

# GB

men's travel & lifestyle magazine

N.138

MARZO 2016

[www.revistagb.com](http://www.revistagb.com)

**VIAJES**

**SEMANA SANTA EN  
LONDRES, BRUSELAS O BERLÍN**

**REPORTAJE**

**DISFUNCIÓN ERÉCTIL**

**REPORTAJE**

**TRUCOS PARA COMENZAR  
UNA RELACIÓN ABIERTA**

**REPORTAJE**

**FETICHISMO,  
Y OTRAS PARAFILIAS SEXUALES**

**SALUD EL ESTRÉS, ENEMIGO DE LA HIPERTENSIÓN CUIDADOS FITNESS EN EL GYM MODERNO MODA GRANDES HOMBRES  
MUNDO DIGITAL UFC2 GASTRONOMÍA JAMÓN IBÉRICO MÚSICA GWEN STEFANI CINE BATMAN VS SUPERMAN**

# boyberry

BARCELONA



**EL SITIO CUANDO NO TIENES SITIO**

[WWW.BOYBERRY.COM](http://WWW.BOYBERRY.COM) CALÀBRIA, 96  L1 ROCAFORT

OBERT CADA DIA DE 12H A 23H | DISSABTES I FESTIUS DE 15H A 00H

**REPORTAJE**

04. *Fetichismo y otras parafilias sexuales*

**REPORTAJE**

06. *Trucos para comenzar una relación abierta*

**REPORTAJE**

08. *Cómo prevenir la disfunción eréctil*

**SALUD**

10. *Es estrés, el enemigo de la hipertensión*

**CUIDADOS**

12. *Fitness en el gym moderno*

**VIAJES**

14. *Escapadas alternativas por Semana Santa*

**TIPS & TRICKS**

18. *Moda y complementos. Grandes Hombres*

**GADGETS**

20. *Tecnología pensada para i*

**MUNDO DIGITAL**

21. *Videojuegos y Apps*

**NUTRICIÓN**

22. *¡Al rico Jamón Ibérico!*

**MÚSICA**

24. *Novedades discográficas*

**CINE**

26. *La cartelera que nos llegará este mes*

**GUÍA DEL AMBIENTE**

28. *Barcelona. Sitges. Girona*





## FETICHISMO Y OTRAS PARAFILIAS SEXUALES

**F**etichismo, el deseo sexual orientado hacia un objeto. El estímulo sexual suele motivarse volcando los cinco sentidos hacia las partes del cuerpo, aunque a veces éstas son sustituidas por prendas u objetos, llegando a ser la única manera de obtener satisfacción. Quien así vive su sexualidad es llamado fetichista.

La palabra proviene del francés *fêtiche*, que en latín significa "ficticio" o "artificial", y de *ismos*, también del latín, e indica "estado" o "condición". Lo que para muchos es una perversión, consiste en el uso de partes del cuerpo (ajenas al propio) u objetos que en sustitución de los genitales de la pareja se tornan indispensables para provocar el orgasmo.

En otras palabras, la utilización de manos, pies, senos, nalgas, piernas y más, de otras personas para alcanzar la satisfacción sexual; pero igualmente participan prendas de vestir, guantes, medias, pieles, zapatos, cinturones, bufandas, ropa interior y lo que la imaginación permita, siempre y cuando

sean o hayan sido parte de la indumentaria de un ser deseado.

Una fantasía sexual que adquiere su significado erótico/psicológico cuando el fetichista toma una prenda para reemplazar al ser humano y transformarlo en un objeto de deseo.

El fetichismo se presenta casi únicamente en varones, es que para excitarse sexualmente el hombre no requiere necesariamente de caricias y muestras de afecto como la mujer, ya que responde más fácilmente a estímulos sexuales. Ello aclara también porqué el fetichista quiere poseer los objetos de su deseo con los cinco sentidos, no sólo viéndolos, sino también tocándolos, acariciándose con ellos, oliéndolos y hasta metiéndoselos en la boca.

Ahora bien, dentro del fetichismo hay también clasificaciones, de ahí que podamos identificar a la **dorafia**, que consiste en la excitación sexual proveniente del tocar pelo o cabello, piel, cuero y pieles, no sólo humanas sino en ocasiones animales. Igualmente, y dentro de la amplia gama



de fetiches el calzado tiene un lugar especial, al grado que si se trata de cualquier tipo o modelo la parafilia se llama **retifismo**, o, yendo más allá, si el objeto de deseo son zapatos de tacón alto, se identifica como **altocalcifilia**.

En otras palabras, el fetichista puede llegar a ser alguien que enfoca su sexualidad en objetos más que en personas. De ahí que también los aparatos diseñados con el propósito de estimular a los genitales, como los dildos o vibradores, sean catalogados como fetiches.

Se ubican también dentro de la categoría fetichismo:

**Estigmatofilia.** La pareja tiene un tatuaje, cicatriz o perforaciones en el cuerpo por el uso de joyería, especialmente en la región genital, que incitará a la práctica sexual.

**Misofilia.** El orgasmo se consume al oler o masticar ropa sudorosa o sucia, o artículos para higiene íntima femenina.

**Olfatofilia.** El orgasmo deviene de olfatear olores emanados de las diferentes partes del cuerpo, especialmente de las áreas genitales y adyacentes.

Las distintas maneras que tiene el ser humano de lograr su satisfacción sexual más allá de la relación íntima tradicional reciben el nombre parafilias, y los sexólogos han catalogado más de 130 categorías distintas casi todas ellas de exclusiva práctica masculina, como son:

**Acrotomofilia.** El orgasmo es proporcionado por contacto, frotación o penetración de algún miembro amputado de la pareja.

**Autonepiofilia.** Cuando se representa el papel de un bebé y la pareja lo trata como tal.

**Coprofilia.** Identifica la excitación erótica motivada por el olor o contacto con excrementos.

**Formicofilia.** Es cuando se tiene contacto con pequeñas criaturas, como caracoles, ranas, hormigas u otros insectos que se deslizan, arrastran o mordisquean partes genitales y pezones.

**Frotteurismo.** El placer deriva de rozar, o ser rozado, en el área genital, en un acto en donde interviene otra persona; es indispensable que se lleve a cabo sin su consentimiento, por ejemplo, en una multitud.

**Gerontofilia.** Excitación sexual con una pareja de la misma edad de los padres o abuelos.

**Klismafilia.** El placer y el orgasmo se logran cuando la pareja se somete a un enema (introducción por el ano de líquido para limpiar recto y estómago).

**Masoquismo.** Cuando se es sometido a prácticas que generan dolor, el cual se transforma en placer.

**Muerte autoerótica.** Ocurre cuando una persona decide masturbarse y, al mismo tiempo, trata de autoestrangularse o autoelectrocutarse.

**Narratofilia.** La excitación se obtiene al utilizar palabras o contar historias calificadas comúnmente como sucias, pornográficas u obscenas en presencia de la pareja.

**Necrofilia.** Tener sexo con cadáveres.

**Sadismo.** Producir deliberadamente dolor a la víctima para sentir placer, tanto el que inflinge como el que recibe.

**Travestismo.** Vestir prendas, especialmente interiores, del otro sexo.

**Troilismo.** Observar a la propia pareja con una tercera persona mientras realizan actividades sexuales en las que se incluye el coito.

**Urofilia.** La persona con esta disfunción siente placer cuando bebe la orina de otra persona, o cuando permite que orinen sobre ella.

**Voyeurismo.** La satisfacción se deriva de observar, a escondidas, un acto sexual o a la persona deseada.

**Zoofilia.** También conocida como **bestialismo**, es sexo hecho con animales, que en algunos casos son entrenados para eso.

Es importante aclarar que si bien algunos tenemos objetos que hacen las funciones de amuletos y les atribuimos cualidades específicas que sólo a nosotros son aplicables, eso no nos hace fetichistas en el sentido estricto de la palabra, pues lo anterior implica connotaciones eminentemente sexuales.

Algunas de estas filias pueden ser delito penado, pero otras son rechazadas por la sociedad, por ser “mal vistas” y no por eso ser ni ilegales ni nocivas por ni para nadie. Antes de iniciarse en alguna de ellas, infórmate de cuales son los límites reales en todo su amplio abanico y no pienses con el “que dirán”.



## 4 TRUCOS PARA COMENZAR UNA RELACIÓN ABIERTA

### LA CONFIANZA CON TU PAREJA ES LA CLAVE DE TODO

**S**on casi como una leyenda urbana que circula de boca en boca, despertando la curiosidad de todos hombres. Porque al final del día, cuando estás acostado en tu cama a punto de quedarte dormido, te preguntas ¿podría tener una relación abierta?

Todos amamos a nuestras parejas y estamos convencidos de que no hay nadie igual, pero si estás convencido de que quieres probar este tipo de relación, te dejamos algunos consejos para lograrlo. No olvides que cada relación es única y que no siempre los estándares de la sociedad acomodan a todos.

#### LAS CARTAS SOBRE LA MESA

Si te ganó la curiosidad y quieres probarlo, lo primero y lo más importante es que se lo comuniques a tu pareja. Hazlo en el momento apropiado y se honesto con tus pensamientos en todo momento. Si no lo acepta, deberéis encontrar una solución juntos para que la relación evolucione.

#### EXPRÉSATE

Si establecéis reglas que no funcionan o con las que no te sientes a gusto, asegúrate de tener un espacio para ajustarlas, como por ejemplo: no practicar sexo con amigos, sexo únicamente si los dos participáis, siempre practica sexo seguro y nunca en casa, etc.

#### UN PASO A LA VEZ

El tiempo lo es todo. No corras. Considera tener una experiencia con otra persona y tu pareja, antes de que ambos salgáis a buscar a alguien más.

#### NO ENGAÑES

Una relación abierta funciona con la confianza de sus integrantes. Cuando te guardas los detalles (o la experiencia completa) aún cuando sea porque sabes que rompiste las reglas y no quieras hacerle daño a tu pareja, puedes causar problemas graves y grandes a tu relación.

pearlsmile  
BARCELONA

DEPILACIÓN LÁSER  
DIODO DE ALTA  
POTENCIA

BLANQUEAMIENTO  
DENTAL

Consigue hasta **9** tonos

En sólo **25** min

C/ Casanova, 34-36 - Barcelona  
933 382 052 - 601 615 039  
info@pearlsmilebarcelona.com  
www.pearlsmilebarcelona.com



THE EVER CLASSIC JEANS & BEARS & LEATHER BAR  
**NEW CHAPS**

PROGRAMACIÓN MARZO

SEX SESSIONS

Sábado / Saturday, 12 y 26

de 18:00 a 22:00 sex sessions

Orgia para maduros / bears y admiradores

de 22:00 a cierre Saturday night fever

SEX LIVE PARTY

Todos los viernes / every friday 21h hasta el cierre

Dress Code

NAKED PARTY

Todos los miércoles / every wednesday 21 h

hasta el cierre, Dress Code

HAPPY MERIENDA

Todos los domingos / every sunday 19 a 22 h

HAPPY DADDIES, MERIENDA Y COPA

Todos los jueves / every thursday 19h

para papis, daddies, maduros y admiradores

DRESS CODE: NAKED - UNDERWEAR - DESNUDO - CALZONCILLOS

DIAGONAL 365 (ENTRE PAU CLARIS Y ROGER DE LLURIA) - BCN - WWW.NEWCCHAPS.COM

La prueba del  
**VIH**  
bcn checkpoint

¡Cada 3 meses!

¡Cuidar tu salud y parar la transmisión del VIH empieza por ti!

Infórmate y pide una cita al:  
**933 182 056** [www.bcncheckpoint.com](http://www.bcncheckpoint.com)  
Carrer Ramon, 101-103 (Nerví, Jugué) 300-3 Barcelona  
Facebook: bcncheckpoint

**METRO DISCO**

BAJO TIERRA...  
ESTARÁS EN LA GLORIA

SEPÚLVEDA 185 - BARCELONA  
ABIERTO TODOS LOS DÍAS

[www.metrodiscobcn.com](http://www.metrodiscobcn.com) facebook metro disco bcn



## CÓMO PREVENIR

# LA DISFUNCIÓN ERÉCTIL

Como siempre, una alimentación con exceso de grasas, azúcares, sobremedicación, diabetes e hipertensión son los principales factores que determinan el elevado número de personas con problemas de disfunción eréctil, que cada vez sufre a edades más tempranas.

Un estudio publicado en el Boston Medical Group afirma que dos de cada diez españoles con edades entre los 20 y 40 años han experimentado esta patología alguna ocasión.

La disfunción eréctil en personas menores de 60 años suele ser transitoria, pero si no se trata adecuadamente puede convertirse en permanente, por lo que se hace necesario acudir al especialista y llevar a cabo algún tipo de tratamiento.

Como si fuera poco, hábitos tóxicos tales como el tabaquismo, también se han asociado a la presencia de disfunción eréctil, por todo ello, queda más que claro que llevar

un estilo de vida saludable no sólo es recomendable para lucir mejor y prevenir enfermedades, sino también, para ser buenos jugadores en la cama.

Ante este tipo de patologías, lo mejor es prevenir y que mejor remedio que practicar una vida sana, incrementando el ejercicio y siguiendo una dieta similar a la de los deportistas: rica en proteínas, aminoácidos y vitaminas.

Las conclusiones del estudio ponen de manifiesto las virtudes del ejercicio físico para contrarrestar los perniciosos efectos para la salud de la mala alimentación, ya no solo los relacionados con el sobrepeso y la obesidad, sino también con las enfermedades coronarias y la hipertensión arterial.

Sin embargo, además de seguir una vida sana y saludable, a través de alimentos bajos en grasa y ejercicio de forma habitual, existen alimentos que reducen el riesgo de disfunción.



Además de llevar una vida activa y libre de sustancias tóxicas, la dieta puede ayudarnos a revertir o prevenir la disfunción eréctil, por ello a continuación os mostramos algunos alimentos que pueden ayudarte:

### FRUTOS ROJOS

Los arándanos, las uvas negras, las grosellas y todo tipo de frutos rojos son ricos en antocianinas que recientemente se han asociado con menor incidencia de disfunción eréctil.

### TÉ NEGRO

Es una excelente fuente de flavonoides con poder antioxidante y estimulante de la circulación sanguínea que también se han vinculado a menor presencia de disfunción eréctil.

### FRUTOS SECOS Y SEMILLAS

Son ricos en ácidos grasos insaturados e ingredientes propios de la dieta mediterránea que se han vinculado a mejor función sexual y por ello, pueden ayudarnos a resolver o evitar problemas de erección.

### COLES

Repollo, brócoli, lombarda, coliflor y semejantes son alimentos ricos en flavonoides que pueden ayudarnos a luchar contra la disfunción eréctil.

### AJOS

Por tener un efecto vasodilatador y contribuir a una mejor circulación sanguínea, también puede ser un alimento de mucha ayuda para enfrentar con éxito la disfunción eréctil.

### VINO TINTO

Consumido con moderación, por ejemplo, una copa al día, puede favorecer nuestra función sexual por su alto contenido en polifenoles antioxidantes que mejoran la circulación de la sangre.

### CÍTRICOS

También son fuente de flavonoides que influyen positivamente sobre la salud vascular y por lo tanto, resultan aliados contra la disfunción eréctil.

Como podemos ver, no son pocos los alimentos que pueden ayudarnos a luchar contra la disfunción eréctil, pero debemos considerar que éstos alimentos por sí solos no hacen milagros, sino que en el marco de un estilo de vida saludable pueden ayudarnos a frenar enfermedades, lucir mejor y además, prevenir o revertir la disfunción eréctil.

Tu dieta no sólo es importante para estar en forma, sino también, para cuidar la salud y resultar un verdadero ganador en la cama.

**TÓN VANGARD**

DO YOU VANG?

DIPUTACIÓ, 191  
08011 BARCELONA  
+34 934537972

4242 N. FEDERAL HWY  
Fort Lauderdale, FL USA  
+1 954-440-0493

#pantönvang  
#TÖNVANGARD  
#tonvanglife

THE BRAND NEW STYLIST CREATION

[www.tonvangard.com](http://www.tonvangard.com)

**RE BAR**

DONDE TUERES LA REFERENCIA

CONSELL DE CENT 247  
08011 BARCELONA



## EL ESTRÉS, EL ENEMIGO DE LA HIPERTENSIÓN

La hipertensión arterial está vinculada directamente al sistema nervioso, por ello cualquier trastorno emocional puede ser causa del desarrollo de esta enfermedad, según se desprende de un reciente estudio que enfrentarnos bien el estrés podría alejarnos de esta patología.

Este estudio analizó la tolerancia al estrés de más de 1 millón y medio de personas sanas entre 1969 y 1997 observándose que quienes tenían menor capacidad para sobreponerse al estrés a los 18 años de edad, eran precisamente los que mayores tasas de hipertensión arterial tenían en la edad adulta.

Ésta consonancia al margen de otros factores como socioeconómicos, antecedentes familiares o índice de masa corporal, aunque quienes tenían baja capacidad de enfrentar el estrés y además sufrían de sobrepeso tenían más riesgo de desarrollar la enfermedad cardiovascular.

Esto no indica que una baja tolerancia al estrés puede conducirnos a la hipertensión, sino que, quizá, aprender a enfrentar este mal tan actual y prevalente podría ayudarnos a mantenernos lejos de la enfermedad.

Entonces, lo recomendable para cuidar la salud y mantenernos alejados de enfermedades que puede ocasionar el estrés tales como la hipertensión arterial, lo recomendable es siempre desarrollar estrategias que nos ayuden a recuperarnos y/o tolerar el estrés, por ejemplo:

Fijar prioridades y establecer relevancia de diferentes aspectos que pueden ser causa de estrés, de manera de adjudicarle un valor real a cada problemática sin estresarnos en exceso por cuestiones sencillas.

Aprender a decir que NO ante la oferta de tareas y responsabilidades ajenas que no nos aportan nada.

Administrar tiempos y horarios correctamente, dejando tiempo para nuestro esparcimiento

Mantener una actividad física regular que, no ayudara a reducir la tensión y enfrentar mejor el estrés.

Mantener una dieta equilibrada acompañada de el descanso diario, ya que ambos factores influyen sobre nuestro nivel de estrés. Llevar una alimentación sana y escoger alimentos adecuados puede ayudarnos a reducir el estrés al igual que asegurarnos de descansar lo suficiente cada noche.

Además de estos recursos podemos adoptar hábitos saludables, todos aquellos que nos ayuden a minimizar síntomas del estrés sobre nuestro cuerpo que pueden condicionar la salud del organismo, como son el bajo rendimiento mental, insomnio, fatiga, o irritabilidad.

Si conseguimos controlar nuestro nivel de estrés, no sólo nos alejaremos de la hipertensión arterial a largo plazo y además mejoraremos nuestra calidad de vida.

# La Rostisseria del barri

Dilluns a dissabte de 12h a 24h

Diumenge de 11h a 23h

Servei a domicili - Take away / Delivery



# 7,50€

## LA CUINA, COM A CASA

Tel. 93 222 07 97

WhatsApp. 673 597 167

www.pollosadomicilio.cat

Diputació 338. BCN 08009



# TARANIS T

Moda para grandes hombres



HORARIO

De Martes a Viernes

de 10:00h a 13:45h y de 16:30h a 20:00h

Sábados

de 10:00h a 15:00h

Domingos y Lunes: Cerrado



Rocafort 223 - 08029 Barcelona Entenza (línea 5)

tiendapetroleotallasgrandes@gmail.com - Tel. 93 494 00 64

Web: taranis-fashion-men.com/es

# Berlin

dark

BARCELONA

hard & fetish bar

berlindark.com

passatge Prunera, 18 (BCN) - M-Línea 3 "Poble Sec"

\*TUESDAY ..... Underwear party

\*WEDNESDAY..... hetero-gay SM session Club Bastards

\*THURSDAY..... Naked party

\*FRIDAY..... (No strict dress code) Fun & Sex

\*SATURDAY..... (No strict dress code) Fun & Sex

\*SUNDAY..... 1st Sunday on the month SUNsexDAY

Others Sunday: Fuck my hole

### SPECIAL EVENTS EVERY MONTH

the DARK FIST (FF meeting)

ATHLETES (sportgear and sneakers)

KINGS of PISS (piss session)

FALLEN ANGELS (BDSM session)

+info



# La Estrella

## RESTAURANT CAFETERIA

Gran Variedad  
en Carta

Carnes y Mariscos  
Gallegos

MENÚ MEDIODIA: 9'5€ (lunes a viernes)

MENÚ NOCHE: 10'6€ (lunes a jueves)

VIERNES NOCHE, SÁBADO Y DOMINGO: 12'6€



Aragón 185 - BCN (esquina Muntaner)

Reserva de mesas: 93 323 01 49



## FITNESS EN EL GYM MODERNO

Por supuesto la mayoría de las tendencias, son modas que llegan al mundo del fitness como un vendaval, pero se desaparecen o caen en olvido en cuanto aparecen otras. Pocas son las que resisten y se quedan junto a nosotros, ya sea porque son realmente actividades y ejercicios realmente efectivos y que aportan una mejora a nuestro entrenamiento (por ejemplo el Pilates) o porque sin aportar ninguna novedad a nivel de entrenamiento si supone un plus en entretenimiento y diversión a la hora de realizarlo.

### CLASES COMBO

Son clases que combinan 2 o más actividades fitness en una sesión pero de un forma efectivamente innovadora. No estamos hablando de en una misma sesión hacer 30 minutos de Body Combat y 30 minutos de Body Pump o algo parecido. Las actividades se combinan durante toda la sesión y en otros se divide el tiempo pero la pauta de la transición entre ejercicios es esencial y marcará la diferencia entre una simple unión de clases y una clase combo.

### HIIT EN GRUPO (ENTRENAMIENTO A INTERVALOS DE ALTA INTENSIDAD)

La búsqueda por la máxima efectividad en el menor tiempo posible está posicionando todas las variaciones de HIIT de

manera contundente en los gimnasios modernos. Es una de las maneras más efectivas para quemar grasa y aumentar resistencia pues gracias a él optimizamos la capacidad para oxidar grasa y glucosa. Consiste en mezclar períodos cortos de entrenamiento verdaderamente intenso en torno al 90% de nuestro ritmo cardiaco máximo con otros períodos también muy cortos a intensidad moderada o baja, con descanso activo. Uno de sus beneficios más importantes es que es capaz de acelerar el metabolismo durante más de 24 horas, con el consiguiente aumento en la quema de grasas durante todo ese período.

### EL WELLNESS COACH

Es la evolución natural del entrenador personal. En un mundo como el actual en el que de 168 horas que tiene la semana, dedicamos únicamente entre 3 y 5 a entrenar, está claro que para optimizar los resultados y conseguir algunos objetivos es necesario algo más que entrenar duro esas 3 a 5 horas. El wellness coach, no sólo guía tu entrenamiento en el gimnasio, además analiza tu modo de vida, tus costumbres y te ayuda a cambiarlas poco a poco y a un ritmo personalizado para que consigas una verdadera evolución vital. La clave de todo es que no sólo te enseña los buenos hábitos, también consigues aprender a apreciarlos. Cuidarte, en un punto del proceso, deja de ser una obligación y comienza a ser una fuente de placer.

# PRIDE BARCELONA 2016

L'ORGULL LGTBI DE CATALUNYA

**PERSONES TRANS\***  
tan comuns, com diversxs

VINE A CELEBRAR L'ORGULL  
DEL MEDITERRANI!

DEL  
28 DE JUNY  
AL  
9 DE JULIOL

PRIDE PARTIES  
8-9  
DE JULIOL  
(MOLL DE LA FUSTA)

PRIDE PARADE  
9  
DE JULIOL  
(PLAÇA D'ESPANYA)

1876  
Estrella  
Damm



# ESCAPADAS ALTERNATIVAS POR SEMANA SANTA

Texto de **David Bigorra**

Nos encanta la Semana Santa, pero que nadie se engañe, aquí a nadie se le ocurre ir de penitente a alguna procesión, con o sin túnica (alguno devoto gay habrá), nos encanta por que suponen 4 o 5 días de fiesta para poder escapar de la vida monótona y huir a algún destino relativamente cercano mientras familiares y vecinos se dedican a los rezos y penitencias varias, con o sin cadenas y otros fetiches.

Así pues, nuestras propuestas pasan por tres destinos, **Londres, Bruselas y Berlín**. Alguien dirá que son un clásico, pero muchos aún tienen pendiente descubrir alguna de las tres o incluso las tres, así que no estaría de más recordar sus encantos, que no son pocos.

Como es de recibo, os hablaremos de donde están los mejores locales de ambiente para salir y disfrutar de la noche, pero como los días tienen 24 horas, también os recordaremos los mejores atractivos turísticos que podréis encontrar.

## LONDRES

El Soho es el barrio gay más famoso, no sólo en la capital inglesa sino en todo el mundo. Es además el corazón de la

vida bohemia de la ciudad y la zona turística más frecuentada por los que vienen a la ciudad.

Old Compton Street es la calle más gay de Europa. A las seis de la tarde muchos locales ya están a tope como Rupert St Bar, Escape Bar o G.A.Y. Bar. Baila sin parar en The Edge o en White Swan, un local que lleva abierto más de 20 años.

Londres es la capital europea con más clase. Lo clásico se mezcla con lo más moderno, sus calles, siempre llenas de gente, sus parques, tranquilos pero a la vez concurridos, y una diversidad cultural la hacen única en el mundo. La ciudad está en constante movimiento, con un cambiante paisaje gracias a las modernas edificaciones que podemos encontrar en toda la ciudad, especialmente a orillas del Támesis, sus museos y galerías de arte. Londres ha conseguido reinventarse a sí misma en este nuevo siglo XXI. Lo verde tiene mucha importancia para la ciudad, ya que por ella se dispersan tal cantidad de zonas verdes, cuidadas y decentadas, que es imposible no encontrarte con algunos de ellos; el 30 por ciento de Londres está cubierto de espacios verdes. Se tienen censados 143 parques y jardines, que son magníficos, como Hyde Park.



La emblemática fiesta de La Dementia en Bruselas

Miles tiendas que ofrecen todo lo que te puedas imaginar, no te sentirás defraudado si deseas ir de compras. De todo encontrarás, desde lo más in en Bond Street, o lo más underground en los mercadillos callejeros de Camden, Notting Hill o Brick Lane.

Son de visita obligada los cuatro monumentos declarados Patrimonio de la Humanidad: el Palacio de Westminster, la Torre de Londres, el conjunto arquitectónico y el parque del Museo Marítimo Nacional de Greenwich y los Reales Jardines Botánicos de Kew. Si es tu primera visita, empieza por aquí.

La capital británica tiene más de doscientos lugares de interés turístico de entrada gratuita. Sin duda, ninguna otra ciudad del mundo ofrece tanto por tan poco. Entre tanta infinidad de alternativas uno tiene que escoger, ya que el tiempo para el turista es limitado. Así pues te recomendamos que no te pierdas la riqueza histórica de las exposiciones que acoge el Museo Británico, los maravillosos parajes de Kenwood House, visitar el Museo Británico, el Victoria and Albert Museum, el Museo de Historia Natural o el Museo de la Ciencias que te puede llevar fácilmente un más de un día entero.

La plaza del Soho, que por intuición uno ya se imagina donde está, es el verdadero pulmón del ambiente gay de Londres. No sólo de tiendas, cervezas o fiestas se nutre el hombre, los parques son también un buen lugar para disfrutar del tiempo libre, para leer, pasear con tu amigo o amigos e incluso tomar el sol a falta de playa cercana. Encontrarse con un día soleado de primavera y verano (no sólo hay lluvia y niebla en Londres) es motivo suficiente como para dirigirse a Soho

Square y pasar allí perfectamente dos y tres horas contemplando la gente que también acude al lugar.

A pesar de estar situada en el centro de la ciudad, la tranquilidad es predominante, por lo que es fácil echar una pequeña cabezadita si te relajas demasiado, aunque eso puede llegar a ser difícil ya que es imposible no echarle el ojo a los cientos de chulazos que circulan por el jardín. La hora de máxima afluencia es entre la una y las dos y media de la tarde, cuando ves llegar en absoluto peregrinaje a todos esos chicos que van entrando por los distintos accesos del parque, solos, en grupo de amigos, o cogidos de la mano con su pareja para almorzar tumbados en la hierba.

## BRUSELAS

Bruselas es una ciudad sorprendente. Su condición de sede de la Unión Europea y de la OTAN le ha brindado una injusta fama de ciudad de negocios, llena de burócratas. Sin embargo, Bruselas es una ciudad con un casco antiguo preservado en el tiempo, con una plaza central (La Grand Place) que muchos dicen es la más bonita de Europa, estando rodeada de arquitectura modernista y de museos de primer orden mundial. A ello, le unimos una excelente gastronomía y sin olvidarnos de un encantador barrio gay colindante a la Grand Place, son motivos suficientes para visitar la ciudad.

En Bruselas el ambiente es bastante amigable, de gente abierta y divertida, que no se hace extraña, aunque seas extranjero. Y es que la ciudad es muy cosmopolita y se le considera una pequeña torre de babel, por su mezcla culturas.



Puerta de Brandeburgo en Berlín

Fiestas emblemáticas para la Flash Tea Dance los domingos en You Nigh Club, o La Demence en Fuse, son imprescindibles dentro del circuito europeo.

Concentrados prácticamente entre la Grand Place y nuestro pequeño amigo el Manneken Pis, en los alrededores del Boulevard Anspach, se encuentran los bares, restaurantes y tiendas del ambiente.

Ya que toda nuestra propuesta se encuentra en el centro, no olvidéis el circuito del cómic. Paredes y edificios están pintados con escenas del personaje Tintín, las encontrareis paseando por las calles o en cualquier pequeño rincón. La meta, es llegar al Museo del Cómic, donde disfrutareis con los personajes de toda la vida e incluso los podréis tocar.

## BERLÍN

Sin duda la capital fetish de Europa. Aquí lo negro y el cuero es más corriente en prácticamente cualquier *antro* gay de la ciudad. El pequeño inconveniente de la ciudad es que es muy descentralizada, existen numerosos barrios repartidos en una extensión muy grande (recuerda que son dos ciudades en una ahora) y eso se nota en todo momento. Siempre tenemos la opción de quedarnos por los alrededores del barrio de **Schönberg**, barrio gay por excelencia si disponemos de pocos días (un fin de semana) con más tiempo, recorrer la ciudad en metro es la mejor opción.

Visitas imprescindibles para tu primera vez en Berlín son:

- **Reichstag**. Es la sede del Bundestag (Parlamento de la República Federal de Alemania).

- **Puerta de Brandeburgo**. A poca distancia del Reichstag, este monumento se situó en la llamada tierra de nadie, espacio que separaba el muro y las torres de vigilancia de la policía de la RDA.

- **El Muro**. Para hablar del muro se necesitarían centenares de páginas, miles de historias de familias divididas, centenares de muertos y decenas de películas han usado este muro para explicar lo que supuso esta división

- **Potsdamer Platz**. Situada en el corazón del Berlín Occidental, se encuentra esta plaza que en los años 20 poseía la misma actividad comercial y cultural que Nueva York.

- **Alexanderplatz**. El antiguo centro de Berlín Este. Una inmensa plaza prácticamente aséptica donde se puede vivir aun lo que significó e impuso el régimen comunista, un legado que perdura prácticamente intacto.

- **Schwules Museum**. El museo gay de Berlín. El único museo en Europa de estas características, muestra el lifestyle gay en el transcurso de la historia, centrada en Alemania pero sin olvidar el resto del mundo.

Si quieres realmente tomarle el pulso a Berlín, conocer el rincón más pequeño, nada mejor que **recorrer en bicicleta** la ciudad con un guía que te mostrará y te contará esa otra historia que no sale en las guías y los libros. Visitar el muro, por delante y por detrás o por las calles más perdidas es lo que te ofrecen en Berlín on Bike! ([www.berlinonbike.de](http://www.berlinonbike.de)). Otra opción interesante es un viaje a través del tiempo por el Berlín del Este con un **Trabi**, ese único coche que poseían en la RDA y por el cual tenían que esperar nada menos que veinte años para conseguir uno.





**OPEN**  
**24H/7**  
DAYS

**NO TE CONFORMES  
CON MENOS**

**DON'T SETTLE  
FOR LESS**

Síguenos en: / Follow us on:



### THERMAS

**THE PLACE WHERE  
YOUR DREAMS CUM TRUE**  
DONDE TUS SUEÑOS SE HACEN REALIDAD

DIPUTACIÓ 46, BARCELONA

### CASANOVA

**THE  
GAYXAMPLE SAUNA**  
LA SAUNA DEL BARRIO

CASANOVA 57, BARCELONA

### CONDAL

**5 MINUTES FAR  
FROM PLAÇA CATALUNYA**  
A 5 MINUTOS DE LA PLAÇA CATALUNYA

ESPOLSASACS 1, BARCELONA

### BARCELONA

**THE BIGGEST GAY  
WHIRLPOOL IN EUROPE**  
LA PISCINA GAY MÀS GRANDE DE EUROPA

Ç. TUSET 1, BARCELONA

**WWW.SAUNASPASES.COM**



---

## GRANDES HOMBRES

---

Como todo en este mundo, la moda y las tendencias, la mayoría de las veces vienen estereotipadas por un patrón base. Ser delgado es un recurso fácil para la sociedad en la que vivimos y todos intentamos agarrarnos a él, pero realmente no es más que un estado físico. El buen gusto es un don que no todo el mundo posee y se manifiesta en cualquier tipo de persona independientemente de su color, sexo, origen y constitución física.

A muchos hombres corpulentos les gusta cuidar su estilo y nos gusta. Jóvenes y no tan jóvenes, con looks urbanos, underground o gentleman, son objeto de múltiples miradas, por lo que al fin y al cabo, si escogemos bien la prenda y conocemos que es lo que nos queda bien a cada uno, la diferencia entre una talla “M” y una “XL” es mínima.



1



2



3



4



5



1 **Berluti** - leather briefcase

2 **H&M** - Blue Pug Motif Socks

3 **Topman** - Khaki Bomber Jacket

4 **Moleskine** - Funda tipo libro clásico iPhone 6

5 **Shiseido** - Skin Empowering Cream

## RÁPIDA, POTENTE Y COMPACTA

### PowerShot G7 X Mark II

Con 20,1 megapíxeles y un zoom óptico 4,2x esta cámara es perfecta para captar fotos y vídeos que merezca la pena compartir y exhibir, sin usar filtros. ofrece un manejo intuitivo y un acceso inmediato a los controles más utilizados. Su óptica de precisión y su alta velocidad esta pensada para aquellos usuarios que quieran fotografiar con su estilo propio.



# LOS GADGETS QUE NECESITAS



## CONOCE TU CUERPO

### SCP fit pro - Pulsera wellness

Pulsera con reloj, control de actividad física, computo de pasos y control de sueño. Basta con conectar el dispositivo a nuestro smartphone IOS o Android para seguir la evolución de tu cuerpo. ¡Notarás la mejoría enseguida!



## BOMBILLA INTELIGENTE

### Hue A60 E27 de Philips - Bombilla inteligente

La bombilla blanca y de color adicional Hue de Philips emite una luz blanca y de color de intensidad regulable según la ocasión, que podrás controlar desde cualquier parte con tu smartphone, para crear el ambiente que más te guste.



## EL PRIMER ALL-IN-ONE

### Acer Chromebase de 24"

Cuenta con la pantalla más grande de todos los dispositivos con Chrome OS del mercado con resolución FullHD (1920x1080) Una memoria RAM DDR3L de hasta 8GB y lo último en procesadores Intel®Core™ que ofrece una experiencia de cómputo fluida.



**VIDEOJUEGOS / Tom Clancy's: The Division.** El título fue desvelado en el E3 de 2013 y mezcla características de los MMO y el rol en una historia postapocalíptica donde deberemos avanzar y sobrevivir a través de las armas. El juego se mueve gracias al motor Snowdrop para generar un mundo donde lo gráfico y las físicas sobresalen en un título con mecánicas jugables también revolucionarias.

**PLATAFORMAS:** PS4 / PC / Xbox One



**VIDEOJUEGOS / EA UFC 2.** La continuación del juego de artes marciales mixtas de EA, mejorará el sistema de animaciones y recreaciones de los atletas, añadiendo un nuevo sistema denominado Knockout Physics System, que cambiará la jugabilidad, haciéndola más realista. Además, tendrá el plantel de luchadores reales de las MMA más grande jamás visto en un título del género

**PLATAFORMAS:** PS4 / Xbox One



**ANDROID/IOS. Vibbo.** Es una app de anuncios gratuitos donde puedes comprar y vender artículos de segunda mano de forma fácil, rápida y, sobre todo, segura. Más de 2 millones de productos en venta relacionado con oci, deportes, electrónica, moda y belleza... ¡Vívelo y vendelo!



**ANDROID/IOS. Uber.** Un servicio de alquiler de chofer bajo pedido que te permite pedir choferes privados a través de la aplicación. Envía al chofer más cercano a tu ubicación. El servicio provee una solución cuando no tienes efectivo encima y los cargos se hacen directamente a tu tarjeta de crédito.



**ANDROID/IOS. Ameego.** Los usuarios no tendrán que preocuparse porque sea tarde o porque su nuevo amigo les haya dado plantón. La aplicación se basa en que los usuarios paguen por hacer nuevos amigos, para acompañar al cine, para que te haga de guía local por la ciudad o mil alternativas más.



# ¡Al rico Jamón Ibérico!

El jamón habitualmente ha sido considerado como uno de los alimentos "no recomendados" en la correcta dieta para deportistas, pero realmente es un error de concepto garrafal. Por supuesto existen diversas clases de jamón (de bellota, de recebo, de cebo), cada una de ellas en base en a su tiempo de curación, de el peso y los años de vida del cerdo, así como a la alimentación que ha recibido el animal durante su crianza.

El cerdo 100% ibérico, de la única especie de la que puede provenir este jamón, **es una raza autóctona única**, la cual requiere condiciones de vida excepcionales y una alimentación basada principalmente en bellotas.

El cerdo 100% ibérico llega a caminar hasta 14 kilómetros diarios en busca de sus bocados preferidos, ya que de lo que se come se cría, es un auténtico sibarita. Y por ello cada cerdo ibérico para poder para engordar tan solo un kilo necesita ingerir aproximadamente unos 12 kg. de bellotas. La bellota ingerida se acumula en forma de ácidos grasos insaturados que son infiltrados en sus músculos, lo que aporta una textura y un sabor inigualables.

También se denomina habitualmente al jamón dependiendo de su lugar de origen aunque siempre debe ser jamón ibérico, y, preferentemente, jamón de bellota. Una de las exigencias de dicha denominación de origen es que cada cerdo 100% ibérico tenga una superficie mínima de una hectárea para que se desarrolle favorablemente.

## ¿Sabías que la grasa entevanada es realmente beneficiosa para todos los deportistas?

El jamón ibérico es positivo para controlar el exceso de colesterol malo, ya que contiene importantes cantidades de grasas instauradas, con un 55% de ácido oleico monoinsaturado, sólo siendo superada en este sentido por el aceite de oliva. Eso sí, es el jamón de bellota el que presenta las mejores "prestaciones" en este sentido.

El **jamón ibérico** también contiene minerales, tales como el calcio, el fósforo, el magnesio, el cobre, el hierro o el zinc, así como vitaminas del grupo B: B1, B2, B6 y B12. También en menor proporción el jamón ibérico te va a aportar antioxidantes para que te recuperes muscularmente de tus sesiones más duras.

El jamón ibérico contiene 33 proteínas por cada 100 gramos, prácticamente el doble que el jamón serrano. La cantidad de grasas en el jamón ibérico es del orden del 11%, la mitad, prácticamente, que en el jamón serrano. Finalmente, las kilocalorías que contienen el jamón ibérico, por cada 100 gramos, son unas 200, mientras que en el caso del jamón serrano es de unas 280. **Las cifras, pues, son aplastantes en favor del jamón de calidad.**

Así que ya sabéis, jamón sí, ¡pero Ibérico! Un alimento muy completo y que aporta muchas ventajas respecto a otros.

# Restaurante El Bierzo a Tope



UN PEQUEÑO RINCÓN DE LEÓN EN BARCELONA

Menú de Mediodía de 9,95€ y de Fin de Semana de 13,95€ - Especialidades en: Cordero al horno, carnes y productos del Bierzo

VEN A PROBAR NUESTRA CARTA **XXL** ¡TE SORPRENDERÁ!



Diputación, 159 - 08011 Barcelona - Tel. 93 453 70 45

## Nuevos tratamientos en **no+vello**.

### reductor anticelulítico

Elimina la grasa localizada y combate la celulitis. Reduce de 1 a 3 cm.

### refirmante corporal

Recupera la firmeza de tu piel dejándola mucho más tersa y saludable.

**+esthetic**  
no+vello

### activo facial

Tratamiento facial que mejora y potencia las necesidades de tu piel de forma personalizada.

### blanqueamiento dental

Recupera el blanco original de tus dientes. **Aclarando hasta 8 tonos!**



“PRUEBA GRATUITA” ✂

**20% DE DESCUENTO  
EN FOTODEPILACIÓN**

**CON LA PRESENTACIÓN  
DE ESTE CUPÓN  
PROMOCIÓN EXCLUSIVA  
DE NO+VELLO  
CONSEJO DE CIENTO 218**

#### DESCÚBRELOS EN:

Horario de lunes a viernes de 10.00 - 21.00  
Sábados de 10.00 - 19.00

Consejo de ciento 218

(esquina casanova)

Teléfono 934543206 y 691207174

mailto:ejemplo@nomasvello.com

TRATAMIENTO	PRECIO/SESION
BLANQUEAMIENTO DENTAL	30€*
REFIRMANTE CORPORAL	15€*
ACTIVO FACIAL	15€*
REDUCCIÓN VOLUMEN	15€*

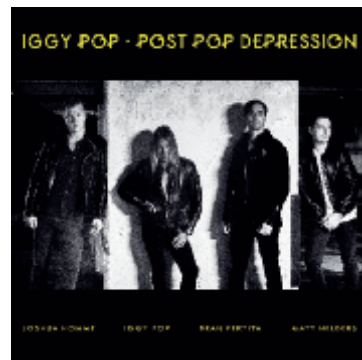
\* Ver condiciones en [www.nomasvello.es](http://www.nomasvello.es)



*El poeta Halley* es el título del octavo álbum de **Love of Lesbian**. El resultado son canciones de una duración más larga de la habitual. El arte gráfico es obra de Sergio Mora. Como primer single *Bajo el volcán*.



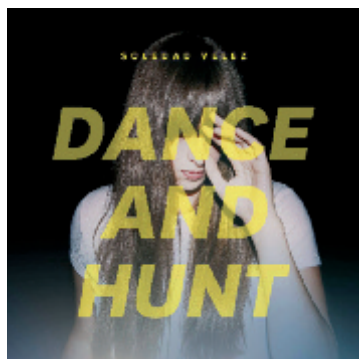
*Chaosmosis* es el undécimo álbum de estudio de **Primal Scream**. Una colección de 10 cortes que aparece vía First International, sello de la propia banda. Como primer single *Where the light gets in*.



*Post pop depression* es un álbum de **Iggy Pop** con la estrecha colaboración de Josh Homme (Queens of the stone age, Eagles of death metal). Como primer single *Gardenia*, y como segundo *Break into your heart*.



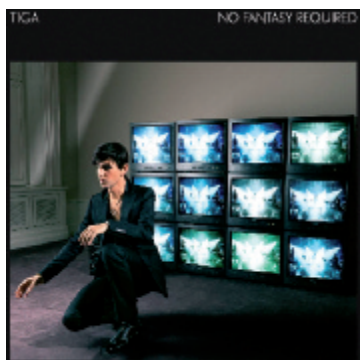
*You know who you are* es un álbum de **Nada Surf**. Es el octavo disco de la banda, el quinto que ve la luz bajo Barsuk Records. Saldrá al mercado en formato CD, vinilo, y digita. El primer single es *Believe you're mine*



*Dance & hunt* es el tercer álbum de **Soledad Véllez**, dando continuidad a '*Wild fishing*'. Como primer single, *Jeanette*. En este su tercer álbum, producido por ella misma, dando un giro electrónico a su sonido.



*Contra las cuerdas* es el cuarto álbum de **Sidecars**. Con una selección de canciones de los tres primeros álbumes en estudio del grupo, y con algún tema nuevo, como el primer single, *La tormenta*.



*No fantasy required* es el tercer álbum de **Tiga**, para el que cuenta con la colaboración de Hudson Mohawke, Jake Shears (Scissor Sisters), y Matthew Dear. Con *Planet E* como uno de los adelantos.



*Erló* es el título del cuarto álbum de **Grises**, nombre de la cumbre más elevada del macizo de Irratiz y grabada en los Gaztain Estudios. Con *Avestruz* como primer single, aunque como primer avance se estrena antes *Plutón*.



*No soy nadie* es un álbum de **Kutxi Romero**. Un trabajo de lo más electrizante, con *Vengo del Mercado* como single principal, una gira en formato acústico con Juanito Lorente (Bocanada) y Pete Marco (Pasternak)



# GWEN STEFANI

## This is what the truth feels like

**G**wen Stefani conseguía el pasado invierno un éxito moderado con su último single post-divorcio, 'Used to Love You', que era mucho mejor recibido que los dos sencillos previos de la cantante, 'Baby Don't Lie' y 'Spark the Fire', y que, en un punto del año, lograba incluso el top 3 en iTunes USA solo por detrás los dos pesos pesados del momento, 'Hello' de Adele y 'Sorry' de Justin Bieber.

*This is what the truth feels like* es el tercer álbum en solitario de Gwen Stefani.

Con varios avances que al final no forman parte de esta colección, al retrasarse varios



meses el lanzamiento. Cortes como Baby don't lie, Spark the fire, My heart is open con Maroon 5 (incluida en V, el disco de 2014 del grupo de Adam Levine), y Together con Calvin Harris (incluida en Motion, el

álbum del DJ y productor escocés). Como primer single oficial Used to love you, y como segundo Make me like you. Se esperan colaboraciones de Pharrell Williams y LunchMoney Lewis.

# SAN LEON

## Revolution

**R**evolution es, en efecto, una revolución. Una revuelta sonora guiada por sintetizadores expansivos, ritmos aplastantes y una paleta de influencias cada vez más amplia. Cruzando la euforia de la EDM con la nocturna sensualidad del R&B, el disco presenta 10 rotundas composiciones de pop sintético. En ellas, melodías exultantes dibujan viñetas de amor, vida, muerte y vicio de sabor agríndice, como recuerdos velados después de una noche memorable.

Incluye dos versiones. Una versión de "El Quijote" de Julio Iglesias adaptada al francés por el propio Aldo y, por el otro, una



bulería con una letra en inglés y la aportación del jovencísimo guitarrista Paco León. Compuesto en solitario por Aldo en la casa de Barcelona que comparte con su esposa Macarena Gómez y su hijo Dante,

"Revolution" fue grabado y producido por Paco Loco en su estudio del Puerto de Santa María. El disco también cuenta con producción del DJ y productor barcelonés Radiocontrol y la artista de nu-soul Izah.



## BATMAN VS SUPERMAN:

EL AMANECER DE LA JUSTICIA

**Dirección:** Zack Snyder

**Intérpretes:** Henry Cavill, Ben Affleck, Amy Adams, Laurence Fishburne,

**Género:** ACCIÓN

**País:** USA

**Duración:** 151min. **Estreno:** 23/03/2016

Superman se ha convertido en la figura más controvertida del mundo. Mientras que muchos siguen creyendo que es un emblema de esperanza, otro gran número de personas lo consideran una amenaza para la humanidad. Para el influyente Bruce

Wayne, Superman es claramente un peligro para la sociedad, su poder resulta imprudente y alejado de la mano del gobierno. Por eso, ante el temor de las acciones que pueda llevar a cabo un superhéroe con unos poderes casi divinos, decide ponerse la máscara y la capa para poner a raya al superhéroe de Metrópolis. Enfrentados entre sí, el Hombre de Acero y Batman, se sumergen en una cruel contienda. La rivalidad entre ellos está alimentada por el rencor y la venganza, y nada puede disuadirlos de librar esta guerra.



## BONE TOMAHAWK

**Dirección:** S. Craig Zahler

**Intérpretes:** Kurt Russell, Patrick Wilson, Matthew Fox, Lili Simmons, Richard Jenkins

**Género:** WESTERN/TERROR

**País:** USA

**Duración:** 133min. **Estreno:** 4/03/2016

S. Craig Zahler dirigirá el western de terror "Bone Tomahawk", con Kurt Russell. En la película, un sheriff, un pistolero, un viejo confuso y un cowboy intentarán rescatar a un grupo de personas que han sido hechas prisioneras por unos caníbales.

Año 1850. Llega a Bright Hope un forastero que rápidamente levanta las sospechas del sheriff (Kurt Russell), el cual le detiene después de una disputa. Una bella mujer (Jennifer Carpenter) decide cuidar del preso hasta que una noche ambos desaparecen.

Debido a que la única pista es una flecha que pertenece a una tribu de caníbales, el sheriff irá en búsqueda de la joven acompañado de algunos hombres entre los que se encuentran un vaquero (Peter Sarsgaard) y un anciano (Richard Jenkins).



## LA SERIE DIVERGENTE:

### LEAL

**Dirección:** Robert Schwentke  
**Intérpretes:** Leonardo DiCaprio, Tom Hardy, Domhnall Gleeson, Will Poulter  
**Género:** AVENTURAS **País:** USA  
**Duración:** - **Estreno:** 11/03/2016

Varios días después de conocer revelaciones trascendentales, Tris debe escapar con Cuatro y el resto del grupo, y llevar a cabo un gran desafío: descubrir el mundo al otro lado de la muralla. Al marchar más allá del muro que rodea Chicago, el grupo dejará atrás la única ciudad y familia que

conocen. Una vez fuera, la nueva realidad que descubren es aún más inquietante que la que habían dejado atrás. Todo aquello que presuponían como cierto, pierde cualquier sentido tras la revelación de nuevas verdades explosivas.

Será entonces cuando Tris y Cuatro deberán decidir con urgencia en quién confiar mientras se inicia una guerra despiadada que amenaza a toda la humanidad, más allá de las paredes que rodean Chicago. La heroína se verá forzada a tomar decisiones imposibles basadas en el coraje, la lealtad, el sacrificio y el amor.



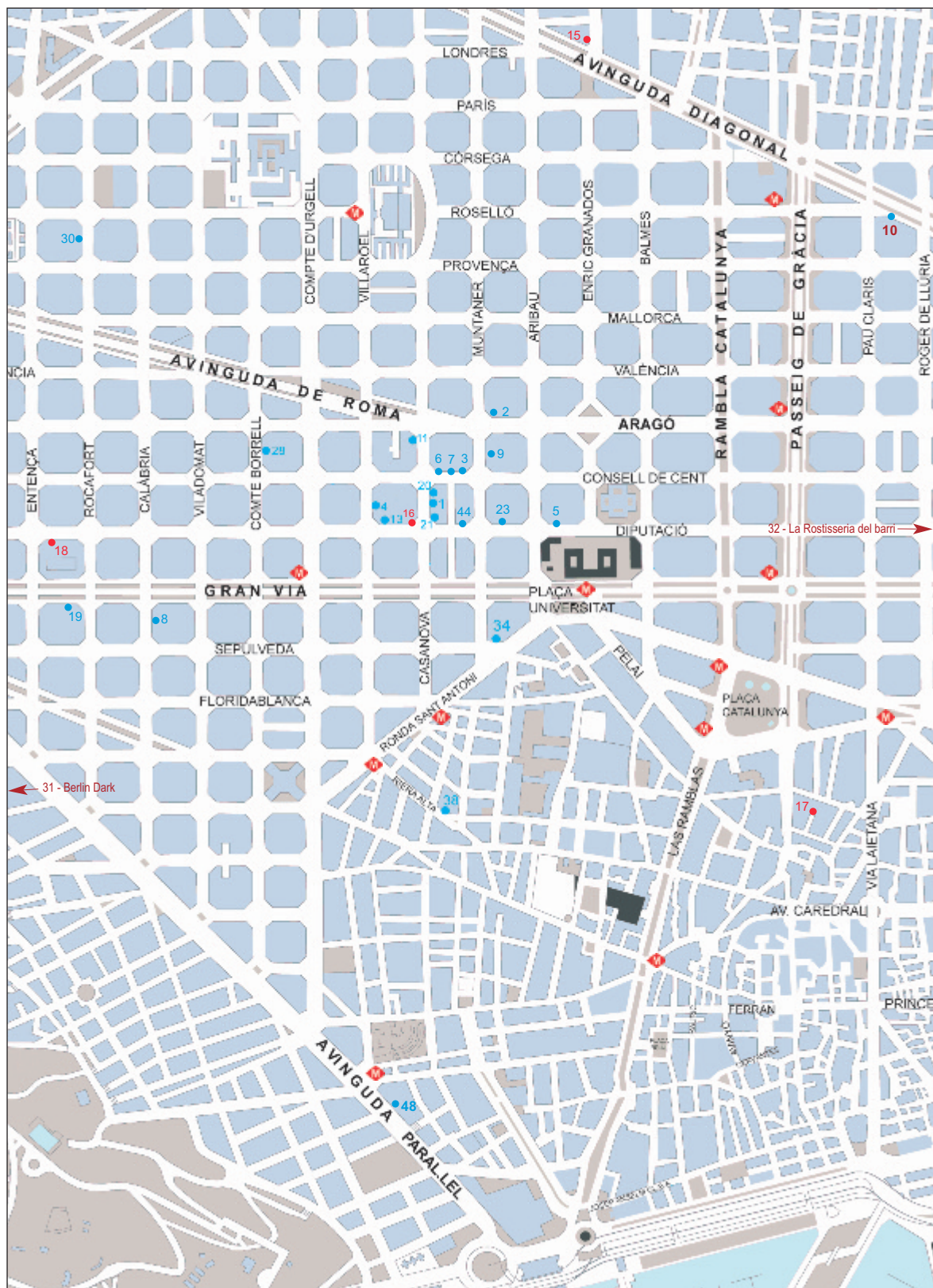
## LA HORA DECISIVA

**Dirección:** Craig Gillespie  
**Intérpretes:** Shailene Woodley, Theo James, Naomi Watts, Ansel Elgort, Miles Teller  
**Género:** CIENCIA FICCIÓN **País:** USA  
**Duración:** 117 min. **Estreno:** 11/03/2016

La hora decisiva" se basa en la extraordinaria historia real del mayor rescate de un pequeño barco en la historia de la Guardia Costera. Febrero de 1952. Una gigantesca tormenta de nieve, lluvia, granizo y grandes olas del mar, la

'Nor'easter', azota la Costa Este de Nueva Inglaterra. Frente a la costa de Cabo Cod dos barcos petroleros, el SS Fort Mercer y el SS Pendleton, quedan completamente destrozados por las olas y vientos invernales y literalmente se parten por la mitad.

En un pequeño bote salvavidas, enfrentándose al temporal y las gélidas temperaturas, cuatro miembros de la Guardia Costera se disponen a rescatar a los treinta marineros atrapados a bordo del buque que se está hundiendo.



**Berlín**  
dark  
BARCELONA  
**hard & fetish bar**  
berlindark.com

**TARANIS**  
Moda para  
grandes hombres  
Rocafort 223 - 08029 Barcelona  
Tel. 93 494 00 64

**NIT**  
THE NEW  
UNDERWEAR  
CULTURE  
Consell de Cent 223 - BCN  
www.nitswim.com

**RE BAR**  
**LA REFERENCIA**  
**DONDE TUERES**  
CONSELL DE CENT 247  
08011 BARCELONA

**La Rostisseria del barri**  
Servei a domicili - Take away / Delivery  
Tel. 93 222 07 97  
WhatsApp 673 597 167  
www.pollosadomicilio.cat  
DIPUTACIÓ 338 - 08009 BARCELONA

**Restaurante El Bierzo a Tope**  
Diputació, 159 - 08011 Barcelona  
Tel. 93 453 70 45

**Nuevos tratamientos en no+vejo.**  
DESCÚBRELOS EN:  
Horario de lunes a viernes de 10.00 - 21.00  
Sábados de 10.00 - 15.00  
Consejo de ciento 218  
(esquina casanova)  
Teléfono 934543206 y 891207174  
mailto:ejample@nomasvallo.com

**METRO disco**  
bajo tierra...  
estarás en la gloria  
SEPÚLVEDA, 185 - BARCELONA  
www.metrodisco.es

**La Estrella**  
RESTAURANT CAFETERIA  
Gran Variedad  
en Carta  
Carnes y Mariscos  
Gallegos  
Aragón 185 - BCN (esquina Muntaner)  
Reserva de mesas: 93 323 01 49

**NEW CHAPS**  
DIAGONAL 385 - BARCELONA  
WWW.NEWCHAPS.COM

**GB**  
revista gaybarcelona  
10 años  
junto a ti,  
sin interrupciones,  
mes a mes,  
sin trampa ni cartón...  
simplemente...  
porque nos gustas  
la publicidad  
más rentable  
T. 616 048 216

**boyberry**  
Barcelona  
Calabria 96  
SEX SHOP-CABRIS-INTERNET  
BARBECUE-GLORYHOLES  
VIDEOCLUB-SEXJOB-CHILLOUT  
WWW.BOYBERRY.COM

**SAUNAS PASES**  
15.16.17.18  
DIPUTACIÓ, 191  
08011 BARCELONA  
+34934537972  
4242 N FEDERAL HWY  
Fort Lauderdale, FL-USA  
+1 954-440-0493

**TÓN VANG AFD**  
DIPUTACIÓ, 191  
08011 BARCELONA  
+34934537972  
4242 N FEDERAL HWY  
Fort Lauderdale, FL-USA  
+1 954-440-0493

**TERMAS SPARTA SAUNA**  
ABIERTO DE  
15.00H A 22.00H  
REQUESENS 18  
17600 FIGUERES  
TEL. 972 511 705

**ZEUS**  
BCN X SHOP  
zeusxshop.com  
C/Riera Alta 20. Barcelona +34 934429793

**sbar**  
diputació 225 BCN  
CAFETERIA - COCTELERIA

## &gt;&gt; GUÍA DE BARCELONA

## &gt;&gt; BARES

- 09. Botànic Bar Café.** Muntaner 64  
**04. El Cangrejo del Eixample.** Villarroel 86  
**07. Maduros.** Consell de Cent 245  
**05. Osbar.** Diputació 225  
**03. RE-BAR.** Consell de Cent 247  
**Átame.** Consell de Cent 257  
**Boys Bar.** Diputació 174  
**Chevalier.** Diputació 157  
**La Chapelle.** Muntaner 65  
**La Rosa (L).** Brusi 39  
**Moeem.** Muntaner 11  
**Museum Café & Club.** Sepúlveda 178  
**New Bahía Bar (L).** Senca 12  
**Tu Sabes (L).** Marc Aureli 38-40  
**Versailles.** Pstg. Valeri Serra 3

## &gt;&gt; FETISH &amp; BEARS

- 01. Bacon Bear Bar.** Casanova 64  
**31. Berlin Dark.** Passatge Pruneda 18  
**10. New Chaps.** Av. Diagonal 365  
**La Base BCN.** Casanova 201

## &gt;&gt; SEX SHOPS

- 08. Boyberry** (darkroom,sexclub). Calàbria 36  
**38. Zeus.** Riera Alta 20  
**Amantis Gràcia.** Torrent de l'Olla 145  
**Sestienda.** Rauric 11  
**Erotixx.** Avinguda de Roma 153  
**Nostromo.** Diputació 208  
**Only is Love.** Casanova 43

## &gt;&gt; SAUNAS

- 15. Sauna Barcelona.** Tuset 1  
**16. Sauna Casanova.** Casanova 57  
**17. Sauna Condal.** Espolsa-sacs 1  
**18. Sauna Thermas.** Diputació 46  
**Sauna Buenos Aires.** Urgell 114  
**Sauna Galilea.** Calàbria 59  
**Sauna Nova Bruc.** Pau Claris 87 local

## &gt;&gt; RESTAURANTS

- 11. Castro.** Casanova 85  
**13. El Bierzo a Tope.** Diputació 159  
**02. La Estrella.** Aragó 185  
**32. La Rostisseria del Barri.** Diputació 338  
**7sins.** Muntaner 7  
**dDivine.** Balmes 24  
**El Berro.** Diputació 180  
**BCN Café.** Diputació 180.

## &gt;&gt; TIENDAS / MODA / COMPLEMENTOS

- 21. ES4U.** Casanova 56  
**06. NIT.** Consell de Cent 233  
**30. TARANIS. Tallas grandes.** Rocafort 223  
**63bis.** Casanova 63 bis  
**Blue Shop & Hair.** Aribau 42  
**Next Level.** Diputació 189

## &gt;&gt; REGALOS / GIFTS

- Intro Fusion.** Decoración. Diputació 163

## &gt;&gt; ESTÉTICA / GYM FITNESS

- 20. No+Vello Eixample.** Consell de Cent 218  
**19. Anytime Fitness Rocafort.** Gran Via 438

## &gt;&gt; PELUQUERIAS

- 23. Tón Vanguard.** Diputació 191  
**Esclusif.** Diputació 159

## &gt;&gt; SALUD

- 28. BCN Checkpoint VIH/SIDA-ETS**  
 Comte Borrell 164 bajos. Tel. 933182056  
**44. StopSida.** Consell de Cent 246  
 Tel. 902 10 69 27. Horario de 10-14h y 16-20h.  
**Pearlsmile.** Casanova 84-88

## &gt;&gt; LIBRERIAS

- Antinous.** Casanova 72  
**Complices.** Cervantes 2

## &gt;&gt; ALOJAMIENTOS

- Hotel Axel.** Aribau 33  
**Barcelona City Centre.** Balmes 60  
**Pensión La Nau.** Rda. Sant Pere 53

## &gt;&gt; DISCOS

- 34. Metro Disco.** Sepúlveda 185

## &gt;&gt; SERVICIOS / VARIOS

- Ricardo de la Rosa. Abogado.**  
 Benet i Mateu 57 bajos

## &gt;&gt; INFORMACIÓN GLTB

- 48. Programa GLT de la Generalitat**  
 Paral.lel 52 - Edifici Santa Madrona 4º plt.  
 Tel. 93 552 90 96  
**Pla Municipal GLT.**  
 Av. Diagonal 233, 4º plt. - Tel. 93 413 27 47

## &gt;&gt; ASOCIACIONES GLTB

- ACEGAL - ASSOCIACIÓ CATALANA D'EMPRESSES PER A GAIS I LESBIANES**  
 Diputació 163. Tel. 934 534 366  
**AMPGIL.** Verdaguer i Callis 10  
**Coordinadora Gai Lesbiana**  
 Violant d'Hongria 156. Tel. 932980029  
**Casal lambda.** Verdaguer i Callis 10  
**Col.lectiu Gai de Barcelona.**  
 Pg. Valeri Serra 23. Tel. 609922789  
**FAGC.** Verdi 88 baixos  
**Gaispositius.** Violant d'Hongria 156. Tel. 932980642.  
**Grup d'Amics Gais.**  
 Gran de Sant Andreu 111. Tel. 620550768  
**Panteres Grogues.** Diputació 163

## &gt;&gt; GUÍA DE SITGES

## &gt;&gt; BARS

- Azul. St. Bonaventura, 10  
 Bear's Bar. Bonaire, 17  
 Bourbon's. St. Bonaventura, 13  
 B. Side. Sant Gaudenci, 7  
 Bukkake Cruise Bar. Joan Tarrida 17  
 Casablanca. Pau Barrabeig, 5  
 Comodin. Tacó, 4  
 Dark. Bonaire, 14  
 El Candil. Carreta, 9  
 El Horno. Joan Tarrida, 6  
 El Piano. St. Bonaventura, 1  
 Incognito. Europa 16  
 La Villa. Joan Tarrida 8  
 Le Male a Bar. Centro Comercial Oasis. L28  
 La Locacola. Bonaire, 35

- Mediterráneo. St. Bonaventura, 6  
 Man. St. Bonaventura, 19  
 Marypili. Joan Tarrida, 14  
 Orek's. Bonaire 13  
 Privilege. Bonaire, 24  
 Perfil. Espalter 7  
 Prinz. Nou 4  
 Queenz. Bonaire 17  
 Rubi's. Joan Tarrida 14  
 Seven. Nou, 7  
 XXL. Joan Tarrida, 7

## &gt;&gt; DISCOS / CLUBS

- Trailer. Angel Vidal, 36  
 Organic. Bonaire, 15

## &gt;&gt; RESTAURANTS

- Beach House. St. Pau 34  
 Como el Agua. St. Pere 12  
 EF & G. Major 33  
 El Celler Veil. Bonaventura 21  
 El Racó de la Carreta. Carrer de la Carreta 7  
 Ma Maison. Bonaire, 28  
 Miami. St. Pau, 11  
 Trull. Pge. M. Fèlix Clara, 3

## &gt;&gt; TIENDAS / SHOPS

- Franc. Parellades, 64  
 Franc. Espalter 33  
 Jazz Boutique. Bonaire, 20  
 Men's Wear Sitges. St. Pere 5  
 Les Garçons. Sant Gaudenci, 12  
 Testimoni. Sant Josep, 6  
 Zona. Parellades 84

## &gt;&gt; SAUNAS

- Sauna Sitges. Espalter 11

## &gt;&gt; GUÍA PROVINCIA GIRONA

## GIRONA

## &gt;&gt;DISCOS

- 33Club. Ctra. Antiga d'Amer  
*(al lado de la fábrica Nestlé)*  
 Peach. Ctra. Barcelona 177

## FIGUERES

## &gt;&gt;SAUNAS

- Sparta. Requesens 18

## EMPURIABRAVA

## &gt;&gt;BARES

- Different Pub. Moxó - Los Arcos, 50.

## FONT-CLARA

## &gt;&gt;ALOJAMIENTO

- Exus Natur. Ponent, 8.Fontclara (Palau Sator)

## STA. CRISTINA D'ARO

## &gt;&gt;DISCOS

- Mas Marcó. Ctra. Roca de Malvet Km.1

## LLORET DE MAR

## &gt;&gt;BARES

- Bar David. Migdia, 53  
 Incógnito. Migdia, 44  
 La Bubú. Areny, 33

## &gt;&gt;DISCOS

- Arena Costa Brava. Camprodon i Arrieta 35

## VULPELLAC

## &gt;&gt;DISCOS

- Scenik. c/Arbossos10, Nau13.

# QTRAVEL.ES

*porque existen otras formas de viajar*



Descarga la App de [issuu.com](http://issuu.com) y sigue gratuitamente la nueva revista de viajes y turismo QTRAVEL Digital o directamente desde [www.qtravel.es/qtraveldigital](http://www.qtravel.es/qtraveldigital) desde tu tableta, smartphone y PC o Mac



/qtravel.es



@revistaqtravel



/revistaqtravel



/qtravel



revistaqtravel



# TAXI GRATIS

TRAYECTOS HASTA 6.50 EUROS POR PERSONA  
(PRESENTANDO TICKET)

LES PROMOCIONES DE SAUNA BARCELONA SON VÁLIDAS SOLO PARA EL DÍA DEL TICKET Y NO SE PUEDE ACUMULAR. LAS PROMOCIONES DE SAUNA BARCELONA NO SE PUEDE ACUMULAR.

**AFTER WORK** De LUNES a VIERNES de 17 a 19H.  
con tu Entrada caña-tapa o café-pasta

**MENORES DE 26** TODOS LOS DÍAS  
10 Euros + caña

**VIERNES 80'S ARE BACK!**  
Cada viernes revive los grandes éxitos Dance de los 80

# SAUNA BARCELONA



OPEN  
24HRS  
7DAYS

Síguenos en / Follow us on:



THE BIGGEST GAY WHIRLPOOL IN EUROPE / LA PISCINA GAY MÁS GRANDE DE EUROPA

**C/ Tuset 1, BARCELONA - WWW.SAUNASPASES.COM**

Abierto 24 horas todos los días Tel. 06 203 27 19. Prohibida la entrada a los menores de 16 años. Reservado el derecho de patrimonial. Abajo del local (entorno).  
Las promociones de Sauna Barcelona no son acumulables. / All promotions of Sauna Barcelona are not cumulative.