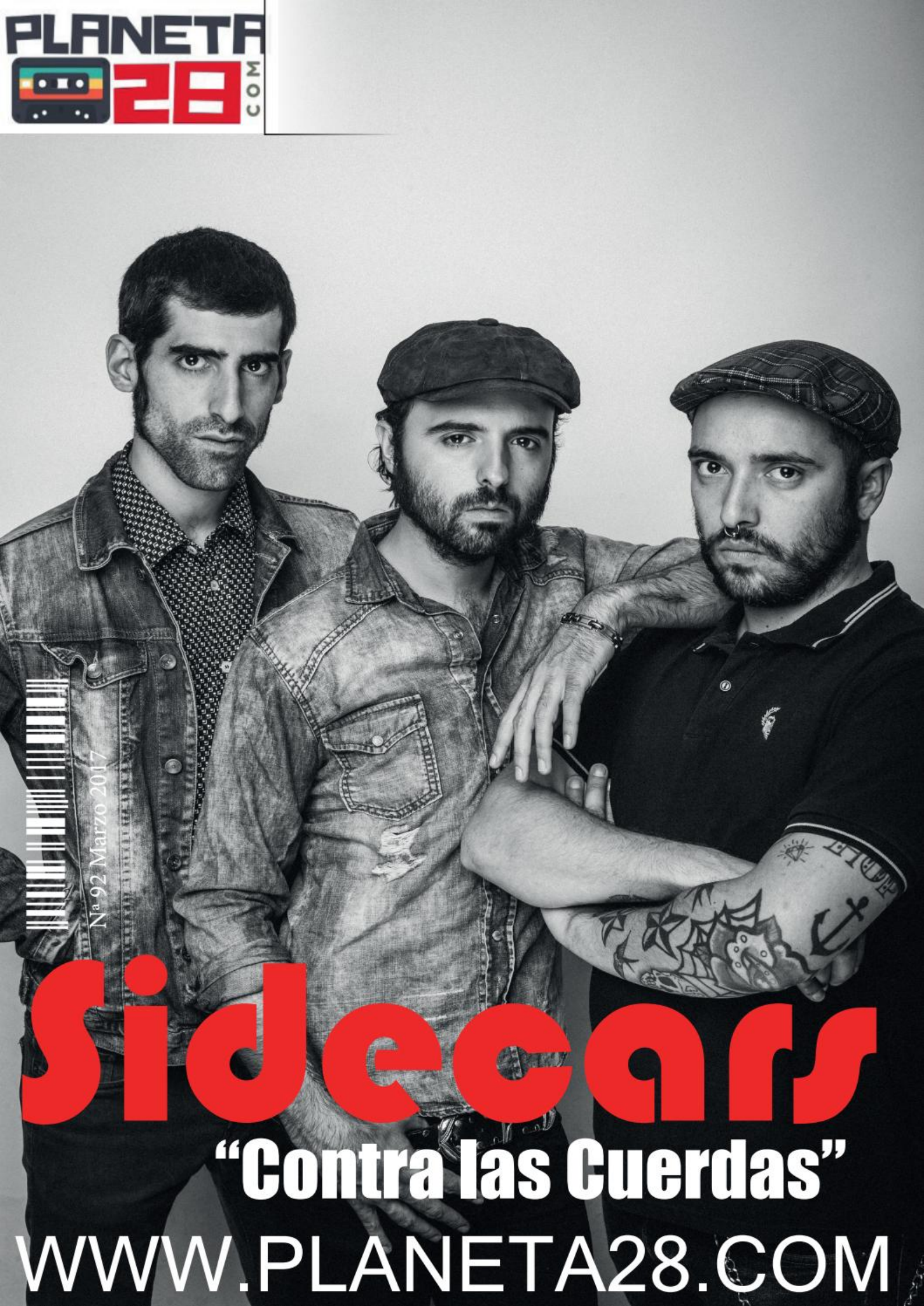
PLANETA 28 COM



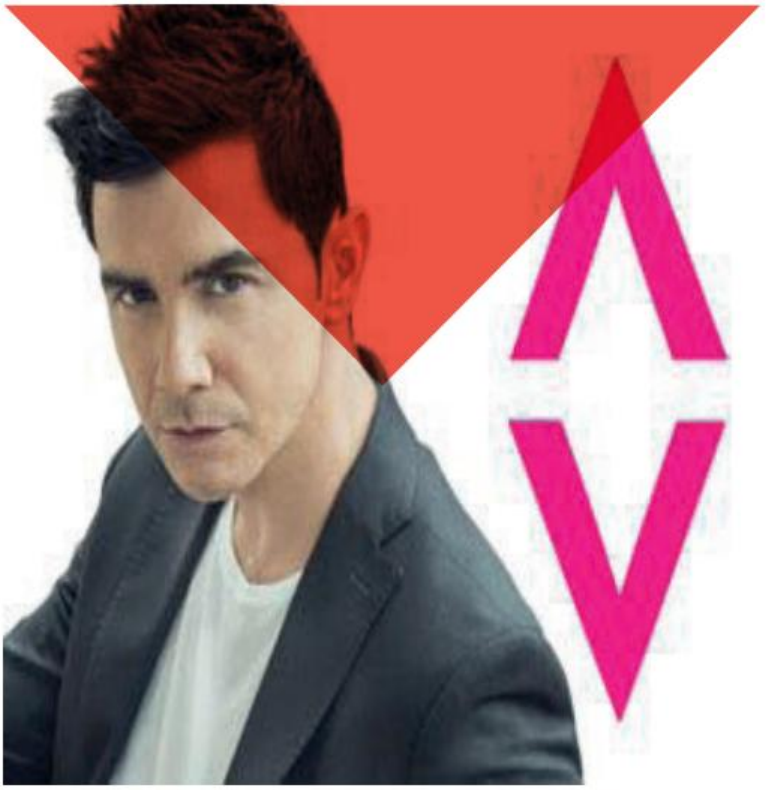
Nº 92 Marzo 2017

Sidecars

"Contra las Cuerdas"

WWW.PLANETA28.COM

CONTENIDOS









URBAN RUNNERS MADRID

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



SALA DE FITNESS

ACTIVIDADES DIRIGIDAS

FITNESS EN CASA

ENTRE
RECOM

MÁS QUE UN GIMNASIO
UN UNIVERSO DE POSIBILIDADES

M
G Y

MYST GYM CLUB

C/ Mayor, 6
28013 Madrid

INSCRÍBETE EN

mystgymclub.com

NAMIENTO
MENDADO

YST
M CLUB
BY ALTAFIT





SIDECARS "Contra las cuerdas"

Nuevo disco "Contra las Cuerdas" ¿cómo ha sido el proceso de elección de los temas que componen este trabajo tanto los antiguos como las nuevas composiciones?

Fue difícil elegir entre tantas canciones antiguas y las que ya había nuevas. Al final se quedaron las que mejor lucían el traje acústico

10 años y 3 LP´s ¿cómo han influido a Sidecars en su música?

Nos hemos añejado un poco, 10 años en la barrica del rock jeje. A nivel musical hemos aprendido mucho, quizás antes teníamos más prisa, la mayoría de los temas eran más rápidos y con menos arreglos. En estos diez años hemos consumido mucha música (especialmente americana) y progresado individualmente como músicos. Ahora nos gusta reposar y degustar más las canciones, lo que no quita que haya algunas con mucha electricidad también

Contra las cuerdas ¿por qué este título?

Se convirtió con el tiempo y las giras en nuestro tema fetiche, tenía algo especial que no sabríamos describir. Y no fue uno de los sencillos de Fuego Cruzado, por eso decidimos que merecía ser homenajeada y titular un disco tan importante como es el nuestro último.

Habladnos de las colaboraciones de súper lujo que tiene el trabajo.

Para nosotros fue un honor poder contar con semejantes maestros, amigos y artistas. Cada uno hizo de la canción que cantó un tema propio lo que le da una variedad y frescura muy especial al disco. Había algún amigo más que por fechas no pudo participar, pero tampoco quisimos que fuera un disco de colaboraciones. Al final quedaron las que surgieron de forma más natural y cercana.



personalrunning.com Entrenamientos personalizados presenci



ales y/o online, el nivel lo pones tú. Llámanos ahora, empezamos HOY

699790194 685562019 665964867

info@personalrunning.com

¿Qué esperáis de este trabajo?

Pues ya llevamos 10 meses de alegrías, de tocar sin parar, de llenar salas y de crecer poco a poco. No se nos ocurren muchas más cosas que esperar de él.

Comenzáis gira "Noroeste" ¿Qué supone para vosotros el directo?

El directo es nuestra máxima expresión, los discos sin giras no tienen sentido. Los escenarios son nuestro lugar

Si pudierais viajar en el tiempo a la fecha en la que empezaba vuestra carrera musical ¿qué consejo os daríais?

Paciencia amigos, este mundo es sacrificado, pero con ganas, lucha y canciones se puede ir creciendo poco a poco. "it's a long way to the top..."

La canción preferida de vuestra carrera es...

Es complicado elegir una canción de entre todas, quizá esa canción preferida se va renovando periódicamente conforme salen cosas nuevas. Ahora hay una para el próximo disco que nos tiene pilladísimos

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

Los medios de comunicación independientes sí, gracias al trabajo que hacemos entre todos levantamos la industria musical. Pero faltan muchas páginas de música en los principales periódicos, y de los canales de TV con audiencia ni hablamos. Sentimos que la educación por el gusto y el placer que nos da la música cada vez se merma más.

Pero mientras sigamos dándole la importancia que se merece los muchos amantes de la música que somos, la lucha sigue. Ojalá en un futuro próximo podamos conseguir bajar el IVA cultural y que se nos preste más atención



#WODELEMENT

Descubre la esencia de la única tienda que tiene todo el equipamiento de las mejores marcas para que disfrutes siempre al máximo de todos tus entrenamientos. **¡Equípate con nosotros. Te esperamos!**

Visítanos en **C/INFANTAS 42 (MADRID) O EN WODELEMENT.COM**

CLÍNICA DE FISIOTERAPIA Y PILATES



MAISHA

FISIOTERÁPIA Y ESTÈTICA

FISIOTERAPIA

MASAJES

PILATES

HIPOPRESIVOS

ESTETICA

PSICOLOGIA

Cuidarte es parte de nuestro objetivo!!!

FiSiOMAISHA
Paseo Imperial 4
28005
Madrid
www.fisiomaisha.com
MAS INFO 91 023 13 68

MÚSICA ORIGINAL DE
RICKY FAN E IKER AZKOITIA

3 PREMIOS
CERTAMEN ARTE 4

3 NOMINACIONES
PREMIOS DEL PÚBLICO
BROADWAY WORLD SPAIN

VENTA DE ENTRADAS EN
WWW.TEATROLARA.COM

UN MUSICAL ESCRITO Y DIRIGIDO
POR IKER AZKOITIA

UNA CORONA PARA CLAUDIA

EVA RAMOS
IKER AZKOITIA
LAURA LEDESMA
JAIME RIBA
RICKY FAN
JUAN JESÚS DI MANUEL

3ª
TEMPORADA

TL lara TEATRO

PRODUCCIÓN COM GRÁFICA Y AUDIOVISUAL **IKER AZKOITIA** CO-PRODUCCIÓN **SERIETEATRO** AYTE. DIRECCIÓN **LAURA LEDESMA** FOTOGRAFÍA **SERGIO LARDIEZ**
DISEÑO DE LUCES Y TÉCNICO DE LUZ Y SONIDO **HELENA GONZÁLEZ** COM. WEB **EVA RAMOS** ASESORÍA DE GUIÓN **DAVID RAMIRO RUEDA**
ESCENOGRAFÍA ADAPTADA DE UN DISEÑO DE **LAURA COSTERO** VESTUARIO ADAPTADO DE UN DISEÑO DE **QUEGUAPA.COM**

Una Corona Para Claudia

¿Cómo describiríais esta obra?

L- Laura Ledesma – Papel de "Ifi" "Una Corona para Claudia" es una obra musical muy íntima , en la que los personajes ríen, lloran y viven con el público.

J- Jaime Riba Esta obra puede ser y ES muchas cosas. Es un inyección de ganas de vivir, es fuerza e ilusión, pero creo que lo que más transmite esta obra es el cariño que cada uno de nosotros hemos puesto a la hora de crearla, en cada pieza, en cada palabra. Eso no tiene precio.

Se trata de una obra con música en directo que conecta rápidamente con el público ¿cómo surgió este proyecto?

E- Eva Ramos – Papel de "Claudia"-Nació desde la profunda ternura de Iker Azkoitia.

JJ- Juan Jesús Di Manuel -Pues como todos los proyectos de Iker Azkoitia, de su instinto constante por crear y contar, y, ¿qué mejor manera de contar y transmitir que mediante la música?

I- Iker Azkoitia – Autor, director y papel de "Pedro"- Como comentan los chicos, nace de una necesidad constante que tengo de crear y de contar historias, y en este caso concreto, surgió una noche que me vino Claudia a la cabeza; como una figura llena de luz, optimismo pero al mismo tiempo muy cotidiana y muy friki. Me vino el arranque de la historia y también el final; solo quedaba escribir el resto. Una vez reuní a los actores, presentamos el proyecto a la residencia de Arte4 que nos permitió investigar y montar la función. Terminamos ganando el certamen con tres premios, lo que supuso un chute de energía y confianza tal que aún hoy,

TECNOLOGÍA H

209,95€
IVA incluido

HEXXA FÉNIX

SMARTPHONE



HEXXA PAY

Método de pago autónomo incorporado, realiza tus pagos desde tu Fénix y controla tus gastos con la aplicación HEXXA PAY

5"

OCTA-CORE 1.3 Ghz 64bits

3GB RAM + 32GB ROM

Pantalla de 5"

Lector de huellas

Nueva ROM Cyanogenmod 12

179,95€
IVA incluido



EXXA

HECHA DEPORTE



HEXXA ATENEA

SMARTWATCH

HEXXA PAY

Método de pago autónomo incorporado, realiza tus pagos desde tu Fénix y controla tus gastos con la aplicación HEXXA PAY

DUAL-CORE

512MB RAM + 4GB ROM

Sistema de pago avanzado contactless

Nano SIM

GPS y Pulsómetro



40€

IVA incluido

HEXXA POSEIDÓN

AURICULARES

Compatible con reconocimiento de voz Siri y Google Now



DISEÑO LIGERO

RESISTENTE AL AGUA

Sistema anti perdida magnético

Bluetooth de bajo consumo

Sonido HiFi

casi un año después, nos sigue moviendo.

¿Cómo se vive representar esta obra en un Teatro como el Lara?

L- Laura Ledesma – Papel de "Ifi" La verdad es que desde que iniciamos el proyecto, pensamos en el Teatro Lara como opción. Es un espacio que tiene historia, está en uno de los barrios más creativos de Madrid y su sala Lola Membrives permite hacer teatro muy cerca del público, cosa que le va a Claudia como anillo al dedo.

I- Iker Azkoitia – Autor, director y papel de "Pedro" Personalmente tuve la oportunidad de actuar en el Lara con la 4ª temporada de "Píntame" de David Ramiro Rueda, con la que ahora volvemos en su 6ª temporada, y fue una experiencia preciosa. La sala Lola Membrives es un espacio perfecto para llegar bien adentro a los espectadores, espectadores que suelen ser aficionados y amantes de un tipo de teatro que, además de entretenerles y hacerles disfrutar, les aporte esa noción de haber vivido una experiencia significativa. Es un honor y un placer volver a pisar sus tablas con nuestro montaje.

Tres motivos por los que nuestros lectores deben ir a verla

E- Eva Ramos – Papel de "Claudia"-1. Saldrán del teatro movidos y motivados. 2. Les gustará la música y la calidad interpretativa de los actores. 3. Palparán la creatividad, la pasión, la honestidad y la ausencia de grandes pretensiones.

J- Jaime Riba ¿Solo tres? Por ejemplo, la primera razón es que la historia es cercana y fresca. Es algo que a día de hoy me sigue sorprendiendo. La segunda es que el texto, la trama y la música te hace viajar; te transporta a lo más recóndito de nuestro interior y mueve 'algo', no se qué, pero no puedes quedarte impasible. Y la tercera, como he dicho antes, las ganas tan grandes de vivir cada segundo con las que sales del teatro. Es quizá el mensaje más bonito de esta obra.

Vuestro momento preferido de la obra es...

L- Laura Ledesma – Papel

de “Ifi”-La canción final. Es un momento emotivo y precioso teñido del carácter friki de Claudia.

J- Jaime Riba -Sé que va a sonar raro pero todos. Todas las escenas me encantan. De hecho, tras un año de representaciones sigo disfrutando de la obra como si fuese el primer día. Ni un solo día, aunque estuviese cansado o agotado, se me ha hecho larga o menos llevadera.

JJ- Juan Jesús Di Manuel -Creo que terminaríamos antes diciendo el momento que menos nos gusta, jaja. Hay momentos desternillantes, momentos para ponerse serios y momentos en los que, sin ser apenas consciente, estás sonriendo pero tienes los ojos arrasados en lágrimas. ¡Y me gustan todos! Porque cada uno transmite algo diferente. Me encanta escuchar lo que opina el público al salir, lo que cuchichean, dónde se han reído más o emocionado. Son ellos quienes deberían responder esta pregunta.

¿Qué está pasando en el teatro, sobre todo en la escena madrileña, que tantas obras de



calidad está ofreciendo al espectador?

E- Eva Ramos – Papel de "Claudia" Madrid acoge a muchas personas, de muchos lugares, con mucho que contar y armas para hacerlo. Los tiempos no son favorecedores y por eso hay que esforzarse más que nunca para alcanzar los objetivos. Creo que la necesidad, la dificultad y la competencia hacen que todos saquemos lo mejor de nosotros mismos.

L- Laura Ledesma – Papel de "Ifi" En estos años de crisis, ha habido una necesidad de crear y levantar proyectos propios de la nada, lo que ha animado a jóvenes creadores a escribir. Esto ha resultado en una escena madrileña variada y original.

Alguna manía o costumbre antes de "subirte a las tablas"

E- Eva Ramos – Papel de "Claudia"-Primero, estirar cada músculo del cuerpo del que soy consciente para despertarlo y ponerlo al servicio de la acción. Después, dos minutos de soledad.

L- Laura Ledesma – Papel de "Ifi"- Sentarme en el escenario, si el montaje de la función me lo permite, y mirar las butacas vacias. Me da mucha tranquilidad.

J- Jaime Riba - Calentar voz y cuerpo. Beber mucha agua, ponerme música y darle un mordisco a una rama de jengibre. Y en este



caso también tengo que beber un sorbo de agua de uno de los vasos de cubata que tenemos preparados para la función. No sé porqué pero siempre lo he hecho.

Tu obra favorita de teatro (interpretada o no por ti)

J- Muchas. “La piedra oscura” me fascinó o “Agosto”. También un “Dios Salvaje”. E interpretadas por mí, “Una Corona Para Claudia”, sin duda.
I- Iker Azkoitia – Autor, director y papel de “Pedro” Como a Jaime, “La piedra oscura” y “Agosto” me maravillaron. “Miguel de Molina al desnudo” también me pareció prodigiosa. Y como actor, no puedo disfrutar más representando a “Diego” en “Píntame”; es un regalo de función.

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

E- Eva Ramos – Papel de “Claudia” Cualquier medio que ponga sus recursos al servicio del arte y la cultura merece mi más profundo respeto y admiración.

JJ-Genial y necesaria. Hay que fomentar la cultura en cualquiera de sus vertientes, y qué mejor forma de llegar a las nuevas generaciones que a través del medio que más utilizan: internet.





DAVID Civera

"15 Aniversario"

Segunda vez que aterrizas en nuestro Planeta, ¿qué ha pasado en este tiempo?

He estado dedicado a mi familia, disfrutando de mis hijos y de tiempo para mí, para hacer todo aquello que siempre posponemos.

"15 Aniversario" un trabajo en el que has elegido tus temas más importantes dándoles una nueva producción y arreglos ¿cómo ha sido el proceso de elección?

No resultó excesivamente complicado, tengo muchas canciones importantes y representativas de mi carrera, otras se quedaron fuera por el concepto de sonido y producción.

También incluye dos temas nuevos en los que hemos notado una progresión hacia una música más madura, ¿cambio intencionado o evolución?

Es evolución, está claro que con el tiempo los temas que nos preocupan son otros, y creo que ambos temas son reflexivos, por el momento que me encuentro en mi vida.

¿Qué esperas de este disco?

Espero que la gente lo dis-

frute tanto como yo, han sido muchos años interpretando mis éxitos con otro color de producción y ahora están renovados y actualizados.

¿Ganas de directo? ¿Cómo está siendo el proceso de adaptación de las canciones al directo?

Ese ha sido el propósito del álbum, tener un directo actualizado, rejuvenecido, y lleno de fuerza y frescura. Seguro que esta gira es especial, muchas canciones forman parte de la vida de una generación que ha crecido conmigo.

¿Alguna canción de este trabajo que te llene especialmente?

"Qué caprichosa la vida" es sin duda, una de las mejores canciones que he compuesto. Nos hace reflexionar como especie, y creo que el mensaje es hermoso.

¿Qué grupo o solista español nunca falta en tu MP3?

Manuel Carrasco, Vanesa Martín entre otros... canciones con letra y mensaje son lo que no puede faltar en mi selección personal. Además de Roberto Carlos, que sigo desde niño.

¿Qué prefieres vinilo, CD o MP3?

Prefiero la "magia del vinilo", por el sentido coleccionista, el sonido y tamaño del CD, y la comodidad del Mp3... Depende del uso o para que lo quiera.

¿Crees que hay poca música en los medios de comunicación?

Es evidente que sí, yo disfruté de años, donde la música formaba parte importante de la Tv del país, espero que vuelva a ser así.



#WODELEMENT

Descubre la esencia de la única tienda que tiene todo el equipamiento de las mejores marcas para que disfrutes siempre al máximo de todos tus entrenamientos. **¡Equípate con nosotros. Te esperamos!**

Visítanos en **C/INFANTAS 42 (MADRID) O EN WODELEMENT.COM**


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€

CORTIJO

HUERTA GRANDE



CORTIJO HUERTA GRANDE

Ctra. Aguamarga-Fernán Pérez, Níjar.
04116-Almería (España)
Tel: 628 583 048
www.cortijohuertagrande.com
elcortijohuertagrande@gmail.com
CORTIJO HUERTA GRANDE

Nuestras Creaciones

Las Mermeladas





La de **aceituna**, la de **higo**, la de **melón**, la de **naranja**, la de **pimientos**, la de **sandía** y nuestra original mermelada de **tomate**, exquisitas y diferentes en todas sus variedades.



Ali Oli de Zanahoria



Una receta **exclusiva** y original.
El acompañamiento ideal para sus recetas.



el Mojo

Con los mejores tomates de la huerta.
El auténtico.

Hummus de Berenjena



Paté de Tomate Seco



Recetas deliciosas e innovadoras, no podrás para de comerlos. Para tus aperitivos especiales.

TODOS NUESTRO PRODUCTOS ESTÁN ELABORADOS DE MANERA ARTESANAL, COCINADOS AL FUEGO DE LEÑA.



Ana Mena

“Ahora lloras tú”

En esta ocasión nos presentas tu nuevo tema “Ahora lloras tú” junto a CNCO ¿qué supone para ti este trabajo?

Hola, encantada de estar con vosotros de nuevo, ha sido un giro de estilo inmenso que me está permitiendo darme a conocer en Latinoamérica y un gusto enorme compartir el tema con los chicos de CNCO.

Exitazo del tema en Youtube ¿cómo lo vives?

Muy feliz !! No esperábamos tanto éxito de inicio, en dos semanas superamos lo 4 millones de views y medio millón de oyentes en Spotify, inmediatamente se coloco en la lista de EXITOS de ITunes... emocionada con la acogida de la gente, tantos mensajes, la subida de seguidores en rrss, la familia crece por minutos y eso me pone muy contenta.

Pedazo tema que, sinceramente nos ha enamorado ¿cómo se gestó este tema? ¿Cómo surgió cantar junto a CNCO?

Mira, se gesto en la casa de mi productor Dabruk , estábamos componiendo y crea-

naranjas de Riola

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

SÍGUENOS 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

mos una canción de corte mas latino, el primer nombre que se nos vino a la cabeza fue CNCO, lo presentamos al equipo de Sony Latin Miami y a los chicos y les encanto la idea a la que inmediatamente accedieron, grabamos el tema entre Madrid y Miami y el clip en Tenerife.

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?

Totalmente, es básico interpretar bien una actuación dentro del videoclip para transmitir el mensaje que queremos enviar a nuestro público.

Cine, televisión, cantante ¿Cuál te llena más?

Todas se complementan pero la primera es la música, aunque no descarto seguir compaginando todas en la medida de lo posible.

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

Cada sitio tiene su encanto, indudablemente cantar en un estadio lleno de miles de personas te llena de adrenalina pero cantar en una sala pequeña me parece súper bonito e intimo.

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

Para mi el directo es lo mas importante, es cuando estas en contacto con tus fans, la próxima fecha sera en Sevilla el 17 de marzo en el Teatro Quintero.

Próximos proyectos

Seguimos trabajando en el disco que en breve tendréis noticias,

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

Planeta 28 siempre me ha prestado toda su atención y apoyo haciendo gran labor de artistas emergentes, estaría genial que más medios tuvieran la misma vocación



World's 1st

All Bluetooth Smart Tire Pressure Monitoring System

24x7 Monitoring



www.my-fobo.com

SALUTICA
Allied Solutions

Download on the App Store

GET IT Goo



FOBO Tire

SENSING WITH SENSE™

Monitors real time car tire pressure & temperature

24x7 round-the-clock continuous monitoring

Low pressure alert even when car ignition is switched off

3 level smart alert for all tire conditions

Theft deterrent feature. Protected by patent pending CrossPair technology

Share Installed FOBO TIRE with up to 100 smart phone users

Monitors up to 20 cars with one App

Easy DIY installation in less than 5 minutes

ON
ogle Play

Bluetooth®

Compatible with **iOS 7.1 or Android 4.3** together with Bluetooth 4.0 or later

Motor 28

Nissan Micra

Solo existe una palabra para describir el Nuevo MICRA: revolucionario. Con más de 30 años de historia, su quinta generación supone una nueva redefinición del modelo, rompiendo con las generaciones anteriores, que se remontan al debut del Micra en Europa en 1983.

El Nuevo MICRA es más largo, más ancho y más bajo que nunca. El coche se sitúa en el centro del competitivo segmento B tradicional de turismos en Europa.

El Nuevo MICRA ha sido concebido, diseñado y fabricado en Europa permitiéndonos estar más cerca del consumidor europeo para proporcionarle el producto que desea y necesita.

El diseño exterior atlético y expresivo del coche es la clave de su atractivo e impulsa al Micra en una nueva dirección. Su aspecto contemporáneo y su estilo premium siguen en el interior del coche, que cuenta con una cabina de alta calidad con materiales en dos tonos suaves al tacto que se incluyen de serie en toda la gama. Gracias a su increíble diseño, la carrocería de cinco puertas presenta una ergonomía excelente para los ocupantes de los asien-


E 0754 JTT

tos delanteros, sin afectar al espacio de los pasajeros traseros. El maletero es lo suficientemente grande como para satisfacer las necesidades de los clientes sin dificultad.

El Nuevo MICRA también es un pionero en cuanto a tecnología, ya que por primera vez incorpora varias prestaciones «de control» que normalmente solo encontraríamos en modelos de segmentos superiores. Estas prestaciones no solo resultan una novedad para el Micra, sino que también lo son para su segmento. Dichas tecnologías incluyen la Alerta y Prevención de cambio de carril involuntario, un sistema de seguridad que en caso que empieces a salir de tu carril sin indicarlo previamente te avisa con una señal visual y acústica, y crea una inercia de forma sutil para que regreses a tu trayectoria.

El aclamado sistema de la Cámara de visión 360º inteligente, que ya se incluye en los crossovers Qashqai y Juke, también está disponible por primera vez en el Micra. Estas y otras tecnologías son la prueba clara de la filosofía Nissan Intelligent Mobility, la visión de la marca para conseguir un futuro de cero emisiones y cero víctimas.

Y, para los amantes de la música, uno de los aspectos destacados que ofrece el Nuevo MICRA será el nuevo y exclusivo sistema de audio BOSE PERSONAL®. Los dos altavoces avanzados integrados en el reposacabezas del conductor, únicos en el segmento B de turismos, permiten al conductor disfrutar de una experiencia musical 360º inigualable.

El coche incluye tres motores reducidos, dos de gasolina y uno diésel, todos ellos con caja de cambios manual de cinco velocidades. Los cinco niveles de acabado de Nissan, Visia, Visia+, Acenta, N-Connecta y Tekna, incluyen un gran nivel de prestaciones de serie.

El deseo de los clientes por expresar su propia personalidad y gustos a través del Nuevo MICRA será otro

elemento de su atractivo. El coche contará, además, con una amplia gama de opciones de personalización que permitirán modificar el interior y el exterior con componentes de primera calidad en una gran variedad de colores contemporáneos y con estilo.

las primeras unidades llegarán en marzo-.

en la gravedad 0 ofrecen un refuerzo continuo para la espalda, lo cual ayuda a disminuir el cansancio del conductor en trayectos largos. Además, la anchura del coche —superior a la del modelo anterior— aporta más espacio a los pasajeros de atrás para reposar cómodamente los brazos. Estos pasajeros también disfrutan de más espacio para los hombros y las rodillas. La capacidad del maletero es muy competitiva, con 300 litros (VDA), y no afecta al espacio para las rodillas de los asientos traseros. Esta cifra se amplía a 1004 litros cuando se pliegan los asientos traseros abatibles por separado (60/40).

Las opciones de almacenamiento inteligente se encuentran en todos los rincones de la cabina del Nuevo MICRA; la ubicación, la ca-



URBAN

RUNNERS MADRID

ENTRENAMIENTOS
CARRERAS
MATERIAL
CONSEJOS
AGENDA
SORTEOS

WWW.URBAN RUNNERS MADRID.COM

EL MEJOR BLOG RUNNING

pacidad y el diseño han sido optimizados para garantizar la máxima comodidad de los ocupantes. Los elementos más grandes se pueden colocar en la consola central situada delante de la palanca de cambio. Ofrece, además, almacenamiento horizontal para el teléfono e incluye iluminación ambiental, así como puerto USB y tomas de 12 V.
La guantera de 10 litros ha sido diseñada específicamente para poder guardar una botella de bebida de dos litros; las botellas de hasta 1,5 litros caben en los compartimentos de las puertas delanteras. Además, hay dos portavasos entre los asientos delanteros y otro en la parte posterior. Para mayor comodidad del conductor, el aire acondicionado se incluye de serie en todos los modelos excepto para VISIA, y los modelos con mejor equipamiento cuentan con climatizador automático.

queo y el asistente de arranque en pendiente. El Nuevo MICRA cuenta, además, con limitador de velocidad, faros de activación automática, y un sistema de control de la presión de los neumáticos.

El Nuevo MICRA está disponible con un pack de seguridad, incluido de serie en el nivel de equipamiento Tekna y como opción adicional en el resto de niveles. Dicho pack añade las siguientes especificaciones al coche: alerta y prevención de cambio de carril involuntario, sistema anti-colisión frontal inteligente con detección de peatones, reconocimiento de señales de tráfico y asistente de luces en carretera cortas/largas.

Las tecnologías de seguridad del Nuevo MICRA son una prueba del compromiso continuo de la marca con Nissan Intelligent Mobility, su visión para conseguir un futuro de cero emisiones y cero víctimas. La base de estas tecnologías la conforman soluciones inteligentes que hacen realidad la promesa de la marca Nissan, Innovation That Excites, y que garantizan una interacción más segura, más conectada y más emocionante entre el conductor y el coche.

LassosLabs
Soluciones Web

¿Necesita
un sitio
WEB
para su empresa?

PRESUPUESTOS SIN COMPROMISO

www.lassoslabs.es





¡HOLA RUNNERS!

PR

GRUPOS

personalrunning.com

#THISISPR



/personalrunning /Pers_Running /PersonalRunningTri /blog

Probamos Las Saucony Freedom ISO

UrbanRunnersMadrid

Las Saucony Freedom ISO son las zapatillas más innovadoras y más avanzadas de Saucony, y estamos seguros que serán un éxito de ventas.

Una zapatilla con un drop es de 4 mm, un drop bajo que te acerca a “carrera natural”, si estás acostumbrado a drop que ronden los 11mm necesitarás unos días para aclimatarte, pero no notarás ninguna sensación extraña. Te aconsejamos que entrenes tu técnica de carrera para sacarles el máximo beneficio.

Es una zapatilla ideal para tiradas medias / largas y geniales para corredores con peso alto y / o plantilleros ya que el espacio interior es el adecuado para poder montarlas con comodidad.



Son zapatillas versátiles que incorpora por primera vez una mediasuela completa con tecnología EVERUN, una espuma con una amortiguación más firme y reactiva, es decir va a retornar más energía en cada zancada, aumenta la comodidad.
El sistema ISOFIT que ya montan varias zapatillas de la marca, en la forma en que abraza el pie con capas de material mínimas. La parte superior de se adapta perfectamente al pie sin sensación de opresión. Son un modelo muy recomendable si tus pies son anchos, y te suelen apretar las zapatillas en la zona de los costados.
Estéticamente nos parecen muy bonitas, elegantes y sin estridencias.

Cuando te las calzas la sensación es de comodidad, nada más ponértelas en los primeros pasos notas la sujeción suave pero segura y su amortiguación. La suela cumple perfectamente su función en terrenos urbanos, tan sólo hemos notado cierto deslizamiento en asfalto húmedo, que seguro mejorara con el primer desgaste de la suela.

En conclusión, estamos convencidos que serán un éxito de ventas, una zapatilla hecha para durar y a un precio aceptable para la gran calidad de sus componentes.

¿A qué esperas?
Pruébalas





#WODELEMENT

Descubre la esencia de la única tienda que tiene todo el equipamiento de las mejores marcas para que disfrutes siempre al máximo de todos tus entrenamientos. **¡Equípate con nosotros. Te esperamos!**

Visítanos en **C/INFANTAS 42 (MADRID) O EN WODELEMENT.COM**


PLANETA
28
COM