y seguir comentando...da para mucho.

Describidnos que personaje representáis

M.P: Las tres hacemos un personaje de nosotras mismas.

Yolanda es la más atrevida, Meri maneja una visión mas inocente y yo siempre digo que soy la croupier del humor, reparto y sirvo los gags, soy el palloso blanco, de las tres payasas que somos sin duda alguna.

M.H: Somos tres actrices y amigas, no nos hemos cambiado ni el nombre... Hay mucho de nosotras en nuestros "alter-ego" del escenario, pero lo que yo destacaría es que nos reímos mucho de nosotras mismas y eso es muy sano

¿Vais a girar por España?

M.P: Seria nuestra ilusión, se lo pediré a los reyes magos... Y a la productora!

M.H: Primero queremos estar unos meses tranquilas en el Nuevo Alcalá, pero la intención si es de llevarla de gira.

Andrés Suárez nos decía hace poco en una entrevista "el aplauso puede mentir la mirada del público nunca" ¿Qué importancia tiene para vosotras el contacto directo con el público?

M.P: Es lo que nos da vida en este espectáculo, tratamos de entablar una amistad con ellos, como si el publico fuera nuestra cuarta amiga y le hablamos sin tapujos, con intimidad, con complicidad...

Les necesitamos cada noche para crear de zero.

M.H: En esta obra es fundamental, por suerte la sala del Nuevo Alcalá nos permite tener al público cerquita y lo integramos en la obra como si fuera la 4a amiga a la que nos dirigimos.

¿Cual es el momento preferido de la obra?

M.P: Gracias a vosotros. Un saludo y 28 besos a todos los lectores, que la cultura también nos una en este nuestro planeta...



M.H: Un besazo gigante a tod@s los lectores de planeta28, os esperamos en el teatro Nuevo Alcalá donde nos Confesamos diariamente!

M.P: Cuando los monólogos se convierten en una conversación de amigas/os

M.H: Justo antes de empezar porque está todo por hacer, por construir... Y cada día es una obra nueva con gente nueva a la que llegar, todo un reto.

Pregunta típica ¿Cine, teatro o televisión?

M.P: Todo lo que sirva para divertir desde la interpretación, mi pasión y vocación es la comedia, sea cual sea el medio.

M.H: Las tres, porque las tres son actuar.

¿Qué está pasando en el teatro, sobre todo en la escena madrileña, que tantas obras de calidad está ofreciendo al espectador?

M.P: Espero que si esto es un virus, no encuentren la vacuna...





M.H: Yo acabo de llegar de Barcelona y no sé muy bien que pasa en Madrid, pero si hay calidad mejor que mejor para todos, actores y espectadores.

¿Qué os parece en general Planeta 28, (www.planeta28.com)?, Y en concreto ¿nuestra sección de teatro?

M.P: Es una suerte que existan estas revistas. Que la cultura interese, que os dediquéis a la cultura en este planeta.

M.H: Me parece muy bien que haya iniciativas como la vuestra, ya que ayudar a la difusión de la cultura hoy en día es muy importante y lo hacéis muy fácil y accesible.



la huerta de A

Hortalizas frescas y conserva
de Fresno de la Vega en León
desde nuestra huerta a tu cas

Somos la tienda online que vendemos única y ex
de la huerta de Fresno de la Vega, hortalizas fres
cuando nos realizas tu pedido para que los disfr










Av. Morilla, nº 10 • 24223 Fresno de la Vega (León) • Teléfono 616 069

naMary.com

as vegetales
, directamente
sa ¡visítanos!

xclusivamente los magníficos productos
scas y conservas vegetales, que recogemos
utes con la mayor calidad y frescura.







041 • info@lahuertadeanamary.com • www.lahuertadeanamary.com

ISASAWEIS

EL PODER DE UN VIDEO BLOG

ENTREVISTA

En ISASAWEIS.COM podéis encontrar vídeos de maquillaje de ojos, peinados fáciles, tutoriales, trucos, moda y belleza, pero también sobre salud, maternidad, cuidados naturales, nutrición, dieta y cocina, porque la belleza también hay que trabajarla desde dentro.

Si tuvieras que presentarte ante un público que no te conoce ¿cómo te definirías?

Una chica asturiana, alegre, amante de su familia, de la naturaleza y de los pequeños momentos, que disfruta cada día, y que lo hace aún más compartiendo sus cosas y haciendo feliz a los demás.

¿Cómo comenzó tu andadura por la red? ¿Cómo surgió el mundo de Isasaweis?

De la forma más casual e inocente. Un día descubrí el vídeo de una chica americana que mostraba cómo se maquillaba en su casa. Me pareció fresco y divertido, ¡me encantó! Empecé a buscar y ver que había un grupo muy grande de chicas que lo hacían, también españolas, y decidí unirme a ellas para compartir también las cosas que yo hacía. Grabé un vídeo donde mostraba cómo


Fotografía: Darío Sastre
web: http://www.lifeislight.es



hacerse un moño con unos calcetines, y sin saber si grabaría un segundo o un tercer vídeo... Casi 4 años después, ¡llevo 600 vídeo grabados!

Una pregunta que seguro no te han hecho nunca ¿Por qué el nombre de Isasaweis?

"Isasaweis", se compone de "Isasa" y "weis".

Yo me llamo Isabel, e "Isasa" era como me llamaba un familiar muy querido que falleció poco antes de empezar yo a grabar vídeos. Me lo puse por él.

"Weis" viene de la flor "edelweiss", que nace en las montañas, tiene un precioso significado y una más bonita leyenda aún, de la que me enamoré hace años. Durante mi adolescencia mi pseudónimo era "edelweiss", y pensé en continuar con él, pero por un lado por poner un punto y aparte, y por otro por incluir la parte de "Isasa", decidí transformarlo en "Isasaweis". (Le quité una "s" final por no complicarlo más).

¿Cuál es el secreto para mantenerse tanto tiempo en la cumbre?

Bueno, en la cumbre no sé decirte... Todo el éxito de lo que hago se lo debo a las personas que me siguen. Llevan mucho tiempo conmigo, nos tenemos mucho cariño, y son ellos quienes siguen visitando mi web www.isasaweis.com para ver si hay nuevos vídeos, o las fotos que he subido ese día... Son ellos también quienes han ido haciendo mis recetas, siguiendo mis truquillos, y se lo han ido contando a sus amigos, familiares, compañeros de trabajo... Y quienes me acompañan cada día en las redes sociales, Facebook, Twitter e Instagram. ¡Así se ha ido formando una gran familia que somos ahora!

Su cariño y su compañía, el ver que les gusta las cosas que comparto con ellos, hace que yo siga

haciendo esto con la misma ilusión del primer día, o más si cabe, y creo que eso se transmite, y ellos lo reciben, a través de mis vídeos, cuando publico una foto, cuando comparto un pensamiento.... Cuando me siento a grabar pienso "Ay, ¡esto les va a encantar!". Y cuando subo el vídeo, leo sus comentarios con una sonrisa de oreja a oreja. Ese es mi secreto.

En tu video blog no sólo hablas de trucos de belleza, maquillaje, también de nutrición, cocina, maternidad, manualidades... ¿qué deseas transmitir y a quien o quienes va dirigido?

Mi vídeo blog es una ventanita al mundo desde mi habitación. Es un lugar donde comparto las cosas que hago, que siento, que me ayudan... con la idea de compartir, de hacer sentir, de ayudar...

Hay quien me sigue porque le cuento ideas que le vienen bien, otros porque aprenden pequeñas cosas, a otras personas les hago compañía y les ayudo a desconectar del mundo por un ratito, hay quienes me dicen que les hago ver las cosas desde otro punto de vista, alegre, optimista... Incluso hay quien me dice que le relaja oírme hablar!!

Yo me dirijo a todo el que quiera verme, la puerta está abierta para todo el mundo. Luego cada uno se queda porque encuentra algo, y yo soy muy feliz por ello.

¿Qué proyectos tienes en mente?

Siempre pienso en mejorar, hacer cosas nuevas, poco a poco.

Una vez que pusimos la web en marcha, lo siguiente fue hacer un foro para que la comunidad que se ha creado pudiera compartir sus cosas. Luego vinieron los concursos semanales, que es una de las formas que tengo de devolver un poquito

de todo el cariño que recibo. Recientemente hemos incorporado a la web mis vídeos adaptados a la lengua de signos...

Ahora tengo la idea de poner en marcha algo nuevo que me hace mucha ilusión, porque daré a las personas que me siguen un poquito más de mí, y espero ayudar a mucha gente. Porque si hay algo importante que me ha dado el blog es eso, la posibilidad de ayudar a muchas personas, a diversas ONGs, a distintas causas grandes y pequeñas, a tantos artesanos y emprendedores con muchas ganas, y muchas veces con falta de oportunidades, que sólo necesitan que se conozca un poco su trabajo, y yo desde donde humildemente puedo, les ayudo con eso.

Somos una revista eminentemente musical así que no queremos pasar la ocasión de hacerte alguna pregunta sobre música, ¿qué tipo de música consumes?

Me gusta todo tipo de música. En realidad, me gusta toda la música.

Siempre he sido de Sabina. Eso sí.

Pero por lo general no soy de autores, soy de canciones. Me encantan esas canciones alegres que te ponen el espíritu bien arriba. Esas que cantas con todas tus fuerzas y te llenan de energía. Desde Vonda Shepard a Beyoncé o Tina Turner, pasando por Michael Jackson o los Beach Boys, y llegando hasta Chenoa, Serrat o Melendi. Vaya mezcla, ¿eh?

La canción que, sin duda, formaría parte de la Banda Sonora de tu vida sería...

"Me muero por conocerte" de Alex Ubago. Fue la primera canción que me tocó mi marido con su guitarra cuando nos conocimos, y dónde surgió la chispa.

La bautizamos como "nuestra

canción", y fue la que sonó el día de nuestra boda cuando entramos radiantes a aquel salón lleno hasta arriba de todas las personas importantes para nosotros, que aplaudían y silbaban. Aquel día se convirtió en inolvidable para nosotros.

Último concierto al que has acudido

Joaquín Sabina. No me lo pierdo cuando viene a Gijón.

¿Podríais mandar un saludo a nuestros lectores?

Por supuesto. Ha sido un placer hacer esta entrevista.

A quienes ya me conocías, gracias nuevamente por pasar este rato conmigo, y gracias por acompañarme siempre. Y a quienes me acabáis de conocer, encantada, espero que os guste lo que hago, y espero que a partir de hoy, compartamos muchas más cosas.

Un beso muy grande y todo el cariño del mundo,

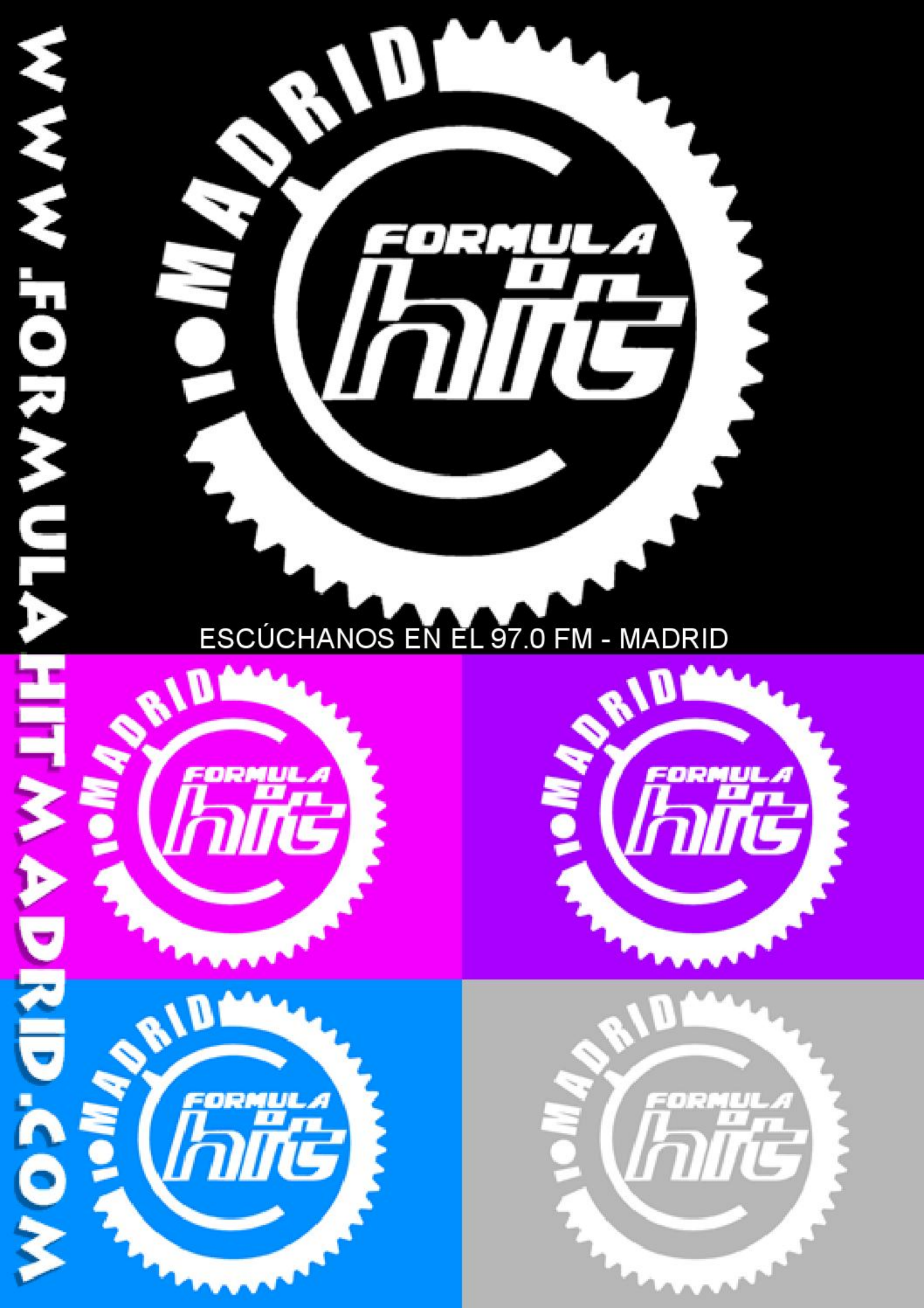
Isa.

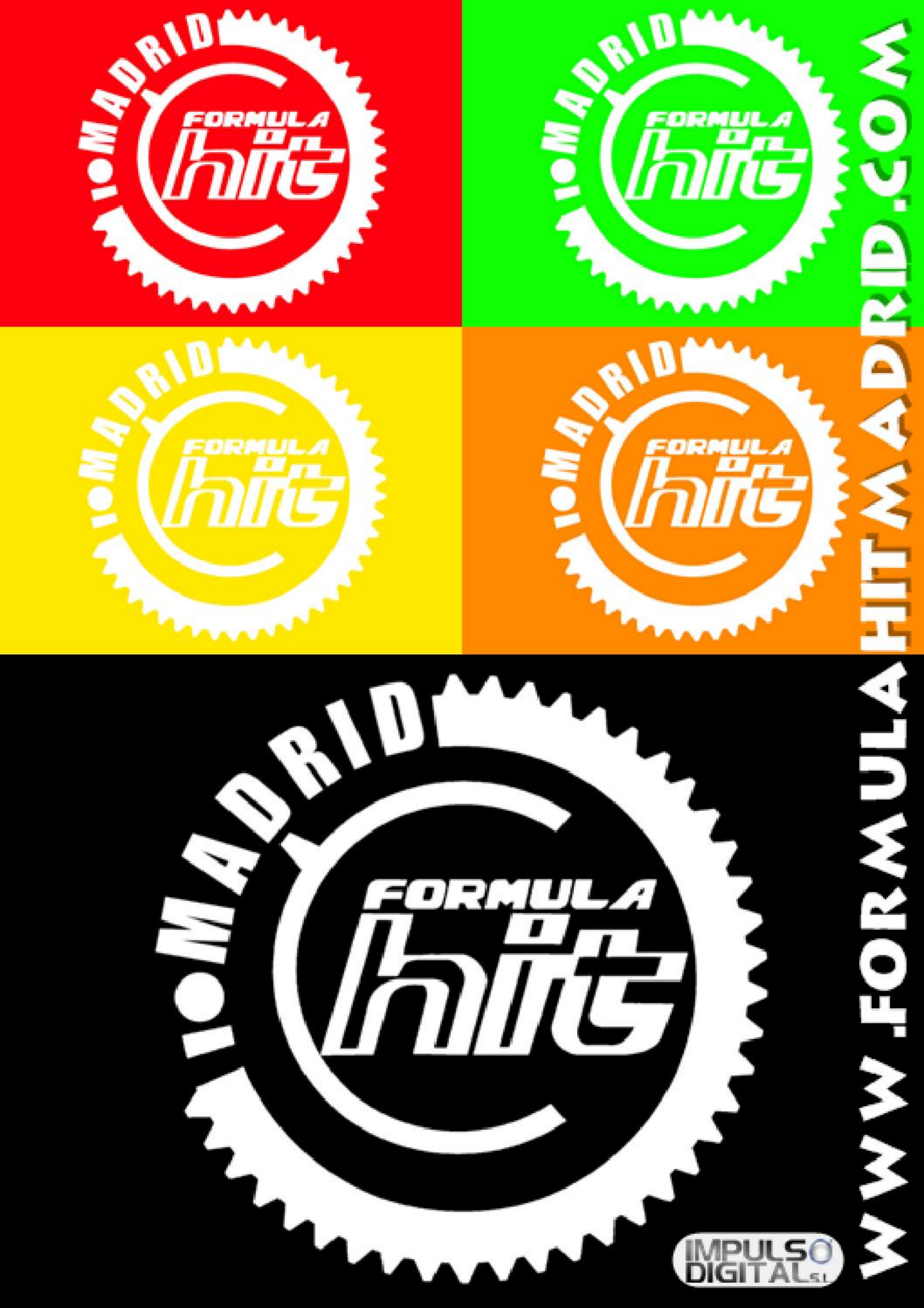
isasaweis
Belleza por fuera y por dentro




Tu escuela de
En el Re
¡¡ 35€ a
WWW.CLASESDEPA


patinaje
tiro
l messi
TINAJEMADRID.NET


WWW.FORMULAHITMADRID.COM
MADRID
FORMULA
hits
ESCÚCHANOS EN EL 97.0 FM - MADRID


MADRID
FORMULA
hit
WWW.FORMULAHITMADRID.COM
IMPULSO DIGITAL S.L.

Alquiler de Salas

THE DANCE FACTORY

ENSAYOS
POR HORAS, MESES...

Compañías de Danza,
Teatro, Circenses...

EVENTOS

Master Classes / Workshops
Castings / Showrooms
Sesiones Fotográficas / Grabaciones
Clases Regulares / Reuniones Temáticas
Otros Eventos

AQUÍ
C/ FRANCISCO SALAS 25
<M> Estrecho o Alvarado
Madrid



3 SALAS DIÁFANAS







INFORMACIÓN
655 811 768 - 619 918 352
PARA VER LAS SALAS Y RESERVAR ONLINE:
www.AlquilerSalas.com

Escuela de Danza

THE DANCE FACTORY

DANZAS DEL MUNDO

¡TODOS LOS NIVELES!

Danza del Vientre
Bollywood - Tribal
Cíngaro - Africano

DANZAS URBANAS

Street Jazz

ARTE CIRCENSE

Telas Aéreas

SALÓN Y LATINO

Bailes de Salón
Salsa - Ritmos Latinos

TEATRO MUSICAL

... y ¡ mucho más!

NIÑOS/AS

Baile Moderno

BALLET

DANZAS ESPAÑOLAS

Flamenco - Sevillanas
Español - Regionales

PILATES Y YOGA



INFORMACIÓN
91.459.83.53
cursos@thedancefactory.es
HORARIOS EN:
www.TheDanceFactory.es

MALLORCA

Entrevistamos a Andreu Llabrés

PLANETA28 ESCAPADAS

Este mes en nuestra sección de viajes entrevistamos a Andreu Llabrés, director de la cadena de Hoteles Amic en Mallorca. Nos encontramos en un momento en el que es fundamental encontrar nuevas formas de crear valor a las empresas y el sector turístico es, sin duda, clave en la economía de este país. Amic Hoteles es un claro ejemplo de modernidad, buen trato y de trabajo bien realizado en el complicado sector turístico mallorquín.

¿Cómo comenzó Amic Hotels Mallorca?

Empezó de la ilusión de una familia Mallorquina muy trabajadora que se inició hace 40 años con la gestión del Hotel Colón Palma de 46 habitaciones que todavía sigue siendo un referente en el centro de la Ciudad. Poco a poco fueron apareciendo oportunidades de dar servicio en la bonita playa de Can Pastilla en donde se unieron progresivamente en varias décadas los Hoteles Can Pastilla, Hotel Gala y Miraflores, siendo el Hotel Horizonte de nuevo en Palma la última incorporación cerrando así la actual cartera de Hoteles AMIGOS más conocidos como AMIC HOTELS que mantienen el mismo espíritu del inicio pero adaptados a los nuevos tiempos y necesidades de los clientes actuales.

Disponéis de varios hoteles en la isla de Mallorca ofreciendo un abanico de posibilidades muy amplio de alojamiento y servicios para el visitante de la isla ¿Cuál es el secreto para poder llevar tantos hoteles?

Jejeje, Te lo digo? Pues mucho sentido común mezclado con unas dosis de buen humor y alegría constante, también un ritmo lento y constante sin hacer grandes cambios de timón y manteniendo una difícil combinación generacional entre ideas de siempre y las nuevas ideas. O sea, un Mallorquín Style, lento pero seguro:)

Está claro que, a pesar de la crisis, el turismo en España supone el más importante motor económico nacional pero ¿cómo ha afectado la crisis al sector hotelero? Con la desaparición de los principales agentes o entes turísticos se ha hecho un daño muy importante al tejido empresarial resultante, quiebras fraudulentas como Marsans



, incomprensibles como Orizonia , desapariciones de líneas aéreas como Spanair que mermaron la conectividad aérea de Mallorca con los puntos emisores de turismo sobre todo en épocas invernales y unido a una promoción no ajustada al timing en que pasaban los acontecimientos ha derivado en temporadas más cortas y por tanto más estacionalidad , menos turista nacional durante todo el año , más turista extranjero en verano , menos cliente corporativo y de incentivos y un aumento de turismo derivado de otros destinos fuera de juego por conflictos internacionales .

A nivel Hotelero han aparecido nuevos competidores como los alquileres privados, la necesidad de adaptación rápida a las nuevas tecnologías y redes sociales y la progresiva modernización de la planta hotelera como armas para mantener el negocio en épocas difíciles.

Desde Amic estáis siempre en contacto con vuestros clientes a través de las nuevas tecnologías, ¿crees que estas nuevas tecnologías y sobre todo las redes sociales están cambiando la forma de enfocar el negocio turístico?

Están cambiando la forma de comunicarse entre las personas, por tanto la forma de vivir y por supuesto de viajar, de consumir productos turísticos y de valorarlos con lo que surge la necesidad por parte de las empresas de escuchar y a la vez actuar para mejorar y gestionar debidamente la reputación online del establecimiento. Aunque no todo es tecnología, lo importante, lo verdaderamente importante es seguir haciendo bien las cosas, esa es la clave de todo. SI eso va bien, lo demás se cumplirá.

¿Cómo es el día a día de Andreu?

Andreu es comercial, por lo tanto debo estar informado y al día de las tendencias, de las ventas, elegir las mejores estrategias y

precios y darle al coco para crear nuevos productos.

Ayudar a departamentos de eventos y bodas y escuchar al cliente tanto online pero sobretodo en el propio Hotel. También me gusta compartir fotos en nuestros canales sociales.

Próximos proyectos de Amic.

Lanzamiento de nuestros portales de bodas y eventos y una nueva webcam panorámica desde el Hotel Horizonte que es una pasada , y la firma de un acuerdo con City Hotels en Barcelona en la que explotaremos nuevas sinergias y … mejor si os hacéis fans de nuestro facebook AMIC HOTELS MALLORCA que si no no acabamos :)

www.palmawebcam.com

www.bodasenmallorca.com

www.mice-mallorca.com

Gracias por dedicarnos estos minutos, para cerrar la entrevista danos un titular corto que anime a conocer Mallorca y Amic Hoteles.

HOLA AMIC !

En Mallorca tenemos 28 Planetas solo para ti ! Nos debes una visitilla ! ;)



LOS CRÍMENES EL PLANETA

PIFIAS CRIMINALES

REPORTAJE

Javier Lillo, EXPERTO EN CRIMINOLOGÍA, ESPECIALISTA EN COMUNICACIÓN Y ESCRITOR

WWW.TECNOVERBAL.COM
Twitter: @coachlillo

Después de tratar a una horrenda criminal, la Vampira del Raval, este mes relajamos con un poquito de humor.

El crimen a veces es asombroso. Sorprenden noticias venidas del otro lado del charco, absolutamente reales, sobre actos delictivos que pueden provocarnos cierta ternura, como el joven de 19 años que entra en un domicilio a hurtar unos anillos valorados en unos 3500 € y, confiado en que sus víctimas no van a descubrirle, decide conectarse a internet, abrir su cuenta de Facebook y actualizar su perfil. Es el mejor momento para realizar dicho acto social, y, puesto que en su propio domicilio internet va lento y a menudo se cuelga, decide mientras realiza su labor, realizar un descanso de vez en cuando, que no está de más. Parece una locura irresponsable,

DESPROPÓSITOS

de la comunicación humana

DIBUJOS de Ubaldo Boyano



Javier Lillo y Juan José de Lanuza

CREALITE

pero este aficionado a las redes sociales cometió un grave error adicional: su afán de relacionarse en todo momento, combinado con la imperiosa premura circunstancial, provocaron el descuido, comprensible, de dejarse el ordenador encendido; encendido y con su propia cuenta de Facebook abierta.

Sus víctimas, al regresar a casa, observaron la intrusión ajena y el desorden causado por la búsqueda de bienes, pero más se sorprendieron al comprobar que el ladrón se había dejado su cuenta abierta en el ordenador. ¿Alcohol, drogas, síndrome border line, exceso de extroversión? Desconocemos los causantes de tan imperdonables descuidos, pero lo cierto es que son más comunes de lo que pensamos.

La banda de la horchata, así denominada por la policía de una localidad costera del levante español, entra en los domicilios vacacionales de las víctimas para robar lo poco que puede sustraerse en segundas viviendas, pero lo que llama la atención a las autoridades es su irrefrenable impulso de beber horchata, fresquita, previamente agitada y sustraída de las neveras de las incautas víctimas que, una vez comprada, mantenían la esperanza de mojar unos fartons por la mañana en el desayuno. Sabemos que sienten predilección por la Chufi. Se tiene constancia de casos en los que además, los confiados intrusos, devorados por un ansia consumista, seducidos por los sentidos en su búsqueda de la preciada horchata, al abrir la nevera, no pueden evitar fabricarse un sandwich de jamón y queso. Vamos, la merienda completa. ¡Cuidado!, son una banda organizada y puedes quedarte sin horchata si no aseguras la nevera por las noches. Y esto que os cuento es completamente cierto.

El último caso asombrosamente real sucedió en Novomoskovsk, Rusia, cuando un ladrón entró en el domicilio de una anciana de 82 años por el balcón para robar mientras esta dormía. Un

ruido hizo que se despertara y el ladrón (sabemos que afectado por el exceso de consumo de vodka), con rápido movimiento felino, se deslizó debajo de la cama de la anciana. Al rato, la monotonía, el cansancio y los efectos del destilado, hicieron mella en el tomador que sumido en un profundo sueño, comenzó a roncar. La anciana alertada por tan inusuales ruidos debajo de su camastro, se incorporó y comprobó que unas zapatillas deportivas sobresalían. Llamó a la policía y fin de la historia. Si esta señora hubiese tenido canapé, no quiero imaginar cómo hubiera terminado la historia.

Conclusión: el Facebook, la horchata y el vozka, son tentaciones irresistibles para los amantes de lo ajeno.

Twitter: @coachlillo

TecnoVerbal.com

P28 MAKE UP LAS UÑAS

PLANETA28 MAKEUP

Este mes, siguiendo con la temática del mes pasado, os vamos a dar algunas ideas para decorar vuestras uñas de una forma sencilla y divertida, y os enseñaremos mediante fotos materiales para realizar los diferentes looks.

Primera opción: Existen pintauñas magnéticos como por ejemplo los de la marca ISADORA, que son muy fáciles de aplicar y quedan muy chulos. Estos son los pasos a seguir:

1.- Pintar la uña del color que hayamos elegido como si fuera un pitauñas normal

2.- Poner el aplique de iman que viene con el esmalte paralelo a nuestra uña sin que lo toque durante 15 segundos, para que aparezca sobre el esmalte el dibujo del imantado.

3.- Aplicamos sobre la uña un top coat, para fijar el esmalte y que nos dure mas tiempo y le de brillo a la uña, de esta forma quedara mucho mas bonito el dibujo.

Segunda opción: Podemos hacer un look rápido, bonito y llamativo, aplicando sobre la uña un esmalte color crema o beige, y una vez seco, sobre este un pintauñas muy novedoso que están de moda y que venden muchas marcas, son los líquidos transparentes con purpurina de colores o de un color solo como los que he elegido y podéis ver en la foto.

Tercera opción: Una idea, que para tener tiempo y paciencia, queda muy sofisticado: Se trata

de pintar la uña con un esmalte del color que nos guste (yo he elegido una azul eléctrico) y una vez seco, utilizando un pincel especial para hacer dibujos sobre las uñas como por ejemplo los de la marca ISADORA, y un esmalte de otro color que destaque sobre el que hemos elegido antes (yo he elegido blanco brillo), podemos hacer dibujos sencillos que nos darán a nuestras uñas un look muy bonito.

Cuarta opción: Un look muy chulo y muy socorrido para las chicas que no tienen mucha maña a la hora de dibujar con pincel, consiste en aplicar un color base como en la opción anterior y cuando este seco, pegar sobre la uña adhesivos con dibujos como los de la marca ESSENCE que son muy económicos y duraderos, y por ultimo aplicar un top coat para fijar mejor el adhesivo y que el color de la base quede mas brillante.

Bueno, como veis, es cuestión de ir probando y combinando colores entre sí, con esmaltes líquidos o adhesivos, os animamos a que nos escribáis a nuestro mail planeta-makeup@hotmail.com y nosotros publicaremos fotos de looks de uñas en www.facebook.com/planetaveintiocho.makeup y en www.twitter.com/P28makeup



COCINA CON ENCANTO

ALEJANDRA FELDMAN

PLANETA28 RECETAS

REVUELTO DE SETAS Y HUEVO MOLDEADO

Ingredientes:

100 gramos por persona Setas de diferentes variedades.

1 o 2 Huevos por persona

Sal y Pimienta recién molida

Tomates perita para decorar

1 Cebolla pochada o una lata HIDA de cebollas pochadas

Procedimiento:

1.- Lavar muy bien las setas variadas

2.- En un cuenco colocar un huevo por cada comensal

3.- Salar y colocar pimienta recien molida y si es la de 4 ó 5 bayas, mejor

4.- Abrir la lata de cebolla pochada de Hida, o una cebolla que hayas pochado bien en aceite de oliva virgen extra

5.- Batir bien los huevos, agregarle el condimento, alguna especie que te guste, y en una sartén colocar 30 cl. de Aove, y colocar el huevo revuelto, cuando el aceite este apenas caliente.

6.- Agregarle las setas lavadas y secas, y la cebolla pochada.

7.- Revolver hasta lograr que se cocine bien todo. O la cantidad de minutos que consideres que te guste tomar el huevo.

8.- Colocar en un plato, un molde redondo o cuadrado, metálico y colocar dentro la mezcla. Esperar unos minutos hasta que puedas retirarlo, y que te quede la forma moldeada. Colocar por encima perejil, picadisimo, o decorar con unos tomates cherrys, o alguna seta cruda.

Si eres de los que te gusta que el huevo no se cocine mucho, comienza por colocar las setas con la cebolla, y luego de unos minutos agregarle el huevo de forma que puedas dejarlo menos minutos.



VISITA LA WEB!

CARICAT

"¿LA MATÉ POR QUE ERA MÍ



[...]

..

TURISTA.ES
ANIM
A?" MALITOS

¿U.S.A
O
U.S.A.DA?



POR MAG.-

REFLEXIONES

ENTRENANDO CON DANIEL CARMONA

INTEGRAL TRAINING

¿Hola, que tal tu otoño? Espero que bien.

Empezare para variar con una de mis historietas:

¿Te acuerdas del triatleta de hace unos meses que quería un cuerpo escultural?

Bueno pues hemos seguido trabajando juntos.

Desde que empezamos, sin ser el objetivo, ha bajado cerca de 12 kilos, obviamente se mueve mejor en todos los aspectos, rendimiento, agilidad, velocidad, etc.

Según sus apreciaciones, no pasa hambre incluso a veces (no es la primera vez que me pasa con un cliente), me ha preguntado que si no era demasiada comida.

Tenía un problema con la piel que arrastraba de años y se ha solucionado casi al 100%: algún "alimento" que le daba alergia.

Su piel, debido de años de descuide culinario y "alimentos" no demasiado adecuados, esta lo que llamamos "gorda", está eliminando los residuos, se le empiezan a ver cortes musculares, y la vascularidad (venas), se empieza a percibir, pero tiempo al tiempo. No en vano llego a pesar cerca de 30 kilos más que ahora según sus palabras…

Ahora estamos en pretemporada: construyendo una base de fuerza y resistencia sólidas, sin grandes esfuerzos, pero paso a paso (CONSTANCIA) y si todo sigue igual el verano que viene (si lo siento, los cambios requieren tiempo, por si te pensabas lo contrario)

Con esto te quiero comentar varias cosas, que no es la primera vez que comento pero que hay que tener siempre presente

- En una dieta muchas veces no importa la cantidad si no la calidad. Te puedes comer 1 bollo con las mismas calorías que un plato de arroz o pasta, pero créeme, no es lo mismo, tu cuerpo no lo digiere igual, no lo metaboliza (convierte en energía) igual y no le sienta igual de bien.

Siempre digo lo mismo como ejemplo: antes de que la comida basura entrara en china, piensa



en cuantos chinos veías gordos (y comían arroz tres veces por día).

• En esto de la salud, deporte, nutrición, fitness…vamos este mundillo, hay dos tipos de profesionales, los que te dicen que los cambios tienen que ser sólidos y eso lleva tiempo y los que te prometen cambios brutales en nada de tiempo y ya sabemos lo que pasa luego (dietas rebote, lesiones, descontento, dinero gastado etc…)

Hace no mucho oí que el cambio físico mediático de David Bustamante le tomo más de un año y medio. Saca tus conclusiones.

• En el deporte esta la creencia de que las lesiones van asociadas. Para mi puede haber molestias, pero las lesiones vienen porque tu o tu entrenador habéis hecho algo mal, mucha carga o intensidad, déficit de alimentación o descanso, mala periodización etc… Obviamente puede haber lesiones puntuales pero de ahí a la habitualidad…lo siento no me convence.

• Somos lo que comemos. Este axioma tan oído y a la vez tan ignorado es real como que el sol brilla. Si te comes lo primero que te viene en gana, lo primero que pillas o simplemente das rienda suelta a tus caprichos, pues recogerás lo que siembras.

Hace no mucho he tenido conocimiento de una chica que estando embarazada, tan solo aumento su peso durante el embarazo en cinco kilos, SI 5 KILOS. ¿Por qué?

Durante los primeros meses mantuvo su maravillosa dieta (bollo mañanero, alguna cerveza, pocas grasas saludables y verduras, fruta la justa y trabajo sentada).

En una revisión, la dijeron que tenía el azúcar, la tensión y el

INTEGRAL TRAINING

Evita perder el tiempo !!!

Con un entrenador personal.

NO Pensaras que es imposible
NO Te aburriras
NO Perderas el tiempo
NO Te lesionaras





SI Conseguiras TUS objetivos
SI Tendras motivacion
SI Aprovecharas el tiempo
SI Evitaras riesgos









Musculacion
Aumento / Perdida de peso
Tonificacion / Fitness
Mantenimiento / Vida Sana
Preparacion fisica de Oposiciones
Atletismo popular
Entrenamiento Funcional Adaptado
Asesoria Dietetica y preparacion de dietas
Pilates / Post-parto / Espalda
Clases particulares de Muay Thai/Kick Boxing

Daniel Carmona - tlf.: 635 33 06 15
trainer@integraltraining.es - www.integraltraining.es

colesterol por las nubes, que empezara a medicarse y a cambiar de dieta (a que mola?). Fue cuando me pidió

Resultado del control de dieta y manteniendo un aporte calórico semejante, perdida de ”michelines”, perdida de celulitis y exceptuando la prominente barriga fruto del embarazo, mejor silueta y tono muscular (y sin hacer deporte, que ya sabemos que las embarazadas no pueden hacer deporte…)

Sé que muchas veces me repito con la comida y la comida y la comida…pero es que es hoy en día es el gran impedimento que tienen mis clientes para conseguir sus objetivos en el 90% de los casos.

Nos vemos el mes que viene

INTEGRAL TRAINING



WWW.28FOTOS.ES
28FOTOS@PLANETA28.COM
646.75.39.64



www.Planeta28.com

Tu música...tu revista