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



RAFA PONS

WWW.PLANETA28.COM

Número 70 Enero 2015

CONTENIDOS


RAFA PONS


MAILERS


POL


MARÍA
VILLALÓN


URBAN
RUNNERS
MADRID


LAS
SICALÍPTICAS


MARIAM HERNÁNDEZ





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

STAFF /

DIRECTOR
IGNACIO ESTEBAN

REDACTORA JEFE
NEREA DE LA TORRE

PUBLICIDAD
JAVIER ALMAZÁN

FOTOGRAFÍA
28FOTOS.COM

CONTENIDOS
FRANCISCO LÓPEZ
JAVIER ALMAZÁN

REDACCIÓN
VANESSA GÓMEZ
MARTA VALVERDE
JOEL PONS
IGOR SANTIAGO

MAQUETACIÓN
DANIEL ESTEBAN

CONTACTO
PLANETA28@PLANETA28.COM
WWW.PLANETA28.COM



RAFA PONS

DISIMULA

Rafa Pons aterriza de nuevo en nuestro Planeta para presentarnos su nuevo trabajo "DISIMULA". Rafa Pons en estado puro.

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

Rock entretenido en el que importan mucho las letras.

Nuevo trabajo "Disimula" ¿por qué este título?

Porque me di cuenta que casi todas las canciones hablan de gente que intenta hacer las cosas bien, aunque no lo consigan siempre. Y también porque estoy un poco harto del discurso de lo importante que es ser auténtico. Yo soy auténtico en tres o cuatro cosas, las que creo fundamentales, en el resto disimulo. Y me parece muy bien.

¿Qué esperas de este nuevo trabajo?

Seguir con el respeto de la gente que ya me conoce. Que les guste este nuevo disco y a la vez intentar llegar a cuanta más peña nueva mejor.

¿Se sigue sintiendo lo mismo que en tus inicios al sacar un nuevo trabajo al mercado?

Es una mezcla. Por un lado es una responsabilidad saber que vas a ser escuchado seguro. jeje. Saber que hay gente que espera tu disco mola pero te obliga a superarte. Por otro lado, al no haber tenido nunca una gran exposición mediática, cada

día te descubre un público nuevo, y por ese lado siempre es la primera vez.

Cómo ves el panorama musical español

Variado. Emergente. Con un público voraz y curioso. Pero a la vez está un sector con una puta mierda de condiciones de trabajo que sobrevive de milagro tras la puñalada del iva al 21.

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

Creo que sí en cuanto a modo de trabajo. Gente que hemos pillado nuestra guitarra y salido a los garitos a tocar pese a que todo empujaba a lo contrario. Que poco a poco se vaya haciendo eco la industria de nosotros es una gran noticia!

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

Para nosotros lo es todo. Casi te diría que lo único. Es un dimesionador brutal.

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

Toda. Vivo de gira. Toco siempre. Allá donde detecto que pueda haber público y una sala en condiciones voy. Tocando conseguí hacer un público. Después vinieron los discos.

Algo que nos quieras contar, alguna exclusiva...

Estoy muy contento porque publiqué paralelamente mi primer libro de relatos que llama “A cuento de nada” y pese a que no le he dado mucha promoción vamos a sacar ya una segunda edición porque el boca a boca está funcionando muy bien. Así que feliz.

Vienes por Madrid menos de lo que nos gustaría, a pesar de tener un público fiel que abarrota tus conciertos, ¿es complicada la distancia

musical Madrid Barcelona?

A Madrid voy mucho..jeje. Pero es verdad que conforme creces y pretendes hacer aforos más grandes espacias más las visitas. Ahora tengo el reto con la banda el 6 de Marzo de tocar en el Teatro barceló! A ver si os veo!!

Tu sala de conciertos favorita

Muchas son especiales. El oncle Jack, Galileo, El Avalon en Zamora, Privat, la Botica… Mucha buena gente apostando por la música en directo.

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

Hablando de los medios masivos (radio fórmulas…etc..) el problema no es que presten atención a música en español. Sí lo hacen, pero en su mayoría a canciones de hace 20 años. Hoy suena lo mismo en la radio que cuando yo era adolescente. No hay casi nada nuevo.

Qué te parece Planeta28

Un oasis…jejeje. Ya os lo comenté en su momento, se agradece mucho vuestra curiosidad por ampliar miras y buscar otra música.

¿Próximos proyectos?

El disco Disimula sale el 20 de Enero y el 12 de Febrero arrranca una gira que NO TERMINARÁ!! Muchas ganas de tocar de nuevo.

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

Yo me siento un privilegiado porque vivo exclusivamente de esto desde hace 8 años. Pero la verdad es que es casi una excepción. No lo ponen fácil.

“FUERTE ABRAZO A LOS LECTORES DE PLANETA 28!! OJALÁ LA VIDA NOS JUNTE EN UN CONCIERTO O EN UN BAR TOMANDO UNA CERVECITA BIEN FRÍA.


3x1 EN DEPILACIÓ
LÁSER DE DIO
www.cuidatemajadahonda.com



ídate
ajadahonda

Zona pequeña
Labio superior
Mentón

12€

Zona mediana
Axilas
Ingles

35€

Zona grande
Piernas completas
Tórax + Abdomen

79€



MAILERS

VÍBORAS

Un tiempo ya sin aterrizar en nuestro Planeta desde la edición de Materia, vuestro anterior álbum ¿qué ha pasado en este tiempo?

Hemos estado trabajando en el nuevo disco y de gira. De forma paralela. Ahora hemos parado un par de meses los conciertos para centrarnos en la fase final del proceso de producción.

Por otra parte, la banda también ha cambiado. Nos hemos despedido de Roberto y Horacio, bajista y guitarra de Materia que continúan su andadura musical en otros proyectos, para recibir dos nuevos fichajes: Josuh a la guitarra y Dani en el bajo. Evolución, desde muchos puntos de vista.

A punto de ver la luz vuestros nuevos temas



¿qué nos podéis adelantar?

Que hay mucha electrónica, baile, letras, un nuevo concepto en las guitarras y el bajo.

¿Qué os ha aportado como grupo vuestro primer álbum?

Nos encantaría poder decir sin equivocarnos que madurez, cuando escuchéis el segundo disco…ya nos diréis si es así o no…

Con vuestros video clips dáis una gran importancia a la imagen para acompañar a vuestra música ¿qué tenéis pensado para vuestros próximos temas?

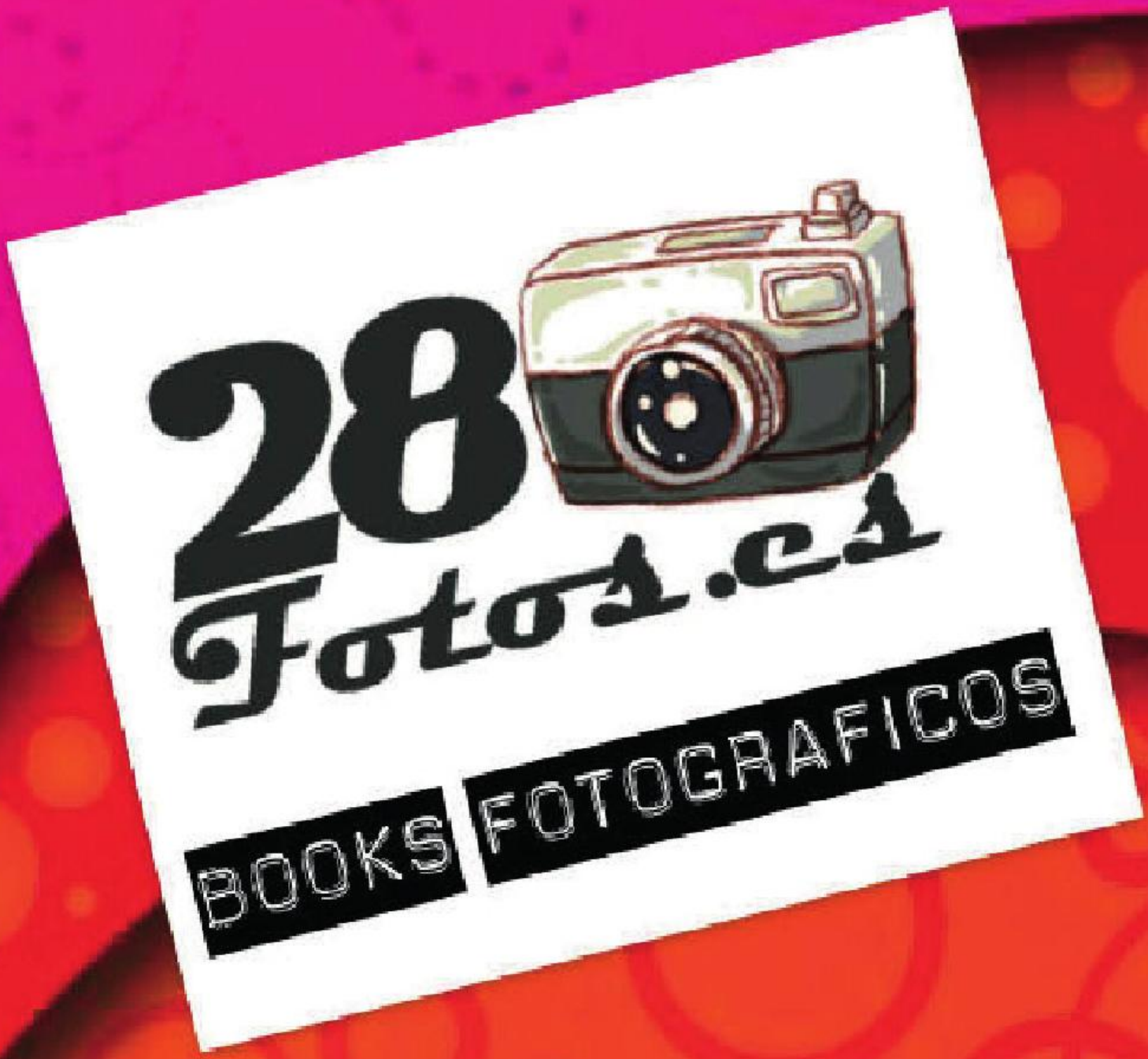
Estamos trabajando con un equipo que ha sido un gran descubrimiento: Iced Down Films.

Nos estamos dejando llevar y estamos encantados.

Sois muy activos en redes sociales dónde tenéis una legión de seguidores, ¿véis las redes como una oportunidad para llegar a nuevos oyentes?

Sin duda. Para nosotros está siendo un factor importantísimo en nuestro crecimiento como banda la cantidad de gente que está compartiendo nuestro trabajo, mostrándoselo a un amigo…la gente no sabe lo importante que es para las bandas eso.


BROOKLYN
★ FITBOXING ★
FITBOXING
ÚLTIMA TENDENCIA EN ENTRENAMIENTO
QUEMA HASTA 1000 CALORÍAS POR SESIÓN
ALTA INTENSIDAD PARA TODOS LOS NIVELES
9'95
SESIÓN DE PRUEBA
GUANTES DE ENTRENAMIENTO
VENDAS DE PROTECCIÓN
APÚNTATE EN LA WEB!
brooklynfitboxing.com



WWW.28FOTOS.ES

28FOTOS@PLANETA28.COM

646.75.39.64

Hemos tenido oportunidad de disfrutaros en directo y es uno de vuestros puntos más fuertes, de hecho os recomendamos siempre en todos vuestros directos ya que es una experiencia única disfrutaros sobre el escenario, ¿qué sorpresas nos esperan en vuestra gira?

Muchas gracias!! Zapatillas, ropa de diario, sudor, risa y gente de todas las edades. El antimoderneo en estado puro…jaja!

IVA, cambio en la industria discográfica, pirateo... ¿qué hacemos para solucionar esto?

Cobrar un canon a las compañías de telefonía y portales de la red, que son quienes abren la puerta a un contenido que está ahí y que es imposible de controlar. Son como los porteros y las estanterías de un sitio en el que se vende el pan pero se puede coger gratis. En fin, la reflexión es más larga, daría para una entrevista más larga. Cuando queráis…

Os gustaría compartir escenario con...

Muchísima gente, así, me viene a mí, Izal. Me he vuelto muy adicta. Cantarme un tema con ellos, sería algo muy guay. Mucho. Ahí lo dejo. Quien sabe…



“UN ABRAZO A LOS LECTORES DE PLANETA 28, SOIS UNOS HABITANTES FANTÁSTICOS…GRACIAS POR ESTAR SIEMPRE A NUESTRO LADO.

Lo que valoráis especialmente de un grupo o solista cuando le escucháis como público es…

Que sean correctos musicalmente, por supuesto y luego lo que transmiten….cómo miran, se ríen, cómo te llevan con ellos…

¿Creéis en la música como medio para dulcificar el mundo?

Por supuesto, y de comunicarse con el más allá…con lo intangible de esta vida.

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

Pues unos sí, y otros van más a lo fácil. Vosotros nos habéis estado apoyando desde el principio. Estamos muy agradecidos al trabajo que hacéis por las bandas emergentes y del cariño que nos habéis dado desde el primer momento.



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

MARÍA VILLALÓN

EL INSÓLITO VIAJE DE UNA GOTA DE LLUVIA

Ha pasado ya algún tiempo desde que aterrizaste por última vez en Planeta 28, ¿en qué has estado ocupada este tiempo?

Hace poco más de dos años salió a la venta nuestro disco Historias de una cantonta. Con él hemos estado de gira, recorriendo el país y disfrutándolo en directo. Y hace poco más de un año me embarqué en confeccionar nuestro nuevo proyecto. Realmente no he parado, sobre todo este último año, escribiendo y componiendo a diario, así que no me creo que ya el próximo 22 de enero vea al fin la luz jejeje

Nuevo trabajo, o mejor dicho nuevos trabajos ya que lanzas simultáneamente un disco "El insólito viaje de una gota de lluvia" y una novela ¿cómo surgió la idea? ¿Crees en este tipo de "innovaciones" en la industria para reactivar el interés del comprador?

No tenía muy claro lo de lanzar otro disco, quería ofrecer algo más, intentar innovar, porque como decía Einstein, si hacemos lo de siempre, obtendremos los resultados de siempre. Y entonces fui a una feria del libro y conocí

“

MANDO UN BESO ENORME A TODOS LOS QUE NOS HAN LEÍDO Y LOS ANIMO A QUE ESCUCHEN NUESTRAS CANCIONES, LEAN EL LIBRO Y DISFRUTEN. Y SI SE ANIMAN, LOS ESPERAMOS EN UN CONCIERTO PARA SENTIR CON ELLOS LA MAGIA DE LA MÚSICA EN DIRECTO.



al escritor y guionista de series como El internado Carlos García Miranda, le habló de mí a Irene Lucas, la que hoy es mi editora y así surgió la idea de escribir una novela. Y dándole vueltas se me ocurrió que estuviera relacionada con mi nuevo disco y que así fuera una forma de ofrecer algo más que una novela y algo más que un disco. Así que finalmente las canciones que la protagonista compone y canta a lo largo de la historia no son ficción, sino que se pueden escuchar. Y a la inversa, quien quiera saber de qué hablan las canciones, leyendo el libro las puede comprender.

Vamos con el primer single que nos ha encantado "Descalza" un tema "muy Villalón" de los que enamora a la primera escucha. Cuéntanos la historia de este tema.

Este fue el primer tema que se gestó, el único que nació casi antes que el libro y determinó un poco la trama y lo que iba a ocurrir. El resto los iba haciendo conforme la historia avanzaba y me iba metiendo en la piel de la protagonista. Para entender de qué habla este tema hay que leer el libro jejeje Pero puedo adelantar que esta es la primera canción que lanza la protagonista, el tema que consigue encubrarla.

¿Qué nos vamos a encontrar en este nuevo trabajo?

El libro cuenta la historia de Atena, una chica de 16 años que tiene que dejar atrás su pueblo, sus amigos, su familia y su primer amor para ir a la ciudad y luchar por su sueño. Se acaba convirtiendo en la estrella del momento y a lo largo de la novela cuenta lo que vive y cómo ve el mundo de la música, con sus cosas buenas y malas, las envidias, las fiestas, las zancadillas, etc. Pero también es una historia de amor y una historia





de crecimiento personal. Además, todo lo que va sintiendo lo podemos ir escuchando en forma de canción, algo que creo le da un punto muy original al proyecto.
Las canciones muestran a la María más cañera y fresca, todos los temas están hechos con mucho mimo y dedicación, intentando que expresaran lo que se iba contando en la historia.

Lo que más te ha costado y lo que menos

Fue duro escribir el libro porque el noventa por ciento lo he escrito en trenes de cercanías cuando iba y volvía del trabajo, todos los días, sin dejar de escribir ni uno solo. Pero más duro fue hacer los temas cuando llegaba a casa de noche y cenaba y me bajaba al estudio a intentar componer. Y las horas que eché maquetando los temas, dándole forma, decidiendo qué estilo, qué arreglos, esto fue un trabajo de horas y horas con Jesús Arteaga (Susi Morla para los amigos) que culminó con Emilio Mercader, la otra parte de la producción.

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

Me diría que no desistiera, que aunque es un mundo duro, poco a poco se va consiguiendo dar pequeños pasos, y que tarde o temprano se acabarán recogiendo los frutos.

Eres una de las artistas españolas que más colabora con otros cantantes a través de colaboraciones puntuales: La vieja Morla, Cruz, Betty y la cuarta pared, Julieta 21... ¿Algún proyecto a la vista?

jajaja Bueno, he hecho más de 70 colaboraciones... Y aunque resulte paradójico yo he pedido tres a lo largo

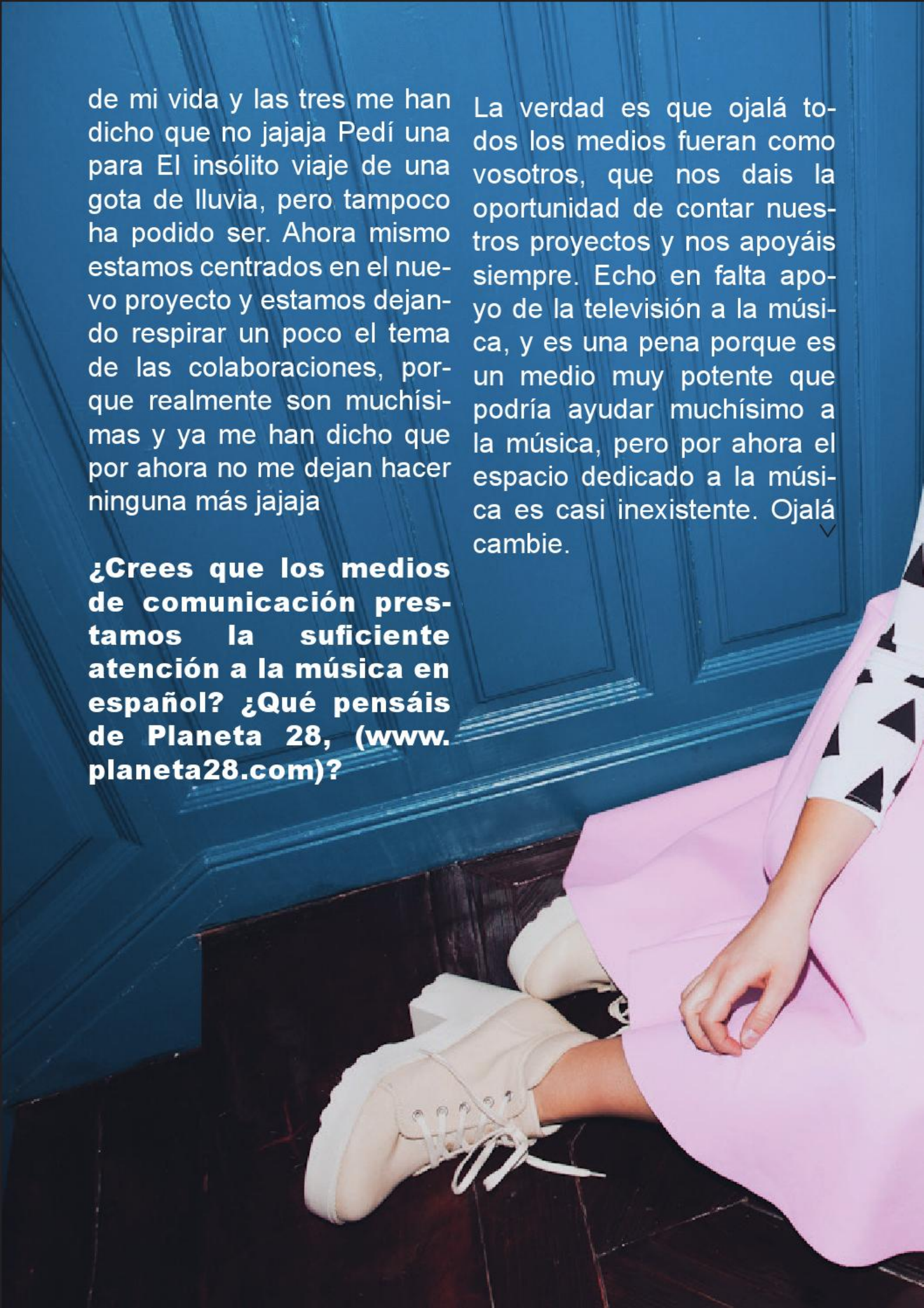

fasterwear
.com


Tu Ropa Deportiva Personalizada

de mi vida y las tres me han dicho que no jajaja Pedí una para El insólito viaje de una gota de lluvia, pero tampoco ha podido ser. Ahora mismo estamos centrados en el nuevo proyecto y estamos dejando respirar un poco el tema de las colaboraciones, porque realmente son muchísimas y ya me han dicho que por ahora no me dejan hacer ninguna más jajaja

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

La verdad es que ojalá todos los medios fueran como vosotros, que nos dais la oportunidad de contar nuestros proyectos y nos apoyáis siempre. Echo en falta apoyo de la televisión a la música, y es una pena porque es un medio muy potente que podría ayudar muchísimo a la música, pero por ahora el espacio dedicado a la música es casi inexistente. Ojalá cambie.





CORRER
ENMADRID.COM

NO CORR
VEN A CORRER

PARQUE DEL RETIRO

PARQUE JUAN CARLOS I

PARQUE TIERNO GALVAN

- Distintos niveles de entreno
- Planes específicos pensando en
- Puedes entrenar los 4 días por e
- Desde **21€** al mes

info@correrenmadrid.com



RAS SOLO
CON NOSOTROS

Martes	**19:30**
Viernes	**15:30**
Lunes	**19:30**
Miércoles	**19:00**
Viernes	**19:00**

a satisfacción del atleta popular
l mismo precio

www.correrenmadrid.com

URBAN

RUNNERS MADRID

ENTRENAMIENTOS
CARRERAS
MATERIAL
CONSEJOS
AGENDA
SORTEOS

EL MEJOR BLOG RUNNING

WWW.URBANRUNNERSMADRID.COM

RUNNING Y CONTAMINACIÓN

No es noticia decir que la contaminación en Madrid, su famosa"boina negra", es más habitual de lo que nos gustaría. Las calefacciones, el tráfico intenso y las circunstancias atmosféricas como la falta de lluvia, hacen que estos días los índices de contaminación se estén disparando.

En estas circunstancias
¿podemos salir a correr? ¿Qué podemos hacer?

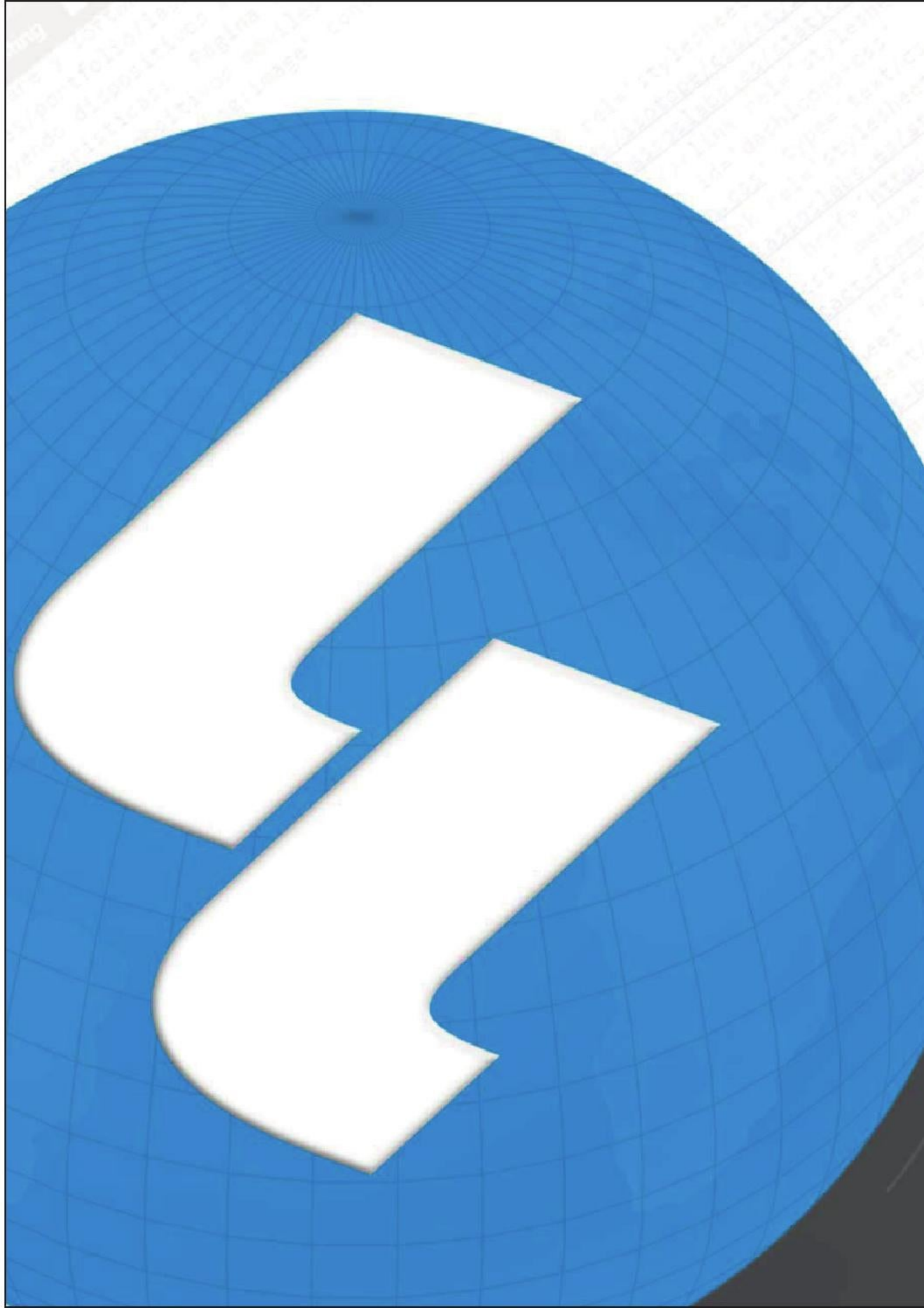
Con los grados de contaminación actual se aconseja vitar el realizar deporte al aire libre en dichas zonas. Puedes consultar las mediciones de las estaciones del Ayuntamiento de Madrid en la web http://www.mambiente.munimadrid.es/

La alternativa sería realizar el deporte en las zonas con menos contaminación:En parques grandes (El Retiro, La casa de Campo…), en el campo, en la montaña. Otra posibilidad sería correr en un gimnasio.

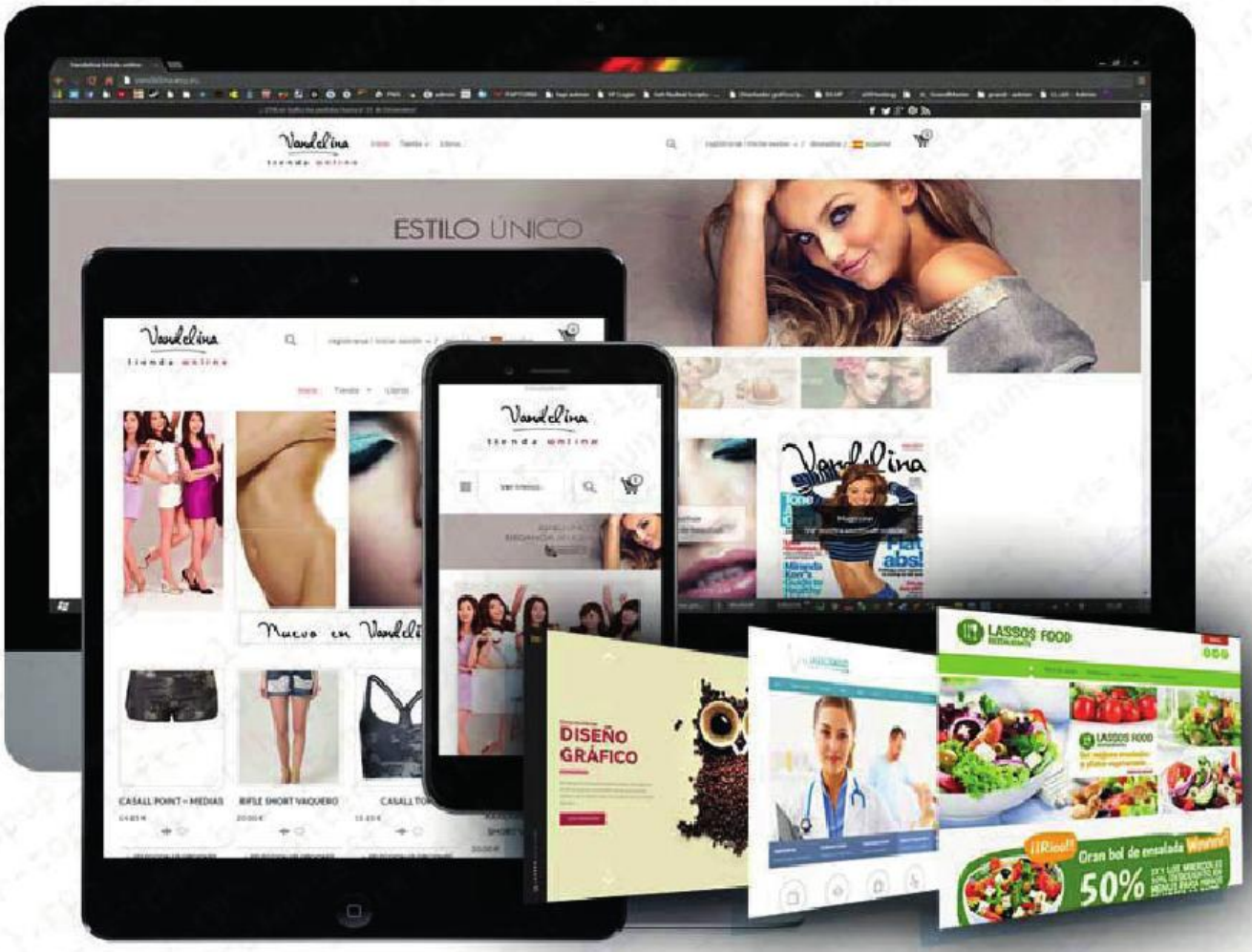
Cuando corremos necesitamos aspirar mayor volumen de aire que cuando caminamos, en muchas ocasiones estamos respirando directamente por la boca, evitando nuestro filtro natural que es la nariz, por lo estaremos más expuesto. Al respirar el contacto con las partículas dañinas es mayor ventilamos más y llega el aire a todo el árbol bronquial y los pulmones.

Practicar el running en las primeras horas de la mañana o a última hora del día, para así evitar las horas de mayor contaminación ambiental por tráfico.
Realizar el running en los parques, en las zonas verdes, en los jardines o en una zona lo más distante posible del tráfico rodado.
Evitar zonas donde haya mayor polución: las vías principales de tráfico rodado, las zonas de mayor congestión de tráfico...

Ante todo la Salud¡¡¡ Y no paremos de correr¡¡



LASSO'S LABS.es



CREAMOS SU SITIO WEB

Páginas web | Diseño gráfico | E-Commerce
Asesoramiento informático | Desinfecciones
Formateos | Reparación y limpieza de equipos
Asistencia remota 24/7 | Redes sociales

MARIAM HERNÁNDEZ

(F)IT GIRL A LA CARRERA

Actriz, blogger, deportista... En qué campo te sientes más realizada.

Sin duda alguna como actriz. La interpretación es mi profesión y mi gran pasión. El deporte y el blog ocupan un lugar muy importante en mi vida, pero sólo a nivel ocio.

Actualmente podemos verte en uno de los teatros más bonitos de Madrid, El LARA, con la obra ESPACIO, junto a Gorka Otxoa y Pablo Puyol (dos actores que ya han aterrizado en las páginas de Planeta28) Cuéntanos de qué trata.

"Espacio" es una comedia que habla de las parejas, de las discusiones cotidianas y de las diferencias que surjen en el día a día, pero tratado con mucho sentido del humor.

Es una obra terapeútica para las parejan que acuden al teatro, porque deja en evidencia que, casi todos, tenemos los mismos problemas y chocamos en las mismas cosas. No hay que dramatizar cuando surgen estos pequeños roces pues lo más importante en "Espacio" es el Amor.

Cine, teatro, televisión (actualmente podemos verte en la serie Gym Tony) cuál te gusta más

Me gustan los tres medios; cada uno tiene sus peculiariadades maravillosas y he


URBAN
RUNNERS
MADRID

aprendido muchísimo en cada uno de ellos. No podría decidirme por uno...

¿Próximos proyectos profesionales?

En breve comenzaremos la grabación de la segunda temporada de Gym Tony y, es muy probable, que muy pronto volvamos con "Espacio" a otro teatro madrileño (ya que sólo nos quedan 3 semanas en el Teatro Lara). Así que, en principio, ¡tengo el año completito!... Y entre rodaje y función, seguiré a tope con mi Blog y practicando deporte allá donde vaya.

Sabemos que eres una apasionada del deporte, y que practicas Running. ¿Cuál es tu próximo reto?

Pues no tengo uno en concreto, pero hace tiempo que la idea de hacer una maratón me ronda por la cabeza... Pero reconozco que me da




BROOKLYN
★ FITBOXING ★
FITBOXING
ÚLTIMA TENDENCIA EN ENTRENAMIENTO
QUEMA HASTA 1000 CALORÍAS POR SESIÓN
ALTA INTENSIDAD PARA TODOS LOS NIVELES
9'95
SESIÓN DE PRUEBA
GUANTES DE ENTRENAMIENTO
VENDAS DE PROTECCIÓN
APÚNTATE EN LA WEB!
brooklynfitboxing.com


FARMAC
ZOO

mucho respeto pues requiere de muchos meses de entrenamiento, disciplina y constancia. Así que no sé si 2015 será el año... ¡Si me decido, os lo contaré!

Pudimos verte hace unos meses en la Behobia – San Sebastián, cómo fue la experiencia.

Maravillosa. Es una carrera dura pero preciosa. Hay miles de personas animando a los corredores a lo largo de los 20 kilómetros y sus gritos casi te empujan hasta la meta. Los paisajes también son impresionantes y le recomiendo a cualquier runner que se anime a correrla, al menos, una vez en la vida.

Julián López, ¿colega de profesión y amigo? Se ha lanzado al mundo del running y debutó en la San Silvestre con un reto solidario que nos contó en nuestras páginas... ¿qué te parece?

¡Me encanta!. Julián es uno de mis mejores amigos (desde que nos conocimos rodando la película No Controles, de Borja Cobeaga) y me alegré muchísimo cuando me contó que había empezado a correr y a motivarse con el deporte.

Cualquier persona que se engancha al deporte se da cuenta enseguida de que se siente mejor, de que es más feliz y de su enorme capacidad.

¿Tu carrera popular favorita?

Quizás sea la carrera de la mujer, porque tiene una energía muy especial. Muchas mujeres que apenas hacen deporte se atreven a correrla y, en muchos casos, les ha servido como punto de partida para engancharse a este deporte. Madres que corren con niños pequeños, con carritos, con sus abuelas... La marea rosa es una marea de motivación para nosotras y entre nosotras.

Qué rutina de entrenamiento y nutrición sigues

Depende del objetivo que tenga en ese momento. Practico muchos deportes diferentes así que no siempre sigo el mismo plan de entrenamiento. Ahora mismo estoy yendo al gimnasio 3 días en semana, para hacer una tabla de fortalecimiento centrada principalmente en las piernas y, concretamente, en las rodillas. Practico muchos deportes de alto impacto y es muy importante que las rodillas estén fuertes.

En cuanto a la nutrición, como sano pero no soy estricta ni obsesiva. Creo que lo ideal es llevar una dieta mediterránea, sana y equilibrada.

Por dónde sueles salir a correr

Depende del día... Me gusta mucho correr por la Casa de Campo de Madrid, por Madrid Río o por el Retiro.

Qué consejos puedes darnos para tener una figura como la tuya

jajajaja... Cada persona tiene una constitución determinada. Lo importante es encontrar un deporte que te apasione, para que no te suponga un sobreesfuerzo, y ser constante con el ejercicio físico. Es importante que nos queramos mucho para cuidar también nuestra alimentación... somos lo que comemos. Olvida la obsesión por tener un físico 10, lo importante es crear hábitos saludables y llevar una forma de vida sana.

Qué música tienes en tu mp3? ¿Entrenas con música? Alguna canción que no pueda faltar en tu play list

Últimamente corro sin música, va por épocas. Pero nunca cuando corro con música nunca faltan en mi mp3 canciones de Belle and Sebastian, Jack Johnson, algo de

flamenco, alguna de Sabina y Serrat, La casa Azul... Es curioso pero cuando corro no me motivan las canciones muy cañeras, sino la música más melódica (cada uno es un mundo).

¡¡Gracias a ustedes!!. Les mando un beso muy fuerte a todos los lectores y les invito a seguirme en mi página de Facebook: Mariam Hernández blog

y en Twitter e Instagram: @mariam_hernan

Un placer enorme haber pasado este ratito juntos.

http://blogs.glamour.es/mariam-hernandez-running-fitness-deporte/





POL

LOS AMANTES DE LAS COSAS IMPOSIBLES

¿Con qué canción te presentarías ante un auditorio?

Con “Los amantes de las cosas imposibles”

Hemos encontrado un músico sin complejos, con una calidad incontestable en sus composiciones ¿qué grupos o solistas influyen en tus composiciones?

Gracias por sentirlo así, de verdad. Yo empecé a tocar por dos grandes músicos Antonio Vega y Thom York. Los 80 en España me marcaron mucho, Los Pistones me encantaban. Me gusta mucho la música Británica, RadioHead, Suede, Bowie, Oasis, Los Stone, Beatles. Escucho de todo la verdad y me nutro de muchas ramas, Nicki&dove, Isolee, Phoenix, Beach Fossils, Foxygen…

“Solo” ¿Una declaración de intenciones?

ABSOLUTAMENTE. Quiero demostrar fuerza, rebeldía y un absoluto desacuerdo ante lo que he vivido con mi exdiscográfica. “SOLO” también habla de la corrupción, injusticia , incomunicación, de la deshumanización que vivimos.

Creo que muchos de los que vivimos en esta época acabaremos envejeciendo compartiendo piso con colegas en vez de con nuestras parejas jajaj..

Cómo vives, en los tiempos que corren, sacar un trabajo al mercado.

Está claro que no son buenos tiempos para casi nada. Pero de lo único que yo me puedo hacer cargo es de Tener el mejor disco posible

y de optimizar los recursos de los que dispongo para que tenga una buena Acogida y en ello estoy… El resto que lo arreglen los que se suponen que están preparados para ello o por lo menos lo deberían estar.

Te has lanzado a la autoproducción ¿cómo ha sido la experiencia?

Ha sido muy bonita, me siento orgulloso, he hecho absolutamente todo yo, desde estar mano a mano con el diseñador, videoclip, mandar el disco fábrica. En la grabación he contado con mis músicos que me han ayudado mucho. Es el trabajo más personal y honesto.

Pros y contras de no contar con una discográfica

En mi caso ahora controlo y gestiono yo todo tanto a nivel artístico como nivel empresarial. Te da algún quebradero de cabeza pero merece la pena.

Háblanos de las colaboraciones del disco

Le han dado mucha vida al álbum…

Son gente que admiraba por diversos motivos, Alex Mel Jr de Kitai, ha hecho de "desde aquí en mi cabeza" un temón. Es el DiCaprio de la música en España. Maryan Frutos también ha cantado, tiene una Voz diferente y hermosa. Mi amigo Carlos Sadness en Dibujo s en 3D ha hecho de las suyas… y lo ha bordado.

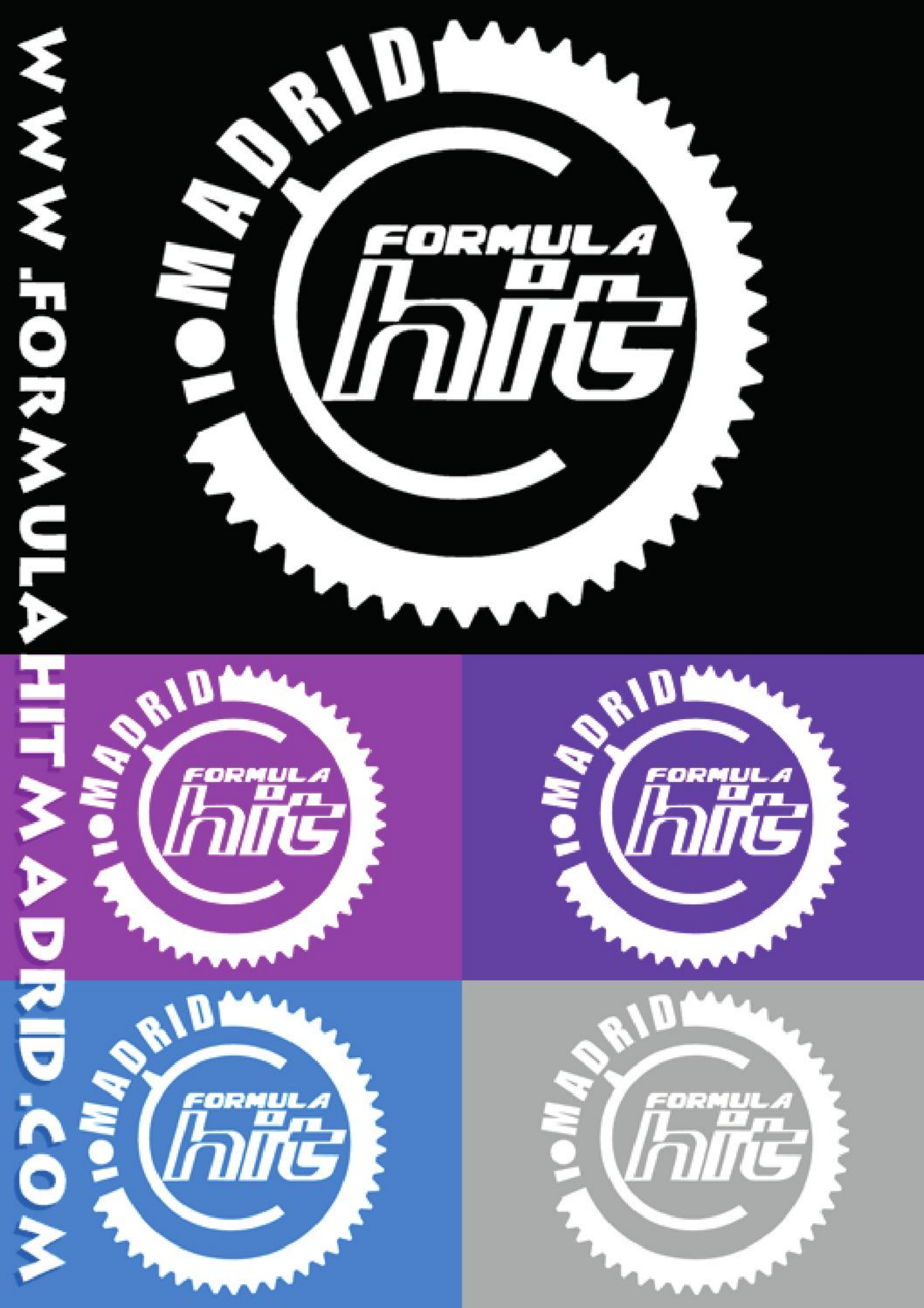
¿Crees que los medios de comunicación prestamos la suficiente atención a la música en español? ¿Qué pensáis de Planeta 28, (www.planeta28.com)?

Hacéis lo que podéis… Son tiempos duros para todos. Me gusta no hay etiquetas, sólo cultura.

"

UN SALUDO A TODOS LOS LECTORES DE PLANETA 28, Y LARGA VIDA A LA CULTURA!!! GRACIAS POR APOYARME CON VUESTRO ESPACIO


IDO UTILIZAR COMO ESCALERA
DEN USING AS STAIRS
SALIRE SULLE SCALE
UTILISER COMME ESCALAIER


WWW.FORMULAHITMADRID.COM
MADRID
FORMULA
hit


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

BEATRIZ CARVAJAL

A VUELTAS CON LA VIDA

¿Qué se siente al estrenar una obra teatral en un teatro como el Fernán Gómez de Madrid?

Estamos en la sala pequeña; Es una sala fantástica, muy íntima y cómoda…ideal para este montaje.

¿Se siguen sintiendo nervios ante un estreno?

Algo no, muchos; Luego sales y se te pasa…

La obra es un monólogo fantástico aderezado con música en directo, ¿cómo surgió la idea?

Eso se lo tendrías que preguntar a Juan Luis Iborra y Antonio Albert, (director y coautor); Para mí es un acierto total, clava la música, es perfecta…

Cuando te presentaron el proyecto ¿qué pensaste?

¡Que no quería hacer un monologo! pero me duro lo que tarde en leerme el texto... ¡me enamoro!

Tres motivos por los que nuestros lectores deben ir a verla

-Lo van a pasar bien, se van a reír.
-Se van a emocionar.
-Van a ver a Maria Carmen, que da una lección de vida sobre el escenario muy valiosa.

Descríbenos tu personaje y qué es lo que más te gusta de él.

Es una mujer sencilla, con mucha soledad y que descubre la compañía a través de la lectura; Descubre la vida


BEATRIZ CARVAJAL
A VUELTAS CON LA VIDA
de
Juan Luis Iborra
y Antonio Albert
al piano
Jerónimo Maesso
ayudante de dirección
Ana Pascual
iluminación
Juanjo Llorens
escenografía
Asier Sancho Senosiain
vestuario
Antonio Belart
dirección
JUAN LUIS IBORRA
foto y cartel: SERGIO PARRA

a través de ella, a quererse, a sentirse libre, a respetarse…. ¡Es maravilloso darse cuenta que la vida puede ser otra forma!

Cuéntanos tu momento preferido

Son muchosssss, pero hay momento mágico cuando establece relación con Chavela Vargas ; Pero está lleno de momentos preciosos….

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

Tanto los productores como los actores estamos haciendo un gran esfuerzo y el público lo está agradeciendo….

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

Estupenda e interesante.

Respondednos brevemente:

Última obra teatral que has visto: Fausto

Última película: en TV: Lo que la verdad esconde

Último disco comprado: De Luz Casal

Último libro leído: La biografía de Bette Davis

“

UN SALUDO Y ANIMAROS A IR AL TEATRO, ¡ES DONDE ESTÁ LA VIDA!



Fraga
Flis



www.fraganciasf

incias
s – Flis

Tus perfumes desde 6€

Visítanos y pruébalos en

Avda Eladio Perlado 27
C/ Francisco Sarmiento 13
Burgos

También Ambientadores para Hoteles

flisflis.es

CRISTINA LLORENTE

NALA "EL REY LEÓN"

¿Qué se siente al protagonizar un musical como el Rey León?

Estoy muy feliz! el musical del Rey Leon es la producción más potente que se ha hecho hasta ahora, estar ahí ya es todo un regalazo! Y ahora dando vida a Nala tengo la gran responsabilidad de q el público reciba un buen show en cada función!

Conoces perfectamente el musical, tienes un bagaje impresionante a tus espaldas pero ¿Se siguen sintiendo nervios ante un estreno?

Sí, nervios siempre! Y espero q no se me vayan xq cuando eso pasa, te relajas y ahí es cuando puede pasar algo! Además este show tiene muchas dificultades de vestuario, lucha escénica, muchas actores en el escenario, así q no se pueden cometer errores!!

Cantante, actriz, bailarina... ¿cómo se consigue dominar tantos "palos"?

Yo tuve la suerte de empezar desde pequeña en el mundo del musical, por lo q desde q tenía 9 años ya empece a formarme en canto, baile e interpretación, como requiere el mundo del musical! En Valladolid, Madrid y Londres, donde hay escuelas muy buenas para una formación integral. Siempre digo q fue una gran suerte, porque descubrí la forma de espectáculo más completa, aunque también la más dura!

Pregunta muy manida pero no por ello menos interesante ¿si tuvieras que elegir entre cantan-



te, actriz o bailarina?

Es cierto que cantando en un concierto se transmite de una forma más personal y más directa, pero cada cosa tiene su momento. Hay momentos en el que te sientes más inspirada para la música, otros en los q te apetece más un proyecto de tele, o momentos en los q se junta estar en una serie por la mañanas y en un musical por las tardes. Cada "palo" tiene una forma de vida y de trabajo y unos horarios completamente diferentes. Pero con el sector en crisis no podemos elegir mucho! cuando hay trabajo, sea del "palo que sea" hay q cogerlo!

Tres motivos por los que nuestros lectores deben ir a ver el Rey León

La música, la historia, y el diseño artístico (como hacer que personas interpreten animales de una forma mágica!)

Descríbenos tu personaje y qué es lo que más te gusta de él.

La leona guerrera y princesa a la vez! Es una mezcla explosiva. Tiene lo mejor de la fuerza y garra masculina de un León y lo bello y dulce de ser una princesa Disney.

Lo mejor son las dos canciones que interpreta "nuestro hogar" y "siento un nuevo amor" de Elton John. Y por supuesto el arco de evolución del personaje.

Cuéntanos tu momento preferido

La canción "nuestro hogar" que es de lo más bonito del musical, un tema q requiere mucha fuerza vocal y la pelea con Simba.

Nos encantó tu primer trabajo discográfico "Permiso para ser yo" ¿Tienes en proyecto volver a sacar un disco al mercado?

Muchas gracias!!!! Es algo que no olvidaré nunca! Fue una experiencia brutal! La grabación, la promoción y la gran gira de conciertos! Fue una entrega total al proyecto! Y conseguí el Permiso Para Ser Yo! Pero por ahora estoy en otra etapa. Espero algún día retomar el tema discográfico, pero por ahora está muy complicado! Además quiero disfrutar de Nala a tope!!!

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

Me encanta! Hay muchísimas secciones! Muchas ideas para los momentos de ocio. Y sobre todo me encanta que hay muchas entrevistas!!!

Respóndenos brevemente:

Última Obra teatral: "Excítame" en el teatro Fernán Gómez. Un musical de pequeño formato y con una historia y una manera de hacer que a nadie dejara indiferente. Actualmente de gira!! Así q todos a verlo!!

Película: "Exodus" brutal para verla en cine con pantalla gigante y palomitas gigantes!

Último disco: tengo spotify premium, así q estoy todo el día con música y descubriendo música nueva, pero lo último añadido ha sido "Dos noches en el Price de M-CLAN!!"

Último libro: "Milena o el fémur más largo del mundo" de Jorge Cepeda Patterson. Un gran regalo.

"Mando un beso enorme a todos los seguidores de Planeta 28! A Los que disfrutan a tope de la vida y del ocio, y sobre todo a los que apoyan el teatro musical!!! Y os animo a que vengáis a disfrutar de un gran show en el teatro Lope de Vega de Madrid "El Rey León"!!

JAVIER LILLO

EXPERTO EN CRIMINOLOGÍA,
ESPECIALISTA EN COMUNICACÓN
Y ESCRITOR

WWW.TECNOVERBAL.COM

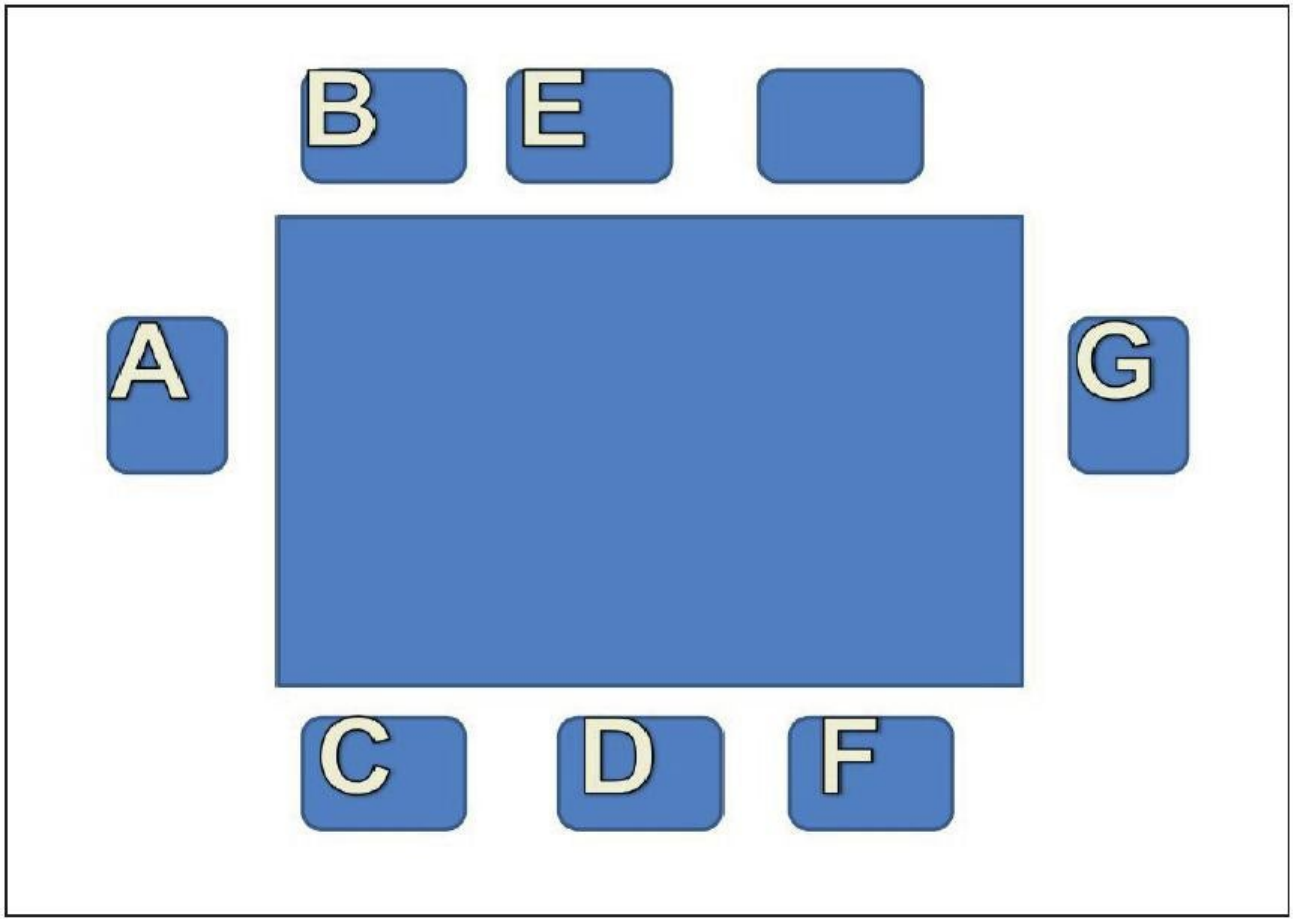
TWITTER: @COACHLILLO

LAS ENTREVISTAS DE TRABAJO (I)

Año nuevo, vida nueva. Seguro que este 2015 va a ser magnífico, y desde nuestra revista aportaremos nuestro granito para que así sea. Por ello, hablaremos de las entrevistas laborales, tan importantes para desarrollar una actividad profesional satisfactoria.

Los analistas del comportamiento en las relaciones laborales, los seleccionadores de personal, observan y estudian estos y otros movimientos en los aspirantes a un determinado puesto de trabajo. ¿Se buscan personas solitarias o se demanda la capacidad de trabajar en equipo? ¿Son personas que hablan demasiado o por el contrario son discretas? Hay que tener en cuenta que desde el momento en el que se entra en el aparcamiento empresarial, es relevante hasta el lugar seleccionado para apostar el vehículo.

Pero concretaremos más el asunto: en las reuniones de trabajo, el juego de la mesa es la situación idónea para observar quien lleva las riendas en la empresa. Con el siguiente gráfico ilustramos lo que vamos a explicar a continuación:



Como se puede observar, esta mesa tipo integra varias sillas disponibles para ocupar. De nuevo, en función de nuestras pretensiones o posición en la empresa, podremos sentarnos en una o en otra, ahora, teniendo en cuenta el significado que ello conlleva.

Ahora que tenemos las reuniones familiares navideñas, las cenas de empresa y con amigos, en caliente, podemos recordar cómo han sido esas comidas y cómo nos hemos sentado en una mesa de comensales, junto a quién y en qué posición. Vemos que estas situaciones se pueden extrapolar a todo tipo de reuniones

.Posiciones “A” y “G”: Son los asientos dominantes, las posiciones de poder. Tanto “A”, como “G”, indistintamente, se ocuparán por los gerentes, directivos o jefes de la empresa. ”A” y “G” controlan visualmente al resto de integrantes y mantienen una óptima audición de casi todos ellos. Permanecen a la vista de todos en ángulos abiertos y cerrados y son centro de atención. Ahora bien, ambos están equiparados en cuanto a importancia salvo por dos detalles que inclinarán la ba-

lanza a favor de uno u otro. Si "A" tiene la puerta a sus espaldas, es más relevante "G", y por el contrario, si es "G" el que tiene la puerta a sus espaldas, será "A" el dominante. Esto es así puesto que tanto "A" como "G" permiten un absoluto control del espacio y de las personas que lo integran. Una puerta permite el paso de nuevos integrantes y, no ver directamente este acceso, contribuye a crear inseguridad y pérdida de control. Las personas que gustan de mantener más control, siempre buscarán el asiento frente a la puerta, se trate de una habitación, o de un bar. De hecho, todos los despachos sitúan el asiento directivo frente a la puerta y el de los confidentes de espaldas a esta. Es el juego de poder. El segundo aspecto algo menos importante, es la fuente de luz. Si "A" tiene una ventana a sus espaldas, entrará luz que alumbrará al resto de integrantes mientras mantiene al ocupante del asiento dominante a contraluz. A esto se le conoce como "ver sin ser visto", "controlar sin que te controlen". La observancia visual de los gestos, otorga información muy valiosa al receptor. El contraluz, oculta sutilmente estas señales no verbales dotando al emisor de cierta reserva informativa.

.Posición "C" si "A" es dominante: es la mano derecha de "A", la de mayor confianza y por tanto poder depositado. "C" a la derecha se mantiene enfrentado a "B", 3ª posición de poder. Ambas posiciones mantienen contacto visual directo, y una interacción muy intensa. Sin embargo, "C" con "D" o con "F", no mantendrán dicha relación o confrontación, según se mire, antes bien, existirá cooperación por cercanía.

.Posición "D": es la posición central, emotiva, a la derecha de "A" y a la izquierda de "G". Colaboradora de "B" y de "F", por situación y colocación pasa a considerarse un segundo líder. Hacia "D" irá gran parte del porcentaje de contacto visual con "A", por lo que su nivel participativo es muy alto. Sólo tendrá a "E" enfrentada, pero por todo el entorno, es una posición que tiende más a la racionalización de la situación antes que a respuestas viscerales de enfrentamiento. Sin embargo, "F" en relación a "A" es la que goza de menos re-

levancia. La distancia, el ángulo abierto y los otros intervinientes interfieren en ello negativamente. En este caso “F” es el puesto de menor importancia.

Todo esto que pudiera parecer un lío, es efectivo y comprobable sobre el mantel, y como siempre os invito a su práctica. Y hablando de invitación, me encantaría veros este martes 27 a las 19:30 horas en el Fnac de Callao en Madrid, pues presento mi último libro en sociedad: Los 360º de la Comunicación (Edit. Rasche). ¡Os espero!

@coachlillo



SUSANA ABAITUA Y CARLOS SERRANO

EL SECRETO DE PUENTE VIEJO

Muy prontito estrenáis en el Teatro Nuevo Apolo de Madrid "El secreto de Puente Viejo, el primer secreto de Francisca y Raimundo", ¿cómo se vive representar esta pieza en un teatro como el Nuevo Apolo?

Susana: Con nervios y muchas ganas. Los estrenos en Madrid siempre imponen mucho, hay gente conocida, compañeros de la profesión y sobre todo va a ver la luz de cara al público. Siempre está esa duda de cómo van a acoger la obra.

Carlos: Con muchos nervios pero también con ganas. Nunca había actuado en Madrid y estoy deseando hacerlo.

Estamos ante la versión teatral de la serie de Antena 3 "El secreto de Puente Viejo" ¿A quién va dirigida esta obra?

Susana: Por un lado va dirigida a los espectadores de "El secreto de Puente Viejo" que van a poder ver por fin esa historia tan deseada entre Francisca y Raimundo.
Y por otro lado, la historia que contamos es independiente de la serie. Es una precuela con principio y final. Un Romeo y Julieta ambientado en Puente Viejo S.XIX.

Carlos: A fans de la serie pero los amantes del teatro y de las historias de amor que no ven la serie van a disfrutarlo por igual.

¿Qué dificultades supone para un actor interpretar una obra como esta?

Susana: Es un reto. Ponerse en la piel de un personaje que ya ha sido interpretado por otra actriz (en mi caso María Bouzas) da mucha responsabilidad. También cuenta con



la ventaja de que tienes muchos datos sobre el personaje y algo muy concreto en lo que inspirarte.

Carlos: es un reto. Francisca y Raimundo son muy queridos por loa fans, es una gran responsabilidad pero un actor en esta situación se crece.

Tres motivos por los que nuestros lectores deben ir a verla

Susana: Van a llorar.
Van a reír.
Van a sorprenderse.

Carlos: Se emocionaran, lloraran, es teatro en estado puro, en fin disfrutaran de una pieza de calidad

Describidnos a vuestro personaje

Susana: La Francisca Montenegro a la que yo doy vida es la otra cara que nunca se ha visto.
Francisca es alegre, divertida, soñadora y sobre todo cree en el amor por encima de todo.

Carlos: Raimundo es un soñador con ideas diferentes a su época. Enamorado de la vida y de francisca.

¿Vais a girar por España?

Susana: Hemos empezado con una pequeña gira por España antes de entrar en Madrid. La idea es seguir girando cuando terminemos en la capital.

Carlos: .ya hemos hecho una gira antes de llegar a Madrid y la verdad es que ha ido muy bien, esperemos que después de Madrid siga la gira.

Cuando me siento en la butaca de un teatro como espectador lo que más valoro de los actores que están sobre las tablas es...

Susana: En mi caso la verdad y el juego. Valoro mucho que un actor se atreva a jugar, se divierta y entregue todo lo que pueda en escena.

Carlos: Valoro la verdad en su interpretación y que hagan que me meta en la historia.

Andrés Suárez nos decía hace poco en una entrevista "el aplauso

puede mentir la mirada del público nunca" ¿Qué importancia tiene para ti el contacto directo con el público?

Susana: Toda. Antes del final de la obra sabes si está gustando o no. Se crea una pequeña burbuja en la que todos estamos dentro. Para mí el público es parte del elenco, sin él lo habría función.

Carlos: Se nota si el público está metido en la historia y eso hace crecerte como actor. Lo que quiere un actor es emocionar, hacer reír... En definitiva llegar a introducirlo en la historia.

Contadnos vuestro momento preferido de la obra

Susana: Tengo dos momentos que disfruto mucho y además me ayudan a conectarme en el caso de que me note un poco perdida.

La primera es una escena que tengo con mi Tata (Tri-



nidad Iglesias) en la que le cuento todos mis planes de futuro. Esa escena nunca falla. Trini siempre está ahí con su energía arrolladora dispuesta a jugar conmigo.

Y la segunda es la última escena. No puedo revelar nada porque es el momento más inesperado, pero es donde más disfruto.

Carlos: las escenas de desamor entre Francisca y Raimundo.

Sois muy jóvenes pero con un bagaje actoral impresionante a vuestras espaldas, ¿Cómo os veis dentro de 20 años?

Susana: Trabajando espero. Yo sería feliz pudiendo vivir de esto. Puestos a soñar lo ideal sería que llegara ese momento en el que tengas varios proyectos sobre la mesa y puedas elegir aquellos que te apasionan.

Carlos: Ni idea. Pienso en el presente. Ojala siga trabajando en este mundo. Me encanta

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

Susana: Creo que antes estaban muy separados los tres sectores interpretativos (TV-Cine-Teatro). Ahora nos estamos fusionando y tenemos la mente muy abierta a probar cosas nuevas. Además el teatro tiene una gran ventaja y es que una vez lo pruebas, no lo puedes dejar nunca.

Carlos: Pese a las adversidades como el IVA a 21% el teatro resiste a todo y pase lo que pase siempre habrá gente que apueste por el teatro y de calidad

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

Susana: Que siempre se agradece que gente como vosotros invirtáis parte de vuestro tiempo al teatro. No hay muchas revistas que hablen sobre el tema y siempre es bienvenido en mi caso.

Carlos: Da gusto ver que aun haya revistas que promocionen la cultura y el ociooo. Como actor es de agradecer



COCINA CON ENCANTO

ALEJANDRA FELDMAN

PUDÍN DE CALABACINES

Ingredientes: para 6 comensales

- Medio kilo (500 gramos) de Calabacines o Zapallitos largos o también se puede hacer con berenjenas, brócolis (MásBrocoli), y otra verdura del estilo
- 6 huevos enteros (medio batidos)
- 1 Cebolla y 2 cucharadas de Aceite de oliva Virgen Extra, para rehogar la cebolla
- 50 gramos de queso Parmesano bien rallado, o manchego curado
- Sal una pizca, Pimienta de cinco colores recién molida y Nuez Moscada a gusto
- Queso fresco o queso de tetilla, o cáscara roja

Cocina conencanto.com by Alejandra Feldman



- **Procedimiento**
- 1º Colocar la cebolla bien picada, en una sartén antiadherente, (en mi caso utilizo las cazuelas de MONIX) previamente le agrego una cucharada o dos de aceite de oliva virgen extra
- 2º Colocar los calabacines, lavados y pelados solo en partes, colocar en trozos grandes, y colocarlos en el microondas, a cocer unos minutos, o en la sartén luego que la cebolla este dorada.
- 3º Si el queso no estuviera rallado, rallarlo. Y el queso mantecoso, gallego, de tetilla, o cáscara roja. cortar en cuadritos
- 4º Retirar la cebolla y los calabacines apenas cocidos, y colocar en un bols o cuenco grande para luego agregarlo a la preparación de los huevos batidos.
- 5º Colocar los huevos en un cuenco y batirlos o unirlos un poco, hasta que hagan espuma.
- 6º En el mismo bols colocar los huevos, la sal, la pimienta molida, el queso parmesano o manchego picado, y el queso fresco en daditos.
- 7º Agregarle las verduras salteadas. También puedes agregarle una cucharada o dos de maicena, para que tome más cuerpo la preparación.
- 8º Engrasar un molde, y colocar toda la preparación anterior. Y colocar en horno precalentado
- 9º Puedes cocinarlo en el horno precalentado durante unos 40′ a 180ºC ó si lo pones en un molde alargado de cristal, o de los de la marca #Araven, www.araven.com los que pueden ponerse al horno, y luego congelar, porque de esta forma podrás guardarlo en el congelador, y tenerlos así preparados para servir o calentar en cualquier momento.
- En el microondas tarda unos 10 a 12 minutos, en un porcentaje medio bajo, durante unos de 6 a 7 minutos y luego unos 5 o 6 minutos en máximo.

LAS SICALÍPTICAS

LAS REINAS DEL "CUPLÉ"

¿Qué se siente al estrenar una obra como las sicalípticas en Madrid?

Pues cosquilleo y nervio bueno. Nos hace ilusión ver como el espectáculo ha crecido y llevarlo al Pequeño Gran Vía.

¿Qué se va a encontrar el espectador?

Una pareja de cupletistas de los años 30 , echadas "pa lante" que van a cantar, bailar y hacer reír y disfrutar al respetable público, que no es poco.

¿A quién va dirigido?

A todo tipo de público y edades. No apta para menores de 100 años.

¿Creéis que el cuplé puede gustar a los jóvenes? ¿Pensáis que esta obra puede ser una oportunidad para acercar este género al público?

El Cuplé es algo que suena la pulga y poco más, un género que se denomino ínfimo.

De los cuplés se acuerda la gente mayor. Para nuestros padres es algo que les suena pero son de los años 20/30. Así que es una selección que la hemos hecho nuestra y que hemos elegido por sus letras curiosas, ingeniosas y graciosas. Ese doble sentido sigue escandalizando en un tiempo como el de ahora en el que lo más buscado en la web es la palabra porno.

La gente joven se queda encantada de ver las cosas que se decían antes sin que les temblara el pulso y nadie se escandalizara más de lo buscado.

Tres motivos por los que nuestros lectores



deben ir a ver Las sicalípticas.

Por escuchar la libertad con la que cantaban las mujeres valientes de hace 100 años, porque lo van a disfrutar y se van a reír que falta hace con este panorama.

Contadnos vuestro momento preferido de la obra.

Hay mucha interacción con el público y de esa parte más improvisada, aunque da vértigo porque está viva y no sabes que puede pasar, suelen salir auténticas "perlas", sobre todo por parte del público presente.

Cuando os sentáis en una butaca como espectadoras lo que más valoráis de una obra teatral es el trabajo y la honestidad

Y de los actores es su verdad

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

No la conocíamos pero es estupenda y hay entrevistas a gente muy interesante. Nos hemos visto en vuestra página y es un honor estar rodeadas de tanto arte.

"Saludos Sicalípticos y les esperamos en el Teatro. ! Viva el Cuplé y Viva Planeta 28!

URBAN

RUNNERS MADRID

ENTRENAMIENTOS
CARRERAS
MATERIAL
CONSEJOS
AGENDA
SORTEOS

PRÓXIMAMENTE

EL MEJOR BLOG RUNNING

www.UrbanRunnersMadrid.com



www.Planeta28.com

Tu música...tu revista