

AVANT *life*

EXCLUSIVE MAGAZINE

Presented by



PEOPLE | LIFESTYLE | TRAVEL | CULTURE | ARCHITECTURE | GOURMET | TECHNOLOGY | CLUB DE CONOCEDORES

Sergio «Checo» Pérez

Exclusivos alojamientos en el mundo

Destinos invernales

Las Vegas, entretenimiento sin fin

Las nuevas formas de vivir los espacios

San Diego, laberinto de sabores

«Gadgets fitness»

Gustos mediterráneos y sabores ancestrales

PREMIUM

Bi

Gestión Patrimonial Bi

¿Está preparada la siguiente generación para recibir y gestionar su patrimonio?

Corporación Bi le asesora en tan importante decisión. Constituya su Fideicomiso Patrimonial en Guatemala o Panamá.

Para más información comuníquese al **2418-4820**

3

SINGLE MALT

Vuelven las veladas de *Whisky*

12

LIFESTYLE

Exclusivos alojamientos en el mundo

24

CULTURE

Las Vegas, entretenimiento sin fin

36

GOURMET

San Diego, laberinto de sabores

47

CLUB DE CONOCEDORES

Gustos mediterráneos y sabores ancestrales

SUMARIO

8

PEOPLE

Sergio «Checo» Pérez

17

TRAVEL

Destinos invernales

30

ARCHITECTURE

Las nuevas formas de vivir los espacios

43

TECHNOLOGY

Gadgets fitness

EDICIÓN 146 / SEPTIEMBRE 2023

Acceda a contenido adicional al hacer tap en esta señal

CONTENIDO INTERACTIVO

Publisher
Daniel Panedas

Gerente general
Carol Márquez

Gerente de publicaciones
Alba Hernández V.

Ventas
Fröken Donis / Gerente de Ventas

Coordinadora AvantLifestyle
Adriana Pinzón

Diseño
Pedro Domínguez

Fotografías
Fernanda Velásquez, Shutterstock.

Publicado por
Siete Zero

La responsabilidad de todos los artículos publicados es exclusivamente de **Siete Zero** o de los firmantes de cada nota. Se prohíbe la reproducción total o parcial de la publicación sin autorización expresa de la editorial.

siete zero

A LIVE MARKETING AGENCY

Novedoso modelo de inversión inmobiliaria

Modus Capital presentó Vivo Plaza y su modelo de inversión pasiva, una forma diferente de abordar el mercado inmobiliario.



Con más de quince años en el mercado y más de veinte proyectos inmobiliarios desarrollados, Modus Capital lanzó al mercado Vivo Plaza, un proyecto inmobiliario ubicado en la Zona Viva y que cuenta con instalaciones de primer nivel. Son 59 apartamentos de uno y dos habitaciones con diseños modernos y funcionales con comodidades como gimnasio, área de *coworking*, *loungebar*, *rooftop* con restaurante, 165 parqueos, dos niveles de comercio, tres niveles de oficina y cuatro salas de reuniones.



Todas las ventajas y atractivos de Vivo Plaza lo hacen un proyecto que se adapta a las constantes necesidades de una comunidad dinámica y en crecimiento y, por ello, lo convierte también en una oportunidad de inversión, la cual se refuerza con un innovador enfoque:

Vivo Plaza se asocia con la exitosa marca VIVOTEL, especializada en el modelo de estadias cortas de Airbnb, para administrar de manera eficiente y profesional los apartamentos. Esto brinda a los inversionistas una oportunidad única de obtener beneficios a través de un enfoque moderno y rentable en el mercado de hospedajes. Quien invierta en Vivo Plaza no debe preocuparse del equipamiento o la búsqueda de inquilinos y el mantenimiento, el proyecto lo hace todo, el inversionista solo recibe los beneficios sin esfuerzo.

El compromiso de Modus Capital es brindar un enfoque transparente, innovador y altamente rentable para sus inversores, para que puedan liberar su tiempo y energía para lo que realmente importa.



Vuelven las *veladas de whisky*

El exclusivo grupo de miembros del Single Malt Society vuelve a reunirse para continuar develando el mundo del «agua de vida».

Por:

Redacción Avant Lifestyle.

Como ha sucedido en otras ocasiones, la terraza de Marcas Mundiales recibió a este grupo de personas con un gusto muy especial por el *single malt*, en dos eventos donde se degustaron varias de las marcas favoritas de este destilado.

THE GLENLIVET

Un valle remoto y aislado vio el nacimiento de una destilería, ahora de tradición, cuando la elaboración del *whisky* era perseguida por la ley. El valle de Livet fue testigo de cómo George Smith aprendió el oficio entre colinas y abundantes manantiales de aguas cristalinas. Pero también lo vio revolucionar la forma de hacer las cosas, The Glenlivet fue la primera destilería autorizada en la región y Smith se dedicó a convertir aquellos esfuerzos por hacer *whisky* en el creador del *single malt* original de Speyside. Hoy, todo el mundo puede disfrutar de la amplia colección de *whiskies* que continúa ganando adeptos en el mundo de los escoceses.

The Glenlivet 12 años fue el primero en la lista de esta cita. De este *whisky* y su malta se ha dicho mucho: sofisticado, entretenido, clásico, pero lo que sí es cierto es que está elaborado con una malta de primera calidad, como lo define el *Original Malt Whisky Almanac*.

Este destilado se madura primero en roble tradicional, antes de pasar tiempo en barricas de roble americano que imparten notas de vainilla y le dan su suavidad distintiva. El agua, rica en minerales que proviene del pozo Josie, ayuda a formar los sabores durante el macerado y la fermentación, mientras que la altura y el ancho específicos de los alambiques de cobre añaden un carácter delicado, pero complejo.



The Glenlivet 12 años tiene un sabor y paladar equilibrados con notas fuertes de piña, por ello es ideal para acompañar con vieiras, por ejemplo. Tiene un final largo, cremoso y suave, y en nariz es afrutado y veraniego.



perfecta para combinarse con este famoso destilado. Como último platillo de esta velada se disfrutó un budín de chocolate, cacao y cerveza negra acompañado de *brownie* de chocolate, salsa de naranja, hierbabuena y crocantes.

UN TRÍO DE ORO

Viajar en el tiempo y en la historia se hace aún más especial si se hace a través de las notas de un buen *whisky*, y esto fue lo que vivieron los miembros de Single Malt Society en su segundo encuentro en el *speakeasy* de Marcas Mundiales. En esa ocasión las marcas escogidas fueron: Monkey Shoulder, Glenfiddich 12 y The Balvenie 12, tres marcas que pertenecen a la famosa destilería William Grant & Sons.

The Glenlivet Caribbean Reserve tiene un toque tropical que adquiere en barriles que anteriormente contuvieron ron caribeño. Como todos los destilados de esta marca, este es muy equilibrado. En paladar tiene ricas notas de caramelo y *toffe* con sabores de frutas tropicales. En nariz tiene notas dulces de pera y manzana roja que se combinan con un fabuloso toque tropical de plátanos maduros en almíbar.

El tercer *whisky* degustado de The Glenlivet fue el 15 años, con su color dorado intenso, su sabor picante único y agradable y sus notas de almendras dulces y especias. Este obtiene su carácter distintivo, rico y exótico de un proceso de maduración selectiva en el que una proporción del licor se envejece en barricas de roble francés, práctica iniciada por la marca y seguida luego por otros destiladores. El roble Lemosín, por su baja densidad, permite que el *whisky* penetre en la madera y le aporte esos sabores característicos. En el paladar se pueden sentir notas de fruta y nuez, y sabores a frutas dulces y especias delicadas. En nariz es cremoso, rico y mantecoso, con un final persistente. Combina muy bien con platos de venado, por ejemplo.

La experiencia de los Glenlivet cerró con una degustación de platillos del chef Mario Godoy, de A la Mesa. El experto deleitó a los asistentes con una sopa típica escocesa denominada Cullen Skink, hecha de eglefino (un pez de la familia del bacalao), ahumado, patatas y cebollas. Esta sopa es una especialidad del pueblo de Cullen, en Moray, en la costa noreste de Escocia, y es



El primer *whisky* de la noche vio la luz en 2003, aunque solo tiene veinte años en el mercado, viene de una tradición que data de 1887. El Monkey Shoulder fue lanzado por William Grant & Sons para acercar a un público más amplio amante de los cócteles y bebidas combinadas, como una nueva forma de disfrutar el escocés. Así, el Monkey



Shoulder es una mezcla épica de *whiskies* de malta que recrea el *whisky* perfecto para mezclar. Es sabroso y con un paso cálido, con notas golosas de cebada malteada y vainilla, junto a frutos secos, almendras del roble de la barrica y final algo picante del alcohol sin suficiente madurez. Es fresco y especiado.

El siguiente en la lista fue un Glenfiddich 12. En 2014, este se coronó al ganar la medalla de Oro en el International Spirits Challenge y en el International Wine and Spirit Competition, y no es para menos, es un *whisky* suave, ligero y fácil de beber. El proceso de maduración en barricas de *bourbon* americano y jerez español aportan a esta mezcla de *whiskies* elaborados con cebada malteada en la misma destilería muchas de las notas que lo caracterizan. Y ¿por qué 12 años? El envejecimiento del menor de los *whiskies* que forman parte de su elaboración tiene 12 años de envejecimiento.

En nariz es fresco y afrutado; destacan la pera y las manzanas verdes y algunas notas de hierba recién cortada. En boca posee notas intensas de caramelo y vainilla al principio, que se matizan en notas frutales. Más sutiles, pero presentes, hay notas de madera y malta. Si se le agregan algunas gotas de agua aparecen notas herbáceas. El final es largo, suave y maduro. La marca Glenfiddich se ha ganado su lugar en el mercado al ser una de las mejor valoradas por consumidores y expertos por ser un *whisky* redondo. Puede ser perfecto para quienes se inician en este mundo del escocés.

Por último, pero no menos importante, fue el turno para The Balvenie 12 Single Malt Doublewood. Un atractivo de esta marca

es que toda su elaboración guarda un estricto proceso artesanal: la cebada es de su propia granja, los granos se *maltean* de forma manual, sus barriles son fabricados de forma artesanal y sus alambiques son únicos en el mundo, pues se fabrican y moldean por un maestro herrero, todo esto lo hace uno de los *single malts* más valorados. ¿Por qué Doublewood? Porque primero se envejece en barricas que anteriormente han contenido *bourbon* y después se acaba en barricas de jerez durante 6 y 12 meses, así adquiere su carácter, suavidad, profundidad y plenitud gustativa. De color ámbar intenso con reflejos anaranjados, este *whisky* se abre con un aroma vinoso, con notas de jerez y fruta, enriquecido con ligeros toques de miel y vainilla. En boca es suave con un fascinante equilibrio entre las sensaciones dulces de nuez y el picante de la canela y el jerez.

En esta velada, el chef Marco Godoy preparó un *carpaccio* de remolacha, crema de zanahorias con jengibre, brotes, crocantes y coral de cilantro, que aportó al paladar cierta frescura como primer plato. Como principal fue un lomo empanizado con crema de ajo negro, puré de ayote ahumado y ensalada de verdes con vinagreta de frambuesa; una receta insignia del chef. Para terminar, sirvió torta de manzana húmeda, compota de manzana, mascarpone y crocantes.



Ford

EXPEDITION

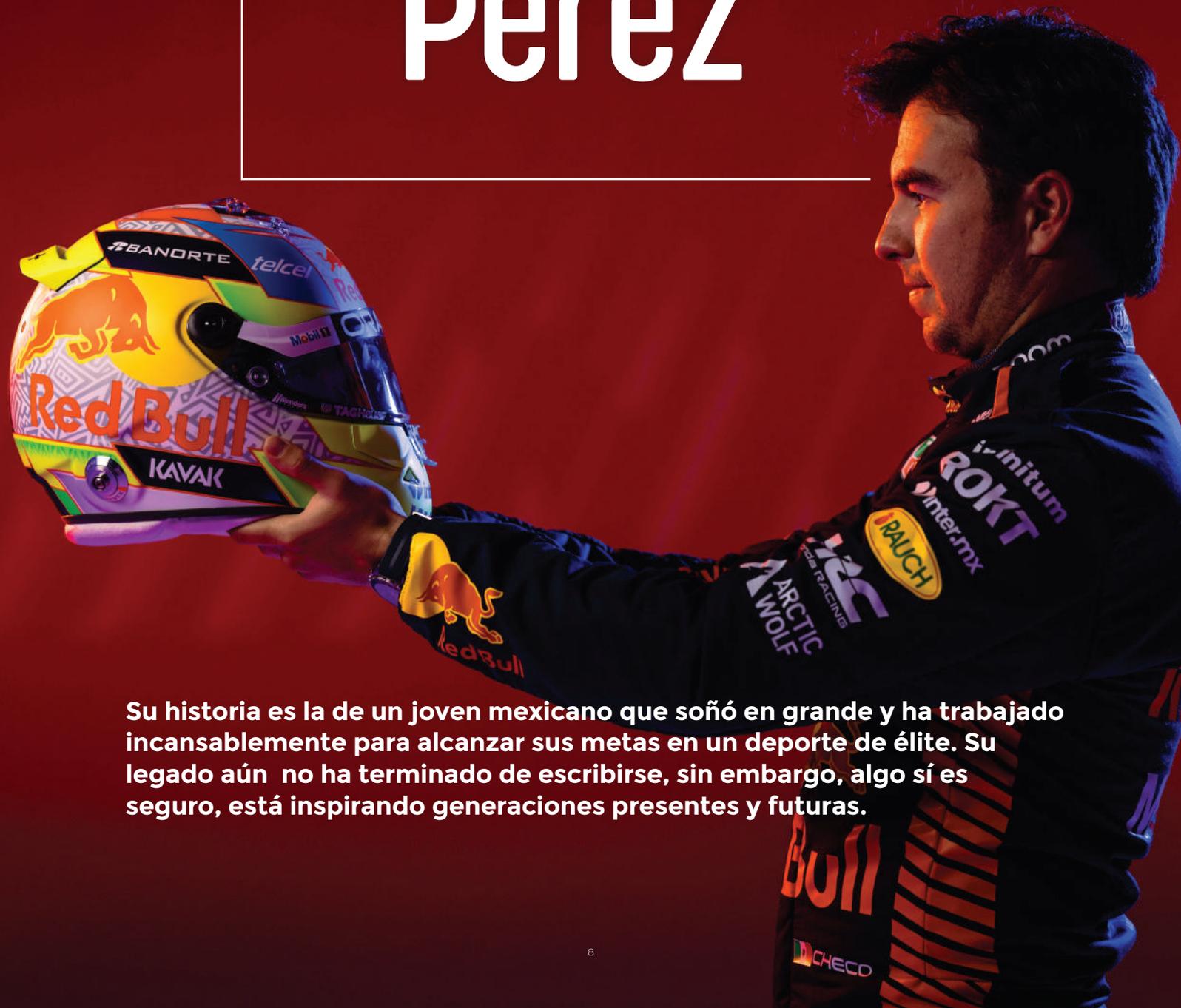
Conoce la SUV que es un Nuevo Nivel en **Agencia Ford Pradera Zona 10**



COTÍZALA Y SOLICITA TU TEST DRIVE AL:

 2277-8232 | fordguatemala.com

Sergio «Checo» Pérez



Su historia es la de un joven mexicano que soñó en grande y ha trabajado incansablemente para alcanzar sus metas en un deporte de élite. Su legado aún no ha terminado de escribirse, sin embargo, algo sí es seguro, está inspirando generaciones presentes y futuras.

Por:

Redacción Avant Lifestyle.

La temporada 2023 de la Fórmula 1, la máxima competición automovilística en el mundo, no ha terminado, pero Sergio «Checo» Pérez la está rompiendo junto a su compañero Max Verstappen en el equipo Red Bull Racing Honda. El mexicano de 31 años, con cada carrera, construye su historia.



«Checo», sobrenombre que viene de Sergio, es el menor de tres hermanos, hijos de un expiloto y exentrenador de carreras de autos, así que no es de extrañar que sus pasos, desde la infancia, se encaminaran hacia lo que entonces era una afición. Con seis años, en su natal Guadalajara, entra a competir en el *karting*, con sus logros, fuerza a la federación de su país a otorgarle un permiso especial para que pueda competir en categorías superiores. Y este solo fue el principio. Ya como adolescente, impone su ritmo en la categoría juvenil *karts* y termina como el piloto más joven en proclamarse campeón. A partir de allí, cada curva y aceleración lo llevarían en una carrera por avanzar por las categorías que lo llevarían a alcanzar la cima: la Fórmula 1.

UNA GRAN DECISIÓN

Con todo lo hecho en este continente, lo siguiente era dirigirse a Europa y a una de las competencias que son puerta para la F1: la Fórmula BMW ADAC para el Team Rosberg. Ya instalado en Alemania, con 15 años y solo hablando español, le tomó seis años y ganarse su puesto en categorías como la Fórmula 3 británica, la GP2 Series (telonera de la F1) y ser piloto de reserva de BMW Sauber para dar el salto al gran circo de la mano del equipo Sauber, que en 2011 usaba los motores de Ferrari.



Treinta años tuvieron que pasar para que otro mexicano pisara las pistas de la F1, ahora de la mano de «Checo» Pérez. En 1981, Héctor Rebaque disputaría su última carrera en ese circuito.

Con apenas 20 años, y se dice que de la mano de uno de los hombres más ricos del mundo, Sergio Pérez se estrena en el escenario de la Fórmula 1 en la temporada de 2011. En su primer circuito quedó dentro del top diez, sin embargo, y con la alegría de haber hecho un buen papel, también sufrió su primer revés: su auto, y el de su compañero, fue descalificado por inconvenientes técnicos en el alerón trasero, y no fue hasta la quinta fecha que sumó puntos. Aquel primer año solo sumó cinco de las 19 carreras, incluso no participó en dos debido al accidente que sufrió en Mónaco. En la clasificación general terminó en el décimo sexto puesto en el campeonato de pilotos. Los años en



Sauber terminaron de afianzar su estilo de manejo y su confianza, y le representaron también sus primeros podios: en Malasia y Monza por el segundo lugar y en Canadá por el tercero. En su segunda temporada, y a pesar de que su auto era modesto, Pérez terminó en la décima posición del campeonato, lo que también le sirvió para que otras escuderías lo voltearan a ver.

LUCES Y SOMBRAS

El paso de Pérez por una de las escuderías con más tradición en 2013, McLaren, fue fugaz, solo una temporada, pero fue una de las más desastrosas, tanto para el piloto como para la escudería. La polémica lo acompañó desde el inicio hasta su despido por «no estar a la altura de la escudería», lo que lo enfureció, ganándose críticas de varios de sus compañeros, entre ellos, Jo Ramírez, coordinador del equipo, quien describió al mexicano como alguien soberbio y con mala actitud. Por su parte, Pérez respondió, en una entrevista más tarde, que la escudería «esperaba que ganase el título, pero no tenía coche para ello»; sin embargo, también admitió que sin su paso por McLaren no sería la persona que ha llegado a ser. En los años siguientes, la escudería no salió del bache y «Checo» acumuló algunos logros.

Para 2014, Sahara Force India lo fichó. Esta sería su escudería por seis años y conseguiría cinco podios, incluida su primera victoria. La polémica también lo siguió estos años, una de las más destacadas fue la rivalidad con su compañero Esteban Ocon, a quien le costó el puesto en el equipo. En 2020, Pérez cerró su participación con Racing Point con grandes logros, a pesar de saber que no tenía un puesto para la siguiente temporada. Una victoria, dos podios, 125 puntos y una cuarta posición en el campeonato le dieron el pase para su siguiente peldaño.

Su fichaje con Red Bull Racing Honda, un equipo considerado como realmente competitivo, en 2021, y con el cual tiene contrato hasta 2024, le suponía a Pérez poder lucir todo su potencial y lograr su ambición: el campeonato. Sus pasos por esta escudería hasta 2023 ha sido una de cal y una de arena, pues también supone grandes retos: ser el eterno segundo, detrás de su compañero Max Verstappen, y un primer año con resultados mediocres y pocos momentos de gloria, aunque algunos clave para el resultado global del equipo.

Hasta septiembre de 2023, Sergio Pérez había logrado 34 podios, en seis ocasiones como ganador.



Fundación Checo Pérez

Noventa y cinco mil beneficiarios reporta la página de la fundación impulsada por el piloto tapatío. Entre sus proyectos cuenta con ludotecas en casas hogar, construcción de casas, campañas de salud infantil, restauración de casas hogar, acompañamiento psicológico, apoyo a niños con Síndrome de Down y entrega de útiles, entre otros

La temporada pasada no le alcanzó para el subcampeonato, quedando solo a tres puntos de Charles Leclerc. En la temporada 2023, que aún no termina, el mexicano está encaminado para conseguir el subcampeonato y apoyar a su escudería a quedarse con el campeonato de constructores.

Aunque a lo largo de su carrera Pérez ha demostrado ser un maestro en la gestión de neumáticos y estrategias de carrera, lo que le ha permitido obtener resultados impresionantes y superar a muchos de sus competidores y están logrando buenos resultados para su escudería actual, estas condiciones están siendo cuestionadas nuevamente. Helmut Marko, asesor de Red Bull, ha sido muy directo hablando de la falta de concentración y consistencia del piloto, de acuerdo con el asesor, por temas familiares —Sergio espera su cuarto hijo—, y sobre que el piloto Lando Norris podría ser un buen reemplazo. El contrato de «Checo» Pérez finaliza en 2024 y el de Norris hasta 2025 con su escudería, algo que lamenta Marko. Adicional, prácticamente le ha expresado que su puesto siempre estará por detrás del de Verstappen. Veremos en los próximos meses y años, si realmente el mexicano puede demostrar que está hecho para el Olimpo.

Exclusivos alojamientos en el **mundo**

Disfrutar de lugares de estadía increíbles, exclusivos y privados se ha vuelto una de las ventajas más destacables del servicio de Airbnb. Mansiones, *penthouses*, cabañas e incluso castillos propiedad de celebridades y magnates están disponibles para pasar una o varias noches en esos destinos. Y quién sabe, puede ser que hasta el propietario sea su anfitrión.

Por:

Redacción Avant Lifestyle.

L

Para quienes están buscando una experiencia diferente, en alojamientos de verdadero lujo y privacidad que solo pocos pueden vivir, Airbnb ha logrado que algunas propiedades con altísimos estándares estén disponibles en alquiler. Esto ha permitido que nos acerquemos a vislumbrar cómo es el estilo de vida de sus propietarios.



Dispersos por el mundo, se pueden encontrar estas opciones que bien pueden estar ubicadas en islas privadas, montañas nevadas, residenciales o edificios muy exclusivos, que van desde los US\$28,000 hasta los US\$60,000 o US\$75,000 por noche. Si está dispuesto a cancelar estas sumas, le dejamos algunos de los alojamientos más caros del mundo de esta plataforma.

VILLA COVE SPRING HOUSE

Quizá no haya mejor forma de disfrutar de Barbados que desde esta mansión con playa privada y todas las facilidades para pasar unos días de lujo sofisticado y relajación. La mansión Cove Spring, ubicada en un acantilado y con una vista magistral, tiene una arquitectura con el sello aristocrático caribeño, tipo castillo, y está diseñada, en parte, con piedras coralinas. Cuenta con un patio que permite disfrutar de la belleza y naturaleza exuberante de la isla y que, al tiempo, deja entrar la luz y los vientos alisios a raudales.

Los espacios al aire libre están diseñados con inspiración balinesa e incluyen, entre otras amenidades, una piscina de forma libre y una de media luna con jacuzzi y servicio de *spa* completo. Para quienes no pueden vivir sin el ejercicio, cuenta con un amplio gimnasio y, si lo solicita, con un entrenador personal.



El interiorismo de esta mansión garantiza comodidad sin fin y satisfacer todas las necesidades de sus huéspedes. Los muebles, por ejemplo, son de alta gama y sus espacios están llenos de obras de arte. Cove Spring cuenta con una casa principal, donde pueden alojarse hasta 20 personas en siete dormitorios en *suite*. La casa de invitados tiene tres habitaciones más. Todas las *suites* tienen amplias terrazas, vestidores a medida y baños elaborados en mármol italiano.

Y si esto fuera poco, puede personalizar el menú de alimentos y bebidas para cada día. Expertos chefs preparan los gustos más sofisticados de los huéspedes. Adicional, el personal puede ayudarlo a concretar servicios acuáticos en la isla, puede bucear, hacer *windsurf*, esquí acuático, pesca en alta mar, entre otros.

Cove Spring solo se alquila unas pocas semanas al año y tiene un costo aproximado de US\$28,000 por noche.

ALPINE STATE

Estos son dos *chalets* (Norte y Sirocco) enclavados en los Alpes suizos, específicamente en Verbier, con capacidad para 22 huéspedes en diez *suites* de lujo cada uno decorado de forma individual y con terrazas privadas.

Los dos chalets se unen a través de un patio al

aire libre, pueden rentarse ambos o por separado y dentro de los lujos que se pueden disfrutar están las dos piscinas, cascadas, *jacuzzis* interiores y exteriores, saunas, *hammams*, numerosas salas de tratamientos y masajes y un gimnasio privado con lo último en equipos de alta tecnología.



Si de entretenimiento se trata y no desea disfrutar del exterior, cuenta con dos bodegas de vinos, sala de cine, sala de juegos y varias salas de estar con sistema de entretenimiento Creston y Wifi de banda ancha.

Por supuesto que los huéspedes tienen a su disposición personal profesional que los atiende en cada necesidad, que incluye un chef profesional, un administrador, un equipo de hospedaje y servicio de conductor.

Pero si por algo es muy apetecido este destino y este alojamiento en específico, es por las vistas espectaculares del pueblo y el majestuoso panorama de las montañas que rodean la estación de esquí.

Precio aproximado por noche, US\$49,000.

MUSHA CAY

Al sur de las Bahamas se encuentra la isla Exuma Cay, y allí la isla privada Musha Cay, en Copperfield Bay, propiedad del famoso ilusionista que ofrece cinco villas de lujo extremo con estilo tropical.

Cada una de las cabañas tiene playa privada y terrazas envolventes que permiten no solo embeberse de la belleza del océano, sino también de la naturaleza circundante. Copperfield constantemente mejora las habitaciones y las villas con antigüedades y tesoros exóticos de todo el mundo.

Las cinco villas son: Vista Alta, ubicada en la cima más alta de Musha, con su vista de 360 grados a las once islas que conforman bahía Copperfield y sus diez mil pies cuadrados de construcción, cuenta con sauna privada, dos cocinas, un salón de estar y dos *suites* gran maestro. La Casa del Muelle es una cabaña a pie de la playa de dos dormitorios y muelle privado. Punto Azul está construida sobre un afloramiento rocoso, pero también pegado a la playa, su mayor atractivo, luego de las dos *master suites*, su salón de estar y su comedor, es un porche sombreado y la vegetación que rodea la construcción. Terraza de Palmeras está pensada para familias, tiene 4500 pies cuadrados, dos *master suites* en el segundo nivel y habitaciones extras abajo. Un porche de caoba envuelve la casa y su sala de estar es impresionante. Y la última, pero no menos importante es Casa en la Playa, pensada para parejas. Cuenta con una sola habitación, un baño al aire libre, sala de estar y con acceso directo a una playa en forma de media luna.

Entre las atracciones, además de los bancos de arena, las infinitas playas y la naturaleza, se pueden enumerar: muelle, jacuzzi al aire libre, cine al aire libre, comedor al aire libre, patio, piscina exterior climatizada, pista de tenis, terrazas, sala de masajes, biblioteca, gimnasio, salón de juegos, hamman, bar, cocina personalizada con chef privado y producciones teatrales a la medida, entre otras.

Precio aproximado por noche, entre US\$60,000 y US\$75,000.



La mansión de Gwyneth Paltrow

En esta ola por acercar a los fanáticos a sus celebridades, la actriz anunció que puso en alquiler en Airbnb su casa para huéspedes de su mansión de Montecito, California, como un esfuerzo por evitar que sus *fans* se sientan solos, pues considera que el aislamiento y la soledad es una condición humana que en tiempos recientes ha aumentado.

La actriz ofrece ser ella misma la anfitriona por una noche y ofrecerles una experiencia de relajación con *spa* y productos de su línea de cuidado Goop. El máximo por reserva es de dos huéspedes y deben consultar precio y espacios de reserva, que serán limitados, en la plataforma.

Destinos invernales

Pistas de aterrizaje, privacidad al máximo, tiendas de marcas de diseñador y galerías de arte se suman a la oferta de hoteles o estadias de lujo con gastronomía a la altura e increíbles pistas en centros pensados para los amantes de los deportes de invierno y la diversión en la nieve.

Por:

Redacción Avant Lifestyle.

Si se piensa en esquiar, inmediatamente surgen destinos como Aspen, los Alpes suizos, Canadá, Alemania o Austria y sin duda en este recorrido haremos algunas paradas en estos sitios, pero también existen destinos menos conocidos e igual de espectaculares y exclusivos. Acompáñenos a conocer y quizá decidir a dónde será su próximo viaje invernal.



Gstaad.

SUIZA, SIEMPRE SUIZA

Como era de esperar, en la cima del listado de los favoritos de ricos y famosos se encuentra Gstaad, en la región de Berna, Suiza. El complejo de esquí está conformado por *chalets* tradicionales, tiendas de renombre como Ralph Lauren, Louis Vuitton y Prada y restaurantes con chefs galardonados. Los edificios tradicionales de la localidad se ven acompañados por hoteles de lujo, tanto en el pueblo de Gstaad como en las villas aledañas, confiriendo al destino un encanto especial.

La altura, hasta de tres mil metros, ofrece 200 kilómetros de pistas de nieve muy fiables, donde esquiadores y surfistas pueden disfrutar de las tranquilas pistas, siempre muy cuidadas y a menudo muy tranquilas, así que probablemente puede deslizarse en solitario por esas blancas carreteras.

Adicional, hay 42 kilómetros de esquí de fondo clásico y de *skating*, además de *snowparks* y pistas para trineos. Y entre las actividades inusuales, puede probar el *curling* bávaro o el esquí en glaciares y helicópteros.

LOS MAJESTUOSOS DOLOMITAS

Siguiendo en Europa, se encuentra Cortina d'Ampezzo, Italia, definido por los expertos como un tesoro natural que va unido al *glamour*. Sus *resorts* gozan de fama mundial, así como sus pistas, ubicadas en la provincia de Belluno, al norte de la región septentrional del Veneto. Al situarse a más de 1200 metros de altura, el valle facilita acceder a las pistas y a los picos de más de 3000 metros. El Dolomiti Superski está conformado por 1220 kilómetros de pistas, de los cuales más de 120 se ubican en Cortina. Los itinerarios más destacados incluyen el recorrido Skitour Olympia, que lo lleva por sendas utilizadas durante los Juegos Olímpicos de Invierno de 1956 realizados en Cortina, o visitar el Giro della Grande Guerra, con galerías y lugares construidos durante la Primera Guerra Mundial.



Cortina d'Ampezzo, Italia



Snowboard en Cortina d'Ampezzo, Italia.

Snowboard, *snowpark*, esquí de fondo, esquí de montaña, paseos en trineo, caminatas con raquetas y prácticamente cualquier actividad en nieve son los atractivos de Cortina y sus 12 regiones de esquí al que puede accederse con

un solo *forfait*. Cortina ofrece pistas muy técnicas, pero también para intermedios y principiantes. La estación tiene 34 remontes y 86 pistas en dos áreas de esquí principales. Y, para garantizar que la calidad de la nieve sea óptima todo el tiempo, cuenta con instalaciones de producción de nieve.

Ir de compras en Cortina puede convertirse en un recorrido por las grandes marcas de moda o joyería que se mezclan con sus más de 300 tiendas, boutiques y talleres de productos artesanales que no se encuentran en ningún otro lugar y galerías de arte. Y si lo acompaña de su amplia oferta de enotecas, bares y cafés, se convierte en un sitio ideal para los amantes del *après ski*. Adicional, la oferta gastronómica no se queda atrás, con restaurantes con chefs galardonados, para los más exigentes, pizzerías y locales típicos de la región.

Cortina, junto con Milán, será nuevamente sede de los Juegos Olímpicos de Invierno en 2026.



VAIL

Aunque este destino es un poco menos costoso que Aspen, siempre en Colorado, no deja de estar en el círculo de los sitios más deseados y lujosos para esquiar en Estados Unidos y destino de ricos y famosos. Su pintoresco pueblo, construido en 1962 alrededor de la estación de esquí, se asemeja a uno bávaro y atrae a los amantes del esquí estadounidense y del mun-

do, tanto por su abundante nieve virgen y sus lugares al aire libre como por los servicios de alto nivel que ofrece a propios y extraños.

Cuenta con cuarenta kilómetros cuadrados de montaña, de los cuales el 47% está dedicado a pistas para esquiadores principiantes y de nivel medio. Los expertos tienen para sí el restante 53%, por tanto, este es un destino muy apreciado por este grupo. Solo imagine que la

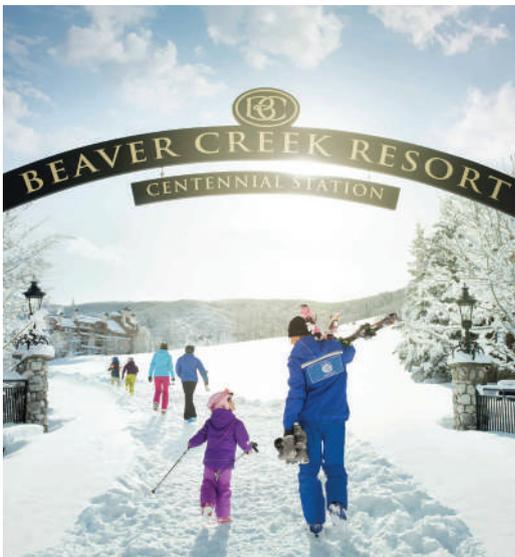
pista más larga de Vail Resort es Riva Ridge, con seis kilómetros de descenso continuo. La parte más alta se encuentra a 3527 metros, con un desnivel vertical superior a los mil metros.

Toboganes y bicicletas sobre nieve se suman a la diversión de Vail, así como un viaje en la góndola Eagle Bahn desde donde se puede observar la cordillera Gore. Al bajar, puede deslizarse en el Eagle's Nest Tubing, ruedas gigantes que harán el día a grandes y pequeños. La actividad que no puede perderse es la pesca en hielo en el lago Sylvan y la reserva natural Gypsum Ponds

La vida nocturna de Vail se considera más discreta que la de Aspen y también más relajada. No pasa nada si decide ir con su equipo de esquí al hombro, igual lo recibirán y atenderán a todo lo alto y no perderá el tiempo en irse a cambiar, como sí suele suceder en Aspen. En cuanto a la oferta gastronómica, ambos lugares tienen diversidad y cantidad para todos los gustos. En el caso de Vail, cuenta con la Iron Chef y Top Chef Kelly Liken, quien dirige su restaurante llamando la atención de propios y extraños.



Toboganes en Vail.

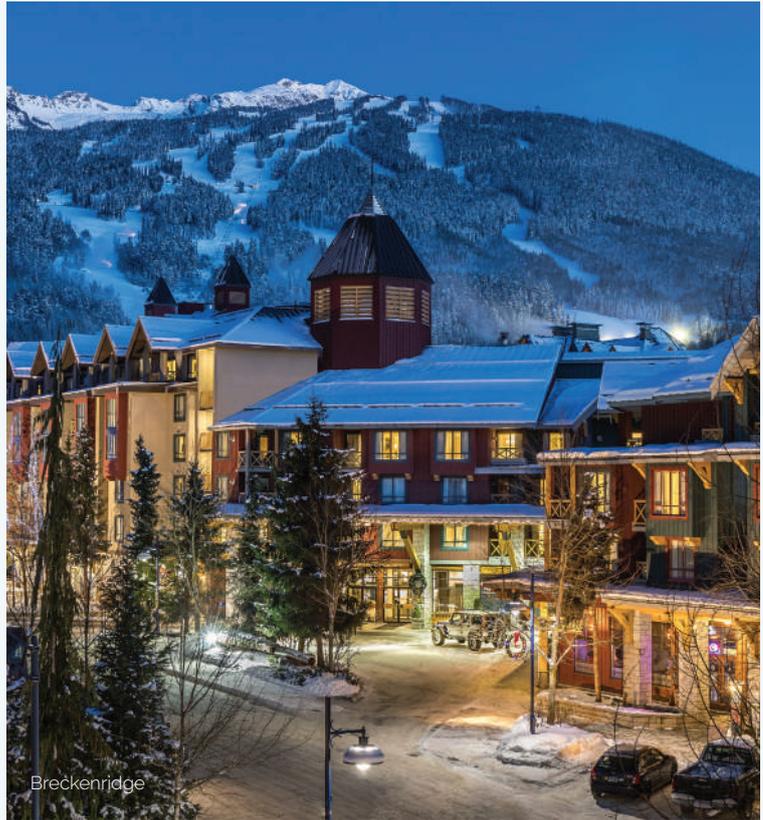


Forman parte del mismo circuito, tres estaciones más: Beaver Creek, Breckenridge y Keystone. La estación Beaver Creek, a solo 10 minutos de Vail, está denominada como una de las más lujosas de Estados Unidos y como una de las más exclusivas del mundo debido a sus instalaciones de primer nivel. Esta estación está rodeada por tres pueblos y una red de cerca de 150 pistas con distintos grados de dificultad. Beaver Creek ofrece un desnivel de 1233 metros y 150 kilómetros de pistas a las que los esquiadores acceden por 24 remontes mecánicos. Su pista más larga ofrece cuatro kilómetros y medio de pura diversión.

Esta estación también ofrece otras actividades, como *tour gourmet* con raquetas de nieve, patinaje sobre hielo, cenas en la montaña y áreas de aprendizaje, entre otras.

La estación Breckenridge tiene cinco cimas de gran envergadura listas para esquiadores de nivel intermedio y fanáticos del *snowboard*. Con 2926 metros, con remontes que llegan a los 3914 metros, es la estación más alta de la zona. Su pueblo de estilo victoriano se encarga de ofrecer al visitante infinidad de tiendas, restaurantes y hoteles.

Destaca sus posibilidades fuera de pista, acompañado de nieve *champagne*. Cuenta con 26 remontes para facilitar los ascensos a los 153 kilómetros de pista. Gracias a su orientación sur, se pueden disfrutar de largas jornadas soleadas. En cuanto a las actividades extras, cuenta con diversidad de ofertas lúdicas, como espectáculos y museo infantil. Algo infaltable es disfrutar de la montaña rusa Gold Runner, de 75 metros, que atraviesa el bosque y desde donde se puede contemplar el paisaje nevado a gran velocidad.



Breckenridge



Whistler Blackcomb

Whistler Blackcomb

Canadá no podía quedar fuera de esta lista y la estación más visitada y exclusiva no es otra que Whistler Blackcomb, en la Columbia Británica, adonde acuden famosos como Tom Hanks, Neil Patrick Harris, Jason Momoa o David Beckham. Allí los esperan las montañas de esquí más grandes de toda Norteamérica, con interminables kilómetros de pistas para esquiar, hacer *snowboard*, paseos con raquetas de nieve y recorridos en trineo. Un atractivo extra son las instalaciones del Parque Olímpico al que puede acceder para hacer saltos en esquí. El pueblo es peatonal y tiene todo el encanto, pero también el *glamour*, para atraer a quienes buscan y disfrutan de un estilo de vida y relación de alto perfil.

Keystone es el resort todo incluido del complejo y está catalogado como uno de los mejores destinos familiares invernales del mundo. Keystone está compuesto por tres montañas: Dercum Mountain, North Peak y Outback y está diseñado para ofrecer esquí nocturno como una de sus ofertas más especiales, junto al lago de dos hectáreas listo para patinaje sobre hielo y paseos en trineo.

Además de las obligadas pistas y por estar pensado como destino familiar, el Fuerte Nevado de Kidtopia, un castillo de nieve, se convierte en uno de los mayores atractivos para los niños, al igual que el *snowtubing*. Otras atracciones son el *ski-joering* y paseos en moto de nieve. Pero ¿qué no debe perderse en Keystone?, la oportunidad de surcar los cielos en globo aerostático con las vistas de las impresionantes montañas Rocosas de Colorado.

Workshop Theory and tools of the Harvard Negotiation Project

70^a edición

Del 13 al 17 de
Noviembre de 2023

Conducido por CMI Interser en
en The Harvard Faculty Club

20 Quincy St, Cambridge,
MA - USA



Programa de
Educación
Ejecutiva

- Cupos limitados
- Presencial
- Conducido en español con traducción simultánea para las presentaciones en inglés
- 5 jornadas

CMI INTERSER

CONTACTO

Daniel Panedas
Tel/Whatsapp: 5208.1869
daniel@7zero.gt

Las Vegas, *entretenimiento* sin fin



El título no puede ser más acertado, y no se puede hablar de la ciudad más grande del estado de Nevada sin mencionar su enorme lista de *shows* más que variados para todo el público.

Por:

Redacción Avant Lifestyle.

Bruno Mars, Adele, Beyoncé, Ed Sheeran, Van Morrison, Rod Stewart, Katy Perry, Usher o Garth Brooks son solo algunos de los artistas que tiene al alcance de la compra de un tiquete en los espacios disponibles para espectáculos en Las Vegas, pero además, puede disfrutar del *show* del increíble ilusionista David Copperfield, las presentaciones de *Michael Jackson One*, *O o Kà* del Cirque du Soleil.

CONCIERTOS PARA TODOS LOS GUSTOS

En el Colosseum del Caesars Palace, a partir del 10 de noviembre, se presenta el espectáculo *The Hits* de la legendaria estrella de *rock* inglés Rod Stewart. Su *show* recorre las cinco décadas de éxitos ininterrumpidos. El espectáculo lleno de energía es uno de los que cuentan con mejores críticas y de asistencia casi obligada. Éxitos como *Da Ya Think I'm Sexy* y *Tonight's the Night* forman parte del repertorio, pero su carrera ha trascendido todos los géneros, *rock*, *folk*, *soul*, *R&B* y su *Great American Songbook*, con los grandes éxitos de todos los tiempos, convirtiéndolo en un artista completo para públicos muy amplios y un gran vendedor de discos. Si es un verdadero fanático de este artista de voz rasgada y particular, puede obtener uno de los boletos para coleccionistas *The Hits Oficial*, con gráficos y efectos en 3D, disponibles solo en compra por internet.



Otra increíble artista con residencia en el Colosseum del Caesars Palace es Adele y su *Weekends With Adele* que incluye éxitos de su álbum de 2021, *30*, que debutó en el puesto uno en las listas de varios países y obtuvo grandes críticas. El *show* de la multipremiada, con más de 145 galardones, entre ellos un Oscar, Golden Globes, Brit Awards y quince premios Grammy, incluye lo mejor de su meteórica carrera, por

la que ha transitado entre el *soul*, el *soul folk*, el *country*, el *blues*, los sonidos electrónicos, el *gospel*, el *pop*, ritmos *dance* y *western*.

El 4 de noviembre será su último concierto en el Caesars Palace, o quizá vuelva a abrir nuevas fechas como ya lo hizo una vez, pero mejor no arriesgarse. El éxito de sus *shows* en Las Vegas ha sido tal, que en el mercado negro un boleto ha llegado a costar hasta US\$10,000.

En el Dolby Live en Park MGM está del 22 al 25 de diciembre el espectáculo de Bruno Mars, cantante, productor, músico y compositor con más de 200 millones de sencillos vendidos en todo el mundo y catorce veces ganador de premios Grammy. Seguramente los seguidores de Mars podrán disfrutar de uno de sus éxitos más premiados, *Leave The Door Open*, que se convirtió en la canción número 17 del artista en alcanzar el multiplatino. Las reseñas de su concierto hablan de la buena vibra del cantante, que hace que el asistente pase un muy buen rato unido a los efectos visuales y el *show* de baile. Mars es poseedor de una voz conmovedora y una presencia muy enérgica en el escenario, lo que hace que sus conciertos sean una celebración llena de energía y de su talento único.

Su puesta en escena hace un recorrido por sus más famosas interpretaciones, que incluyen ritmos como *reggae*, *pop rock*, *pop*, *souly* y *R&B*.



NADA COMO LOS ESPECTÁCULOS DEL CIRQUE DU SOLEIL

Sin duda alguna, los *shows* que el Cirque du Soleil monta en cualquier parte del mundo son producciones espectaculares por donde sea que se vean, y los de Las Vegas refrendan esta fama. Aquí dejamos ejemplos de tres que puede disfrutar.

Kà es la primera representación de esta productora que cuenta con una trama estructura, la cual lleva al espectador a través de la historia de un par de jóvenes y su encuentro con el amor, el conflicto y la dualidad de *Kà*, el fuego que puede unir o separar, destruir o iluminar. El *Kà*, en la creencia egipcia, es un

duplicado espiritual invisible del cuerpo que acompaña a toda persona a lo largo de la vida. Por supuesto que el *show* está lleno de increíbles acrobacias, súper producción y efectos visuales espectaculares realizados por más de 300 personas, entre artistas, técnicos y personal de apoyo. Si quiere vivir más de cerca el show, puede adquirir un pase VIP, que lo lleva tras bastidores, para conocer de cerca la producción y lo que hay detrás del *show*, incluso tomarse una instantánea con el artista que interpreta a *Kà*. Luego lo dirigirán hacia su asiento VIP para disfrutar de una bebida, un refrigerio y podrá disfrutar del espectáculo desde un punto privilegiado.



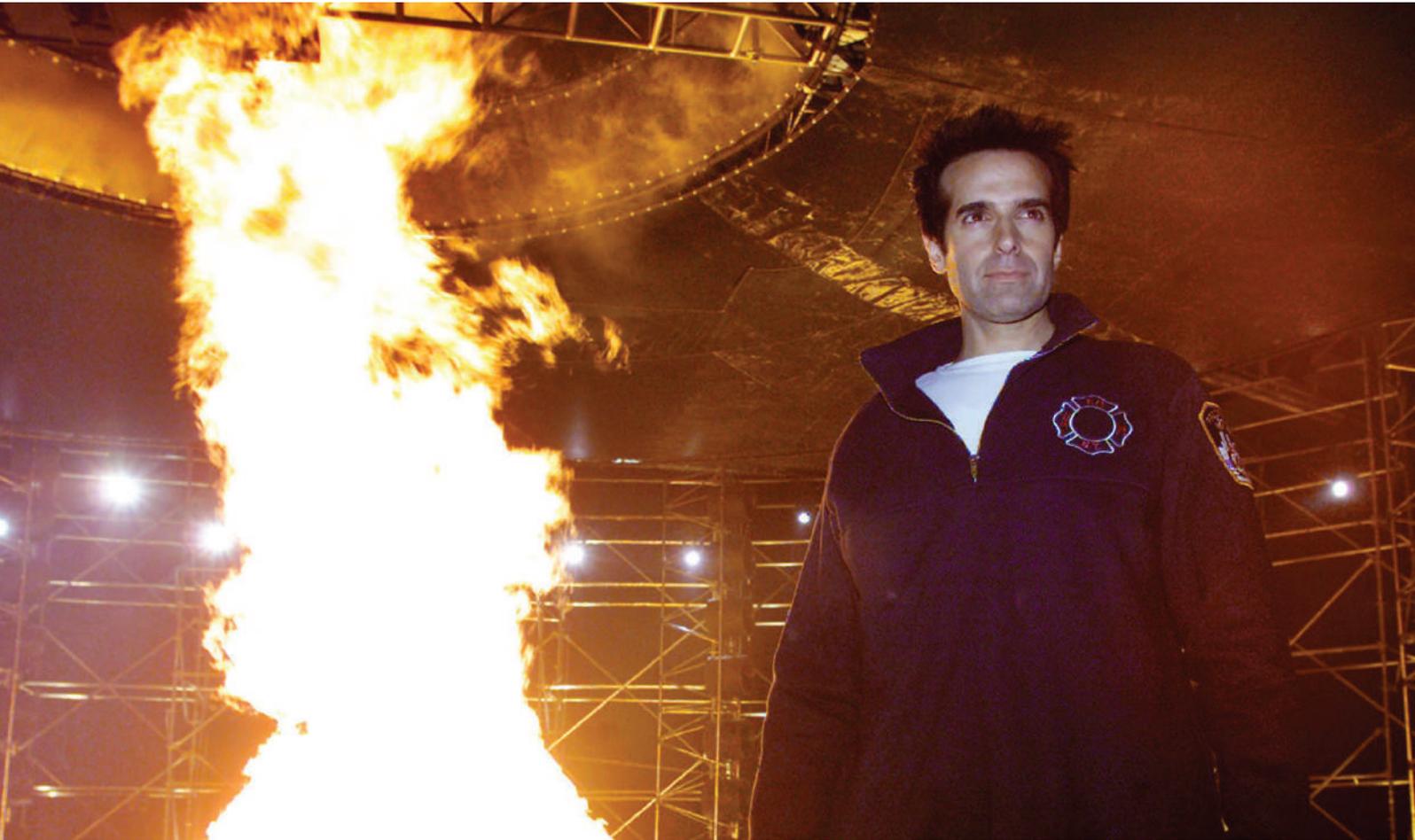
Una de las producciones más famosas del Cirque du Soleil es *O*, que se presenta en el Bellagio Hotel and Casino. El concepto del infinito representado a través de la gracia y elegancia del agua es la base de esta obra maestra del arte escénico. Acróbatas, nadadores sincronizados, buceadores y clavadistas de talla

mundial son los protagonistas de esta puesta en escena. El Cirque du Soleil la describe como un «homenaje a la magia del teatro -desde simples representaciones callejeras hasta extravagantes óperas-, donde todo es posible y donde el drama de la vida se despliega ante nuestros ojos».

Para una experiencia musical, efectos visuales y baile de vanguardia su opción debería ser *Michael Jackson One*, una evocación teatral del genial Michael Jackson. Las canciones del espectáculo han sido reelaboradas sin perder la fidelidad de las versiones originales y se les dio un tratamiento cinematográfico. Las canciones principales tienen un efecto envolvente

que provoca en el espectador escalofríos. El recorrido musical se hace a través de cuatro personajes que emprenden una aventura transformadora para llegar al final del viaje caracterizando la agilidad, el coraje, la alegría y el amor de Jackson. Este *show* cuenta también con la experiencia VIP que lo lleva tras bambalinas.





EL ETERNO ILUSIONISTA

Misterio, ilusionismo y magia son los sellos del *show* de David Cooperfield, espectáculo de larga data en Las Vegas, pero que no ha perdido relevancia y seguidores. Este *show* es apto para niños y está compuesto por trucos clásicos y nuevos ilusionismos. Este legendario *showman*, aclamado ya por años, interactúa con el público, se acerca y hace magia frente a los asistentes e incluso puede invitar a alguno a que lo acompañe en sus trucos, su espectáculo no tiene desperdicio. Entre sus recreaciones más famosas está la de atravesar la Gran Muralla China. Sus historias llevan al espectador por un recorrido fantástico poco visto.



Las nuevas formas de *VIVIR* los espacios

El consumidor y sus necesidades, así como la sostenibilidad, están rigiendo las tendencias arquitectónicas que sobresaldrán en los próximos meses y años. Algunas de estas tendencias fueron impulsadas por lo vivido a partir de 2020, los nuevos estilos de vida y los avances tecnológicos; otras, como resultado de una conciencia impulsada por el cuidado del medioambiente.

Por:

Redacción Avant Lifestyle.

L

os expertos coinciden que la tendencia más marcada para 2024 y 2025 pasa por la arquitectura sostenible y la búsqueda por soluciones creativas a múltiples necesidades de los usuarios. Por ello, cada vez más se verán edificios que llamen la atención por el uso de arquitectura biofílica: construcciones con fachadas verdes y la adopción de zonas de patios y muchos más elementos verdes incluidos en el diseño, y la incorporación de más sistemas inteligentes en el diseño arquitectónico e interiorismo.

Estos, y otros aspectos, marcarán las tendencias arquitectónicas en estos dos próximos años.



CASAS INTELIGENTES

La domótica ha estado presente e influenciado el diseño arquitectónico desde hace algunos años y, con la llegada de la inteligencia artificial, se ha potenciado recientemente. Las nuevas tecnologías integradas para automatizar y elevar la comodidad, seguridad y bienestar, tanto en el hogar como en los sitios de trabajo, ha ayudado a solucionar temas como la ventilación, la iluminación, la seguridad y la comunicación, entre otros aspectos.

La arquitectura domótica o arquitectura inteligente ha traído diversos beneficios a los usuarios y ventajas a la oferta inmobiliaria que la incluye, entre ellos, por ejemplo, espacios que tienen en cuenta necesidades específicas de los usuarios, vigilancia remota y en tiempo real o sistemas que permiten la eficiencia energética.

Las vitrinas arquitectónicas sin perfilera o cortinas de cristal son la respuesta arquitectónica para disfrutar la vida al aire libre, una tendencia exigida por los nuevos estilos de vida. Ya sea que se tenga una terraza o un pequeño balcón se debe aprovechar al máximo.



El control de averías es una de las innovaciones más recientes, la cual por medio de sensores es capaz de detectar fugas de gas o de agua, cortar los suministros e indicar en dónde se encuentra el desperfecto.

El mobiliario sensorial inteligente se está aplicando en el campo del interiorismo y está basado en telas, muebles y mobiliario de decoración inteligente que pueden realizar una acción, como memorizar movimientos a través de sensores. Algunos productos que caben dentro de esta categoría son alfombras que encienden luces, la calefacción o el televisor; otros pueden ser almohadas o sábanas que detecten alguna condición específica y alerten.

El uso de materiales menos contaminantes y más sostenibles también entra dentro de la arquitectura inteligente, como pueden ser el uso de una cubierta verde con acabado vegetal que ayuda al aislamiento térmico y sonoro. Las ventanas con vidrios que mejoran el consumo energético porque reaccionan a la luz solar y el calor son otro ejemplo, así como el uso de tejas que funcionan como paneles fotovoltaicos.

Y si se quiere elevar aún más la implementación de la domótica, la instalación de sensores que miden la humedad de ambientes, tanto internos como externos, para ajustarlos a las necesidades del usuario o de sistemas de control de plagas lleva estos sistemas y la comodidad de los usuarios a otro nivel.



CONSTRUCCIONES PASIVAS

Las condiciones climáticas y geográficas definen la orientación, captación y protección de la radiación solar en la arquitectura de las *passivhaus*, lo que permite un alto grado de eficiencia en su rendimiento energético, hasta un 90% de reducción de consumo contra una edificación regular. Para lograr este tipo de edificaciones entran en juego cinco principios: aislamiento térmico, que permite que no se escape el calor en climas fríos, que se une a la hermeticidad lograda con asegurar todos los cerramientos. Eliminar los puentes térmicos, o puntos débiles, es el tercer principio; utilizar ventanas y puertas de calidad, con triple acristalamiento, es el cuarto principio. El quinto es utilizar ventilación mecánica con recuperación de calor, que se resume en que no hace falta abrir las ventanas para ventilar, el aire que entra se climatiza con el que sale y evita la entrada y salida de calor.

EL AUTOCUIDADO EN INTERIORES

El bienestar como clave en el diseño de espacios es otra de las tendencias que se empezará a imponer, y consiste en unir aplicaciones que tienen como centro el cuidado físico, psicológico, emocional, social, profesional, ambiental, financiero y espiritual. La relajación, la contemplación, el enfoque holístico o la misión regenerativa son conceptos clave para los profesionales a la hora de diseñar espacios de vivienda, pero también aeropuertos, bancos o espacios públicos. Los espacios deben, ahora, ser un lugar seguro, un escenario de bienestar multisectorial.



EL DISEÑO INDUSTRIAL REMONTA VUELO

Antiguos espacios industriales convertidos en vivienda en Nueva York a mediados del siglo XX como solución de vivienda barata, da paso a una de las tendencias que más redituaron en los últimos tiempos, llegando a aplicarse incluso en nuevas construcciones. Actualmente, este tipo de estética se está aplicando de forma mesurada, pero elevando su nivel.

Los techos altos, el hormigón crudo, las paredes sin revestimiento, las instalaciones vistas, las vigas de hierro, madera, aluminio e incluso plástico reciclado son típicos de este estilo de diseño al igual que las líneas rectas, simples y asimétricas en su diseño de interiores. En el caso de las renovaciones, la estructura cruda se realza con detalles de diseño del espacio; cuando se trata de emular el estilo, se pueden incorporar ciertos elementos, como losas o instalaciones a la vista o campanas de iluminación industrial que se acentúan con el uso de colores fríos con tonos en gris, negro o cobre. Los muebles de oficio y la maquinaria se desplazan, en el caso de las viviendas, por cocinas blancas, muebles de diseño, acero tipo espejo o cepillado, plástico posmoderno el latón o la piedra trabajada.



Cuando se trata de oficinas, estos espacios suelen ser abiertos, sin paredes o columnas divisorias y mobiliario muy flexible. Este estilo es especialmente adoptado por empresas de tecnología.

Actualmente, no solo la estructura influye en los rediseños, las necesidades del cliente, la historia del lugar, para qué y cómo funcionaba y el contexto circundante interviene en los procesos de reinvencción de estos espacios, que básicamente reciben una capa más que se añade a su historia.

San Diego

laberinto de sabores



Asiática, italiana, mexicana, restaurantes con estrellas Michelin, comida callejera, pequeños bistró, comida vegana o los más succulentos asados o mariscos, todo y más es la oferta culinaria de San Diego, que se ha convertido en un imán de atracción para los amantes del buen comer y un laberinto de sabores del que no se quiere salir.



SAVE THE DATE

7 AL 10 DE NOVIEMBRE

ANTIGUA GUATEMALA | CIUDAD CAYALÁ

10
GUATEMALA
FASHION
WEEK
YEARS

Por:

Redacción Avant Lifestyle.

Las opciones son prácticamente infinitas, lo que pida o se le antoje, seguro lo encuentra en la vasta oferta gastronómica de esta ciudad más conocida por sus playas, la vida al aire libre y su famoso zoológico. El espíritu de San Diego, afirman, acoge e impulsa la diversidad y la creatividad y esto se ve reflejado también en su cultura culinaria, que invita a aventurarse por infinidad de sabores, donde el comensal solo debe relajarse y disfrutar. Este recorrido intentará dar un paseo por este laberinto de sabores y ofertas.



Los lugareños recomiendan tener en mente cinco barrios que no se pueden dejar de visitar para los amantes de la comida, iniciando por North Park y su 30th Street, donde la cerveza, la buena cerveza artesanal, corre por cada restaurante, bar y local. La cerveza es la columna vertebral de la revolución culinaria de la ciudad y, por ello, no es de extrañar que haya una calle donde cada local seduce al visitante a entrar y probar una de tantas opciones provenientes de sus casi 150 cervecerías. Uno de estos sitios es la taberna Pure Project, con una oferta de más de 20 cervezas de barril y un ambiente de diseño de concepto abierto en su interior y su patio trasero para disfrutar de espacios exteriores. Las mesas de picnic, las mecedoras, los sofás y columpios en el porche lo esperan

para disfrutar tanto de la bebida como de la comida que ofrece un *food truck* de jueves a domingo, o de vendedores de comida local con quienes el sitio se ha asociado.

Una visita al barrio Little Italy representa no solo un viaje a un trozo de historia de San Diego, el sitio que albergó la floreciente industria pesquera de atún décadas atrás, sino también un lugar colorido, bullicioso y lleno de cafeterías con patios, restaurantes famosos y uno de los mejores mercados de la ciudad, el Little Italy Mercato, con su oferta de vegetales frescos una vez por semana.

El restaurante The Heights Italian Chophouse, en Little Italy, se define como lo mejor de las influencias culinarias italianas y estadounidenses en un menú creado por el chef ejecutivo Enrico de Santis. El encanto costero italiano como californiano se refleja en platillos como la clásica rueda de queso *parmigiano* o el pastel de cangrejo, hasta un *tomahawk* y el toque de vieiras y lubina. The Heights tiene la extravagancia de un restaurante —con su ambiente y oferta de una variedad de vinos de todas las regiones de Italia— con la reconfortante familiaridad de la cocina italiana; cada bocado es una experiencia.



The Heights



The Heights

Entre los mejores restaurantes elegidos tanto por críticos como por los comensales, sobresalen: Sushi Tadokoro, Callie, Gloria de la Mañana, Fort Oak, Addison, Born & Raised y Anima.



El barrio Logan es el centro neurálgico de la comunidad latina en San Diego, especialmente la mexicano-estadounidense y, en 2022, *Time Out*, la biblia de los *hipsters*, declaró este barrio como uno de los más geniales del mundo. Además de sus famosos murales chicanos, la oferta culinaria pasa, por ejemplo, por Salud, que se define como auténtica comida callejera mexicana y que la Guía Michelin destaca como el sitio para saborear los mejores tacos de la

ciudad. Desde las versiones más tradicionales, como los de carne asada, hasta las invenciones californianas, como los vegetarianos, hecho con chile relleno con poblano carbonizado y queso frito. El menú rinde homenaje, afirma su página, a la comida del norte de México, pero con su propio toque chicano, que también se transfiere al ambiente, con sus murales en las paredes inspirados en tatuajes y capós rayados y una banda que ameniza a todo volumen.



Algunas de las opciones para degustar pasan por una orden de Azteca Tlahco 5.5, que es un filete asado braseado cubierto con nopal también braseado, jalapeño, cebolla y tomate en rodajas acompañado con aguacate en rodajas. El Ceviche 12.5 son camarones crudos cocidos en jugo de lima y chile mezclado con cebolla, tomate y cilantro cubierto con aguacate servido sobre una cama de chips y tostadas. Las típicas aguas frescas mexicanas (con o sin tequila) y una michelada son el complemento para cualquiera de las opciones del menú.

Lo asiático tiene su lugar en el Distrito Convoy. Si lo suyo es comida de India, Filipinas, Japón, China, Vietnam o de Corea, encamine sus pasos a este barrio, y si se encuentra durante el otoño, podrá disfrutar del San Diego Night Market, donde vendedores locales preparan una gran variedad de platos asiáticos.



Common Theory

Common Theory representa al dedo la gastronomía de San Diego. Este restaurante toma ingredientes frescos locales de toda California y crea una culinaria contemporánea con pinceladas de diferentes orígenes étnicos: coreano, chino, mexicano-estadounidense. Su menú, reza en su página, demuestra una historia común de mucho de lo que significa ser californiano. Algunos ejemplos de este ecléctico menú son los *shushitos* fritos con sésamo (aderezo de chile y maní, tocino, sandía, semillas

de sésamo y hierbas frescas), los tacos de birria birria de res casera, rábano sandía, cebolla, cotija, cilantro, salsa de aguacate, servido con una guarnición de frijoles negros y una taza de caldo de birria), la birra nachos (birria de carne casera, salsa de queso jalapeño, pico de gallo casero, cilantro, salsa de aguacate) o el plato de *hummus* con chipotle (*hummus* casero, yogur de menta, tomates y pepinos frescos, ensalada de maíz y pan *naan* con ajo).



Addison Restaurante

Addison Restaurante

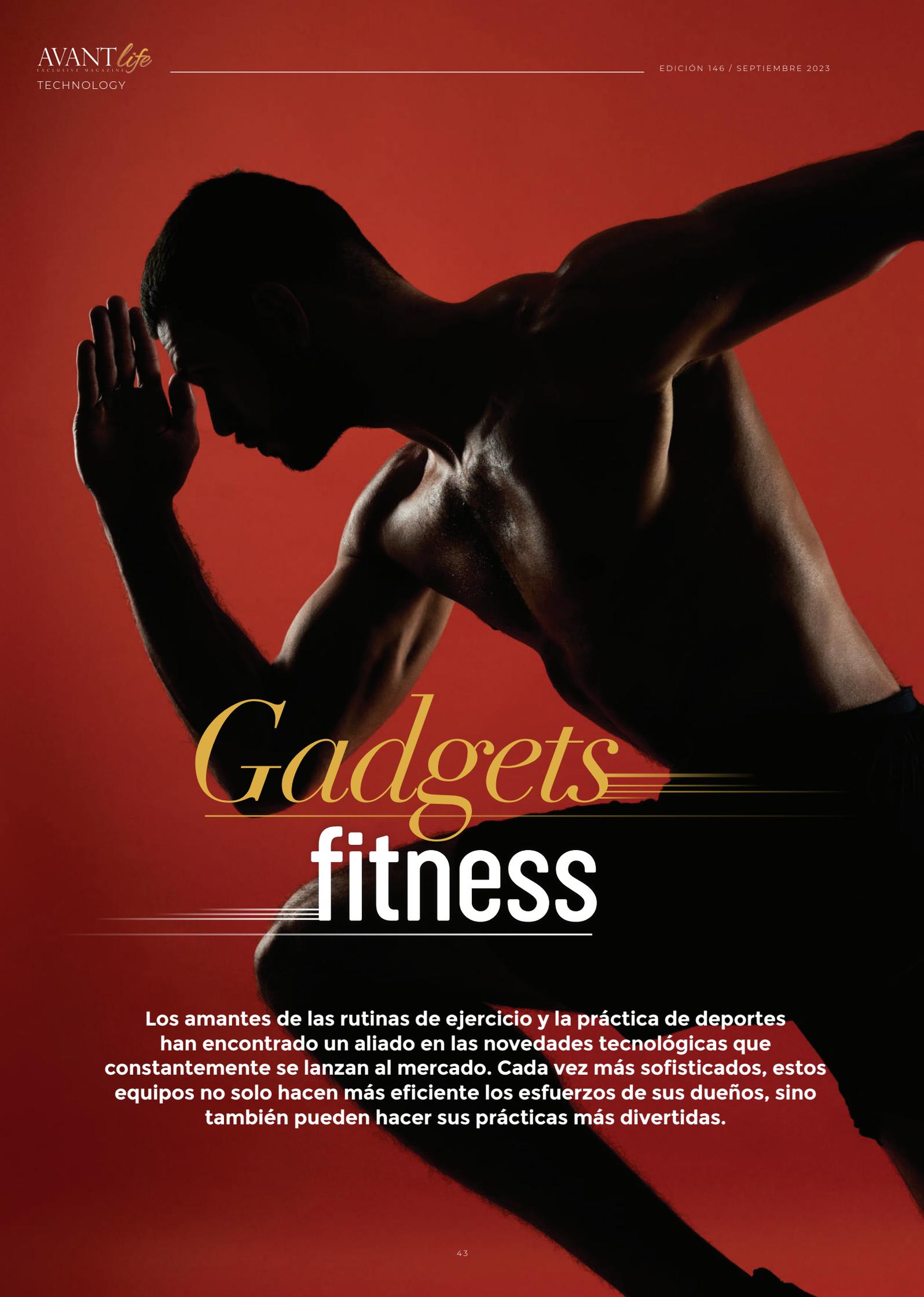
El más destacado en la lista con estrellas Michelin es Addison Restaurante. El sitio está regentado por el chef William Bradly. El menú de degustación consta de diez platos perfectamente balanceados con un toque global, preparados con ingredientes locales y del sur del estado. Uno de los platos más destacados es el arroz *koshihikari* con sabayón ahumado en madera de manzano y corona de caviar reserva Regiis Ova, que representa su cocina francesa y contemporánea. El rango de precios va entre los US\$175 a US\$275. Su bodega de vinos está repleta de lo mejor de la herencia vitivinícola del estado. Además de las tres estrellas Michelin que posee, cuenta con cinco estrellas de Forbes, el único con este reconocimiento en California.

El antiguo distrito de almacenes conocido como East Village atrae a los amantes de la coctelería artesanal, que se acercan a sitios como el bar Noble Experiment, el Fairweather o la Old Harbor Distillery. The Noble Experimental es un bar clandestino detrás de una puerta que aparenta una pila de barriles dentro del restaurante The Neighborhood, acepta solo con reserva y estas son tan apetecidas como sus cócteles. El ambiente está decorado con una pared de calaveras que parecen estar en catacumbas, y del otro lado del salón hay una elegante barra, esto se complementa con una lámpara de araña y cabinas de cuero blanco. Y qué decir de su coctelería, catalogada dentro de la lista de los 50 Discovery Best. Va desde la más clásica hasta algunos tragos poco convencionales. La Guapa es una margarita hecha con tequila blanco, licor de chile ancho, lima y pimienta roja. Si le indicas al *bartender* qué sabores



The Neighborhood

te gustan, puede hacerte un trago a tu medida y preferencia. El restaurante en el que se encuentra también tiene lo suyo. Los expertos aconsejan probar las papas fritas con ajo y los sándwiches de *portobello*, así como *poutine* de mejilla de cerdo, los tacos de carne y macarrones con jalapeños y queso.

A muscular man is shown in a dynamic, athletic pose, leaning forward with his right arm raised and hand near his head, and his left arm extended. He is shirtless, and his physique is highlighted by dramatic lighting against a solid red background. The overall mood is energetic and focused.

Gadgets fitness

Los amantes de las rutinas de ejercicio y la práctica de deportes han encontrado un aliado en las novedades tecnológicas que constantemente se lanzan al mercado. Cada vez más sofisticados, estos equipos no solo hacen más eficiente los esfuerzos de sus dueños, sino también pueden hacer sus prácticas más divertidas.

Por:

Redacción Avant Lifestyle.

EL SWING PERFECTO

Los golfistas tienen un compañero de juego que le aporta información valiosa y lo ayuda a mejorar su *swing*, se trata del Approach R10 de Garmin. Este es un equipo ligero, muy fácil de manipular y autónomo: su batería dura hasta 10 horas. ¿Qué le aporta al golfista? Un análisis técnico a detalle del juego a través de clips de vídeo e incorpora un simulador. El jugador puede mejorar la uniformidad del lanzamiento por medio del seguimiento de más de una docena de métricas, esto incluye una gráfica de dispersión detallada al momento de cada golpe. Los recorridos virtuales permiten jugar en más de 43 000 campos sin salir de casa y hacerse acompañar de tres golfistas más. Adicional, con la grabación de los videos podrá revisar y analizar cada golpe con estadísticas superpuestas. Este *gadget* también es compatible con varios softwares *que amplían la diversión, entre ellos, con la biblioteca de contenido E6 Connect*, que permite jugar fácilmente en campos realistas cuando se desee. También es compatible con la suscripción Awesome Golf para jugar y competir con amigos y familiares y con el *software* TGC 2019 para jugar en más de 150 000 campos prediseñados o crear los propios.

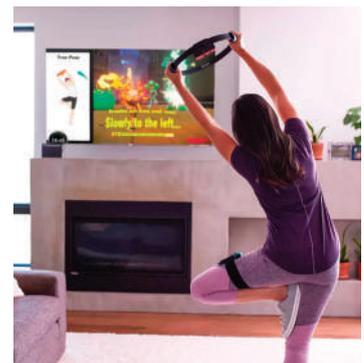


PARA LAS RUTINAS EN CASA O EL GIMNASIO

Las cuerdas para saltar hace ya tiempo que dejaron de ser unas simples fibras con dos extremos para agarrar. La TOQIBO Comba Inteligente y la Tangram Factory Smart Rope PURE son dos ejemplos. La primera va desde contar los números de salto hasta conocer cuántas calorías se han empleado en la rutina, solo es necesario ingresar el peso y la cuerda lo calcula en función al tiempo entrenado. Y si el espacio es un problema para utilizar la cuerda, puede quitarla y colocar una más pequeña con bolas en el extremo y el resto de funciones aportarán la información de igual manera. Tangram Factory Smart Rope PURE pide bajar la aplicación Smart Gym para tener toda la información del entrenamiento en los dispositivos móviles: conteo de calorías, tiempo de entreno y cantidad de saltos. Tiene una batería que dura hasta 45 horas de ejercicio.

Nintendo Ring Fit Adventure

Si los videojuegos son lo suyo, también puede ejercitarse y divertirse al mismo tiempo. La premisa es sencilla, puede superar niveles y derrotar enemigos sí y solo sí, hace ejercicio. Sus logros en diferentes actividades físicas se convierten en sus mejores armas. Las sentadillas y rotaciones serán poderosos ataques, trotar mueve al personaje entre las diferentes fases y otros ejercicios de habilidades, fuerza e intensidad le darán ventajas.



El Tonal Intelligent Fitness System ofrece trabajar músculos, tonificar, preparación atlética, hacer cardio, estirar e incluso recuperarse tras un entrenamiento. Se fija un objetivo y el equipo preparará una rutina, así de simple. Con los objetivos físicos muy claros e indicados en el dispositivo, este explicará las rutinas necesarias para lograrlos, no sin antes haber evaluado la fuerza y resistencia del usuario.



Este aparato combina gimnasio y entrenador personal en un único sistema; es capaz de ofrecer entrenamiento personalizado reservado solo para atletas profesionales. El dispositivo no ocupa espacio, pues se coloca de forma vertical en cualquier pared y desde este se desprenden dos brazos de resistencia ajustables y desde su pantalla puede seguir guías de entrenadores personales. Adicional, el dispositivo cuenta con sensores y giroscopios que permiten llevar registro detallado de cada rutina y lanza estadísticas: rango de movimiento, tiempo de tensión, potencia, entre otros aspectos. Y si considera que no está haciendo demasiado esfuerzo, ajustará el peso de forma automática, lo mismo hará si lo siente muy forzado. Para una rutina más completa, puede agregar algunos accesorios para ejercitar diferentes partes del cuerpo.



La Powerball o Gyro Ball es el gadget ideal para quienes pasan mucho tiempo en el teclado y son propensos a tener daño en el túnel carpiano o tienen una lesión. Como su nombre lo indica, este es un giroscopio y sirve para mejorar el tono muscular, mejora la movilidad de las articulaciones y libera la tensión de los flexores. Está recomendado para mejorar lesiones en el brazo como descompensaciones musculares. ¿Cómo funciona? Al girar la bola con la muñeca, la fuerza que se hace se convierte en vibración y fuerza centrífuga que se siente como peso en la mano. A más velocidad, más peso.

El Stow Fitness pasa de ser un *gadget* a un mueble que guarda equipo de ejercicio en su estructura. Este es un cómodo sillón que dentro guarda una bicicleta de *spinning* o un banco de pesas.



PARA DEPORTES ACUÁTICOS

En ciertas épocas del año, los deportes acuáticos toman auge y para disfrutar al máximo, los amantes del agua pueden encontrar en el mercado diversos *gadgets*, como las *scooters* subacuáticas. La Subblue Sea Scooter Navbow alcanza una profundidad de 40 metros, una velocidad de 7,19 k/h con su modo turbo y 60 minutos de autonomía. A pesar de contar con dos motores, el agarre ergonómico la hace muy fácil de maniobrar, incluso con una sola mano. En la pantalla OLED puede chequear la velocidad (modo libre, que alcanza 3,6 k/h; deportivo, hasta 5,4 k/h; y modo turbo, 7,19 k/h), la duración de la batería y el modo de operación manual.



Las gafas de natación FINIS muestran en tiempo real la evolución, ritmo y largos proyectados, entre otros datos mientras disfruta de una buena sesión de nado, ya sea en piscinas o en aguas abiertas. Se puede sincronizar con el celular.

La bicicleta acuática Hydrofoiler XE-1, de marca Manta5, reproduce la experiencia del ciclismo, pero sobre el agua. Alcanza hasta 19 k/h y está fabricada con fibra de carbono y aluminio de grado aeronáutico. Cuenta con una turbina para impulsarse y se orienta con aletas, como una embarcación a motor. Su batería dura hasta cuatro horas.



Para los surfistas, la Yujet Surfer XT es lo más novedoso en tablas eléctricas. Este *jetboard* alcanza los 38 k/h y una autonomía de 40 minutos. Con el control remoto inalámbrico se puede ajustar y afinar la velocidad.

Gustos mediterráneos y sabores ancestrales

Dos respetados chefs llevaron a los asistentes de la sexta y la séptima ediciones del Club de Conocedores por rutas muy diferentes, pero igualmente increíbles.

Por:

Redacción Avant Lifestyle / Fotografía Fernanda Velásquez

Los ingredientes frescos y las recetas ejecutadas con total maestría hicieron de estas dos veladas, experiencias para no olvidarse.



GRECIA A TODO LO ALTO

El restaurante Helénico y el chef Dimitri Tochtas abrieron sus puertas para recibir a los exclusivos miembros del Club de Conocedores. La cena, de tres tiempos, descubrió un gusto mediterráneo exquisito entre abundante aceite de oliva, verduras frescas, hierbas, carnes, pan y vinos, como no podría ser de otra forma, griegos, distribuidos por la Vinoteca.



La velada inició con una *mezze* fría, una selección de aperitivos compuesta por *tzatziki*, *hummus* y *spread* de feta, acompañados de chips de *zucchini* y pan pita. Para que esto se convirtiera en una explosión de sabor, se maridó con Alpha Estate Malagouzia, un vino blanco de Florina, elaborado con las mejores uvas *malagousia*, variedad casi extinta y redescubierta en la década de los setenta. En nariz es fuerte y vivaz, con aromas que sugieren pétalos de rosa con aromas florales y especias dulces, romero, melón y litchi con notas de madreSelva. En boca es redondo y meloso. Es un vino elegante con final largo y aromas persistentes, armoniza perfecto con ensaladas verdes y *mezzes*.





Un pollo creta fue el plato principal. Este se compone de una suave pechuga de pollo a la parrilla acompañada con pasta orzo, preparado con mostaza y hongos silvestres. Un Alpha Estate Xinomavro, un clásico de los vinos griegos, fue su maridaje perfecto. Este combina con ricos platos de carne y quesos maduros, por su cuerpo completo. Tiene un aroma complejo de bayas, frutos rojos, cuero y especias, como vainilla, pimienta y clavo, y con recuerdos de mora madura. En boca es amplio, con taninos redondos, acidez equilibrada y tonos de madera. El posgusto es largo con aroma intenso a membrillo.



La noche la cerró una tarta de naranja, receta de la abuela del chef griego, acompañada de helado de vainilla, que transportó a los comensales a una tarde veraniega griega. Un espumante resaltó la frescura y textura del postre.

UN PASEO POR LAS RAÍCES GUATEMALTECAS

Así se puede definir esta velada en Quintana Bistrot, de la mano del chef Alex Quintana y los exclusivos vinos de Distribuidora Baco.



Las recetas ancestrales con innovadores giros deleitaron los sentidos, iniciando por el platillo Ixmucané, una interesante mezcla de elotes dulces sobre una cama de verdes del huerto, arándanos y lascas de peras al vino con atún sellado. El maridaje para esta exquisitez no podría ser otro que un Mapu Rosé, un vino chileno muy fresco, lleno de aromas de frutos rojos ácidos como guindas, fresas, arándanos y suaves toques de hierbas.



Quetzalcóalt fue el segundo plato, preparado con una suntuosa y delicada salsa de pinol de gallina acompañado de pollo sellado con especias y un *soufflé* de quesos maduros y güisquil tierno con guías de güisquil a la vinagreta. Un Baron Philippe de Rothschild Pinot Noir, reconocido por su intenso aroma floral y a fruta roja del bosque, ensamblada en toques lácticos y vainillas, acompañó en perfecta armonía a este platillo, cerrando con su acabado suave toda la experiencia.



El postre, denominado K'atk'al, cerró la mágica noche. Esta preparación de textura cremosa, como flan de atol de elote, y queso de cabra aromatizado con canela de la selva petenera, tiene todas las texturas y sabores ancestrales reinterpretados de una forma elegante y única. Fue acompañado por un Veuve Du Vernay Brut, un vino espumoso fresco y delicado que revela sabores de albaricoque y melocotón. Este es un vino elegante, equilibrado y agradable, para disfrutar en cualquier ocasión y que realmente destaca frente al resto de espumosos.





Bi

BANCO INDUSTRIAL

DÉMO S L E

Juntos
siempre hacia
adelante



Escanea y
descubre más

