

DESCONECTA

Un paraíso virgen al lado de casa

Una escapada a los valles del Pallars Sobirà basta para cargar las pilas, llenar los pulmones de aire puro y degustar su exquisita y variada gastronomía

Existe un rincón en los Pirineos donde parece como si el tiempo se detuviera, en el que todavía es posible llenar los pulmones de aire puro y la gastronomía más exquisita se funde con un entorno prácticamente virgen. No es necesario dar la vuelta al mundo para encontrar un pequeño paraíso. Los múltiples valles del Pallars Sobirà, a menos de tres horas en coche de Barcelona, reúnen todo lo necesario para cargar las pilas durante un fin de semana, en familia o con los amigos, tanto quien busca tranquilidad como quien prefiere quemar adrenalina en las

aguas rápidas del Noguera Pallaresa o se atreve con el pico más alto de Catalunya, la Pica d'Estats (3.143 m), en el Parc Natural de l'Alt Pirineu. La joya de la corona es el Parc Nacional d'Aiguestortes i Estany de Sant Maurici, "con más de 200 lagos naturales, unos 500.000 turistas al año y centenares de rutas para todos los públicos", como explica su responsable del área de Espòt, **Jaume Comas**. La oferta es larguísima y abraza todas las épocas del año. Esquí, trekking, setas, deportes de aventuras... Y es que una sola visita no basta para descubrir la belleza virgen del Pallars Sobirà. **Esther Blasco**



Lo Robost (Escaló) ofrece productos de la zona



Carrilleras de vaca bruneta del Hotel Montaña (Alins)

oferta es larguísima y abraza todas las épocas del año. Esquí, trekking, setas, deportes de aventuras... Y es que una sola visita no basta para descubrir la belleza virgen del Pallars Sobirà. **Esther Blasco**



Una de las habitaciones del Hotel Poldo (La Guingueta)

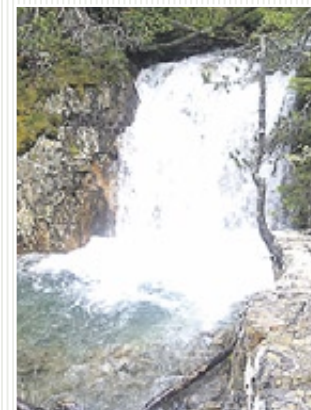


El Pla de Boet, al que se llega desde Àreu, es uno de los puntos más idílicos del Parc Natural de l'Alt Pirineu

FOTOS: JORDI VALLVÈ



Rafting en el Noguera Pallaresa, entre Rialp y Llavorsí



Salto natural de agua

BVB 09	BORUSSIA DORTMUND	BAYERN MÜNICH
ESTADIO WESTFALENSTADION	HORA 20.30 h.	TELEVISIÓN Fútbol
ENTRENADOR Jürgen KLOPP	ESTADÍSTICA	ENTRENADOR Josep GUARDIOLA
SUPLENTES 20 LANGERAK (P) 3 HORNSCHUH 5 KEHL 16 BLASZCZYKOWSKI 17 ALUBAMEYANK 21 KIRCH 25 PAPASTALHOULOS		SUPLENTES 32 READER (P) 4 DANTE 13 RAFINHA 14 PIZARRO 28 BADSTUBER 30 LUIZ GUSTAVO 31 SCHWEINSTEIGER
	ÁRBITRO Jochen Dres	

EVENTOS & CELEBRITIES



El Malamar y el chef Juan Manuel Sánchez comparten estreno

Juan Manuel Sánchez, ganador de 'Masterchef', se estrenó como chef del Bilbao Berria en la inauguración del Malamar de Montgat. Todos sus compañeros de programa y otros VIP estuvieron allí

FASHION

La colección Non Flat más Urban de BUFF

BUFF Urban volverá la próxima temporada otoño/invierno con 47 modelos y 117 referencias ideadas para los más trendy de la ciudad. BUFF Urban vuelve más cosmopolita que nunca, con una mezcla de filosofías que reflejan en sus dos colecciones una forma de pensar, la inconformidad.

