

# GB

men's travel & lifestyle magazine

N.154

JULIO 2017

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

## SALUD

DORMIR BIEN SIN  
AIRE ACONDICIONADO

## FITNESS

EJERCICIOS PARA PERDER  
PESO EN LA PLAYA

## REPORTAJE

VACACIONES: QUE PREFERIMOS

¿MAR O MONTAÑA?

## VIAJES

HONG KONG DESDE  
BARCELONA CON  
CATHAY PACIFIC

PRAGA

## CUIDADOS

COMO ELEGIR Y  
APLICAR PROTECTOR SOLAR



SHOWS

DISCO

# believe club

FROM 9 PM - TO 6 AM

THEBELIEVE.CLUB  
BALMES-56-BARCELONA



believeclubbcn



believeclubbcn

# DAILY SHOW - ESPECTÁCULO DIARIO

2 Juliol: Las Fellini



9 Juliol:  
Sharonne  
y Kika Lorace



14 Juliol:  
Festa  
ALLIOLI Olé

16 Juliol:  
Lara Sajen



23 Juliol:  
Supreme  
de Luxe

Discoteca cada día hasta el amanecer  
Disco club everynight till the sunrise

# boyberry

BARCELONA

@angel\_cruz\_star

@allenkingxx

SEX TOUCH DESIRE KISS FUN EXPLORE CRUISING  
PLAY GLORYHOLES CABINS TOYS  
XXX LABERYNTH DARKROOM

C/ Calàbria 96,  L1 Rocafort

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

Dilluns a Divendres de 12 a 23h / Dissabtes i festius de 15 a 00h

**FITNESS**

06. Ejercicios para perder peso en la playa

**SALUD**

08. Cómo dormir bien sin aire acondicionado

**REPORTAJE**

10. Vacaciones:  
Qué preferimos ¿mar o montaña?

**CUIDADOS**

12. Protégete del sol: Cómo elegir y aplicar  
protección solar

**VIAJAR**

14. Barcelona y Hong Kong unidas directamente  
por la compañía gayfriendly Cathay Pacific.

16. Praga en clave barroca y multicolor

**GADGETS**

18. Tecnología pensada para ti

**MODA**

20. Recortado, no al vello rasurado

**MUNDO DIGITAL**

22. Videojuegos y Apps

**MÚSICA**

24. Novedades discográficas

**CINE**

26. El debut

**GUÍA DEL AMBIENTE**

28. Barcelona. Sitges. Girona

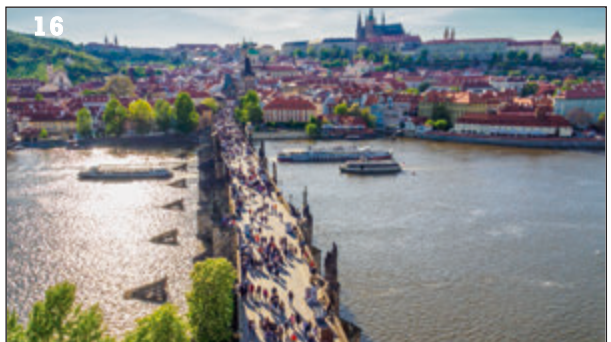
08



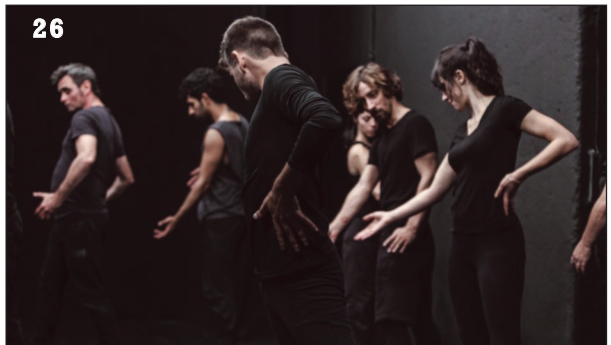
10



16



26



# Ejercicios para perder peso en la playa



**PARA MANTENERSE EN FORMA ES PRIMORDIAL MANTENER LA RUTINA DE ENTRENAMIENTOS TODO EL AÑO. APROVECHANDO QUE LA MAYORÍA COMIENZA A DISFRUTAR DE UNAS MERECHAS VACACIONES SUGERIMOS UNA TABLA DE EJERCICIOS QUE PODEMOS REALIZAR MIENTRAS PASAMOS EL DÍA EN LA PLAYA.**

## **EJERCICIOS AÉROBICOS**

La tabla de ejercicios que proponemos a continuación podemos complementarla con paseos andando por la playa o ejercitándonos en carrera. Si decides andar, hazlo al menos durante una hora y a paso ligero. Si prefieres correr, y tu estado de forma te lo permite, aprovecha la arena húmeda, más dura, para realizar series o intervalos. Después de calentar al trote durante 3-4 minutos, comienza a correr alternando un minuto rápido, un minuto lento. Así hasta que hayas completado 10 minutos de intervalos. Si corres hazlo en zapatillas, no descalzo.

## **EJERCICIOS PARA ABDOMINALES**

Son ejercicios que podemos realizar mientras estamos tumbados en la arena, por lo que no te robarán tiempo. En

esta rutina trataremos de progresar llegando en cada ejercicio de abdominales hasta el límite del fallo, es decir, hasta que no podamos más, cada uno según su nivel.

**Elevaciones de piernas Tumbado boca arriba, apoya los brazos en la arena en los laterales de tu cuerpo y eleva las piernas unos centímetros del suelo. En esta posición eleva y desciende los pies en un movimiento corto y sostenido, hasta que te quemen los abdominales.**

## **CRUNCH**

Tumbado en la misma posición, hacia arriba, con las manos por detrás de la nuca, eleva la cabeza y la parte superior del tórax en movimientos cortos pero continuados, hasta que como en el ejercicio anterior notes que los músculos abdominales superiores te queman.



aunque no la veas, los demás sí lo hacen. Además, es importante que la musculatura esté compensada, por ello debes cuidar los abdominales y oblicuos delanteros y entrenar la zona lumbar. Tumbado boca abajo y con los brazos asomando por encima de la cabeza hacia adelante, trata de elevar al mismo tiempo cabeza, brazos y piernas. Haz al menos 30 repeticiones o hasta que no puedas más.

### **EJERCICIOS DE PIERNAS**

Con estos ejercicios trataremos de fortalecer y tonificar los músculos de nuestras piernas, que son los más grandes de nuestro cuerpo. Al ganar musculatura, quemamos más grasa y nos ponemos en forma antes.

#### **SALTOS HACIA DELANTE**

De pie, manteniendo las piernas con una separación a la altura de los hombros, nos agachamos ligeramente, como si fuéramos a hacer una sentadilla, para impulsarnos, saltando hacia delante todo lo que podamos. Paramos y volvemos a realizar el salto. Trataremos de realizar según sea nuestro nivel entre un mínimo de 6 repeticiones hasta 10.

#### **ZANCADA AMPLIA**

De pie, tratamos de imitar el gesto que hacemos al andar, pero en este caso exagerando el tamaño de la zancada todo lo que podamos. Con los pies juntos, avanzamos uno de ellos hacia delante todo lo que podamos y juntamos el pie que se quedó retrasado. Recuperamos la posición y esta vez avanzamos el pie contrario; así, de forma alternativa, damos al menos un mínimo de 6 pasos con cada pierna hasta un máximo de 12.

#### **SALTOS VERTICALES**

De pie en la zona más dura de la arena mojada, en una posición similar a la que tenemos cuando estamos de pie, despreocupados, comenzamos a saltar en vertical impulsándonos bien con los tobillos, pero sin desplazarnos. Se trata de que realicemos tantos saltos hacia arriba como seamos capaces, hasta que notemos que los gemelos comienzan a cargarse. Es importante que marquemos correctamente el salto haciendo el juego del tobillo para impulsarnos hacia arriba.

#### **EJERCICIOS DE TÓRAX**

No hay mejor ejercicio para la musculatura superior del cuerpo que los tradicionales fondos. Nos tumbamos en la toalla boca abajo y nos apoyamos con las manos en el suelo a la altura de los hombros y en las puntas de los pies, tratando de mantener el cuerpo recto como una tabla, descendemos lentamente, sin agachar la cabeza, y todo lo lento que podamos subimos impulsándonos rápidamente en un movimiento lo más explosivo posible.

### **BICICLETA**

Tumbado boca arriba, eleva las piernas ligeramente para que no toquen el suelo y flexionando ligeramente las rodillas trata de empujar alternativamente con cada pie hacia delante, como si estuvieras golpeando con la planta del pie algo para separarlo de tu cuerpo. Para realizar el ejercicio correctamente, apoya los brazos en los costados a lo largo de tu cuerpo. Haz tantas repeticiones como te permitan tus abdominales y estado de forma, hasta que, como en los ejercicios anteriores, notes quemazón.

### **OBLICUOS**

Túmbate de lado, apoyándote en el antebrazo del lado en el cual te has tumbado y en el lateral de los pies de ese mismo lado. En esta posición, eleva y baja la cintura de forma continua hasta que te cueste seguir.

### **LUMBARES**

Es importante que cuides todo su perímetro abdominal, no solo la parte delantera, porque la trasera también existe y



## CÓMO DORMIR BIEN SIN AIRE ACONDICIONADO

No hace falta que llegue agosto para pasar calor en casa, quitar las mantas no es suficiente y descansar se convierte en una tarea casi imposible. Y más si duermes acompañado (ya sea de tu pareja o de una mascota).

**Calma:** No te frustres e inquietes porque hace mucho calor, eso sólo genera nerviosismo y eleva y mantiene tu temperatura. Mantén la cabeza fría y relájate. Acepta que la temperatura es la que es y piensa en otra cosa para poder dormir.

**Ropa de cama congelada:** Lo que proponemos es que metas en el congelador tus sábanas en una bolsa de plástico. A priori, parecerá una locura, pero cuando las saques, colcoques y sientas el frescor, todo cobrará sentido.

**Elige el algodón:** Debes escoger pijamas de algodón porque son de peso ligero y transpirable, y promueven el flujo de aire de tu dormitorio. Como este material permite que tu piel transpire, también deja que circule del aire. Y si ves que aun así no aguantas con las altas temperaturas, quédate en pelota picada.

**Crea tu propia brisa:** Ten en cuenta cuáles serán las ventanas por las que saldrá el aire y ábrelas completamente. Elige las que no estén en habitaciones donde vayas a dormir. El aire que salga estará más caliente

que el que entre, por tanto, debes descansar en las habitaciones por las que vaya a entrar. Intenta escoger como ventanas de salida las que den directamente a la calle, donde el movimiento de aire es mayor.

**Hora de comer y de beber:** Las noches de verano conducen a llegar a casa más tarde, y esto a ir a dormir a altas horas de la madrugada. Todo ello puede tener su lado bueno, quizá a esas horas haga menos calor, pero ten en cuenta que para obtener una mejor calidad del sueño no debes comer ni beber alcohol al menos dos horas antes de irte a la cama.

**Agua:** Ten preparada siempre una botella de agua para beber junto a la cama. Para que se mantenga fresca durante más tiempo, métela en el congelador durante el día y así cuando la tengas que llevar a la habitación estará helada. Seguro que más de uno pensará en abrazarse a la botella, bueno, ¿por qué no? ¡Pruébalo!

**Ducha fría:** Tomar una antes de acostarse es una manera rápida y fácil de bajar la temperatura y refrescarse. Pero no la pongas demasiado fría, no vayas a espabilarte y no logres coger el sueño. Si ni con todos estos consejos logras conciliar el sueño, quizá sea hora de que ahorres un poquito y te compres un aire acondicionado o un pingüino. Así seguramente no pases calor y puedas dormir tranquilamente y sin preocupaciones.



# The Best Gay Saunas



## The Biggest Gay Whirlpool in Europe

La Piscina Gay más Grande de Europa

C/ TUSET, 1 - BARCELONA - T. 93 200 77 16

**SAUNA BARCELONA**



## The Bear Sauna - 5 Minutes far from Pl. Catalunya

La sauna más Bear a 5 Minutos de la Plaza Cataluña

ESPOLSA-SAGS 1 - BARCELONA - T. 93 317 68 17

**SAUNA CONDAL**



## The Gayxample Sauna

La Sauna del Barrio

CASANOVA 57 - BARCELONA - T. 93 323 78 60

**SAUNA CASANOVA**



## The Place Where Your Dreams...Cum True

Donde tus sueños se hacen realidad

Síguenos en / Follow us on:



DIPUTACIÓ 46 - BARCELONA - T. 93 325 93 46

**SAUNA THERMAS**



**WWW.SAUNASPASES.COM**

PROHIBIDA LA ENTRADA A LOS MENORES DE 18 AÑOS. RESERVADO EL DERECHO DE ADMISIÓN. AFORO DEL LOCAL LIMITADO.  
ALL PROMOTIONS ARE NET CUMULATIVE. OFFERS VALID UNTILL THE END OF THE PROMOTION / LAS OFERTAS NO SON ACUMULABLES Y SON VALIDAS HASTA FIN DE PROMOCION

**OPEN  
24HRS  
7DAYS**



# Vacaciones: Qué preferimos ¿mar o montaña?

**NO A TODOS NOS GUSTA VERANEAR DE LA MISMA FORMA: HAY QUIEN PREFIERE MOVERSE MUCHO Y QUIEN PREFIERE PASAR DOS SEMANAS EN EL MISMO LUGAR. ¿QUÉ DICEN DE NOSOTROS NUESTRAS COSTUMBRES VERANIEGAS?**

Pleno verano, estamos en un círculo más o menos abierto con conocidos, compañeros de trabajo, etc. Y comenzamos a hablar sobre lo que vamos a hacer cada uno, o ya hemos hecho. Todos tenemos algún plan, desde el que tiene como objetivo quedarse en la ciudad y asistir a todas las fiestas veraniegas o el que opta para tomar un avión y marcharse o bien a algún destino playero o bien a conocer algún destino con un sello más cultural. Como es evidente, éstas no son más que meras generalizaciones y nadie tiene por qué cumplir con determinados tópicos o estigmas. Sin embargo, nuestras decisiones respecto a este período parecen demostrar bastante más sobre nuestra personalidad de lo que creemos.

Seguro que esta conversación no nos resulta desconocida a muchos y, posiblemente, muchos hayamos hecho un retrato robot de los dos perfiles de veraneante aquí citados y podamos asociarlos a algún rostro conocido. Lo cierto es que, de una u otra forma, siempre han existido tópicos respecto a los diferentes modelos de veraneo.

## **PLAYA O MONTAÑA, NO SIEMPRE ES IGUAL**

La elección de determinados destinos guarda relación con la personalidad de cada persona, no con algunos convencionalismos sociales establecidos. Concretamente, hay hipótesis

de que la gente elige su entorno con el fin de que se vean satisfechos sus deseos y necesidades individuales. La premisa parece válida, puesto que lo más normal es que alguien extrovertido se acerque a círculos que le permitan socializar y llamar la atención, mientras que una persona introvertida busque un ambiente más calmado. Pero, ¿qué influye en el destino de nuestras vacaciones?

Los más extrovertidos preferirán playa, al contrario que los tímidos, que se decantan por el monte. Algunos sociólogos sostienen que la montaña es un lugar que ofrece más calma y sensación de aislamiento, mientras que la playa está relacionada con un ambiente más ruidoso y ajetreado. Por lo que entienden que el azul del mar será buscado por personas abiertas y el verde de la montaña por gente más tímida. Para poder cuantificar de alguna manera una idea tan general, se solicitó a 1000 voluntarios que completaran un cuestionario con el que pudieran ver algunos rasgos importantes de su personalidad, para posteriormente preguntarles qué tipo de vacaciones prefieren. Los resultados no devolvieron ninguna diferencia significativa respecto a la edad, género o rasgo de personalidad, salvo en el nivel de timidez, ya que tal y como habían planteado, los más extrovertidos preferían playa, al contrario que los tímidos, que se decantaban por el monte.

**¿POR QUÉ ELEGIMOS CADA DESTINO?**

Esta no fue la única prueba, ya que un grupo más pequeño de voluntarios también visionó diferentes imágenes de ambientes marinos o montañosos, con el mismo resultado: el nivel de sociabilidad influía, aunque apareció una nueva correlación, puesto que las personas con un nivel socioeconómico más elevado también preferían la playa como destino

vacacional. Aunque, quizá un tanto general, el estudio valida la hipótesis planteada, pero ¿cuáles son las razones por las que elegimos uno u otro destino?

Los sujetos del estudio volvieron a responder, nuevamente, otro cuestionario en el que se les pedía que contestaran donde irían a divertirse y dónde acudirían si tuvieran el objetivo de buscar la calma. Las respuestas fueron claras: playa en la primera cuestión y montaña en la segunda. Por tanto, tras esta tercera parte del estudio ya se puede encontrar una correlación más completa que vendría a decir que las personas más tranquilas buscan un entorno más calmado en su tiempo de descanso y consideran que la montaña es el ambiente ideal, mientras que las personas más abiertas buscan un ambiente más abierto y éste lo relacionan con la costa.

**¿QUÉ FUE PRIMERO, EL HUEVO O LA GALLINA?**

La duda que a los investigadores les surgió, a partir de la investigación, es si las personas introvertidas simplemente son más felices en las zonas montañosas o, además, este entorno favorece que aparezcan estos rasgos de la personalidad. Llegado este punto compararon los resultados de los cuestionarios filtrando los datos según los diferentes Comunidades Autónomas. Los datos que obtuvieron también guardaron correlación, puesto que, en aquellos territorios con una demografía más elevada y relieve montañoso, los sujetos del estudio eran más introvertidos. Aquellos que se encontraban en un entorno similar a su personalidad se encontraban más felices que los que no. Por tanto, si eres una persona, quizá, demasiado introvertida, de poco o nada te va a servir buscar un ambiente más abierto o irte de playa de vacaciones para abrirte más a la gente, puesto que no todos los destinos vacacionales son playa o montaña.

 	<p align="center"><b>BOUTIQUE DEL DESCANS</b> Desde 1921 fins avui</p> <p align="center">Colchones con fibras naturales: más transpirables y mejor climatizados</p> <p align="center">Atención personalizada a nuestros clientes para ofrecer soluciones adaptadas a su morfología</p> <p align="center">C/ Muntaner, 140 - 08036 Barcelona - Tel. 934534239</p> <p align="center">info@laboutiquedeldescans.com — www.laboutiquedeldescans.com</p> <p align="center">C/ Artesa de Segre, 7 - 08022 Barcelona - Tel. 934176757</p>	 
--	--	---



## PROTÉGETE DEL SOL: CÓMO ELEGIR Y APLICAR EL PROTECTOR SOLAR

Ahora que much@s nos vamos de vacaciones es importante que no olvidemos la protección solar si vamos a pasar mucho tiempo al aire libre, ya sea en la playa, en la montaña o en la piscina. Puede parecerse engorroso, o puede que pensemos que si no lo utilizamos vamos a conseguir broncearnos de forma más rápida, pero debemos ser conscientes y responsables: proteger nuestra piel de los rayos solares es un paso obligatorio antes de exponernos al sol.

**A tener en cuenta el factor de protección:** Este es el número que aparece junto a las letras FPS (factor de protección solar) en el bote de crema. Este número hace alusión al tiempo que podemos pasar al sol sin quemarnos después de aplicar el protector: si con la piel limpia te quemas a los cinco minutos, con una crema con FPS 15 puedes aguantar sin quemarte hasta 15 veces más (75 minutos en total).

**¿Puedo usar la crema del año pasado?** Algo que solemos hacer mucho es reutilizar las cremas de años anteriores. Antes de hacerlo debemos comprobar dos cosas: por un lado, la fecha de caducidad de la crema, que siempre viene impresa en el envase. Por otro lado, hay que mirar cuánto tiempo dura el envase una vez abierto en perfectas condiciones (por lo general suelen ser 12 meses) y cuánto tiempo el producto mantiene sus características cuando ya está abierto.

**¿Qué tipo de protector escojo?** Es importante utilizar protectores solares resistentes al agua (porque estaremos entrando y saliendo del mar o de la piscina, y porque podemos arrastrar la crema con nuestro propio sudor) y de amplio espectro, es decir, que nos protejan de los rayos UVA y UVB. El número del FPS solamente se refiere al bloqueo de los rayos UVB, por lo que en el envase de nuestra crema debe aparecer de forma explícita "bloqueador de amplio espectro" o "protección contra rayos UVA y UVB".

**Prepárate antes de salir de casa:** El protector solar debe aplicarse al menos 30 minutos antes de exponernos al sol para que la piel pueda absorberlo de forma adecuada. Además, deberemos volver a echarnos aproximadamente cada dos horas después de la primera aplicación.

**Algunas zonas conflictivas de las que nos olvidamos:** No olvides proteger también tu rostro (incluidos los párpados y el famoso contorno interior de ojos) con protector solar, a poder ser con uno específico para este tipo de zonas y que no sea tan graso como el que se aplica en el resto del cuerpo, las zonas especialmente delicadas como detrás de las rodillas, la zona de la nuca, la parte de arriba de las orejas y axilas o los empeines y las ingles.

THE EVER CLASSIC JEANS

& BEARS & LEATHER BAR

NEW

CHAPS

### PROGRAMACIÓN JULIO

Lunes/Monday open 21:00h

Martes/Tuesday, open 21:00h

Miércoles/Wednesday open 21:00h

& Naked Party - Dress Code

Jueves/Thursday open 19:00h

& happy merienda daddys/admiradores

Viernes/Friday open 21:00h

Sex Live Party hasta el cierre Dress Code

Sabado/ Saturday

Sex Sessions 01-07-2017, 15-07-2017, 29-07-17

Open 18:00 hasta 22:00h

Orgia para maduros/ bears & admiradores sabados de 22:00 a cierre Saturday night fever - Dress Code

Domingo/ Sunday open 19:00h

Happy Merienda

DRESS CODE: NAKED - UNDERWEAR - DESNUDO - CALZONCILLOS



Chaps

www.newchaps.com

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



# METRO

# DISCO

BAJO TIERRA...

ESTARÁS EN LA GLORIA

SEPÚLVEDA 185 - BARCELONA  
ABIERTO TODOS LOS DÍAS

www.metrodiscobcn.com facebook metro disco bcn

## TOTALMENTE RENOVADO

# NITM

# NOSTROMO

## GAY SEX SHOP

Nuevo dark room y sala de cine

Aneses, dildos, estimulantes sexuales,... y muchas novedades

No te pierdas la zona cruising... Ven y descúbrela!

## Diputació, 208 - Barcelona



## Barcelona y Hong Kong unidas directamente por la aerolínea gayfriendly Cathay Pacific

**Barcelona y Hong Kong** se encuentran unidas **4 veces por semana** desde este mes de julio por la compañía aérea **Cathay Pacific** que se halla en el **Top 5 de las mejores compañías aéreas del mundo**. En 2016 también fue nombrada como la aerolínea más segura del mundo.

En tan sólo **12 horas**, la aerolínea asiática miembro de la alianza Oneworld, te permitirá llegar a uno de los destinos de shopping por excelencia más importantes del mundo. **El vuelo es realizado con un moderno Airbus 350-900.**

Además, para viajar a otros puntos de Asia, **Cathay Pacific** ofrece junto con su subsidiaria **Cathay Dragon** una red de conexiones a más de 200 destinos en China, Sudeste Asiático, así como Australia y Nueva Zelanda.

Cathay Pacific te permite volar desde Barcelona en tres distintas clases: la conocida **clase Economy**, en su mejorada **Premium Economy** y en la selecta **Business Class**.

La **clase Economy** ofrece en su cabina asientos rediseñados para un mayor confort de vuelo: el mecanismo basculante permite reclinar el asiento más de 15 cm, y el reposacabezas con alas laterales se puede ajustar para ofrecer el máximo apoyo a la cabeza y el cuello. También dispone de más espacio para las piernas. Incluye servicio de comida y bebida, así como un completo sistema de entretenimiento a bordo de última generación con pantalla de 9 pulgadas.

La **clase Premium Economy** te ofrece embarque prioritario y amplios asientos que se pueden reclinar más de 20 cm, y cuentan con más espacio para las piernas, reposapiernas y reposacabezas adaptable. Para empezar tu viaje nada mejor que una copa de champán de bienvenida. Durante el vuelo, a parte del servicio de comida y bebida, también se ofrecen aperitivos para hacer más ameno el viaje. El asiento incluye un completo sistema de entretenimiento con pantalla de 10,6 pulgadas y auriculares que suprimen el ruido ambiental. Cathay Pacific obsequia a sus clientes en esta clase Premium



con un kit personal que incluye calcetines, antifaz, tapones para los oídos, cepillo y pasta de dientes.

La **clase Business** permite una experiencia de viaje más cómoda y productiva con check-in y embarque prioritarios, acceso a la sala VIP de la clase Business del aeropuerto y una cabina exclusiva con excelente cocina y asientos adaptables con dos posiciones predeterminadas para sentarse y dormir y controles adicionales para ajustes más personales.

Cuando llegue el momento de dormir, podrás disfrutar de la comodidad de una cama totalmente plana con edredón de tejido suave y almohada acolchada para dormir más cómodamente. El servicio se complementa con la mejor gastronomía de producción local sostenible y con una excelente oferta de vinos seleccionados y refrescos. Cada asiento cuenta con su pantalla de táctil de 15 pulgadas con sistema de entretenimiento actualizado con las mejores producciones cinematográficas de estreno. Cathay Pacific entrega a sus pasajeros de la clase Business un kit personal de lujo de productos Jurlique para el cuidado de la piel, además incluye calcetines suaves, un antifaz especial para dormir y artículos de aseo. Para los vuelos de larga distancia, los asientos de la clase Business ofrecen compartimentos privados, mesas extensibles, toma eléctrica e iluminación ajustable para que puedas trabajar con comodidad y sin interrupciones.

## HONG HONG UN PARAÍSO A TU ALCANCE

Hong Kong es uno de los motores económicos de China y su ciudad más moderna. Hong Kong es una metrópoli que no duerme, una ciudad con decenas de lugares para visitar de ocio y culturales, con decenas de mercados y mercadillos callejeros y con un impresionante skyline que deja en segundo plano al de míticas ciudades como Nueva York.

La imagen que ofrece la Bahía Victoria iluminada, contemplar el espectáculo diario nocturno *Symphony of Lights* y disfrutar de una cena en un rascacielos son razones de peso para viajar y disfrutar Hong Kong.

La devoción por las compras es un espectáculo en sí mismo. El patrimonio de la ciudad como centro internacional de comercio ha favorecido el auge de una increíble variedad de artículos, y la pasión local por las compras/ventas puede percibirse prácticamente en todos los rincones de la ciudad, haciendo partícipe al visitante nada más llegar.

Disfruta de una experiencia de un *viaje Premium* a un precio asequible con un **vuelo directo desde Barcelona**.

Más información en [www.cathaypacific.com/es](http://www.cathaypacific.com/es)



## PRAGA EN CLAVE BARROCA Y MULTICOLOR

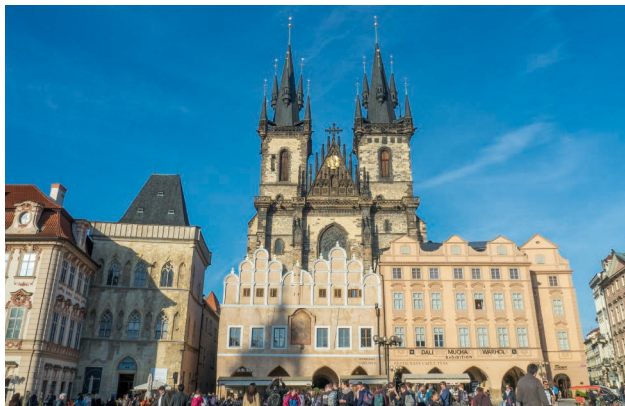
### 2017, EL AÑO DEL BARROCO CHECO. QUÉ VER

El arte Barroco es seña de identidad de la República Checa pues se desarrolló en Bohemia a principios del Siglo XVII y prolongó su influencia hasta la segunda mitad del Siglo XVIII. En apenas siglo y medio cambió el paisaje urbano, rural y natural del país, que previamente había quedado desolado tras la Guerra de los Treinta Años.

Es imposible detallar en tan poco espacio lo que hay que visitar y lo que nos vamos a encontrar en Praga en pocos días, a grandes trazos os podemos decir que son imprescindibles las visitas al **Ayuntamiento** de la Ciudad Vieja con el famoso **Reloj Astronómico** de Praga que indica, por ejemplo, la posición de los cuerpos celestes, muestra un calendario y unas figuras móviles o la procesión de los doce apóstoles en su desfile horario. Callejuelas serpenteantes del **Barrio Judío**, que conoces de las novelas de **Franz Kafka**, impregnadas de la antigua leyenda sobre el Gólem. **Cafés tradicionales** que tientan a sentarse un

rato, tiendas de moda y el imprescindible mini **crucero por el río Moldava**. El **Puente de Carlos** y su **torre Staroměstská** están considerados como una de las edificaciones góticas más bellas de Europa. Fueron construidos al mismo tiempo por el arquitecto Petr Parléř. La **Iglesia de San Nicolás**, la iglesia barroca más hermosa de Praga, en el **barrio de Malá Strana**. **Jardines del Castillo**, fuera del bullicio urbano, donde encontramos el mirador de **Petřín** con una altura de más de 60 metros, uno de los puntos más altos de la ciudad, y la pequeña **Torre de Eiffel** de Praga. mención a parte la tiene el **Castillo de Praga**, sede de príncipes, reyes, emperadores y presidentes, también el símbolo de la ciudad. La visita del castillo puede realizarse también de forma independiente y comprende, por ejemplo, el *Antiguo palacio real*, la exposición *Historia del Castillo de Praga*, la Galería de imágenes del Castillo de Praga, la *Basílica de San Jorge*, el *Monasterio de San Jorge*, la *Galería Nacional de Arte*, la *Calle Dorada*, las *torres de Dalibor*, de la *Pólvora* y de *Mihulka*, la *mansión de Richter* o el *viñedo de San Wenceslao*.





Cada uno de los barrios praguenses -Malá Strana (Barrio Pequeño) y Hradčany, Staré Město (Ciudad Vieja) y Nové Město (Ciudad Nueva)- tiene su ambiente peculiar y un encanto excepcional. Praga se presenta como una ciudad variable a la que le gusta cambiar de estilos: es romántica y apresurada, antigua y moderna, pero, sobre todo, es una ciudad totalmente cosmopolita, acostumbrada a recibir turistas de todo el mundo y en especial al español que tradicionalmente siempre ha sido muy bienvenido.

Si cuentas con poco tiempo, el barrio que es imprescindible recorrer a pie es el de **Malá Strana**, que además de continuar siendo centro histórico, no está tan abarrotado de turistas. Si empiezas a descender desde el Castillo de Praga llegarás hasta el barrio Malá Strana, donde se encuentra la mayor concentración de construcciones barrocas de Praga. Su símbolo, y probablemente el símbolo barroco de toda la ciudad, es la **Iglesia de San Nicolás** (kostel sv. Mikuláše). La parte más impresionante de toda la obra es el campanario, desde el cual hay unas espectaculares vistas del núcleo histórico de la ciudad. En el interior de la iglesia descubrirás todo lo que se puede esperar de la cumbre del Barroco: espectacular juego de luces y sombras, frescos ilusorios, rica decoración escultórica y casi 80 m de altura de cúpula.

## GAYPRIDE 2017

La ciudad de Praga celebra un año más su gaypride entre el 7 y el 13 de agosto, eso es sin duda el gran evento del verano en la ciudad y uno de los más grandes del este de Europa. Prueba de ello es que el pride de Praga fué elegido en 2011 y 2012 como el mejor evento LGBT y en 2014 como la mejor campaña internacional de evento al aire libre. Conciertos con artistas de renombre, exposiciones de arte, conferencias, fiestas multitudinarias así como eventos deportivos de visibilidad son algunas de las actividades que se realizan durante estos días. El punto culminante llega con la gran manifestación que se celebrará el sábado 12 de agosto, desde la plaza de Wenceslao, pasando por el centro de Praga hasta el parque Letná.

Más información: [www.czechtourism.com](http://www.czechtourism.com)

### Viaje a Praga del 6 al 10 de agosto desde 650 euros

Incluye: Vuelos, traslados, 4 noches hotel Beranke 3\* con desayuno, excursión panorámica privada, 1 cerveza en cada cerveceria del itinerario, excursión privada al Castillo de Praga, entradas. Cena en cerveceria u Fleku (cervezas+menu platos).

Más información en [www.ViatgesTravelling.com](http://www.ViatgesTravelling.com)

## NO HAY DEPORTE SIN BUENA MÚSICA

### Auriculares **Bose SoundSport Pulse**

El deporte no es lo mismo sin algún dispositivo que te marque el ritmo. Con diseño ergonómico, resistentes al agua y al sudor, estos auriculares ofrecen una sujeción y una calidad de sonido óptima para cualquier uso o actividad. Posee un pulsómetro incluido para que puedas controlar tu desarrollo sin dejar de disfrutar tu deporte favorito.



# LOS GADGETS QUE NECESITAS



### 360 GRADOS DE EXPERIENCIAS

#### Cámara **Samsung Galaxy 360**

La nueva Samsung Galaxy 360 se ha orientado hacia la alta resolución. Ahora, podemos grabar en 4K para después compartirlo fácilmente y en tiempo real, incluye dos lentes ojo de pez CMOS de 8.4 megapíxeles, una a cada lado. Cada una tiene una luminosa apertura de f/2.2. Con ellas, el efecto envolvente queda garantizado.



### SIRI, ¿VA A LLOVER?

#### Alatavoz **Apple Homepod**

un altavoz inteligente que promete brindarnos una experiencia de audio increíble. Cuenta con un woofer de 10 cm más un sistema de siete altavoces tweeter de alta frecuencia. Gracias a Siri podrás utilizarlo para consultar las noticias, saber qué tráfico hay de camino al trabajo, entre otras muchas opciones.

## DISPARA DONDE UNA CÁMARA NORMAL NO PUEDE

### Cámara acuática **Olympus Tough**

Esta cámara está diseñada para resistir las condiciones más difíciles, así que no dudes en aprovechar sus grandes prestaciones para disfrutar sin límites de la fotografía. Con ella podrás realizar vídeo 4K y vídeos de alta velocidad 120fps Full HD mejorando la calidad a cámara lenta. Posee doble cristal antiempañamiento para que nunca pierdas ningún momento



# DESIDERATUM

TATTOO STUDIO



TATTOO · PIERCING  
JOYERÍA · EXPOSICIONES  
VENTA DE ARTE · VENTA DE  
LIBROS ESPECIALIZADOS

C/ Calders 3, 08003, Barcelona (junto a Rambla del Born)  
T. 93 832 80 89 | keka@desideratumtattoo.com  
desideratumtattoo.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)

Conta Barrell, 164-166 (Metro: Urgell) 08015 Barcelona

SÍGUENOS EN:  
Facebook.com/BCNCheckpoint

Colaboran:



## Nuevos tratamientos en no+vello.

fotodepilación con sarma plasma

### 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 - 15.00

Consejo de ciento 218  
(esquina casanova)  
Teléfono 934543206 y 691207174  
mailto:eixample@nomasvello.com

#### TRATAMIENTO PRECIO/SESIÓN

BLANQUEAMIENTO DENTAL	30€*
REFIRMANTE CORPORAL	15€*
ACTIVO FACIAL	15€*
REDUCCIÓN VOLUMEN	15€*

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

# RECORTADO NO AL VELLO RASURADO



AUNQUE LLEVAMOS AÑOS AGUANDO EL DEPILADO TOTAL CASI OBLIGATORIO EN LAS PLAYAS POR CULPA DEL HOMBRE METROSEXUAL, CADA VEZ SE REIVINDICA MÁS EL VELLO CORPORAL, Y NO DIGAMOS YA EL FACIAL. LAS BARBAS Y EL PELO EN EL PECHO AGRADAN, SI ESTÁ CONTROLADO, TAMBIÉN. LA NUEVA TENDENCIA PARA ESTE VERANO SE IMPONE EL VELLO RECORTADO, O TRIMMING. QUE EL PELO ESTÉ, QUE SE VEA, PERO QUE NO ESTORBE NI SE DESCONTROLE. PRACTICAR EL TRIMMING ES TAN FÁCIL COMO PASARSE UNA MAQUINA RECORTADORA POR TODO EL CUERPO. A LUCIR VELLO!

COMPLEMENTOS

## IMPRESCINDIBLES

Cartera Hank  
de **Herschel**Reloj G-SHOCK  
MR-G de **CASIO**Zapatillas Authentic  
Espadrille de **Vans**Maleta Geotrakr  
de **Samsonite**Perfume AQVA homme  
de **Bvlgari**



**VIDEOJUEGOS / SYNDROME.** Algo terrible ha ocurrido, has despertado y la nave está completamente desierta. Tras investigar un poco descubres que casi toda la tripulación ha muerto y la que no lo ha hecho... desearías que hubiera sido así. En este título de survival horror descubrirás el terror y la agonía mientras te acechan criaturas de pesadilla.

**PLATAFORMAS:** PS4/PC/XBOX ONE



**VIDEOJUEGOS / FORNITE.** Explora el mundo. Rescata a supervivientes. Crea cientos de armas, espadas y cosas que hagan "boom". Crea fuertes, escondites de francotiradores, trampas de gas venenoso, y agujeros en el suelo. Reconquista el mundo. Ya sabes, lo típico. Y asegúrate de invitar a tus amigos.

**PLATAFORMAS:** PS4/XBOX ONE/PC



**ANDROID/IOS. SEGA FOREVER.** SEGA quiere llevar sus videojuegos clásicos a los dispositivos móviles. Este lanzamiento forma parte de una nueva estrategia bajo el nombre de "SEGA Forever", recuperando algunos de los juegos más recordados de los ochenta y los noventa.



**ANDROID/IOS. FURGO.** El usuario sólo tiene que publicar un anuncio solicitando un transporte, para cuándo lo necesita y las direcciones de recogida y destino. Los transportistas envían al cliente sus propuestas y el usuario elige la mejor oferta mediante una subasta.



**ANDROID. BADI.** Publica tu habitación disponible para empezar a recibir solicitudes. De esta forma, podrás contactar con muchos interesados, chatear con ellos y elegir a tu favorito! Buscar un compañero de piso nunca antes había sido tan intuitivo y fácil.

# Berlin

d a r k

100%  
MASCULINE  
ATTITUDE

B A R C E L O N A

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 dress code) **Darkness Night**
- \* **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: 10€ (lunes a viernes)

MENÚ NOCHE: 11'6€ (lunes a jueves)

VIERNES NOCHE, SÁBADO Y DOMINGO: 13'6€

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 (línea 5)

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

Web: taranis-fashion-men.com/es

# TÖN VANGARD



/TÖN VANGARD

BARCELONA

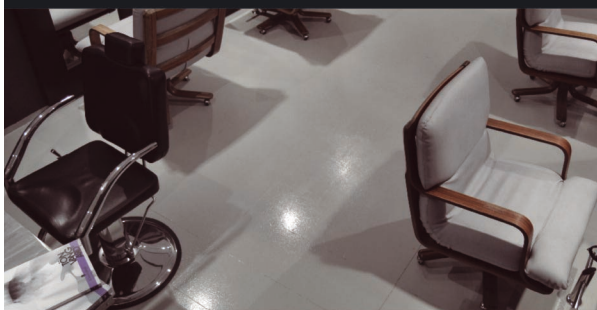
www.tonvanguard.com

THE BRAND NEW STYLIST CREATION

[ makeup ]

[ hair ]

[ styling ]

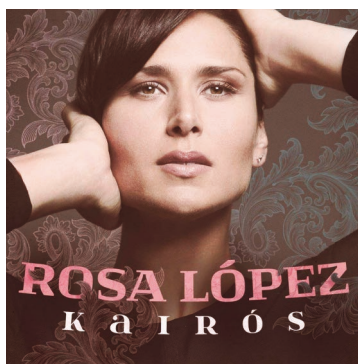


Aragó, 359 - BCN -  
+34 935 390 995  
info@tonvanguard.com

Diputació, 191 - BCN -  
+34 934 537 972  
info@tonvanguard.com



*Funk wav bounces Vol. 1* es el quinto álbum de **Calvin Harris**. Una colección con las , Future, Pharrell Williams, Katy Perry, Big Sean, John Legend, Khalid, Migos, Schoolboy Q, Ariana Grande.



*Kairós* es el octavo álbum de **Rosa López**, una colección de canciones con *Al fin pienso en mí* como primer single. El título es un concepto de la filosofía griega: "momento adecuado u oportuno"



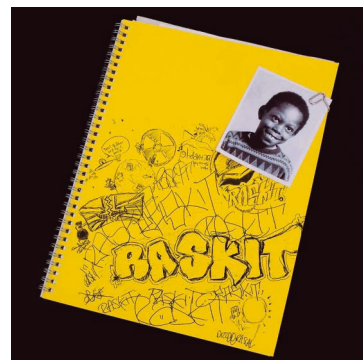
*Something to tell you* es el segundo álbum de **Haim**. Como primer single promocional, *Right now*, con un vídeo dirigido por Paul Thomas Anderson. Como single oficial, *Want you back*.



*Night & Day* es un disco de la banda británica **The Vamps**, una colección de canciones con toques eslectro y dubstep como *All night* utilizado como primer single, y *Middle of the night* como segundo.



*Emerging adulthood* es el segundo álbum del británico y multi-instrumental **Dan Croll**. Con una combinación de estilos folk y clásicos ha sido capaz de crear singles como *One of us*, *Bad boy*, y *Away from today*.



*Raskit* es el nuevo álbum del rapero británico **Dizze Rascal**, una colección de canciones con *Space* como primer single capaces de hacer saltar a cualquiera como lo hizo en su anterior *The Fifth*.

## ARCADE FIRE

*Everything now* es el quinto álbum del grupo canadiense **Arcade Fire**, una colección de 13 pistas que tiene a la titular como primer avance, y *Creature comfort* como segundo.

Con producción de la propia banda, junto a Thomas Bangalter (Daft Punk) y Steve Mackey (Pulp), con co-producción de Markus Dravs (Coldplay, Mumford & Sons).

Grabado en los Boombox Studios de New Orleans, Sonovox Studios de Montreal, y Gang Recording Studio de París.





# CRUILLA 2017

Los días 7, 8 y 9 de Julio, el **Festival Cruïlla** convierte el **Parc del Fòrum de Barcelona** en una puerta abierta a cualquier destino.

Un cóctel de estilos, culturas y sensaciones que traen artistas de todas las tallas y sensibilidades, liberando su energía sobre nuestros escenarios. Porque somos los del cartel diferente, los de los conciertos largos y las distancias cortas.

¡No te lo pienses más! ¡Te esperamos los días 7, 8 y 9 de Julio en el Parc del Fòrum de Barcelona! Porque somos Cruïlla, los de la oreja. Y contigo, el Cruïlla es más que un Festival.

**CRUILLA** <sup>xx</sup> Barcelona Summer Festival  
7-8-9 Juliol / Parc del Fòrum 

**Jamiroquai / Pet Shop Boys / The Prodigy**  
**Two Door Cinema Club / Die Antwoord**  
**Ryan Adams / Little Steven** & The Disciples of Soul  
**The Lumineers**

**Residente / Parov Stelar / Ani DiFranco**  
**Txarango / Kase.O / Los Fabulosos Cadillacs**  
**Benjamin Clementine / Youssou NDOUR / La Raíz**  
**Jain / Morat / Carlos Sadness / Dorian Neuman / AronChupa**

**Enric Montefusco / Exquiria (Niño de Elche + Tundra) / Patrice Dellé / Nicola Cruz / Oques Grasses / Aspencat / Dorian Wood**  
**Pau Vallvé / El petit de Cal Eril / Viva Suecia / Cala Vento**  
**Luthea Salom / Tremenda Trementina**

# FIB 2017

Consolidado como uno de los festivales veraniegos más populares de Europa, el **Festival Internacional de Benicàssim 2017** celebrará su 22ª edición entre el 13 y el 16 de julio, con los tres cabezas de cartel, los espectaculares Red Hot Chili Peppers, Kasabian y The Weeknd. Completan el line-up anunciado los británicos Foals, deadmau5, Years & Years, Liam Gallagher, Los Planetas, Crystal Fighters, Love of Lesbian, Pete Doherty, entre otros.

El evento se consolidó con gran rapidez en la agenda musical europea gracias a una mentalidad muy abierta en lo que respecta a estilos y temáticas, dando cabida prácticamente a todos los géneros musicales existentes.

 **fib** | 2017  
Benicàssim  
Costa Azahar 

Julio · 13 | 14 | 15 | 16  
Benicàssim

**RED HOT CHILI PEPPERS**  
**THE WEEKND**  
**KASABIAN**  
**FOALS | LOS PLANETAS**  
**LIAM GALLAGHER**  
**RIDE | BONOBO (LIVE)**  
**SURFIN' BICHOS | BLOSSOMS | SLAVES**  
**TYLER, THE CREATOR | MOURN**

y muchos más...

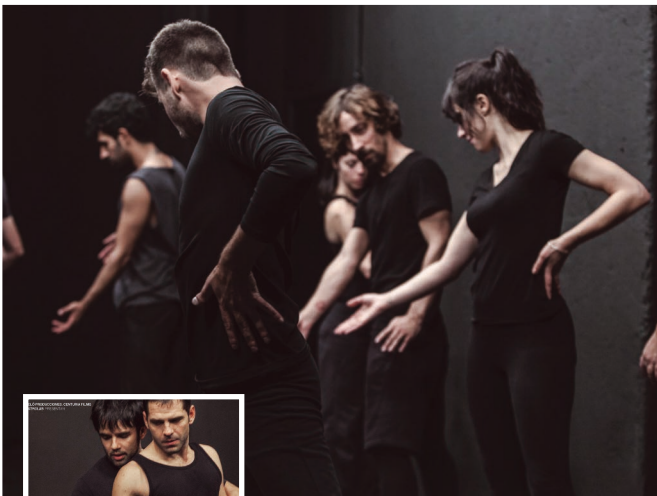
## EL DEBUT

**Dirección:** Gabriel Olivares

**Intérpretes:** Raúl Peña, Jorge Monje, Silvia de Pé, Cecilia Solaguren, Mar del Hoyo.

**Género:** DOCUMENTAL. **País:** España

**Duración:** 63 min **Estreno:** 14/07/2017



Un conjunto de actores asisten un taller de interpretación con el objetivo de crear una futura película. Con un guion no muy bien definido basado en la taumaquia, el largometraje narra una historia de amor entre un torero principiante y un torero consagrado que descubren su homosexualidad. Una

película que cuenta desde una manera pasional el oficio de transmitir emoción y veracidad en las historias. Romance documental dirigido por Gabriel Olivares, en su primer largometraje tras producir más de 20 espectáculos teatrales como dramas, comedias y musicales. 'El Debut' está interpretado por Jorge Monje y Raul Peña junto con Silvia de Pé, Cecilia Solaguren, Mar del Hoyo, Mónica Vic, Eduard Alejandro, Efraín Rodríguez, Chupi Llorente, Elena de Frutos, Paco Mora y Chemi Moreno.



'Baby Driver' sigue a Baby, interpretado por Ansel Elgort, un joven conductor especializado en fugas involucrado en una banda criminal. Después de conocer a la chica de sus sueños, Deborah (Lily James), Baby cree que es una magnífica oportunidad para dejar su vida de ladrón en el pasado y

## BABY DRIVER

**Dirección:** Edgar Wright

**Intérpretes:** Ansel Elgort, Lily James, Jamie Foxx, Jon Hamm, Kevin SpaceySeumas.

**Género:** ACCIÓN **País:** Reino Unido

**Duración:** 115 min **Estreno:** 07/07/2017

realizar una huida rápida. Pero, tras ser forzado a trabajar para un jefe del grupo criminal (Kevin Spacey), tendrá que dar la cara en un malogrado golpe que amenaza toda su vida. Además de los actores mencionados, el reparto lo completan Jamie Foxx, Jon Hamm, Jon Bernthal o Eiza González. La película está escrita y dirigida por Edgar Wright, conocido por otros títulos como 'Scott Pilgrim contra el mundo' o 'Bienvenidos al fin del mundo'.



Caesar (Andy Serkis) jura que no comenzó la guerra. Pero él y sus simios se ven obligados a luchar en una mortal guerra con los humanos que quedan en este mundo. Caesar volverá a contar con sus fieles seguidores Rocket (Terry Notary) y Maurice (Karin Konoval), que deberán enfrentarse al

## LA GUERRA DEL PLANETA DE LOS SIMIOS

**Dirección:** Matt Reeves

**Intérpretes:** Andy Serkis, Woody Harrelson, Steve Zahn, Judy Greer, Gabriel Chavarria

**Género:** CIENCIA FICCIÓN **País:** EE.UU

**Duración:** 142 min **Estreno:** 12/07/2017

despiadado Coronel (Woody Harrelson), que lidera a los humanos. Después de que los simios sufran bajas inimaginables, Caesar luchará contra sus propios y oscuros instintos, y comenzará su fantástica misión para vengar a los de su especie. Un viaje que finalmente les situará cara a cara, Caesar y el Coronel se enfrentan en una épica batalla que determinará el destino de ambas especies y el futuro del planeta.



Peter Parker (Tom Holland) es un adolescente que estudia en la escuela secundaria y que tiene que lidiar con los problemas típicos de un chico de su edad. Claro que, su vida no es del todo normal. Y es que, Peter esconde una identidad secreta, la de Spiderman. Así que tiene que compaginar su vida en el instituto

## SPIDER-MAN: HOMECOMING

**Dirección:** Jon Watts

**Intérpretes:** Tom Holland, Robert Downey Jr, Michael Keaton, Marisa Tomei, Zendaya

**Género:** CIENCIA FICCIÓN. **País:** EE.UU

**Duración:** 133 min **Estreno:** 28/07/2017

con su labor de superhéroe que lucha contra todos aquellos villanos que ponen en peligro la ciudad, sin ser descubierto. Todo se complicará con la aparición de El Buitre (Michael Keaton), un villano que amenaza con ponerle en peligro a él y a sus seres queridos. Para ayudarlo en su lucha contra El Buitre estará Tony Stark (Robert Downey Jr.), que es su mentor y su aliado, a pesar de que trate a Peter como a un crío.



15.16.17.18

BARCELONA \* CONDAL \* THERMAS \* CASANOVA \*  
 GRUPO  
**PASES**  
 SAUNAS MASCULINAS  
 \* OLÍMPIC \* MAGNUS \* HISPALIS \*

**WWW.SAUNASPASES.COM**

## Redes Sociales

Síguenos en  
**facebook/revistagb,**  
 en twitter **@revistagb**  
 o en Instagram **@revistagb**

FACEBOOK:  
 Sigue nuestra actividad  
 en esta red social,  
 comenta e interactúa  
 con nosotros!  
 ¡ Dale al Like!  
[facebook.com/revistagb](https://facebook.com/revistagb)

Comparte y sigue con nosotros  
 toda nuestra actividad en las  
 redes sociales.  
 Comenta o sugierenos temas,  
 para nuestros próximos artículos.

TWITTER:  
 Sigue nuestra actividad diaria,  
 toda la actualidad, reportajes  
 y mucho más en la red social  
 más activa y participativa.  
 ¡ Follow me!  
[twitter.com/revistagb](https://twitter.com/revistagb)

!Queremos interactuar contigo!



INSTAGRAM:  
 Las mejores imágenes de los  
 eventos GLBT del momento,  
 curiosidades, fotos divertidas  
 y mucho más en nuestra  
 nueva cuenta. ¿Nos sigues?  
[instagram.com/revistagb](https://instagram.com/revistagb)

34

**METRO**  
 Disco

bajo tierra...  
 estarás en la gloria

SEPULVEDA, 185 - BARCELONA  
[www.metrodiscobcn.com](http://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

10

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

DIAGONAL 365 - BARCELONA  
[WWW.NEWCHAPS.COM](http://WWW.NEWCHAPS.COM)

31

**Berlin**  
 dark  
 BARCELONA  
**hard & fetish bar**  
[berlindark.com](http://berlindark.com)

08

**boyberry**  
 Barcelona  
 Calabria 96

SEX SHOP-CABINS-INTERNET  
 CARRASCO-GLORYHOLES  
 VIDEOCLUB-SEXCLUB-CHILLOUT  
[WWW.BOYBERRY.COM](http://WWW.BOYBERRY.COM)

19

**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

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

C/ Muntaner, 140 - Barcelona - Tel. 934534239  
 Artesa de Segre, 7 - Barcelona - Tel 934176757

23

**TÖN VANG ARD®**  
 BARCELONA  
[www.tonvanguard.com](http://www.tonvanguard.com)

[ makeup ] [ hair ] [ styling ]

Aragó, 359 BCN +34 935 390 995 | Diputació, 191 BCN +34 934 537 972

30

**TARANIS**  
 Moda para  
 grandes hombres

Rocafort 223 - 08029 Barcelona  
 Tel. 93 494 00 64

ABIERTO DE  
 15.00H A 22.00H

REGUESENS 18  
 17600 FIGUERES  
 TEL. 972 511 705

38

**NOMASVELLO**  
 GAY SEX SHOP

TOTALMENTE RENOVADO

NUEVO DARK ROOM  
 CINEMA  
 Y MUCHO MAS...

Diputació, 208 - BARCELONA

20

**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:eiample@nomasvello.com

13

**Restaurante  
 El Bierzo a Tope**

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

3 >> GUÍA DE BARCELONA

>> BARES

**Atame.** Consell de Cent 257  
**Boys Bar.** Diputació 174  
**Berengenal.** Diputació 215  
 Botànic Bar Cafè. Muntaner 64  
**Chevalier.** Diputació 157  
**El Cangrejo del Eixample.** Villarroel 86  
**El Quinto Moño.** Villarroel 96  
**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. Valeri Serra 3

>> FETISH & BEARS

**01. Bacon Bear Bar.** Casanova 64  
**31. Berlin Dark.** Passatge Pruneda 18  
**10. New Chaps.** Av. Diagonal 365  
**Trash.** Carrer de la Mare de Déu del Remei, 11  
**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 Galilea.** Calàbria 59  
**Sauna Nova Bruc.** Pau Claris 87 local

>> RESTAURANTS

**13. El Bierzo a Tope.** Diputació 159  
**02. La Estrella.** Aragó 185  
**BCN Café.** Diputació 180.  
**dDivine.** Balmes 24  
**El Berro.** Diputació 180  
**Manga Rosa.** Consell de Cent 220

>> TIENDAS / MODA / COMPLEMENTOS

**30. TARANIS.** Tallas grandes. Rocafort 223  
**19. La Boutique del Descans.** Muntaner 140  
**ES4U.** Casanova 56  
**NIT.** Consell de Cent 233  
**63bis.** Casanova 63 bis  
**Blue Shop & Hair.** Aribau 24  
**Next Level.** Diputació 189

>> REGALOS / GIFTS

**Intro Fusion. Decoración.** Diputació 163

>> ESTÉTICA / GYM FITNESS

**20. No+Vello Eixample.** Consell de Cent 218  
**Pearl smile.** Casanova 84-86

>> PELUQUERIAS

**23. Tón Vanguard.** 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.  
**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

**11. Believe bar club.** Balmes 56  
**34. Metro Disco.** Sepúlveda 185

>> SERVICIOS / VARIOS

**Ricardo de la Rosa. Abogado.**  
 Benet i Mateu 57 bajos  
**35. Viajes Travelling.** Consell de Cent 224

>> INFORMACIÓN GLTB

**48. Programa GLT de la Generalitat**  
 Paral.lel 52 - Edificio 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  
**Fundació Enllaç.**  
 Roselló 328. Tel. 934 573 739  
**AMPGIL.** Verdaguera i Callis 10  
**Casal lambda.** Verdaguera i Callis 10  
**FAGC.** Verdi 88 baixos  
**Gaispositius.**  
 Violant d'Hongria 156. Tel. 932980642.  
**Grup d'Amics Gais.**  
 Sant Adrià, 20. Tel. 620550768  
**Panteres Grogues.**  
 Diputació 163

>> GUÍA DE SITGES

>> BARS

Union Bar. St. Bonaventura, 10  
 40 de Fiebre. Carrer de Sant Gaudenci, 7  
 Backstage. Carrer d'Espalter, 7  
 Bar 7. Carrer Nou, 7  
 Bear's Bar. Bonaire, 17  
 Barcode. Carrer de Sant Bonaventura, 10  
 Bourbon's. St. Bonaventura, 13  
 Bukkake Cruise Bar. Joan Tarrida 17  
 Bunker. Bonaire, 12  
 Bears' Bar. Carrer Bonaire, 17  
 Beso Bar. Carrer Primer de Maig, 6  
 Casablanca. Pau Barrabeig, 5  
 Comodin. Tacó, 4  
 Dark. Bonaire, 14  
 Zona X. Carreta, 9

El Horno. Joan Tarrida, 6  
 El Piano. St. Bonaventura, 1  
 Incognito. Europa 16  
 La Villa. Joan Tarrida 8  
 Man. St. Bonaventura, 19  
 Orek's. Bonaire, 13  
 Privilege. Bonaire, 24  
 Prinz. Nou 4  
 Queenz. Bonaire 17  
 Carrusel. Joan Tarrida 14  
 Seven. Nou, 7  
 XXL. Joan Tarrida, 7

>> DISCOS / CLUBS

Organic. Bonaire, 12

>> RESTAURANTS

Beach House. Passeig de la Ribera, 33  
 L'Angle d'Adriana. Plaça de la Indústria, 5  
 Le Patio. Carrer Bonaire, 26  
 Ma Maison. Bonaire, 28  
 Queenz. Carrer Bonaire, 17  
 SoCa. Carrer Sant Gaudenci, 9  
 Yummy. Carrer de Joan Tarrida, 2

>> 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

>> GUÍA PROVINCIA GIRONA

GIRONA

>>DISCOS

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

FIGUERES

>>SAUNAS

Sparta. Requesens 18

EMPURIABRAVA

>>BARES

Different Pub. Moxó - Los Arcos, 50.

FONT-CLARA

>>ALOJAMIENTOS

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  
 Incógnito. Migdia, 44  
 La Bubu. Areny, 33

>>DISCOS

Arena Costa Brava. Camprodon i Arrieta 35

VULPELLAC

>>DISCOS

Scenik. c/Arbossos10, Nau13.



## DISEÑO PÁGINAS WEB

- ✓ Diseños adaptados para ordenadores, tablets y smartphones
- ✓ Páginas originales diseñadas con las últimas técnicas, 100% rentables y **efectivas**
- ✓ Amplifique su mensaje: Integración total en sus redes sociales,
- ✓ Alta y optimización en buscadores (SEO)
- ✓ Registramos su **dominio**, y nos encargamos del **hospedaje** y su **mantenimiento**

## COMMUNITY MANAGER

- ✓ Gestionamos las redes sociales de su marca o empresa, Facebook, Twitter, Instagram
- ✓ Creamos contenido para sus seguidores con publicaciones constantes

## EDICIÓN DE CONTENIDOS

- ✓ Diseño y maquetación de libros, catálogos, revistas, folletos, cartelería, etc.
- ✓ Servicios profesionales de traducción entre idiomas: inglés, español o catalán.



**TUESDAY  
MARTES**  
**I LOVE MUSCLE**



**WEDNESDAY  
MIÉRCOLES**  
**OVERSIZE DAY**



**FRIDAY AND SATURDAY  
VIERNES Y SABADOS**  
**CAMPANA CERVECERA  
BEER PARTY**  
DE 18 A 22HRS.  
FROM 18HRS TO 22HRS.



**SATURDAY AND SUNDAY  
SABADOS Y DOMINGOS**  
**SESIÓN MATINAL  
DJ JONATHAN TAMAYO**  
DESDE LAS 6AM.  
FROM 6AM.



**FREE TAXI**

UNTIL 6.50 EUROS DISCOUNT PER PERSON SHOWING RECEIPT  
TRAYECTOS DE HASTA 6.50 EUR. POR PERSONA. PRESENTANDO TICKET

**OPEN 24HRS  
365 DAYS**



SIGUENOS EN:  
FOLLOW US ON:



**THE BEST SAUNA IN TOWN**  
**SAUNA BARCELONA**

**TUSET, 1 • BARCELONA • WWW.SAUNASPASES.COM**

800m<sup>2</sup>, jacuzzi 4x12 m, gangbang room, 2 video rooms, laberinto, glory holes, steambath, playroom, sauna, snack bar, laberinto de duchas & relax rooms.  
All promotions are not cumulative. Offers valid until the end of the promotion / Las ofertas no son acumulables y son validas hasta fin de promoción.  
Prohibida la entrada a los menores de 18 años. / Reservado el derecho de admisión. / Aforo del local limitado.