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



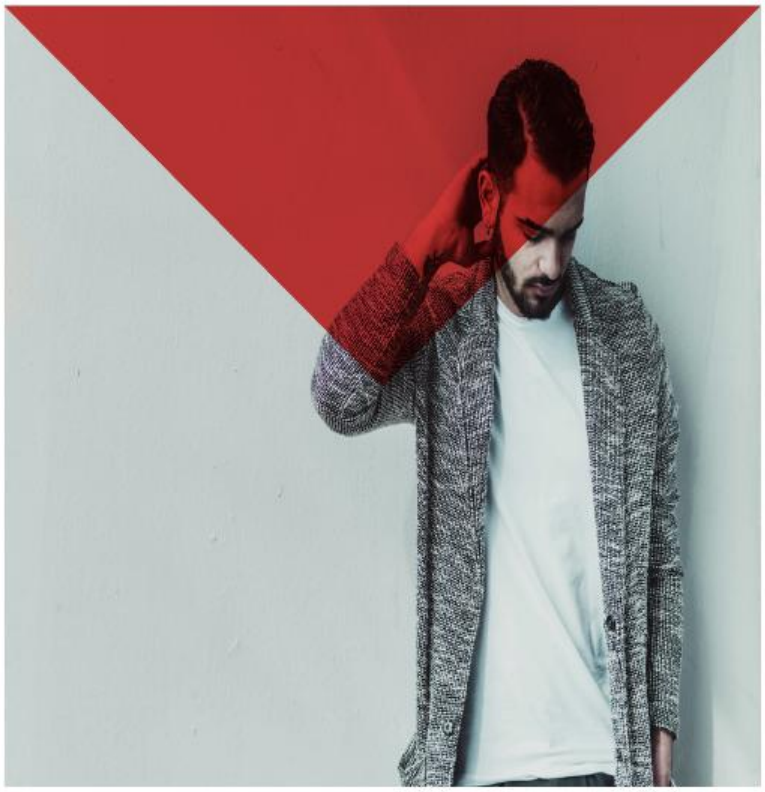
Nº 83 ABRIL 2016

MANUEL CORTÉS

MI ALMA

WWW.PLANETA28.COM

CONTENIDOS











STAFF /

DIRECTORA
LAURA SÁNCHEZ

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
DAVID SANZ

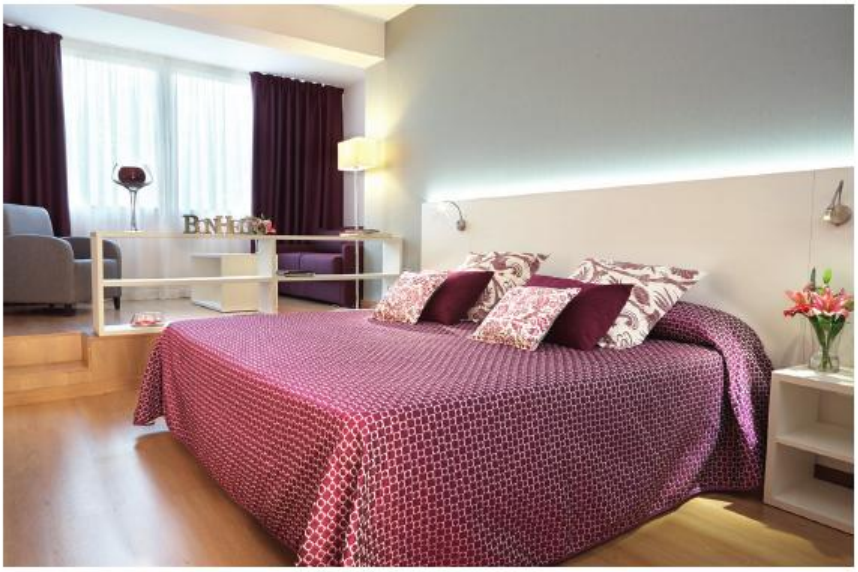
CONTACTO
PLANETA28@PLANETA28.COM
WWW.PLANETA28.COM



Hotel del Golf Playa
Castellón

★ ★ ★ ★

Avda. Del Golf, 2 Grao de Castellón
Teléfono de reservas: **964 280 180**
reservas@hoteldelgolfplaya.com
www.hoteldelgolfplaya.com











El Pirata
DISCOTECA

1er NIÑO GRATIS
2º NIÑO 10€
TODO EL AÑO

Bikefriendly
We like cyclists!

WiFi

sientase como en casa












MANUEL CORTES

Mi Alma

Primera vez que aterrizas en nuestro Planeta. ¿Cómo te presentarías? si tuvieras que tocar ante un auditorio una canción que te definiera bien, ¿cual sería?

Me presento como un joven cantante, que inicia su carrera con mucha ilusión y trabajo constante que es lo más importante. En un auditorio, cualquier canción del repertorio que pueda transmitir y llegar al público pero ahora mismo no me decanto por ninguna en especial.

“Espero de este trabajo que sea un punto de inflexión en mi carrera para seguir creciendo día a día.


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



Zona pequeña
Labio superior
Mentón

12€

Zona mediana
Axilas
Ingles

35€

Zona grande
Piernas completas
Tórax + Abdomen

79€



“Mi alma” single adelanto de lo que será tu nuevo trabajo, ¿qué supone para ti este tema? ¿Qué esperas de él?

“Mi alma”, es un tema bastante trabajado, en el cual pusimos todas nuestras ganas y esperanzas. Espero que a la gente les llegue, que una vez más es lo más importante.

Nada más salir se colocó en los primeros puestos de descargas digitales ¿te lo esperabas? ¿Qué se siente?

Pues la verdad para nada ha sido esperado. Cuando me lo comunicaron fue una alegría bastante grande, señal de que las cosas están bien hechas y al público le gusta y lo valora.

¿Qué destacarías de tu próximo álbum que sale a la venta en breve? ¿Alguna exclusiva que nos puedas contar sobre él?

Estamos trabajando en él y todavía no puedo daros mucha información pero si que os adelanto que quiero contar con un par de versiones y todo lo demás serán temas inéditos. No faltarán unas bulerías y una gran balada.

¿Qué esperas de este trabajo?

Espero de este trabajo que sea un punto de inflexión en mi carrera para seguir creciendo día a día.

¿Quién es esa persona sin la cual no habría sido posible este trabajo?

Pues en general mi familia, y sobretodo la gente que me lleva, que han apostado por mi y creen en mi.

¿Es importante para tí el directo? ¿Cuándo podremos disfrutarte sobre el escenario?

Es una de las cosas que

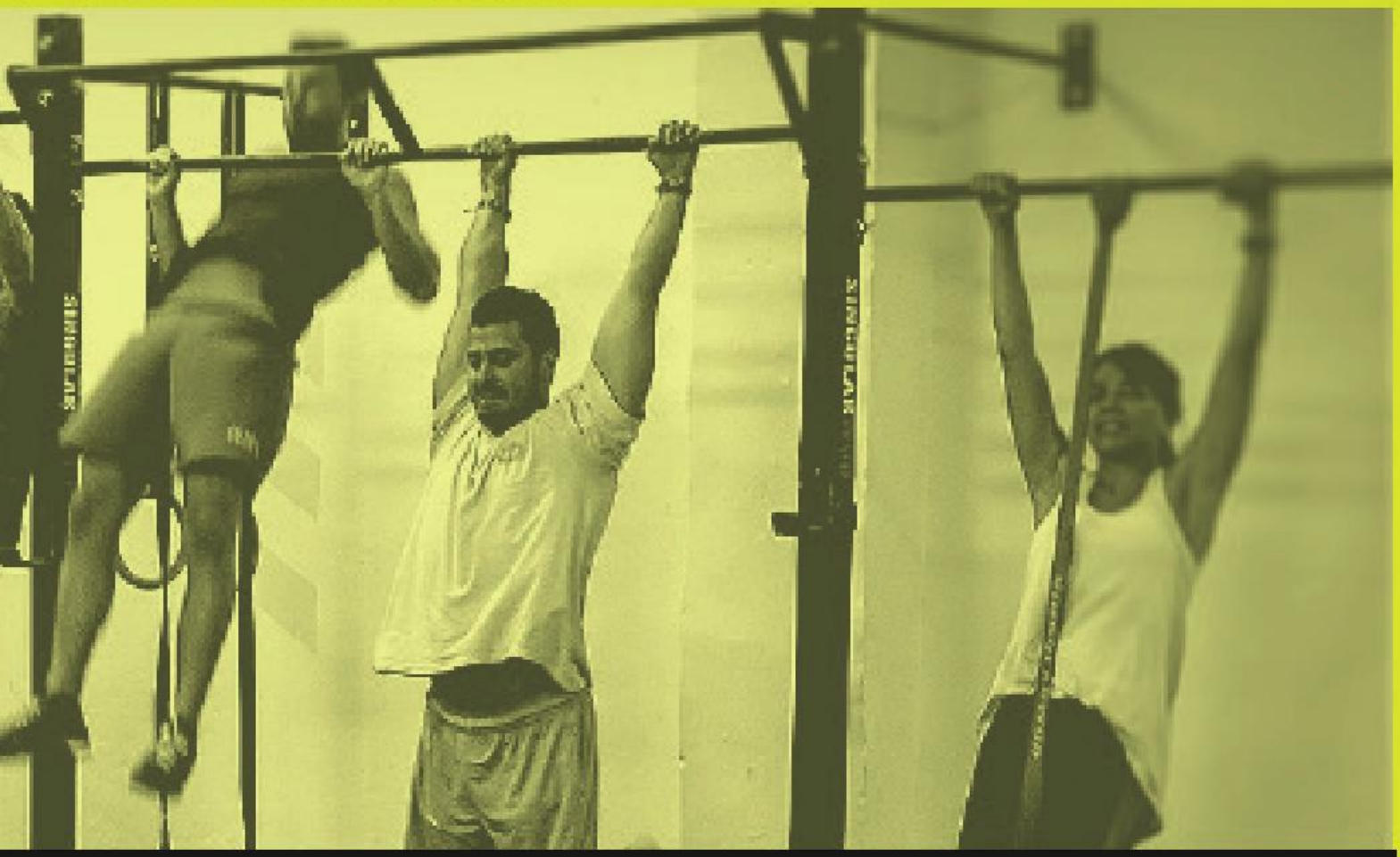
C1CROSSF



"MOTIVACIÓN, ATENCI
COMO HERRAM

CLUB1

FIT.COM



ÓN Y CONCENTRACIÓN
IIENTA VITAL”

C/ ALEGRÍA DE ORIA 1 - 28027 MADRID
TELF. 914 495 815 -
INFO@CLUB1CROSSFIT.COM



más me gusta: el directo. Para mi subir al escenario y conectar con el público no tiene precio. Tenemos ya bastantes fechas cerradas y seguimos trabajando en ello para tener una extensa gira este año.

Cuando vas a ver un concierto lo que más valoras es...

Valoro mucho la estética, para muy es muy importante, y las ganas arriba del escenario acompañado de una banda genial.

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

Soy de los que piensa que a día de hoy que en general podríamos mirar mejor la música en nuestro país, cuidarla como en otros territorios pero así es la vida, poco a poco.

Desde aquí os mando un saludo a todos, los que formáis parte de la Revista Planeta 28 por contribuir y apoyar. Y por supuesto a todos los lectores y seguidores. Espero encontrarnos de nuevo en el camino. Gracias !!!

Planeta 28

QUEDADA SOLIDARIA

#ayudacontuszancadas

@drinkingrunners

RUNNING AND TRAIL TEAM R&T TEAM NAVALCARNERO

3er domingo de cada mes

Próxima quedada:

17 de abril

a las 9:30

en el pinar de NAVALCARNERO

Av. De la Casa Roque

BANCO DE ALIMENTOS MADRID

Os invitamos a que participeis.

Puedes caminar, correr o las dos cosas, porque haremos grupos para todos los niveles, en 5 y 10 km. Podeis venir con niños y con perros y al terminar sortearemos regalos entre todos los que acudais.

Lo pasaremos bien, conocerás gente y colaboras con una buena causa.

Solo os pedimos traer productos no perecederos que luego donaremos al Banco de Alimentos de Madrid.



Recuerda que es gratis y no es necesario apuntarse en ningún sitio.

¡CORRE Y AYUDA!

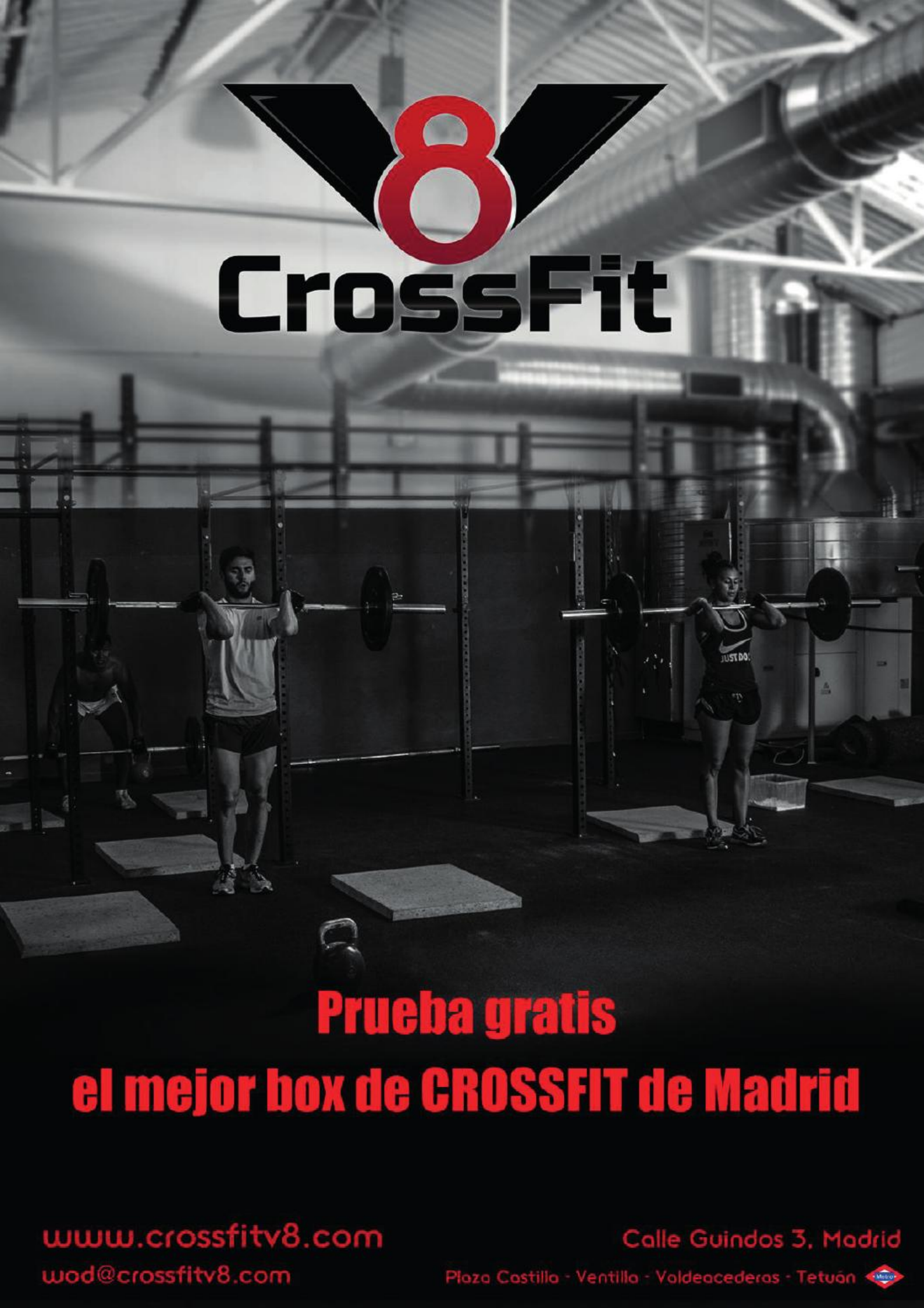
Síguenos en

Colabora:

AYUNTAMIENTO DE NAVALCARNERO
Concejalía de Deportes

Laura Menasalvas – Centro Fisioterapia – www.fisioterapialauramenasalvas.com
Fontanería Leiva – www.fontaneriaileiva.com
Monster Energy
Jorma Auto Pinturas
Lifestyle Tappers – www.tappers.es
Construcciones Pablo Zapata
DH Deportes Halcon

Coca-Cola
Martínez La Pollería – Un nuevo concepto en pollerías...
Avelino Del Casar – pescados y mariscos
Charcutería Casa Pedrito – lo mejor para su mesa
Powerade – bebida para deportistas
Cadena Gregorio La Fuencisla – Restaurante (Cenador-Terraza) – 91 647 22 89
Saudade – Tradición y Sabor
Bodegas Ricardo Benito – Navalcarnero 1.940
Me Gusta laNaranja.com
Taberna Las Animas – Navalcarnero
podoactiva® by younext
El Secreto – Cervecería
Physiorelax – Más fuerte que el dolor
Keltike Sports
K25sport – Tu tienda online de ropa con serigrafía y bordado – www.k25sport.es
Urban Runners Madrid
www.Planeta28.com – Tu música...tu revista
Asociación Vecinal Dehesa Mari Martín - Navalcarnero – C.I.F G86418894 – Tel.: 622035360


V8
CrossFit
Prueba gratis
el mejor box de CROSSFIT de Madrid
www.crossfitv8.com
wod@crossfitv8.com
Calle Guindos 3, Madrid
Plaza Castilla - Ventilla - Valdeacederas - Tetuán



ANA Mena "No soy como tú crees"

Primera vez que aterrizas en nuestro Planeta, en esta ocasión nos presentas tu nuevo trabajo "No soy como tú crees" ¿qué supone para ti este trabajo?

Antes de nada me gustaría daros las gracias por acordaros de mí para esta entrevista. Para mí este trabajo significa un paso enorme. Lo que siempre había soñado era sencillamente esto, el poder estar trabajando en mi primer proyecto discográfico, y si además tengo la suerte de hacerlo de la mano de un equipo maravilloso como el que tengo a mi lado, es increíble. Estoy muy feliz.

"No soy como tú crees" ¿Cómo es Ana Mena en el terreno musical?

En el terreno musical me considero bastante exigente jeje, muy perfeccionista. No sé si es algo bueno o malo pero me gusta que todo quede bien y no me importa darle las vueltas que hagan falta. Me gustan muchos estilos diferentes, escucho muchísima música. Con los años he ido evolucionando de unos estilos a otros. Digamos que estoy enamorada de la música y todo lo que hago es en torno a ella.

Pedazo tema de presentación que, sinceramente nos ha enamorado ¿cómo se gestó este tema?

Muchas gracias, me alegra mucho que os guste!! "No soy como tú crees" lo compuso mi productor Bruno Dabruk. Al principio era una melodía cantada en un inglés inven-

FIGHT

El gimnasio de Boxeo con
te ofrece la ocasión de

★★★ **FRANC**

Golpea el mercado: un n
innovador y en pleno a

¡LUC

ESTABLISHED 2014

THE WHITE COLLAR

BOXING CLUB

TLAND

n más clientes de España,
e abrir tu propio centro

QUICIA ★★★

egocio seguro, rentable,
auge...

CHA CON NOSOTROS!

Información:
www.fightland.es
fightland@fightland.es
91 282 14 15



tado completamente. Él tuvo muy en cuenta de lo que yo quería hablar en la canción en todo momento. Que fuese una letra actual, que tuviese enganche.. Tuvimos que cuidar mucho el tema de la letra e intentar que en español siguiese sonando internacional.. Llegó un momento en el que teníamos toda la canción excepto el estribillo y Recuerdo que probamos como 5 o 6 estribillos diferentes hasta que dimos con el que es ahora :) Fue un proceso muy bonito. Nos gustaba mucho la idea de adaptar este tipo de música un poco retro a nuestro idioma para hacernos entender entre el público latino en general. Queríamos hacer algo que no se hubiese hecho antes aquí, y así nació "No soy como tú crees"

Seguimos con este single, pedazo vídeo que te has marcado con este tema, le va como un guante ¿crees importante dotar a la música de impactos visuales?

Por supuesto, me parece súper importante. A mí personalmente me gusta mucho escuchar las canciones, pero también me encanta ver los

> *Muchísimos besos a todos los lectores de "Planeta 28" Estad atentos de lo que está por venir! Muchas gracias por estar siempre ahí!*

videoclips. Creo que es otra forma de hacerse entender entre el público, de darle rollo y atractivo a las canciones y de mostrar más la personalidad del artista. Es muy guay!! La música y la imagen actualmente van de la mano, y es muy chulo de ver.

Cine, televisión, cantante ¿Cuál te llena más?

Desde muy pequeña mi primera pasión fue la música pero a medida que he ido creciendo he descubierto que el mundo de la interpretación también me encanta. No sabría decirte.. Siempre que me hacen elegir entre cantar y actuar, respondo "cantuar" jaja Creo que ambas face-

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


BAD

tas van muy unidas también. Cuando cantas un tema de alguna forma tienes que interpretarlo y contarlo. Me es difícil decirte qué me llena más.. Hasta ahora he tenido mucha suerte. En las series y películas que he participado se ha notado muy intensamente la presencia de la música y, en muchas de ellas he podido hacer las dos cosas que me gustan, interpretar un personaje y también cantar :)

En la serie "Vive cantando" te pudimos ver interpretando varios temas ¿cómo fue la experiencia?

Fue una experiencia maravillosa. Como te decía antes, tuve la gran suerte de compaginar mis dos grandes pasiones en un mismo proyecto. "Vive Cantando" me ha enseñado mucho y me ha hecho crecer también como persona. Conocí a muchos grandes profesionales que me llenaron de consejos y mantenemos entre todos una amistad súper bonita. Era una familia más que un equipo y cada guión de la serie era un regalo. Experiencia 10.

¿Si tuvieras que elegir para cantar elegirías hacerlo en un teatro, en una sala pequeña, en un estadio, en un plató de televisión?

Yo pienso que cada sitio tiene su encanto. A todos nos encanta imaginarnos llenando estadios con mogollón de gente coreando tus canciones y sin lugar a dudas tiene que ser un momento inolvidable y que ojalá yo experimente algún día, pero también me encanta imaginarme en una sala haciendo un acústico.. Debe ser un momento muy íntimo y cercano. No puedo elegir dónde me gustaría cantar porque cada sitio tiene algo especial y con solo hacer lo que me gusta soy inmensamente feliz :)

¿Qué esperas de este trabajo?

Sobretodo espero que a la gente le guste, que disfruten tanto como lo estoy haciendo yo. Todo lo que hacemos es por y para el público, los fans.. Si ellos disfrutan, es la recompensa más grande para mí. Me encantaría que tuviese muy buena acogida. Hasta ahora todo está yendo muy bien y estamos muy mo-

¡APÚNTATE Y

SIÉNT

Entrena en **Infinit Fitness Maldonado60,** tu gimnasio **abierto 24 ho**
del barrio de Salamanca, en Madrid. Cercano, sin aglom
con equipamiento de última generación.

¿Por qué tener un gimnasio si puedes tener die
Consulta tu red de gimnasios Infinit Fitness 24/7 en www.inf
entrena todo el año en cualquiera de ellos.



INFINI
FITNE
GIMNASIO ABIERTO
TODOS LOS DÍA

C/Maldonado, 60 • 638 580 522
maldonado60@infinitfitness.es

Haz clic en este anuncio, completa el formulario **sin compromiso** y c
propio gimnasio. Si a tu firma, nos indicas este código, te saldrá tu

PRECOR

Oferta válida únicamente para Infinit Fitness Mald


YA!
ETE BIEN
ras en pleno corazón
eraciones y
ez?
initfitness.es y
T 24/7
S S
24H
S
ierra tu Alta en el
matrícula gratis:
CÓDIGO DE VALIDACIÓN:
IFMALD6016
onado

tivados a seguir trabajando duro para que esto dure jeje. Lo que tenga que venir, vendrá si ha de ser así.

¿Es importante para tí el directo? ¿Cuándo podremos disfrutarte sobre el escenario?

Es lo más importante para mí. Es cuando el artista tiene la oportunidad de encontrarse con la gente que le sigue y le apoya. Es el momento de dejarse la piel y darlo todo. Lo que más me gusta es poder improvisar y tratar directamente con el público. Estoy deseando que se de el momento de hacer directos! Aún estamos trabajando en el disco pero tengo muchísimas ganas de que salgan fechas
Próximos proyectos

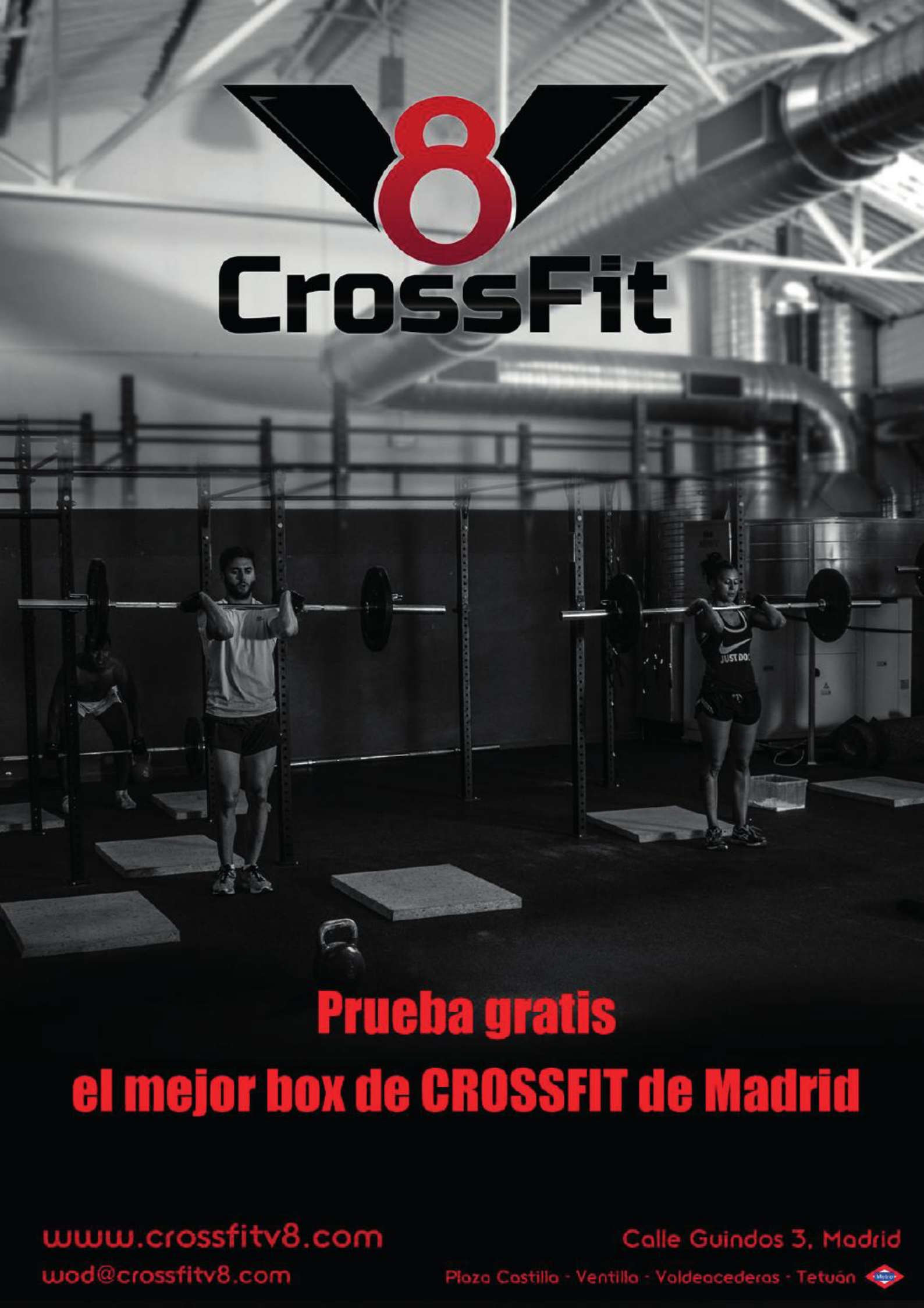
Por ahora seguir trabajando duro en el disco :) espero poder daros fechas pronto!





¿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 es que sí. No nos podemos quejar. Actualmente tenemos muchas oportunidades para darnos a conocer como artistas, ya sea en tv, internet, radios. Gracias a programas y concursos de contenido musical han salido nuevos artistas que actualmente están viviendo de la música. Me encanta “Planeta 28” y el esfuerzo que hace por informar siempre de lo último en temas de cultura y música tanto dando a conocer noticias de artistas conocidos como nuevos.


V8
CrossFit
Prueba gratis
el mejor box de CROSSFIT de Madrid
www.crossfitv8.com
wod@crossfitv8.com
Calle Guindos 3, Madrid
Plaza Castilla - Ventilla - Valdeacederas - Tetuán

DECATHLON
Alcorcón

II MITIN DE ATLETISMO POPULAR

14 MAYO 2016



PATROCINADORES OFICIALES

PlusUltra Seguros

DECATHLON Alcorcón

II MITIN DE ATLETISMO POPULAR

PROVEEDORES OFICIALES

DIGITAL SUGGAR

POWERADE

corriendovoy vídeos de carreras

deporticket.com

INSTITUCIONES

¡MADRID!

Real Federación Española de Atletismo

Federación Atletismo Madrid

NOSATALAS

RUNNER'S

CLÍNICA DENTAL SEOANE PAMPIN

OPTICALIA

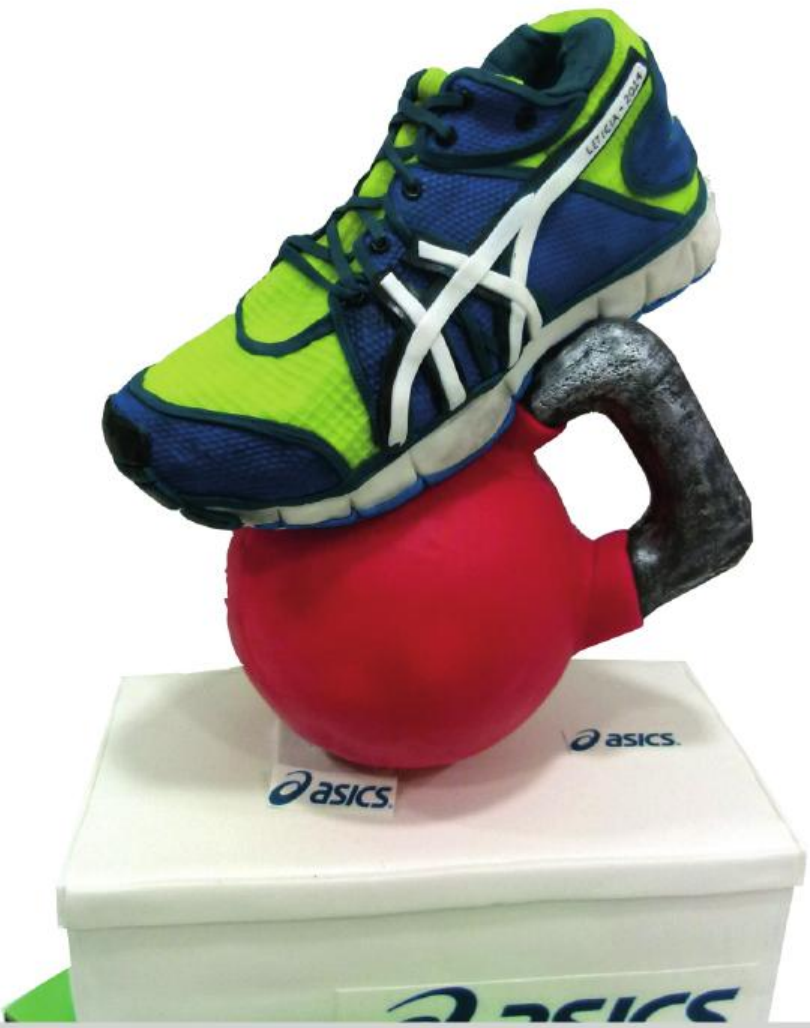
SPORTRAINING

elatleta.com

CIRCUSDANCE.COM



BARRO



CALLE URUGUAY, 9. MADRID

917046444 / 618122

OCO cakes



TARTAS
- BODAS
- CUMPLEAÑOS
- EVENTOS



Cursos
decoración de tartas

KUVE

El Pacto

¿Cómo te presentarías?

KUVE con K y con V. Cantante que canta y hace canciones.

Nuevo single "El pacto" ¿por qué este título?

Porque trata de un pacto entre dos personas con una cierta relación, de un acuerdo. Era el nombre más representativo según la letra.

Seguimos con "El pacto", un temazo que nos ha encantado ¿cómo surgió este tema?

Fue uno de los temas que más nos gustó en la maqueta. Es sincero y potente. Al trabajarlo con Ramiro y Martí en la pre-producción nos encantó como quedó y decidí que este sería el single adecuado, el que podría servir como carta de presentación de lo nuevo.

Te acompañas de una gran banda ¿nos la presentas?

Por supuesto, estoy encantada con ellos. Pablo Oliva es uno de los guitarristas, es el único que también estaba en la anterior formación, lo conozco desde hace años y es un musicazo y un grande. Pepe Curioni es el bajista, con el he formado equipo para la composición de los nuevos temas y es un pilar importante en la banda. Lea Aput es otro de los guitarristas, lo conocí hace unos 5 años y desprende una de las energías más positivas que he visto nunca, es maravilloso. Pablo Sotelo, el batería y galleguiño de la banda al



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

que conocí en el círculo musical y con el que decidí formar equipo antes de que hubiera ningún tema maquetado, otro grande.

¿Es importante para ti el directo? ¿Cuándo podremos disfrutarte sobre el escenario?

El directo no es importante, es LO MÁS importante después de tener un buen material, claro. Si no defiendes tus temas en el directo, digamos que no sirve de nada que presentes algo bueno en estudio. El público que va a verte por primera vez te da una oportunidad, si no les presentas un buen directo, difícilmente te van a dar otra.

Tenemos una gira para comenzar con la presentación de algunos temas nuevos y temas antiguos refrescados. Las próximas fechas serán en: Sansan Festival, Murcia (abriendo para IZAL en la plaza de toros y después en la Sala Musik de la misma), Almería, Leganés (abriendo para Miss Caffeina), Cartagena, Murcia, Ciudad Real, Zamora...





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

Creo que cada vez hay más medios interesados en difundir la música en el panorama musical nacional y a ello le acompañan los festivales con carteles en su mayoría con bandas de aquí. Cada vez hay más gente joven que se dedica al periodismo, melómana, que contar cosas al mundo sobre las bandas que les interesan. Si es cierto que hay mucha gente que te dice "Yo es que no escucho música en español", pero quizás es porque no se ha parado a investigar bien..., han bandazas en España y a mí las letras buenas en mi idioma me ponen los pelos de punta.

Me encanta como tenéis montada vuestra revista digital y me encanta que existan lugares así en la red, que ayuden a que la gente esté al día, que no maten a la cultura sino que la divulguen, no como otros. Enhorabuena chicos!

Te dejamos espacio para lo que nos queráis contar, (si es en exclusiva mejor!)

Iremos presentando single por single, así, por goteo. Estén atentos a las redes sociales de KUVE porque desde ahí iremos lanzando mensajes y desglosando lo que será el segundo LP que viene cargado de nuevos sonidos....


Modaintima
Shop.com
¡Online desde 1999!

Modaintima Shop.com
¡Online desde 1999!

CUPÓN DESCUENTO
20%
PLANETA

NO TENGAS MIEDO

JOSÉ LIFANTE

Estrenáis en Madrid "No tengas miedo", ¿cómo se vive representar esta pieza en un teatro como el Infanta Isabel?

La obra está pensada para ser representada en este teatro. Está basada en la historia del Teatro Infanta Isabel. Naturalmente es una obra de ficción.

Tres motivos por los que nuestros lectores deben ir a verla

Para los que le gusta pasar miedo es imprescindible.

Es un espectáculo mági-

"Espero que vuestros lectores, después de haber visto la obra, digan aquello de "¡Qué bien que me lo he pasado, pasando miedo!". Antes de venir creo que deberían consultar las advertencias que va a editar la Empresa del Teatro para evitar sorpresas durante la representación.



co, en absoluto “gore”.

Será una referencia para los amantes del género y del teatro en general.

Realmente los espectadores ¿no deben de tener miedo?

No. Los espectadores es mejor que no tengan miedo, pero van a conocer su utilización.

¿Cómo es trabajar con Eduardo Aldán?

Es la primera vez que coincido con él. Es muy creativo, muy trabador y gran conocedor del público.

Describidnos a vuestro personaje

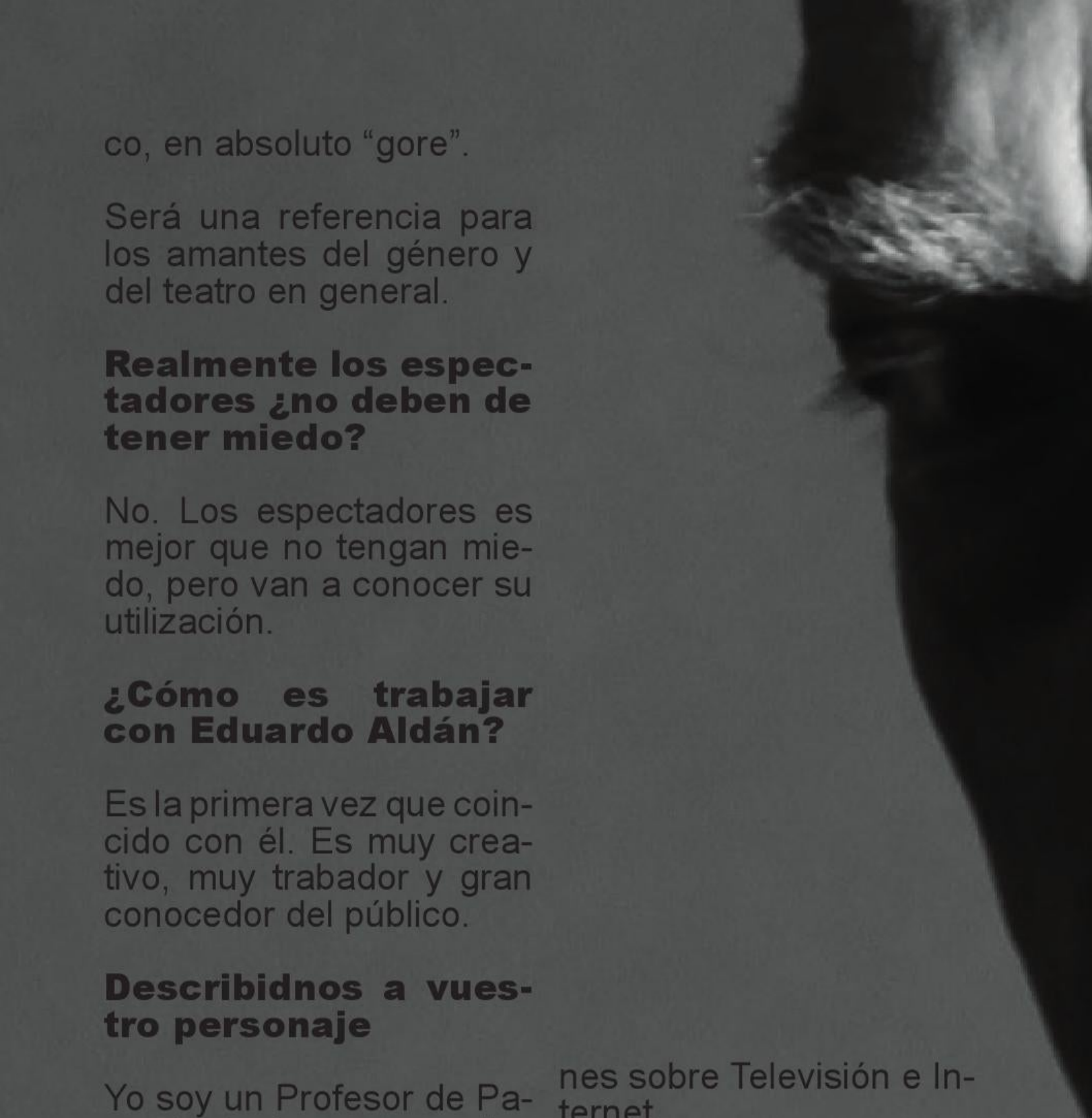
Yo soy un Profesor de Parapsicología que realiza un experimento nuevo sobre el Miedo

Contadnos vuestro momento preferido de la obra

Todas las referencias al pasado del Teatro Infanta Isabel y todas las alusiones sobre Televisión e Internet

Próximos proyectos

“NO TENGAS MIEDO”. Esperamos que dure varias temporadas en cartel.






POLICE DEPT
prison federal constantin
california united states
32682104
21/03/1981
A

DANI ALÉS

ME DUELE MÁS A MI QUE A TÍ

¿Cómo te presentarías ante un público que no te conociera?

Vestido, y con los mejores chistes de mi último monólogo, por si acaso.

“Me duele más a mí que a ti” ¿Por qué este título?

Es un título obscenamente pretencioso que propone, a partir de la frase hecha que todos conocemos, que es al cómico al que más le duele el dolor desde el que construye su comedia. Vamos, para partirme la boca.

Tres motivos por los que nuestros lectores no se lo pueden perder

Se me ocurren muchos más motivos por los que perdérselo, y esa creo que es una buena razón para venir.

¿Cómo se vive actuar en “La Chocita del Loro”?

Me produce cierta vanidad y una sincera alegría actuar en el escenario por donde han pasado decenas de cómicos a los que debo algunas de mis mejores carcajadas. Si además coincide que es un lugar mágico, con duende, donde la atmósfera cómica que se respira es especial, te puedes imaginar.

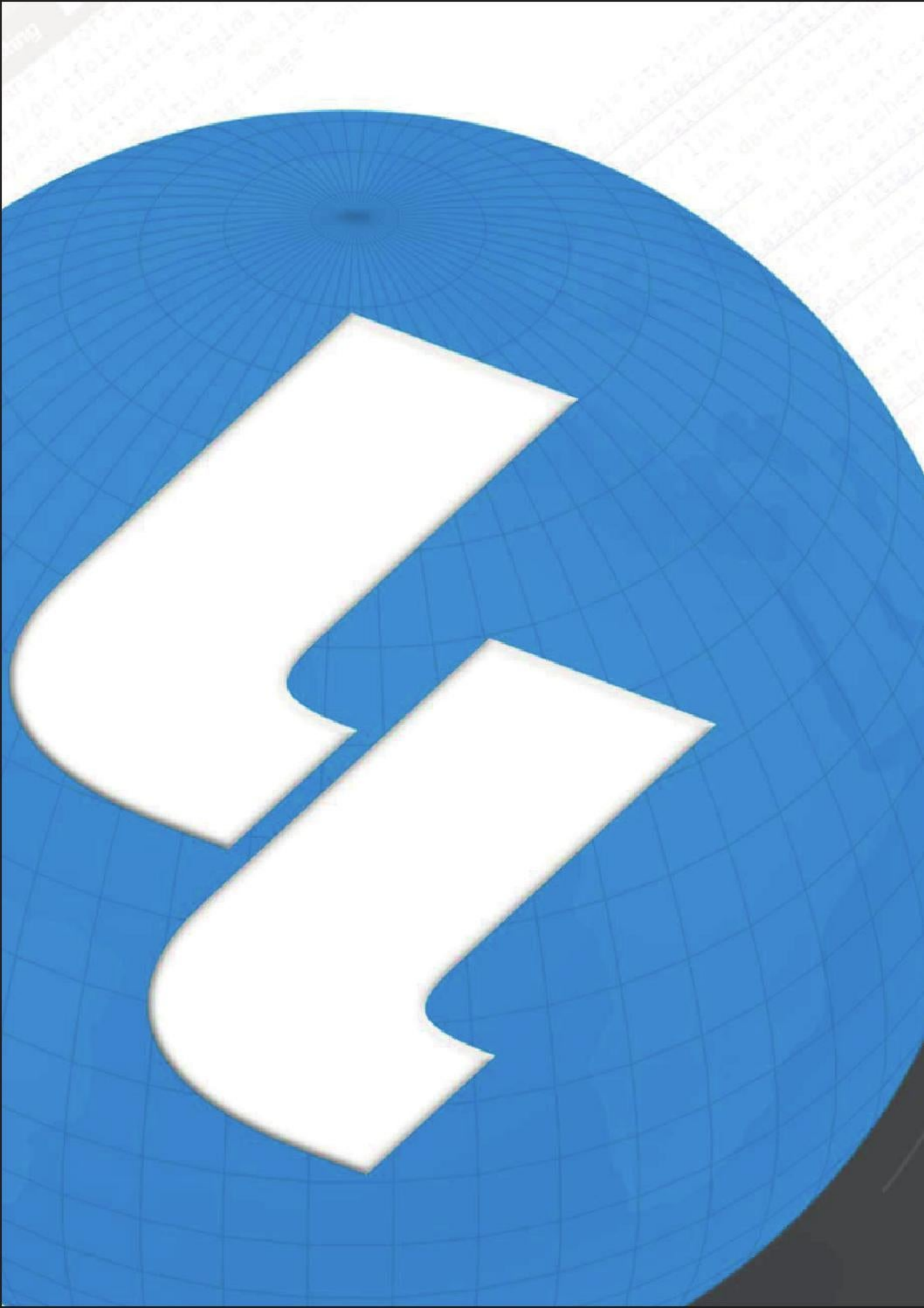
Un monologuista al que sigues especialmente.

El cómico que más hondo me atraviesa las entrañas es Louis C.K.

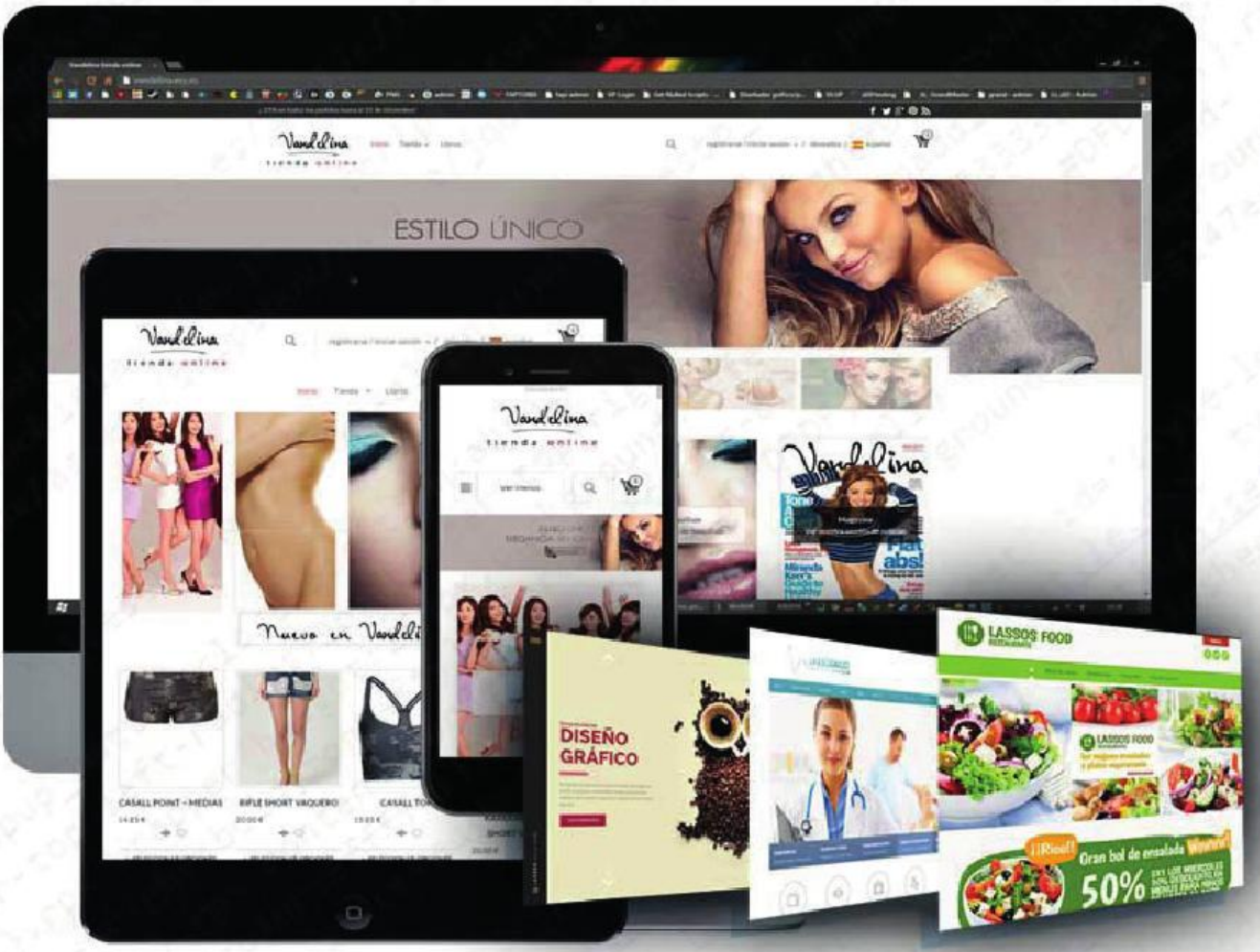
¿Cómo ves el mundo del humor en nuestro país?

Me parece apasionante la eclosión brutal de nueva comedia que estamos viviendo. Por todas partes se pueden ver todo tipo de propuestas, desde un humor más festivo y comercial hasta arriesgadísimos desafíos artísticos que te dejan sin respiración, ya sea por su originalidad, ya sea por su indudable profundidad.

¿Qué está pasando en el teatro, que tantas obras de calidad está ofreciendo al espectador? ¿Por qué tienen tanto éxito los monólogos?



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



En cuanto al teatro, lo que veo es que se programan todo tipo de propuestas, lo cual refleja no solo una madurez creativa por la variedad, sino la diversidad de gustos y estilos que demanda el público.

Pienso que los monólogos tienen tanto éxito precisamente por la relación tan especial que se establece entre el cómico y el espectador: esa especie de diálogo íntimo, esa relación directa, sin disfraz, en la que el auditorio interactúa con el texto a partir de sus reacciones, sus aplausos y sus risas.

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

Me parece estupendo que se atienda minuciosamente al panorama teatral, y que, dentro de este, se preste atención al stand-up comedy. Los monólogos, como el jazz, surgieron precisamente en el corazón del pueblo, en un contexto de ocio nocturno, lateral, contracultural, y si bien al primero se le ha hecho la debida justicia crítica y se le ha dado el reconocimiento artístico que le corresponde, el segundo anda un poco desvalido, denostado, y creo que publicaciones como esta son fundamentales para que tengamos la perspectiva necesaria para poder valorarlo.

ABRIL

GRAN VÍA

LA CHOCITA DEL LORO

VIERNES 01
19:00 GONZALO JIMÉNEZ
20:00 MIGUEL IRÍBAR
21:15 MIGUEL MIGUEL
22:15 JOSEBA, J.C.CÓRDOBA Y RAÚL NAVAREÑO
23:45 EVA Y QUÉ
00:30 ISMAEL GALÁN

SÁBADO 02
18:00 MARCOS ARIZMENDI
19:00 FERNANDO GARCÍA-TORRES
20:00 QUIQUE MATILLA
21:15 RUBÉN GARCÍA
22:15 JUAN DÁVILA
23:45 JUAN AROCA
00:30 JOSEBA

DOMINGO 03
18:00 JUAN DÁVILA
19:00 SERGIO MARÍN
20:30 DANI DELACÁMARA
21:15 ROBER BODEGAS

LUNES 04
21:30 DANI LÓPEZ, ENRIQUE EL GRANDE Y BERMÚDEZ

MARTES 05
21:30 JOSÉ CAMPOY

MIÉRCOLES 06
21:30 HYPERFANES

JUEVES 07
20:45 DANI ALÉS
21:30 DANNY BOY-RIVERA

VIERNES 08
19:00 CHEMA TRUEBA
20:00 JOSÉ CAMPOY
21:15 MIGUEL MIGUEL
22:15 JOSEBA, J.C.CÓRDOBA Y RAÚL NAVAREÑO
23:45 NENE
00:30 LUISMI

SÁBADO 09
18:00 FRAN EL CHAVO
19:00 FERNANDO GARCÍA-TORRES
20:00 QUIQUE MATILLA
21:15 JUAN CARLOS CÓRDOBA
22:15 JUAN DÁVILA
23:45 TONI CANO
00:30 RAÚL NAVAREÑO Y EVA Y QUÉ

DOMINGO 10
18:00 JUAN DÁVILA
19:00 ISER RAMOS
20:30 DANI DELACÁMARA
21:15 ROBER BODEGAS

LUNES 11
21:30 DANI LÓPEZ, ENRIQUE EL GRANDE Y BERMÚDEZ

MARTES 12
21:30 RICHARD SALAMANCA E IVÁN REY

MIÉRCOLES 13
21:30 EVA Y QUÉ Y RAÚL NAVAREÑO

JUEVES 14
20:45 DANI ALÉS
21:30 NENE

VIERNES 15
19:00 GONZALO JIMÉNEZ
20:00 JOSÉ CAMPOY
21:15 FERNANDO GARCÍA-TORRES
22:15 JOSEBA, J.C.CÓRDOBA Y RAÚL NAVAREÑO
23:45 EVA Y QUÉ
00:30 ISMAEL GALÁN

SÁBADO 16
18:00 MARCOS ARIZMENDI
19:00 MIGUEL MIGUEL
20:00 QUIQUE MATILLA
21:15 RUBÉN GARCÍA
22:15 JUAN DÁVILA
23:45 JUAN AROCA
00:30 JOSEBA

DOMINGO 17
18:00 JUAN DÁVILA
19:00 SERGIO MARÍN
20:30 DANI DELACÁMARA
21:15 ROBER BODEGAS

LUNES 18
21:30 DANI LÓPEZ, ENRIQUE EL GRANDE Y BERMÚDEZ

MARTES 19
21:30 MIGUEL IRÍBAR

MIÉRCOLES 20
21:30 HYPERFANES

JUEVES 21
20:45 DANI ALÉS
21:30 NENE

VIERNES 22
19:00 CHEMA TRUEBA
20:00 DANI ALÉS
21:15 MIGUEL MIGUEL
22:15 JOSEBA, J.C.CÓRDOBA Y RAÚL NAVAREÑO
23:45 DANNY BOY-RIVERA
00:30 LUISMI

SÁBADO 23
18:00 FRAN EL CHAVO
19:00 FERNANDO GARCÍA-TORRES
20:00 QUIQUE MATILLA
21:15 JUAN CARLOS CÓRDOBA
22:15 JUAN DÁVILA
23:45 TONI CANO
00:30 BERMÚDEZ

DOMINGO 24
18:00 JUAN DÁVILA
19:00 ISER RAMOS
20:30 DANI DELACÁMARA
21:15 ROBER BODEGAS

LUNES 25
21:30 DANI LÓPEZ, ENRIQUE EL GRANDE Y BERMÚDEZ

MARTES 26
21:30 RICHARD SALAMANCA E IVÁN REY

MIÉRCOLES 27
21:30 EVA Y QUÉ Y RAUL NAVAREÑO

JUEVES 28
20:45 MIGUEL MIGUEL
21:30 NENE

VIERNES 29
19:00 GONZALO JIMÉNEZ
20:00 JOSÉ CAMPOY
21:15 DANI ALÉS
22:15 JOSEBA, J.C.CÓRDOBA Y RAÚL NAVAREÑO
23:45 EVA Y QUÉ
00:30 ISMAEL GALÁN

SÁBADO 30
18:00 MARCOS ARIZMENDI
19:00 FERNANDO GARCÍA-TORRES
20:00 QUIQUE MATILLA
21:15 RUBÉN GARCÍA
22:15 JUAN DÁVILA
23:45 JUAN AROCA
00:30 JOSEBA

DOMINGO 01 MAYO
18:00 RAÚL NAVAREÑO Y EVA Y QUÉ
19:00 SERGIO MARÍN
20:00 JUAN DÁVILA
21:15 ROBER BODEGAS
22:15 DANI DELACÁMARA
23:45 RICHARD SALAMANCA E IVÁN REY
00:30 RUBÉN GARCÍA Y GONZALO JIMÉNEZ

MATINALES*

SÁBADO 02 12:30 MIGUEL MIGUEL
DOMINGO 03 12:30 ISER RAMOS
DOMINGO 10 12:30 MIGUEL MIGUEL
SÁBADO 16 12:00 GRUPO COMICS (musical rock infantil)
DOMINGO 17 12:00 GRUPO COMICS (musical rock infantil)
DOMINGO 17 12:30 ISER RAMOS
SÁBADO 23 12:00 GRUPO COMICS (musical rock infantil)
DOMINGO 24 12:00 GRUPO COMICS (musical rock infantil)
DOMINGO 24 12:30 MIGUEL MIGUEL
SÁBADO 30 12:00 GRUPO COMICS (musical rock infantil)
DOMINGO 01 12:00 GRUPO COMICS (musical rock infantil)
DOMINGO 01 12:30 ISER RAMOS

*EDAD RECOMENDADA A PARTIR DE 4 AÑOS

C/ GRAN VIA, 70 - Venta De Entradas: 915242503

www.lachocitadelloro.com

Con la Colaboración de: SENATOR HOTELES
VENTA DE ENTRADAS ATRAPALO.COM Ocio al mejor precio
VENTA DE ENTRADAS ticketmaster ticketmaster.es
entradas.com 902 585 125
VENTA DE ENTRADAS 902 400 222 El Corte Inglés www.elcorteingles.es
Produce: PRODUCCIONES La Chocita

ALEJANDRA FELDMAN

COCINA CON ENCANTO

Tarta suiza de Bacalao Ahumado

Dorar 1 cebolla, en dos cucharadas de Aceite de Oliva Virgen Extra de buena calidad y con el sabor que tu prefieras, personalmente los de Jaén son los que prefiero. Dejar que la cebolla vaya cogiendo color, suavemente, verás que se va caramelizando por el mismo azúcar que tiene la cebolla. Dejar unos 20 minutos aproximadamente y luego retirar.

Condimentar con, pimienta rosa, o de colores recién molida, orégano, pimentón de la vera, (solo si te gusta el sabor) y luego agregarle la preparación que tendrás en otro bols.

3 huevos, y 200cc. de nata liquida, mezclar bien unir, y agregarle los trocitos de salmón noruego, que habrás cortado en dados pequeños o desmigado si lo prefieres. Si quieres probar por si le falta salazón, pero habitualmente no lo necesita.

Unir todo y volcar sobre la tartera donde vayamos a hacer la preparación.

Horno precalentado durante 15 minutos a 180ºC y dejar cocer hasta que la punta del cuchillo salga limpia, aproximadamente 20 a 30 minutos, si tu horno calienta mucho bajar la temperatura para que se cocine pero no se tueste.

Presentar en la mesa con una riquísima ensalada preparada, con miel, aceite de oliva virgen extra, y aceto balsámico.


Cocina
conencanto.com
by Alejandra Feldman

REUS
EDITORIAL



JAVIER LILLO

EXPERTO EN CRIMINOLOGÍA, ESPECIALISTA EN COMUNICACÓN Y ESCRITOR

WWW.TECNOVERBAL.COM

TWITTER: @COACHLILLO

MANIPULACIÓN Y COMUNICACIÓN

Para el mes de abril os he preparado algo fuerte, muy resumido pero dado el tiempo que llevamos juntos en Planeta 28, seguro que lo coges enseguida:

Si piensas que eres libre para elegir lo que quieres hacer, puede que estés en lo cierto, pero solo puede. El ser humano está comprometido con lo que hace más que con lo que piensa, por ello, es más fácil conseguir un favor de alguien que ya nos ha hecho otro previamente. Las acciones marcan pensamientos y se refuerzan retroactivamente. La bidireccionalidad de los actos crean conductas que, por repetición, se fijan en nuestro proceder. De esta manera, ante situaciones análogas, actuaremos acorde a como lo hayamos hecho con anterioridad, en base a la experiencia o intuición. Pero, ¿cómo se puede relacionar esto con la comunicación? y ¿qué beneficio se puede sacar de ello?

Si quieres ganarte a una persona por medio de favores, asegúrate de que el primero sea leve, algo simple y sencillo, como que te den un chicle, pañuelo de papel,

que te acerquen un bolígrafo, vaso,... El segundo favor será más direccional, a lo largo de la misma jornada o al día siguiente como tarde. Esta ayuda requerirá algo más de esfuerzo; traer un café, conseguir una pastilla para el dolor de cabeza, imprimir un documento,... Ya no se trata de meter la mano en el bolsillo y sacar el objeto, ahora se precisa una acción específica. Por supuesto el agradecimiento ha de ser acorde a la asistencia recibida. ¡Magia! Esa persona está ya por nosotros, nos la hemos ganado con su esfuerzo... Pero nuestras habilidades comunicativas han de acompañar el ejercicio, si no fuera así podríamos caer en la apariencia del gorroneo, algo absolutamente contraproducente a lo pretendido. Para ello, los halagos y la expresión de cuán bien nos cae nuestra "víctima" serán los alicientes necesarios para que el efecto pretendido se consiga. Es decir, lo importante es crear esa sintonía necesaria que favorece el ambiente adecuado al favor. El halago no debe ser confundido con el pe-

¿Qué es TconT´?

Un magacine con entrevistas, mucha música, humor del bueno, energía, buen rollo... Radio, canal Youtube y redes sociales. Todo para ti. De lunes a jueves de 10:00 a 11:00 horas.

Escúchanos en:

www.onda40radio.com

www.onda3.com

Onda3 ONDA TRES

Onda40 Radio

TconT

Con la colaboración de



Librería Papelería Nobel

RPB CAMBIO DE NEUMÁTICOS A DOMICILIO

loteo ni con la pesadez del que no mide sus palabras y suele reflejar aquello que no se pretende: falsedad. Los tiempos y medidas han de ser los correctos, diciendo aquello que gusta y hace sentir bien, pero sin pasarse de adulador.

Una vez que hemos hecho efectivos estos dos logros, estamos en disposición de pedir un mayor favor, en uno o dos días a lo más tardar. La marca que vamos dejando en esa persona es cada vez más profunda.

¿Y cómo se siente la "víctima"? Si somos dueños de lo que hacemos, lógicamente, pensará que hacer el favor a esa persona merece la pena y está convenientemente bien razonado. Incluso puede que alguien le advierta de la intención gorrona de su nuevo amigo, de la cara dura de alguien que, casi sin conocerte, pide que vayas a la máquina expendedora a por un café. Pero los hechos construyen una barrera que impide el paso de la autocensura. Esa persona que nos pide que imprimamos su proyecto necesita que se lo hagamos nosotros porque su impresora tiene poca tinta y es mejor que la gastemos nosotros... No puede traerse el café él mismo porque seguro que tiene mucho trabajo el pobre... o quizás se quede sin gasolina pues su coche gasta más que el nuestro y por eso es normal que le tengamos que acercar a su casa. El caso es que justificaremos nuestros actos para no sentirnos demasiado estúpidos, crueles, malvados, cobardes o cualquier adjetivo relacionado con la acción que realizamos.

Definitivamente, pedir favores es una técnica básica de manipulación.

@coachlillo

Aprendo a mantenerme seguro

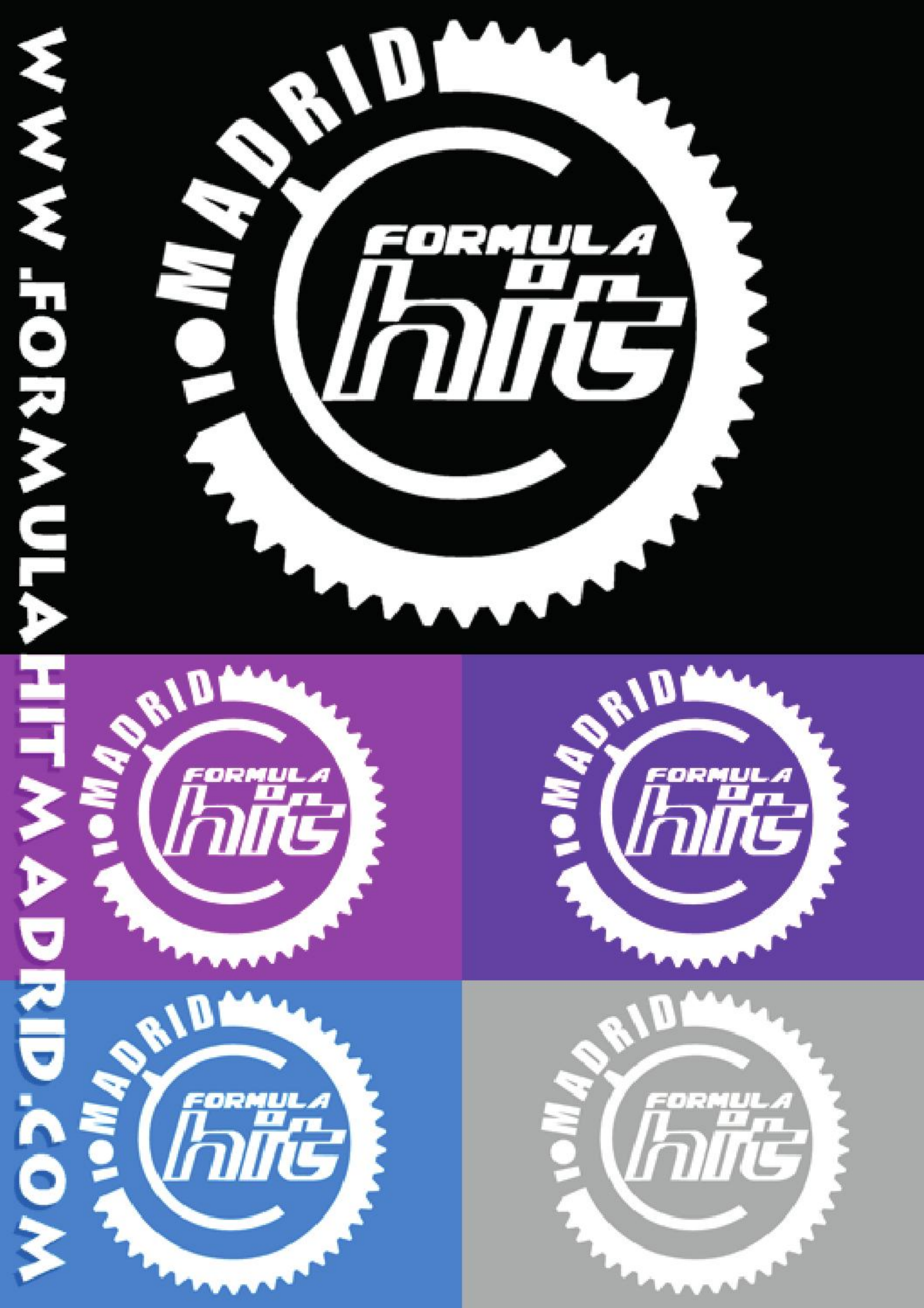
Mi primer manual de seguridad



Javier Lillo
Sandra Calvo

RASCHE

Javier Lillo y Sandra Calvo
Aprendo a mantener seguro -Mi primer manual-


WWW.FORMULAHITMADRID.COM
MADRID
FORMULA
hit


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



www.Planeta28.com

Tu música...tu revista