GB
men's travel & lifestyle magazine
N.144
SEPTIEMBRE 2016
www.revistagb.com
REPORTAJE
Disfruta de forma segura del sexo anal
VIAJES
Rotterdam
REPORTAJE
Cómo afecta la pornografía al cerebro
SALUD ¿ESTOY SUFRIENDO DEL SINDROME POST VACACIONAL? GASTRONOMÍA LA QUÍNOA EL SUPER ALIMENTO DE MODA
MUNDO DIGITAL FIFA 2017. DESTINY: LOS SEÑORES DEL HIERRO MÚSICA DANI MARTÍN CINE BEN-HUR. LOS 7 MAGNIFICOS

EL SITIO CUANDO NO TIENES SITIO

WWW.BOYBERRY.COM **CALÀBRIA, 96** **L1 ROCAFORT**

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

REPORTAJE

04.Cómo afecta la pornografía al cerebro

SALUD

06. ¿Estoy sufriendo de síndrome postvacacional?

REPORTAJE

08. Disfruta de forma segura del sexo anal

VIAJAR

10. Rotterdam

TIPS & TRICKS

14. Tön Vangard

GADGETS

16. Tecnología pensada para ti

MUNDO DIGITAL

18. Videojuegos y Apps

GASTRONOMÍA

20. La quínoa el super alimento de moda

MÚSICA

22. Novedades discográficas

CINE

24. La cartelera que nos llegará este mes

FESTIVALES

26. XVI Festival Internacional de Cine Gay y Lésbico de Barcelona

GUÍA DEL AMBIENTE

28. Barcelona. Sitges. Girona

Descarga directa de la revista

PUBLICIDAD
Dpto. Comercial
revista@revistagb.com
Tel. 616 048 216

PROHIBIDA LA REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL DE LOS ARTÍCULOS Y /O FOTOGRAFÍAS SIN AUTORIZACIÓN EXPLÍCITA Y POR ESCRITO DEL EDITOR

NOTAS DE PRENSA Y COMUNICADOS

revista@revistagb.com

Síguenos día a día desde nuestra cuenta de Twitter **@revistagb** o desde el portal:

REVISTA GB
MEN'S LIFESTYLE MAGAZINE
REVISTAGB.COM

¡Descubre nuestra nueva linea editorial con nuevos contenidos!

CÓMO AFECTA LA PORNOGRAFÍA AL CEREBRO

Todos lo hemos consumido alguna vez y de forma reiterada. La pornografía es el principal recurso para hacer frente a la soledad sexual que sufren millones de personas en todo el mundo. El conocido "cinco contra uno" es una opción muy sana y recomendable, pero la fuente de donde extraemos la excitación importa bastante en la forma que afecta al correcto funcionamiento de nuestro cerebro.

Con la aparición de internet el sexo virtual e imaginario ya es una realidad. El porno es un producto accesible para cualquier internauta y se puede consumir de manera completamente anónima, un hecho que como pasa con las drogas, hace que sea un gran problema si se realiza un consumo excesivo, en algunos casos, el hecho de consumir pornografía no significa que aumente el deseo sexual, sino que acaba siendo una pura adicción.

Y aquí viene lo peor, El alto consumo de pornografía en la red puede alterar negativamente el correcto funcionamiento cerebral. Cuando practicamos sexo liberamos una substancia llamada dopamina, que afecta a nuestras emociones y funciones motrices. Al visualizar pornografía producimos una descarga excesiva de esta substancia, que en el peor de los casos puede provocar consecuencias renales, estomacales e incluso cardiovasculares. La excesiva descarga de estas hormonas repercute en la necesidad de volver a producirlas, por lo que nuestro cuerpo crea un circulo vicioso donde la adicción es capaz de controlar nuestro cuerpo y ser propensos a repetir esta conducta.

Según los resultados de un estudio realizado a 64 personas consumidoras de pornografía, promovido por el Centro de Psicología del Ciclo Vital de Berlín, el porno excesivo afecta el tejido neuronal directamente con la inteligencia, afectando en la zona del cerebro involucrada en el aprendizaje y la memoria. Además también afectaba considerablemente al núcleo estriado, la principal vía de entrada de información hacia los ganglios basales.

Por otro lado, según otro estudio realizado por la universidad de Cambridge va más allá y afirma que esta conducta provoca una adicción similar al efecto de las drogar y que su exceso en el 50% de los sujetos que se realizaron las pruebas, tenían dificultades para tener erecciones con sus parejas.

"Ver pornografía es tan adictivo como consumir drogas"

"Los hombres pensamos más en comida"

CUANTAS VECES AL DÍA PENSAMOS EN SEXO

No hay nada que hacer. Es imposible y hace tiempo que muchos hombres hemos tirado la toalla. Todos pensamos en el sexo. De una forma u otra y dependiendo de nuestra imaginación, durante el día simulamos diversas formas de practicar el acto sexual con cualquier adonis que se nos pase por delante.

Pero no hay que asustarse, tampoco pasamos gran parte del día pensando en lo mismo. A pesar de no saber a ciencia exacta el numero de veces, en 2011 la Universidad Estatal de Ohio aplicó unos contadores a sus participantes, los hombres piensan en el sexo diecinueve veces al día. Se recogió información de 283 estudiantes de entre 18 y 25 años de edad por el período de una semana. Se encontraron diferencias significativas entre hombres y mujeres; mientras que el promedio de los hombres era de 34, el de las mujeres era de casi 19.

Aunque no lo parezca, tenemos otros pensamientos a parte del sexo y curiosamente son mucho más altos. La comida y el sueño son sin duda los pensamientos clave para nosotros.

¿Estoy sufriendo el síndrome postvacacional?

En torno al **45% de trabajadores españoles lo sufren** por incorporarse de forma «brusca» a la rutina labora. El síndrome de la depresión post-vacacional, ese periodo de desánimo por el que pasan este gran numero de personas al volver a su rutina laboral después de las vacaciones. Aunque padecerlo es hasta cierto punto normal, **es importante saber cómo afrontar la vuelta al trabajo** con optimismo para que dure lo menos posible. Este síndrome se basa en la sensación que se tiene al reincorporarse al trabajo después de acabar las vacaciones. Las características principales de este síndrome son: la falta de energía o motivación y la tristeza, con síntomas son la **apatía**, seguida por el **cansancio** o la **falta de energía y concentración** para realizar las tareas. En algunos casos más extremos incluso puede llegar a causar dolor de cabeza, ansiedad o malestar general. Como veis, no es un tema para tomarselo a broma.

Te ofrecemos 7 consejos para evitar sufrir este síndrome:

1) Levantarse un poco más pronto unos días antes de reincorporarse. De esta forma, te resultara más fácil la vuelta al día a día, ya que te adaptaras con anterioridad a los horarios habituales.

2) Regresa de las vacaciones unos días antes. Al igual que la medida anterior, te ayudara a aclimatarse de forma más paulatina a tu vida laboral.

3) Segmentar los días de vacaciones. Como hemos explicado antes, son más propensos a sufrir síndrome postvacacional las personas que tienen periodos vacacionales más largos, por ello es aconsejable dividir el periodo vacacional a lo largo del verano para hacer que la vuelta al trabajo sea menos traumática.

4) Mantener una actitud muy positiva. Si se interpreta de forma positiva el fin de las vacaciones, resultará todo mucho más sencillo. Esto es posible si se evita pensar que el trabajo es una carga y se enfoca desde otra perspectiva.

5) No te cargues de excesivo trabajo el primer día. En línea con el truco anterior, para hacer más llevadera la vuelta al trabajo es mejor hacerlo de forma paulatina, poco a poco, ya que así el cambio será más agradable.

6) Una vez nos hayamos reincorporado a nuestra rutina laboral, es aconsejable poner el despertador cinco o diez minutos antes. Sobre todo los primeros días de readaptación, el salir antes de la cama esto ayuda a tener más tiempo para ir al trabajo, evitando así prisas y estrés.

7) La actividad física, una gran válvula de escape. Finalmente, aunque no sea algo directamente relacionado con el trabajo, hacer deporte y llevar una buena alimentación influye. Así pues, es algo que tampoco se debe descuidar durante los primeros días de regreso a la rutina laboral.

NOSTROMO

GAY SEX SHOP

20

ANIVERSARIO

SÁBADO 1 DE OCTUBRE

1996

1er Gay Shop con glory holes

2016

¡ Ven y verás...!

TOTALMENTE RENOVADO

Diputació, 208 - BARCELONA

Disfruta de forma segura del sexo anal

La única buena razón para tener sexo anal es que se quiere tener sexo anal y punto

El sexo anal puede ser una actividad extremadamente placentera y segura, pero si te penetran sin estar excitado o lo suficientemente predispuesto sexualmente para ello, las cosas no podrían funcionar muy bien por lo menos para uno de los dos.

TENER SEXO ANAL VS JUEGO SEXUAL

La mayoría de la gente piensa que el sexo anal es solo penetración, pero en realidad esto es solo una parte del juego anal. Si no se está interesado en la penetración anal esto no significa que se deban ignorar las partes delo cuerpo relacionadas con el juego anal. El ano, el recto y el perineo son zonas del cuerpo son áreas que responden muy bien al tacto, la presión y el movimiento generando sensaciones increíblemente placenteras y aunque aquí estamos hablando de penetración, existen muchas otras cosas en el juego anal que se pueden explorar sin necesidad de invadir el culo.

SER AUTODIDACTA, UNA BUENA OPCIÓN

Incluso, en el caso de que no estés pensando seriamente en ser penetrado, antes de tener sexo anal con otra persona puedes intentarlo por su cuenta.

Saber cómo te sientes y conseguir algunos datos de primera mano en solitario, pueden facilitar las cosas y acortar el camino en el caso de que en algún momento se desees compartir esta experiencia en pareja, así que si tenemos nuestro culo al alcance de la mano ¿porque no podemos echarle un vistazo primero?

SEXO ANAL SEGURO, SIEMPRE!

Si piensas involucrarte en los juegos y el sexo anal, es importante que conozca muy bien los fundamentos que se necesitan para tener un sexo anal seguro.

Lo mas aconsejable es siempre usar preservativos, y aunque no imprescindible también es recomendable el uso de guantes de látex, aunque estos se pueden obviar si estamos seguros de una buena higiene y preparación antes del juego anal. Disponte a tener una gran cantidad de lubricante a mano para proteger al ano de desgarres o roturas durante el juego anal,en ocasiones simplemente por la excitación del momento, se suele olvidar usarlo.

QUE HACER DURANTE LA PENETRACIÓN ANAL

Una vez que haya realizado la penetración, no comiences a empujar o moverte inmediatamente, tomate un momento para sentir y permitir que tu pareja se sienta cómoda con la

penetración. Pregunta a tu pareja que tan profunda quiere la penetración y no trates de penetrar mas profundamente hasta que ambos estéis bien excitados.

CÓMO MOVERSE DURANTE LA PENETRACIÓN ANAL

Una vez que ambos se sientan cómodos pueden tratar de sincronizar movimientos de entrada y salida combinados con movimientos de lado a lado y cuando encuentren que algo específico funcione pueden comenzar a aumentar la intensidad de manera gradual.

POSICIONES PARA TENER SEXO ANAL

Debido a que el sexo anal es mas lento debido a los cuidados que se debe tener durante la penetración, se requiere un periodo mas largo para llegar a una intensa excitación. Lo cierto es que no hay una posición perfecta para el sexo anal, lo mejor que puedes hacer es ensayar hasta que encuentres algunas que funcionen bien.

JUGUETES SEXUALES PARA EL SEXO ANAL

Los juguetes sexuales son una excelente herramienta para la exploración del sexo anal. Una buena idea es ensayar con tu pareja para que de esta forma pueda saber que es lo que le gusta en cuanto a penetración y movimiento.

LA HIGIENE EN EL SEXO ANAL

Incluso si no lo ves, la materia fecal y las bacterias pueden extenderse más allá de su manos después de haber tocado el interior o exterior del ano. Ten en cuenta los siguientes consejos acera de la higiene después de tener sexo anal: Si has utilizado guantes. Evita tocar la pare exterior del guante, para quitártelos coloca un dedo limpio debajo de la manga de estos y hacia abajo, con esto el guante se retira y queda totalmente al revés.

HIGIENE EN JUGUETES Y LUBRICANTES

La forma más segura de tener sexo anal con juguetes eróticos, es utilizar un preservativo para cubrirlos cada vez que se utilizan. Observar estas normas simples de limpieza puede parecer algo aburrido o exagerado, pero creedme cuando os digo que esto te evitará inconvenientes de salud a ti y tu pareja y permitirá un mayor disfrute de ambos. En ocasiones te olvidas de usar esta protección (o no se puede) para el juguete, para ello, despues de utilizarlo, lavalos con jabon neutro, o mejor aún, jabon antibacteriano (una pequeña cantidad). Una vez lavados, déjalos secar al aire, no utilices ninguna toalla o paño para hacerlo.

Si utilizas algún tipo de lubricante, asegurate que sea compatible con el material del juguete. Nunca utilices lubricantes de silicona con ningún tipo de juguete sexual, ni tampoco ningún tipo de lubricante a base de aceite o vaselina ya que puede dañarlos.

Si consideras las recomendaciones anteriores, no solo tendrás un sexo anal mas seguro, también será una experiencia más agradable ya que la salud de quien lo recibe estará convenientemente protegido.

Rotterdam

CIUDAD PORTUARIA QUE ESCONDE EN SU CORAZON UNA URBE QUE VIVE UN RITMO IMPARABLE LA VANUARDIA Y EL DISEÑO, VIBRANTE Y ENERGETICA COMO POCAS.

por David Bigorra

Como todas las ciudades que viven mirando al mar y siendo una ciudad portuaria de primer nivel, pues no en vano es el segundo puerto mas importante de el mundo, tiene un encanto peculiar. Ubicada al suroeste de los Países Bajos, en las orillas del río Maas, muy próxima a la ciudad de la Haya.

Centro económico por su naturaleza portuaria, también se erige como una ciudad cosmopolita, que nos ofrece unas múltiples facetas, que a buen seguro satisfará las expectativas de quienes la visiten. Desinhibida y tolerante, con una intensa vida nocturna y una oferta cultural, gastronómica y Shopping.

Descubrir la ciudad es una experiencia fascínate, reconstruida casi por completo después de la Segunda Guerra Mundial, se fueron integrando en ella diferentes estilos arquitectónicos, acorde con las nuevas tendencias de vanguardia de los años posteriores. Siendo esta nueva configuración urbana y acorde con su nuevo diseño, lo que le confieren un estilo metamórfico. Una forma genuinamente holandesa de descubrir la ciudad, la bicicleta.

La ordenación urbana de la ciudad nos permite recorrerla de día y por ello con la bicicleta, es el vehiculo por antonomasia mas popular de Holanda sin duda. Un recorrido en este medio de transporte, el cual podemos alquilar e incluso con un Tour guiado, que durante dos o tres horas nos llevara a conocer la arquitectura de vanguardia, su historia y evolución, su contexto multi-cultural y la idiosincrasia característica de Rotterdam.

La ciudad se divide en distritos o barrios, cada uno de ellos con su propia identidad y múltiples ofertas, una ciudad en perpetuo movimiento.

CHINA TOWN- LA WEST-KRUISKADE

Este barrio como su nombre indica, es el espacio de la ciudad donde se concentran numeroso comercios chinos, restaurantes muy asequibles y supermercados, en estos comercios podremos encontrar los mas insospechados y

exóticos productos que podamos imaginar. También se encuentran bazares, pastelerías y carnicerías islamicas. A lo largo del canal de Westersingel, que se extiende entre Chinatown y Museumkwartier, la ruta de las esculturas Westersingel muestra diversas obras de arte de la Colección de Escultura Internacional de Rotterdam.

LIJNBAANKWARTIER

Esta zona y las calles adyacentes, después de la reconstrucción se convirtió en el nuevo centro comercial de la ciudad, el Plaza delante de la estación central es uno de los lugares mas animados y un poco mas hacia el río se encuentra el Beurstravese, una calle comercial subterránea repleta de tiendas, diseñado por el arquitecto Pi de Brujin, incluye un centro comercial y una sala de exposiciones y si son las antigüedades lo que andamos buscando para un regalo exquisito, cerca de la plaza Oostplein se encuentra el edificio Sint Jan, en cuyo interior existen dieciséis tiendas en las cuales podréis encontrarlo.

WATERFRONT & NOORDEREILAND

Siendo uno de los puertos mas importantes del mundo, Rotterdam en su parte central junto al Rio Maas, acoje unan zona de pequeños puertos interiores, Haringvliet, Wignhaven y Leuvehaven, en este ultimo esta ubicado el Museo marítimo y el Museo del Puerto (Havenmuseum) en el que se encuentran unas inmensas grúas, patrimonio de su pasado industrial y genuinas representantes de la actividad marítima de la ciudad. En esta zona se encuentra uno de los lugares mas emblemáticos de la ciudad, llegando a ser punto de visita obligada por su especial característica. En el Oude Haven, actualmente se encuentran anclados una serie de navíos históricos y en las terrazas de este puerto interior encontramos una serie de cafés y restaurantes muy concurridos. En esta misma zona a unos pocos metros en la avenida Blaak, uno de los mejores ejemplos de la innovación arquitectónica se alza ante nosotros, las “casa cúbicas” diseñadas por el arquitecto Piet Blom, se construyeron entre 1982 y 1984. El complejo es en realidad un puente peatonal arqueando la calle de abajo. El departamento de arquitectura municipal de la ciudad pidió a Blom que 'amueblara' el puente. En cierto sentido, las casas cúbicas son un experimento arquitectónico en el que Blom consideró las formas, la estética y los efectos especiales más importantes que la funcionalidad y el propósito práctico.

ITINERARIO DEL ANFIBÚS POR RÓTERDAM

El Tour comienza en Coolsingel, en la parada de autobús del Museo Marítimo, continúa por el puerto de Leuve y cruzará

el Puente de Erasmus hacia Katendrecht. En ese momento todo el mundo debe ajustarse los chalecos salvavidas para el chapuzón. Para terminar el itinerario en tierra, continuará por la isla Norte, el Puente Willems, las Casas Cúbicas y la Casa Blanca.

EL PUENTE ERASMUS ES SÍMBOLO DE LA CIUDAD

El Puente Erasmus es una de las obras de ingeniería más espectaculares e interesantes que podemos contemplar en la ciudad, si no que además es considerado como el puente suspendido más largo del mundo y el más alto de Holanda, así pues es tan característico y singular que forma parte del logotipo oficial de la ciudad de Róterdam. Este sensacional puente de Róterdam ha despertado la admiración desde el año 1997. Ben van Berkel el arquitecto que lo diseño, maravillo con su diseño basado en la idea de una construcción plana y funcional, creando una obra de arte con este puente.

ROTTERDAM 360º, EL EUROMAST VISIÓN PANORÁMICA

Una espectacular vista de toda la ciudad aparece ante nosotros, desde el restaurante disfrutaremos de una agradable comida y nos deleitaremos con la excelente visión que nos ofrece esta imponente torre que se alza imponente en Parkhaven. Con una altura de 100 metros, se puede apreciar la magnitud de los puertos, el skyline de una ciudad excepcional, así como diferentes puntos de interés turístico tan importantes como: El hotel Nueva York, el barrio De Kuip y el puente Erasmus. Acceder a la plataforma es ciertamente emocionante gracias a los ascensores de alta velocidad mediante los cuales nos encontraremos en un segundo en la parte más alta de Róterdam. Se trata de un ascensor muy rápido, que en 30 segundos le eleva los 100 metros que separan la plataforma del suelo. Esta torre no deja de ser una extraordinaria atracción en el que se encuentra una brasserie y dos habitaciones de hotel de lujo. El ¡Euromast se ha convertido en el hotel más alto de Holanda!

MUSEUMKWARTIER

El distrito de los museos lugar de encuentro por excelencia atrae una multiculturalidad que seduce nuestros sentidos. La extensa oferta de galerías y museos le otorgan una extraordinaria dinámica a este distrito que se determina por su riqueza artística. La cultura e innovación son características de la Witte de Withstraat y sus pequeñas callejuelas adyacentes. El centro de arte contemporáneo situado en Witte de With, es punto de encuentro de artistas, universitarios y críticos de arte. El Museo Kunsthal forma junto con el museo Boijmans van Beuningen y el

Netherlands Architect Institute el triángulo cultural en el parque de los museos de Rótterdam. El museo Kunsthal Rótterdam dispone de una superficie de 35.000 metros cuadrados para exhibiciones en un edificio con un diseño muy llamativo. El mismo edificio, diseñado por el arquitecto Rem Coolhaas, ya merece una visita. El Worl Museum, alberga una colección permanente exhibiendo 1.800 piezas excepcionales de todo el mundo. Este museo también organiza exposiciones de temas controvertidos y actuales generando intensos debates. Para nuestro deleite cuenta con una cafetería en una soleada terraza junto al río Mosa, en la cual sirve cocina internacional.

BARRIO GAY

La escena gay se concentra en Van Oldenbarneveltstraat, bares y clubs para bailar se concentran aquí. Tambien cuenta con coffeeshops para fumar hierba. La mayoria de locales cuentan con ambiente mixo. De los pocos exclusivamente gay se encuentra el Gay Place con más de 30 años abierto.

Auriga
robustaflex
BOUTIQUE DEL DESCANS
Desde 1921 fins avui
Colchones con fibras naturales:
más transpirables y mejor climatizados
Atención personalizada a nuestros clientes
para ofrecer soluciones adaptadas a su morfología
C/ Muntaner, 140 - 08036 Barcelona - Tel. 934534239
info@laboutiquedeldescans.com — www.laboutiquedeldescans.com
C/ Artesa de Segre, 7 - 08022 Barcelona - Tel. 934176757
ASTRAL NATURE
dicon
bon dia

TÖN VANGARD

NUEVO SALÓN EN BARCELONA

Tras años de trabajo y después de conseguir convertirse en una de las peluquerías más conocidas del Eixample de Barcelona, el equipo de **TÖN VANGARD** ha decidido ampliar su actividad con la creación de un nuevo salón de peluquería situado en el corazón de Barcelona (**Gran Vía, 605**) que sin duda permitirá a la marca convertirse en uno de los salones más reconocidos y con mayor prestigio de la ciudad.

DÜAL VANG: LA ÚLTIMA COLECCIÓN DE TÖN VANGARD

El blanco y el negro son colores que tienen un significado que va mucho más allá de su tonalidad cromática. Estos colores simbolizan la confrontación y la dualidad entre el bien y el mal.

El negro, utilizado siempre para representar el mal, significa ausencia de color, muerte, oscuridad y depresión.

En contraposición, el blanco es luz y vida, es la suma de todos los colores, la mezcla entre toda la tonalidad cromática que junta crea este nuevo color. La dualidad entre el blanco y el negro ha sido la base de inspiración para esta nueva colección

Con DÜAL VANG seguimos rompiendo esquemas, mostramos la lucha, el conflicto y la rivalidad que existe entre las personas cuando se posicionan y se enfrentan a su opositor.

1

2

4

3

5

1 **Fred Perry** - Chaqueta Bomber 157 Black

2 **Herschel** - Monedero

3 **Cronometrics** - Reloj The Architect L16

4 **Levis** - Cinturon dark bordeaux

5 **Hugo Boss** - Calzoncillo Mini BM

TE QUITARÁN EL MANDO DE LAS MANOS

Xbox ONE S

La consola de videojuegos de Microsoft, ha cambiado su imagen y parte de sus componentes, reduciendo su tamaño hasta un 40% menos. También ha ampliado su espacio de almacenamiento en tres versiones; 500GB, 1TB y 2TB. Otra de las grandes novedades es la posibilidad de colocarla en vertical y la adaptación para juegos teles 4K.

LOS GADGETS QUE NECESITAS

NUNCA MÁS EN BATERIA BAJA

Mochila HP Powerup

HP da un paso más allá en los sistemas de carga externa para dispositivos, Esta mochila contiene una bateria que ofrece 22.400 mAh para que puedas cargar hasta 3 dispositivos a la vez. También contiene sensor de temperatura que ajustará el funcionamiento dependiendo de las circunstancias.

TU BARBA LO DESEABA

Recortador Beard Designer Babyliss

Si tu barba ha alcanzado la estratosfera, no podrás vivir sin él. Le Beard Designer de BaByliss Men está ideado para arreglar y estilizar tu vello facial en un solo gesto. Selecciona el milímetro de barba que deseas conservar en el display digital y luce de una barba envidiable.

ADIÓS A LAS REGLETAS

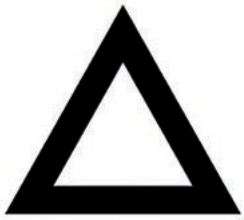
Regleta eléctrica PowerCube Allocacoc

Los ladrones se quedan cortos, y las regletas son demasiado grandes y acaban en el suelo. Lo peor es que tendremos que agacharnos cada vez que tengamos que conectar alguna cosa. Los dispositivos PowerCube se enganchan encima o debajo de la mesa y ademá sirven como cargadores de dispositivos móviles. .

GRUPO PASES
SAUNAS MASCULINAS
BARCELONA · CONDAL · THERMAS · CASANOVA · HISPALIS · MAGNUS · OLIMPIC
PARTNERSHIP:
Wapo
Be Yourself
OPEN
24H/7 DAYS
NO TE CONFORMES CON MENOS
DON'T SETTLE FOR LESS
Síguenos en: / Follow us on:
SAUNA BARCELONA
THE BIGGEST GAY WHIRLPOOL IN EUROPE
LA PISCINA GAY MÁS GRANDE DE EUROPA
INSTALACIONES AMPLIADAS
EXPANDED FACILITIES
C. TUSET 1, BARCELONA
TEL. 93 200 77 16
SAUNA CASANOVA
THE GAYXAMPLE SAUNA
LA SAUNA DEL BARRIO
CASANOVA 57, BARCELONA
TEL. 93 323 78 60
SAUNA CONDAL
5 MINUTES FAR FROM PLAÇA CATALUNYA
A 5 MINUTOS DE LA PLAÇA CATALUNYA
TERRAZA DE FUMADORES
ESPOLSASACS 1, BARCELONA
TEL. 93 317 68 17
SAUNA THERMAS
THE PLACE WHERE YOUR DREAMS CUM TRUE
DONDE TUS SUEÑOS SE HACEN REALIDAD
DIPUTACIÓ 46, BARCELONA
TEL. 93 325 93 46
WWW.SAUNASPASES.COM

VIDEOJUEGOS / Destiny: Los señores del hierro. Tras acabar con Oryx, el Rey de los Poseídos, los guardianes no descansan. La muralla erigida a lo largo de la frontera sur de la Antigua Rusia ha sido derribada tras siglos de resistencia y los sepulcros de la Edad de Oro están siendo saqueados por unos mutantes que han desenterrado de entre los escombros un mal más peligroso de lo que son capaces de comprender. **PLATAFORMAS:** PS4/XBOX ONE

VIDEOJUEGOS / FIFA 2017. El fútbol ha cambiado. Redefine la forma de jugar, competir y vivir el fútbol. Utilizando el motor Frostbite en las versiones de nueva generación que te sumergirás en experiencias de fútbol reales, pudiendo experimentar entornos más detallados durante el partido y en otros escenarios como vestuarios, la oficina del entrenador o túneles en el nuevo modo historia The Journey.son capaces de comprender. **PLATAFORMAS:** PS3/PS4/XBOX ONE/XBOX 360/PC



ANDROID/IOS. **Prisma.** La app de moda para hacer efectos en tus fotos o retratos. Prisma transforma tus fotos en obras de arte utilizando los estilos de artistas famosos: Munk o Picasso. así como adornos de fama mundial y patrones. Te sorprendera!

ANDROID/IOS. **AirHelp.** Permite a los viajeros reclamar una indemnización a las compañías aéreas cuando un vuelo presenta retrasos, cancelaciones, o overbooking. Tan solo debe introducir los datos para poder realizar las gestiones y conseguir las indemnizaciones.

ANDROID/IOS. **Bravento.** diseñada para motivar al usuario a practicar deporte y, a su vez, de una manera divertida gracias a la posibilidad de retar a deportistas profesionales que utilizan el servicio, que y premia al usuario por su esfuerzo a través de tres funcionalidades.

Berlín dark

BARCELONA

100% MASCULINE ATTITUDE

hard & fetish bar

berlindark.com

passatge Prunera, 18 (BCN) - M-Linea 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

TARANIS

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 (linea 5)
tiendapetroleotallasgrandes@gmail.com - Tel. 93 494 00 64
Web: taranis-fashion-men.com/es

TÖN VANG ARD®

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

La quínoa, el súper alimento de moda

Realmente es difícil encontrar un alimento que sea 100 % natural y que aporte el máximo beneficio en todos los sentidos y que, además, nos ayude a perder peso.
Y si eres una persona diabética o no toleras el trigo, pues la buena noticia es que la **quínoa o quinua** es una semilla integral que te proporciona todos los nutrientes que tu cuerpo necesita y es apropiada para todas las personas, sin excepción.

ES ENORMEMENTE NUTRITIVA

Técnicamente no es un cereal, sino un "seudo-cereal". Es una semilla que se prepara y se consume de la misma manera que un cereal. Los incas llamaban a la *quinua* "la madre de todos los cereales" y la consideraban sagrada. Consumida desde hace siglos en Sudamérica, se ha comenzado a considerar como un ***"super alimento"*** en los últimos años.

Una ración de 185 gramos de quínoa (una taza, aproximadamente) contiene los siguientes nutrientes (2):

- 8 gramos de proteína.
- 5 gramos de fibra.
- 58 % de la cantidad diaria recomendada (CDR) de manganeso.
- 28 % de la CDR de fósforo.
- 19 % de la CDR de folato.
- 18 % de la CDR de cobre.
- 15 % de la CDR de hierro.
- 13 % de la CDR de zinc.
- 9 % de la CDR de potasio.
- Más del 10 % de la CDR de vitaminas B1, B2 y B6.
- Pequeñas cantidades de calcio, vitamina B3 y vitamina E.

Incluye 222 calorías con 39 gramos de carbohidratos y 4 gramos de grasa. También contiene una cantidad mínima de ácidos grasos omega-3.

Contiene dos potentes sustancias bioactivas: la quercetina y el kaempferol. Esto incluye, por ejemplo, a los flavonoides, que son antioxidantes vegetales que tienen una gran serie de efectos beneficiosos para la salud. Hay dos flavonoides que han sido particularmente bien estudiados, la quercetina y el kaempferol, y ambos pueden encontrarse en la quinua en grandes cantidades. De hecho, el contenido de quercetina en la quinua es más alto que en los alimentos típicamente altos en ella, como los arándanos rojos. La quinua **es una excelente fuente de proteínas**: contiene más cantidad y mejor calidad de proteínas que la mayoría de los cereales.

¿QUÉ ES LO MEJOR DE ESTO?

Se le atribuyen efectos **antiinflamatorios, antivirales, anticancerígenos y antidepresivos**, al menos en estudios. Incluyendo quinua en la dieta se eleva significativamente la ingesta total de estos y otros nutrientes.
Consumiendo quinua en lugar de los típicos panes y pastas libres de gluten, **se reduce el nivel de azúcar en sangre, insulina y triglicéridos**. Dependiendo del tipo de quinua, es importante enjuagarla con agua antes de cocinarla para quitarle las saponinas, que se encuentran en la capa superior de la semilla y tienen un sabor amargo.

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

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

Nuevos tratamientos en no+vello

fotodepilación con tarifa plana

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

reafirmante 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!**

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 691207174
mailto:elxample@nomasvello.com

TRATAMIENTO	PRECIO/SESIÓN
BLANQUEAMIENTO DENTAL	30€*
REAFIRMANTE CORPORAL	15€*
ACTIVO FACIAL	15€*
REDUCCIÓN VOLÚMEN	15€*

* Ver condiciones en www.nomasvello.es

"PRUEBA GRATUITA"

20%DE DESCUENTO EN FOTODEPILACIÓN

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

A.I.M. es el título para el quinto álbum de **M.I.A.** Antes se habían rumoreado como posibles nombres Matahdatah y Rose to power. El primer single, *Go off*, producido por Skrillex; y el segundo sencillo, Bird song.

Wild world es el título del segundo álbum de estudio de **Bastille**, dando continuidad al exitoso Bad blood. Previo se estrena una canción titulada *Bad news* y como primer single oficial, *Good grief*.

Mount Ninji and da Nice Time Kid es el cuarto álbum de estudio de los sudafricanos **Die Antwoord** que da countinuidad al anterior trabajo, Donker Mag. Como primer single, Banana brain.

Head carrier es el segundo álbum post-reunión de los **Pixies**. Una colección de 12 canciones, una mezcla de surrealismo, psicodelia, disonancia y surf rock. Como primer single *Um chagga lagga*.

22, a million es un álbum de **Bon Iver**, estrenado el 12 de agosto de 2016 en el Eaux Claires Music & Arts Festival de Wisconsin. Una "colección momentos sagrados" sobre "salvación y el tormento del amor"

Following my intuition es el título de un álbum de **Craig David**. Se anuncian en principio productores como Anthony Marshall (Ignorants), Dj Assad, Stereo Palma o Ryan Leslie, entre otros.

Remember us to life es el séptimo álbum de estudio de **Regina Spektor**. Su regreso después de su disco What we saw from the cheap seats (2012). Como primer single Bleeding heart.

All bright electric es el noveno álbum del grupo de rock galés **Feeder**, un colección con *Universe of life* como primer single que conmemoroa los 25 años de la carrera música dela mítica banda.

La manada es un álbum de **Ariel Rot**, un disco de rock después de experimentar con discos personales, más íntimos y reflexivos, como fue el anterior La huesuda (2013). Eléctrico con canciones como Solamente adiós.

DANI MARTÍN

La montaña rusa

La montaña rusa es el tercer álbum en solitario de Dani Martín. Un disco grabado en el mítico Abbey Road, allí donde los Beatles hicieron historia.

Como dice Dani: "Llevo 17 años jugando a este juego… Esta vez en Abbey Road, con personas ilusionadas a mi alrededor y con un puñado de canciones que me han dolido y aliviado, bendito proceso, que me pasen cosas, que me sigan pasando… 12 malditas canciones de desAmor. Bendita frase: 'Afortunado en el juego…' Que siga este juego".

Se anuncia como una colección de canciones enérgicas y llenas de garra. Como dos primeros avances: Las ganas y Dibujas. Después llega Los charcos.

El nombre fue anunciado el 24 de mayo de 2016 en el programa de televisión El Hormiguero donde además interpretó en vivo Las Ganas el primer single oficial del álbum, también se adelantó que el material será lanzado en el mes de septiembre de 2016. Un disco muy esperado después de varios años y que vuelve para reivindicar que sigue más vivo que nunca.

LOS 7 MAGNÍFICOS

Dirección: Antoine Fuqua
Intérpretes: Denzel Washington, Chris Pratt, Vincent D'Onofrio, Luke Grimes, Cam Gigandet, Byung-hun Lee, Kevin Wayne
Género: WESTERN/ACCIÓN **País:** USA
Duración: 130min. **Estreno:** 12/09/2016

En la América de después de la Guerra Civil, en pleno Salvaje Oeste, un pequeño pueblo mexicano es asediado por el ataque continuo de los bandidos. Sus habitantes decidirán contratar a un grupo formado por siete pistoleros para defenderse y buscar justicia. La desesperación de sus ciudadanos, les llevará a buscar protección de siete pistoleros fuera de la ley. Sam Chisolm (Denzel Washington), será el encargado de buscar los hombres adecuados para hacer este trabajo. Un grupo formado por cazadores de recompensas, jugadores y asesinos a sueldo, será quien se encargue de defender este pueblo diezmado por Bogue. Mientras se preparan para el violento enfrentamiento que saben que está a punto de ocurrir, los siete mercenarios se darán cuenta de que están luchando por algo más que dinero.

BRIDGET JONES' BABY

Dirección: Sharon Maguire
Intérpretes: Renée Zellweger, Patrick Dempsey, Colin Firth, Celia Imrie, Sally Phillips,
Género: COMEDIA **País:** U.K
Duración: - **Estreno:** 16/09/2016

Continúan las aventuras de la atolondrada Bridget Jones (Renée Zellweger), ahora ya con los 40 años recién cumplidos, y soltera de nuevo. Decidida a comenzar una nueva etapa en su vida, alejada de los excesos y de la constante depresión que antes definía su día a día, la protagonista. Eso sí, aunque mantiene una buena relación con su ex, Mark Darcy (Colin Firth) sigue ejerciendo un papel importante en su vida.

Por una vez, Bridget tiene todo bajo control. Su vida amorosa da un giro inesperado cuando Bridget conoce a Jack Qwant (Patrick Dempsey), un nuevo pretendiente que es todo lo contrario que Mark. Las cosas se complicarán más todavía cuando Bridget reciba una noticia que lo cambie todo por completo: está embarazada. Y por si fuera poco, no se sabe de quién es el bebé: porque las posibilidades son, al cincuenta por ciento, o su eterno enamorado Mark o su nuevo interés amoroso Jack.

BEN-HUR

Dirección: Timur Bekmambetov
Intérpretes: Jack Huston, Morgan Freeman, Toby Kebbell, Rodrigo Santoro, Nazanin Boniadi, Pedro Pascal, Olivia Cooke.
Género: ÉPICO/AVENTURA **País:** USA
Duración: 124min. **Estreno:** 2/09/2016

Judah Ben-Hur (Jack Huston) es un joven noble de Jerusalén que tiene ideas opuestas a las de los romanos. Por sus diferencias políticas, y por negarse a delatar a las personas que se consideran enemigos del estado, Ben-Hur será falsamente acusado de traición. El responsable de esta traición es su mejor amigo de la infancia, Messala (Toby Kebbell), tribuno del ejército romano.

Despojado de su título, separado de su familia y de Esther, la mujer a la que ama (Nazanin Boniadi), Ben-Hur tendrá que vivir como un esclavo. Después de sobrevivir varios años en el mar, Judah regresa a su tierra. Será entonces cuando decida buscar venganza, y reclamar lo que le pertenece.

EL FUTURO NO ES LO QUE ERA

Dirección: Pedro Luis Barbero
Intérpretes: Dani Rovira, Carolina Bang, Carmen Maura, José Corbacho, Yolanda Ramos, Eduardo Velasco.
Género: COMEDIA **País:** ESPAÑA
Duración: - **Estreno:** 16/09/2016

El futuro no es lo que era narra veinte años de la vida de Carlos y su alter ego Karl-El. Carlos es un futurólogo, de nombre artístico Karl-El, que se gana la vida adivinando lo que les espera a los espectadores de una cadena de televisión local. Pero también es un hombre incapaz de comprender su presente, a sus hijos, a su exmujer y a su madre. Carlos se siente en una encrucijada porque ha recibido la oferta de una televisión nacional para convertirse en el adivino estrella de un exitoso programa, pero no sabe si aceptar un trabajo que implica fama, dinero y seguir con la farsa, o si es mejor dejar todo y luchar por el sueño de su vida: ser actor. Pero cuando está a punto de tomar una gran decisión, un giro inesperado precipita todos los acontecimientos y su futuro cambiará para siempre.

ISRAEL PROTAGONISTA DEL FESTIVAL INTERNACIONAL DE CINE GAY Y LÉSBICO DE BARCELONA 2016

El amor que siente una chica por otra que está secuestrada y maltratada por Daesh, en un film de Arabia Saudita; un alegato contra la homofobia llevado al extremo por un realizador de Israel, que presentará la sesión dedicada a este país; una directora que plasma cómo el riesgo de un sueño erótico en la frontera, se hace realidad, en una coproducción de Israel y Palestina; el transgénero infantil y adolescente, bajo una transfobia que marca sus vidas, como la era del SIDA lo hizo en los supervivientes de San Francisco, son algunos de los temas que se abordan en esta cita anual con las inquietudes de los jóvenes cineastas más rebeldes e inconformistas. 50 títulos de 22 países componen una programación del mejor cine LGTIB que año tras año no deja indiferente al público, el cual impulsa debates posteriores a la proyección. Sesiones especiales, a destacar:

-Premiere mundial de AMOR A PASO DE GIGANTE, sobre la transfobia vivida por la primera persona que obtuvo la identidad transgénero de la Argentina. Ha vivido las cárceles y ha criado 17 niños a lo largo de su vida.

Esta sesión cuenta con la colaboración de Fundación Ámbito Prevención y la presentará su directora Mercè Meroño, con la intervención de diversos activistas y prostitutas transgénero reivindicativas. Jueves 20 de octubre a las 18.30h.

-Premiere europea del film LAST MEN STANDING, sobre el Sida treinta años después, con los supervivientes de San Francisco. Esta sesión cuenta con la colaboración de Òmnium Cultural y BcnCheckpoint y será presentada por Jordi Cuixart, presidente de Òmnium Cultural, Michael Meulbroek (BcnCheckpoint), Ferran Pujol (Proyecto de los Nombres) y Ton Alberti (coordinador cultural de Òmnium-Eixample). Domingo 16 de octubre a las 19.30h

El país invitado del FICGLB este año es Israel, por la calidad de los films de jóvenes talentos emergentes, trabajos realizados en las escuelas de cine del país.

-Sesión especial con el estreno de diversos cortometrajes, que contará con la presentación del realizador de Tayelet (Boardwalk), Etamar Kadushevitz y la directora de Pony Tale, Moran Nakar(Israel/Palestina), la cual presentará su cortometraje en Premiere mundial. Asimismo contará con la presencia de Hagit Mualam, Consejera de Cultura de la Embajada de Israel en Madrid. Sábado 22 octubre a las 18.30h.

El Festival se inaugura el viernes día 14 de octubre a las 21.30h con el estreno europeo del corto y el largo colombianos: Porque no, de Ruth Caudeli y La luciérnaga, de Ana Maria Hermida, con la colaboración de Casa Amèrica Catalunya, cuyo director, el periodista Antoni Traveria, presentará el acto.

Todas estas sesiones tendrán lugar en la Filmoteca, en Barcelona. El Festival contará con presentaciones de los films por parte de sus directores, actores y actrices llegados de Filipinas, Alemania, Estados Unidos, Israel, Italia, Colombia… Programación completa en: **www.barcelonafilmfestival.org**

FICGLB

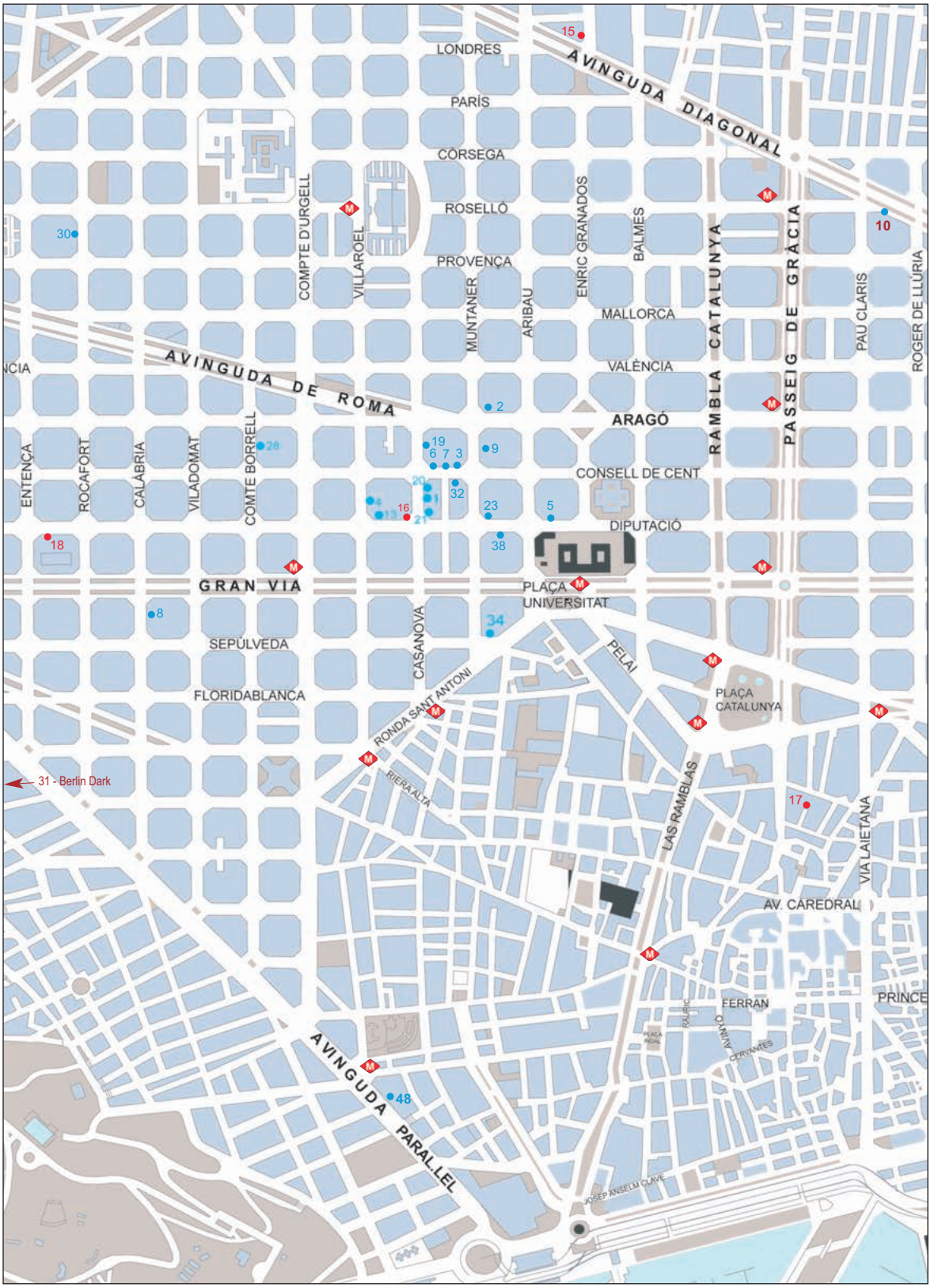
barcelonafilmfestival.org

Aràbia Saudita·Israel·Palestina·Pakistan·Cuba·Catalunya·Filipines
Turquia·Colòmbia·Austràlia·Equador·Escòcia·Argentina·Regne Unit
Dinamarca·Canadà·Alemanya·EUA·Holanda·Itàlia·França·Espanya

16

14 - 23 octubre 2016
Filmoteca de Catalunya
Girona. Terrassa. Picurt

FICGLB · FilmoTeca de Catalunya · AXEL HOTELS · Ajuntament de Barcelona · GB revista gaybarcelona · Embajada de Israel España · Gobierno de España · Ministerio de Educación, Cultura y Deporte · icaa · Acadèmia del Cinema Català · Casa Amèrica Catalunya · Barcelona Turisme


LONDRES
AVINGUDA DIAGONAL
PARÍS
CÒRSEGA
ROSELLÓ
PROVENÇA
COMPTE D'URGELL
VILLAROEL
MUNTANER
ARIBAU
ENRIC GRANADOS
BALMES
RAMBLA CATALUNYA
PASSEIG DE GRÀCIA
PAU CLARIS
ROGER DE LLÚRIA
MALLORCA
VALÈNCIA
AVINGUDA DE ROMA
ARAGÓ
CONSELL DE CENT
DIPUTACIÓ
ENTENÇA
ROCAFORT
CALÀBRIA
VILADOMAT
COMTE BORRELL
GRAN VIA
PLAÇA UNIVERSITAT
SEPÚLVEDA
CASANOVA
PELAI
FLORIDABLANCA
RONDA SANT ANTONI
PLAÇA CATALUNYA
RIERA ALTA
LAS RAMBLAS
VIA LAIETANA
AV. CAREDRAL
FERRAN
PRINCE
PLAÇA REIAL
FERRAN
CERVANTES
AVINGUDA PARALLEL
JOSEP ANSELM CLAVÉ
31 - Berlin Dark

31
Berlín
dark
BARCELONA
hard & fetish bar
berlindark.com

30
TARANIS
Moda para grandes hombres
Rocafort 223 - 08029 Barcelona
Tel. 93 494 00 64

Nuevos tratamientos en no+vello
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 691207174
mailto:eixample@nomasvello.com
20

13
Restaurante
El Bierzo a Tope
Diputación, 159 - 08011 Barcelona
Tel. 93 453 70 45

Redes Sociales

Síguenos en facebook/revistagb, en twitter @revistagb o en Instagram @revistagb y comparte con nosotros tus fotos favoritas, tus comentarios e inquietudes, así como todas las sugerencias que desees realizarnos.

!Queremos interactuar contigo!

FACEBOOK: Sigue nuestra actividad en esta redd social, icomenta e interactúa con nosotros! ¡Dale al Like! @revistagaybarcelona

TWITTER: Sigue nuestra actividad diaria, toda la actualidad, reportajes y mucho más en la red social más activa y participativa. ¡Follow me! @revistagb

INSTAGRAM: Las mejores imágenes de los eventos GLBT del momento, curiosidades, fotos divertidas y mucho más en nuestra nueva cuenta. ¿Nos sigues? @revistagb

34
METRO
disco
bajo tierra...
estarás en la gloria
SEPÚLVEDA, 185 - BARCELONA
www.metrodiscobcn.com

02
La Estrella
RESTAURANT CAFETERIA
Gran Variedad en Carta
Carnes y Mariscos Gallegos
Aragón 185 - BCN (esquina Muntaner)
Reserva de mesas: 93 323 01 49

THE EVER CLASSIC JEANS & BEARS & LEATHER BAR
NEW CHAPS
DIAGONAL 365 - BARCELONA
WWW.NEWCHAPS.COM
10

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

08
boyberry
Barcelona
Calabria 96
SEX SHOP-CABINS-INTERNET
DARKROOM-GLORYHOLES
VIDEOCLUB-SEXCLUB-CHILLOUT
WWW.BOYBERRY.COM

15.16.17.18
GRUPO PASES
SAUNAS MASCULINAS
CASANOVA · CONDAL · CORINTO · BARCELONA · HIPÓLITO · OLÍMPIC · MAGNUS
SAUNAS PASES

23
TÖN VANG ARD®
DIPUTACIÓ, 191
08011 BARCELONA
+34934537972
4242 N FEDERAL HWY
Fort Laudardale, FL -USA-
+1 954-440-0493

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

38
NTM
NOSTROMO
GAY SEX-SHOP
CABINS - GLORY HOLES - LUBES - TOYS
ONE TICKET FOR ALL DAY
Diputació, 208 - 08011 BARCELONA

05
sbar
diputación 225 BCN
CAFETERÍA - COCTELERÍA

>> GUIA DE BARCELONA

>> BARES
09. Botànic Bar Cafè. Muntaner 64
04. El Cangrejo del Eixample. Villarorel 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 Bahia Bar (L). Senca 12
Tu Sabes (L). Marc Aureli 38-40
Versailles. Pstg. Valerí Serra 3

>> FETISH & BEARS
01. Bacon Bear Bar. Casanova 64
31. Berlin Dark. Passatge Pruneda 18
10. New Chaps. Av. Diagonal 365
La Base BCN. Casanova 201

>> SEX SHOPS
08. Boyberry (darkroom,sexclub) Calàbria 96
38. Nostromo. Diputació 208
Amantis Gràcia. Torrent de l'Olla 145
Sestienda. Rauric 11
Erotixx. Avinguda de Roma 153
Only is Love. Casanova 43
Zeus. Riera Alta 20

>> 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. Calabria 59
Sauna Nova Bruc. Pau Claris 87 local

>> RESTAURANTS
13. El Bierzo a Tope. Diputació 159
02. La Estrella. Aragó 185
7sins. Muntaner 7
dDivine. Balmes 24
El Berro. Diputació 180
BCN Café. Diputació 180.

>> 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

>> REGALOS / GIFTS
Intro Fusion. Decoración. Diputació 163

>>ESTÉTICA / GYM FITNESS
20. No+Vello Eixample. Consell de Cent 218
19. Pearl smile. Casanova 84-86

>> PELUQUERIAS
23. Tön Vangard. Diputació 191
Esclusif. Diputació 159

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

>> LIBRERIAS
Antinous. Casanova 72
Complices. Cervantes 2

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

>> DISCOS
34. Metro Disco. Sepúlveda 185

>> SERVICIOS / VARIOS
Ricardo de la Rosa. Abogado.
Benet i Mateu 57 bajos
32. Viajes Travelling. Consell de Cent 224

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

>> ASOCIACIONES GLTB
ACEGAL - ASSOCIACIÓ CATALANA D'EMPRESES 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. Valari Serra 23
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

>> GUIA DE SITGES

>> 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

>> DISCOS / CLUBS
Trailer. Angel Vidal, 36
Organic. Bonaire, 15

>> RESTAURANTS
Beach House. St. Pau 34
Como el Agua. St. Pere 12
EF & Gl. Major 33
El Celler Vell. 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

>> 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

>>SAUNAS
Sauna Sitges. Espalter 11

>> GUIA PROVINCIA GIRONA

GIRONA
>>DISCOS
33Club. Ctra. Antiga d'Amer
(al lado de la fábrica Nestlè)
Peach. Ctra. Barcelona 177

FIGUERES
>>SAUNAS
Sparta. Requesens 18

EMPURIABRAVA
>>BARES
Different Pub. Moxó - Los Arcos, 50.

FONT-CLARA
>>ALOJAMIENTO
Exus Natur. Ponent, 8.Fontclara (Palau Sator)

STA. CRISTINA D'ARO
>>DISCOS
Mas Marcó. Ctra. Roca de Malvet Km.1

LLORET DE MAR
>>BARES
Bar David. Migdia, 53
Incóginto. Migdia, 44
La Bubu. Areny, 33

>>DISCOS
Arena Costa Brava. Camprodon i Arrieta 35

VULPELLAC
>>DISCOS
Scenik. c/Arbossos10, Nau13.

La prueba del VIH

bcn checkpoint

VIH·SIDA·ITS·SEXUALIDAD·HOMBRES·SALUD

¡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.bncheckpoint.com

Comte Borrell, 164-166 (Metro: Urgell) 08015 Barcelona

SÍGUENOS EN:
Facebook.com/BCNCheckpoint

Idea: Ferran Pujol / Fotografía: www.tiagoprincostudio.com / Modelo: David / Diseño: www.alexduran.es

Colaboran:

Generalitat de Catalunya · Ajuntament de Barcelona · FLS · MAC AIDS FUND · janssen · abbvie · GILEAD · ViiV Healthcare · MSD · GeB · GE · shangay · INTEXT · HUNTER · Cáscara amarga

Hemos ampliado nuestras instalaciones

Más zonas de Cruising, nueva PlayRoom, nueva Sala Gang Bang, más Cabinas, nuevo Vapor, nuevo Cuarto Oscuro junto al bar y muchos Nuevos Recorridos.

SAUNA BARCELONA
FREE
FIRST 30 MINUTES
COME IN AND FIND OUT

GRUPO PASES
SAUNAS MASCULINAS
BARCELONA · CONDAL · THERMAS · CARANOVA · HISPALIS · MAGNUS · OLIMPIO

OPEN
24H/7 DAYS

Partnership: Oapo Be Yourself

Siguenos en: / Follow us on:

No te lo puedes perder!

It's a must visit !

We have increased our Facilities

more cruising, more Cabins, new Steam, new Play Room, new Gang Bang Room, new Dark Room and a lot of new courses.

MENORES DE 26
todos los días 10 euros + bebida*
*(refresco, café o cerveza)

MAYORES DE 26
entrada 15 euros + copa*
* no incluye Red Bull

TAXI GRATIS
trayectos de hasta 6,50€ presentando el ticket.

INSTALACIONES AMPLIADAS
EXPANDED FACILITIES

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

SAUNA BARCELONA

C/ TUSET, 1 - BARCELONA - WWW.SAUNASPASES.COM

800m², jacuzzi 4x12 m, gangbang room, 2 video rooms, laberinto, glory holes, steambath, playroom, sauna, snack bar, laberinto de duchas & relax rooms. Abierto 24 horas todos los días. Tel. 93 200 77 16. Prohibida la entrada a menores de 18 años. Reservado el derecho de admisión. Aforo del local limitado.

All promotions of Sauna Barcelona are not cumulative. / Las promociones de Sauna Barcelona no son acumulables.